



TRIATLON van VLAANDEREN

Oudenaarde

WIE LEEST, DIE WINT
ATLETENBRIEFING

zondag 19 november 2023 - Oudenaarde



fourward

 Stad
Oudenaarde



RTTO WINDOMEN VOOSBEKE

Beste Atleten

Zondag 19 november 2023 staan jullie aan de start van de 1ste editie Cross Duatlon Van Vlaanderen. We zijn nu al trots op jullie!

Deze briefing zorgt ervoor dat jij perfect op de hoogte bent van het wedstrijdverloop.

//Respecteer de reglementen van Triatlon Vlaanderen.

Op onze wedstrijden zijn de Be3 Sportreglementen van toepassing. Elke deelnemer wordt verwacht deze reglementen te kennen en te respecteren. Je vindt ze op de website van Triatlon Vlaanderen onder het kopje reglementen of [via deze link](#).

//Kies je fiets.

Tijdens de wedstrijd mag er gefietst worden met een mountainbike, cyclocross of Gravel bike, al is de beste keuze voor ons parcours een mountainbike! Het fietsparcours is een mix van technische single-tracks, zware gras-modderstroken, korte hellingen en snelle grindstroken.



Als je voor
een éénwieler
gaat, dan
toch liefst
een MTB-
eenwieler

// Je timing-bandje & chip

Nieuwe procedure voor alle 3VL wedstrijden: BANDJE TIMING

Voorzie je **eigen timingbandje** voor het bevestigen van je chip!
Heb je geen timingbandje?, Geen nood, je kan deze aankopen aan de inschrijvingstafel voor een prijs van 2€, contant en gepast te betalen aub!

De timingchip zit in je startpakket.

Vergeet ook je racebelt (of elastiek) voor de rond heup en veiligheidsspeldjes niet!

// DAG & WEDSTRIJDPROGRAMMA

| | |
|-------------|--------------------------------|
| 10h00-11h30 | Afhalen startpakket |
| 10h30-11h30 | Parcoursverkenning |
| 11h00-11h45 | Check- In wisselzone |
| 12h00 | START |
| 13h30-14h30 | Einde fietsbewaking wisselzone |
| 15h00 | Podium |



// WEDSTRIJD

ONTHAAL – SECRETARIAAT- DOUCHE- LOCKERS

Lakehouse: Donkstraat 50, 9700 Oudenaarde

- Aanmelden met je licentie of identificatiebewijs.
- Iedere deelnemer krijgt op het secretariaat een Goodiebag met alle benodigdheden voor de wedstrijd: borstnummer, fietsplaatje en Timingchip.
- Douches, toiletten & kleedkamers zijn tevens in de Lakehouse voorzien.
- Een afspluitstand voor fietsen is voorzien achter de wisselzone

WISSELZONE/CHECK-IN

- De wisselzone is enkel toegankelijk voor deelnemers, technical Officials en bevoegde medewerkers. Boxen, rugzakken of ander opbergmateriaal is niet toegestaan
- In de wisselzone mag er niet gefietst worden. Tijdens de wedstrijd stapt de atleet correct op achter de opstaplijn (na de eerste wissel) en voor de afstaplijn (voor de tweede wissel).
- Check In is tussen 11h00 en 11h45. Je fiets wordt gecontroleerd door de Technical Officials. Naast veiligheid controleert men ook de specifieke fietsreglementering.
- Check-Out na aankomst tot 14h30. Je borstnummer is noodzakelijk om je fiets te komen ophalen.



BRIEFING

Neem naast deze info ook steeds kennis van de informatie op onze website. Net voor start van de wedstrijd voorzien we ook een korte briefing.

Als atleet sta je zelf in voor de kennis van het wedstrijdparcours en de telling van het aantal ronden! Een extra reden om nog eens naar onze site te gaan kijken, of om iets vroeger te komen voor een test-rondje (dat kan tussen 11u en 11u30).

Iste & 2de RUN

Draag je startnummer vooraan en je chip aan de linkerenkel.

De deelnemers verzamelen zich 15 minuten voor de start van hun reeks in de startzone.

2 ronden van 1,5 km lopen

—

Je loopt 2 toertjes in de buurt van Donkmeer. En voor u het vraagt: nee, erdoor zwemmen is niet toegestaan.

Volledig offroad parcours met snelle grindstroken, glibberige grasstroken en hier en daar wat modderige stukken.... Kortom die carbonschoenen of witte basketsloefkes laat je beter thuis.



Bike

Voor je je fiets te neemt, moet je eerst je helm vastmaken. Draai ook je startnummer op de rug, zorg dat je fietsplaatje op je fiets zit en je chip rond je linkerenkel zit.

Ook al word je gedubbeld, je blijft in wedstrijd. Er is een aanloopstuk en 3 ronden van 6 km voor je terugkeert naar het aanloopstuk en de wisselzone.

Verkenning PARCOURS

De uitpeiling van de fietsronde zal pas de ochtend van de wedstrijd volledig duidelijk zijn. Tussen 10h30 en 11h30 is een parcoursverkenning mogelijk.

PODIA

De prijsuitreiking is voorzien in de Lakehouse (secretariaat) om 15h00.

Geen geldprijzen enkel naturaprijzen

Top 3 H/D overall

Winnaar H/D U23, +40, +50

UITSLAG

De uitslag van deze wedstrijd zal terug te vinden zijn op www.competition.vlaanderen/resultaten

DOPING

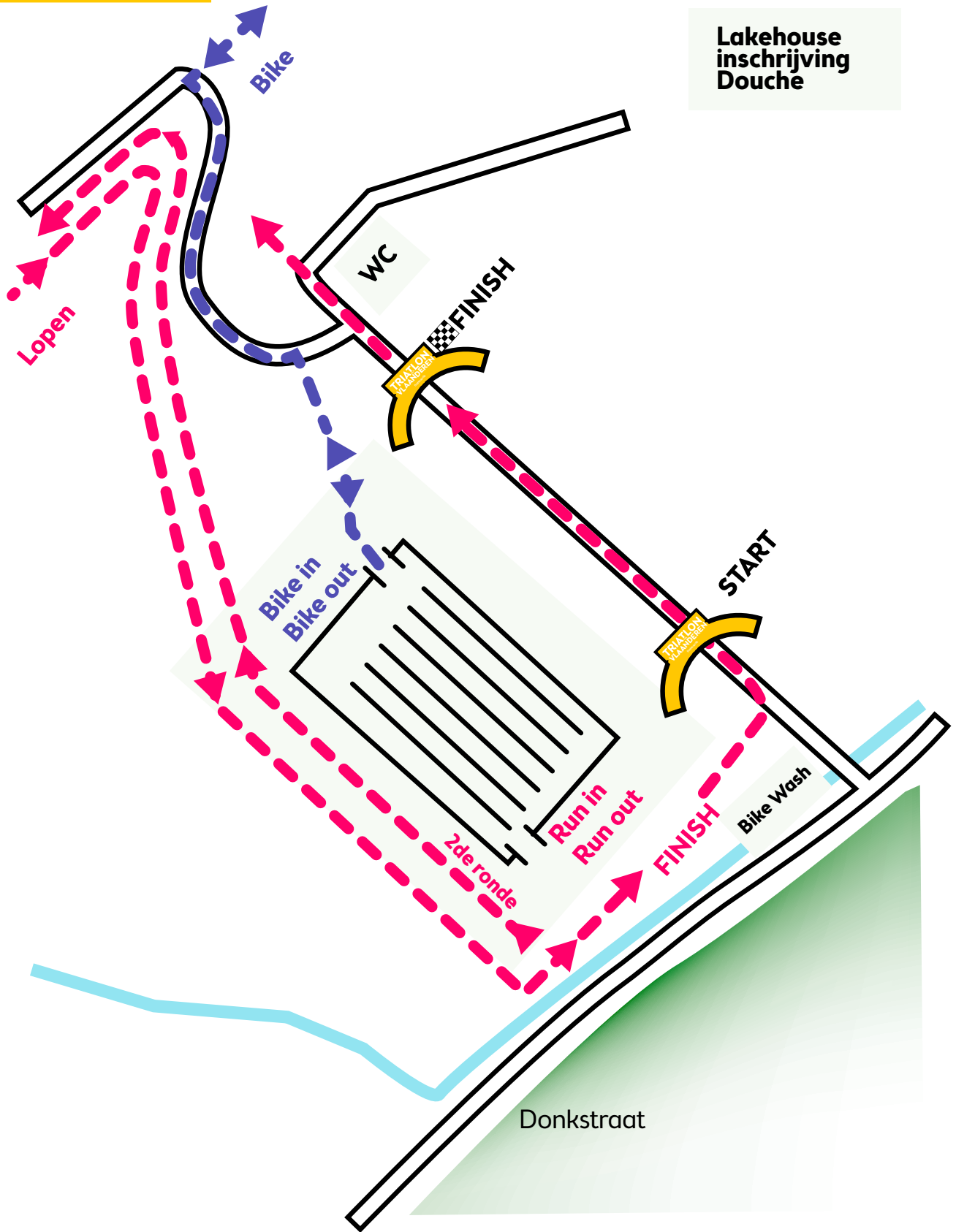
Volgens de code van het World Anti-Doping Agency is doping niet toegelaten. Elke atleet en begeleider dient op de hoogte te zijn van de reglementering en procedures van het Vlaamse dopingdecreet. Dopingcontrole op deze wedstrijd is mogelijk. Er is een dopinglokaal beschikbaar. Meer info via www.dopinglijn.be

PARKING

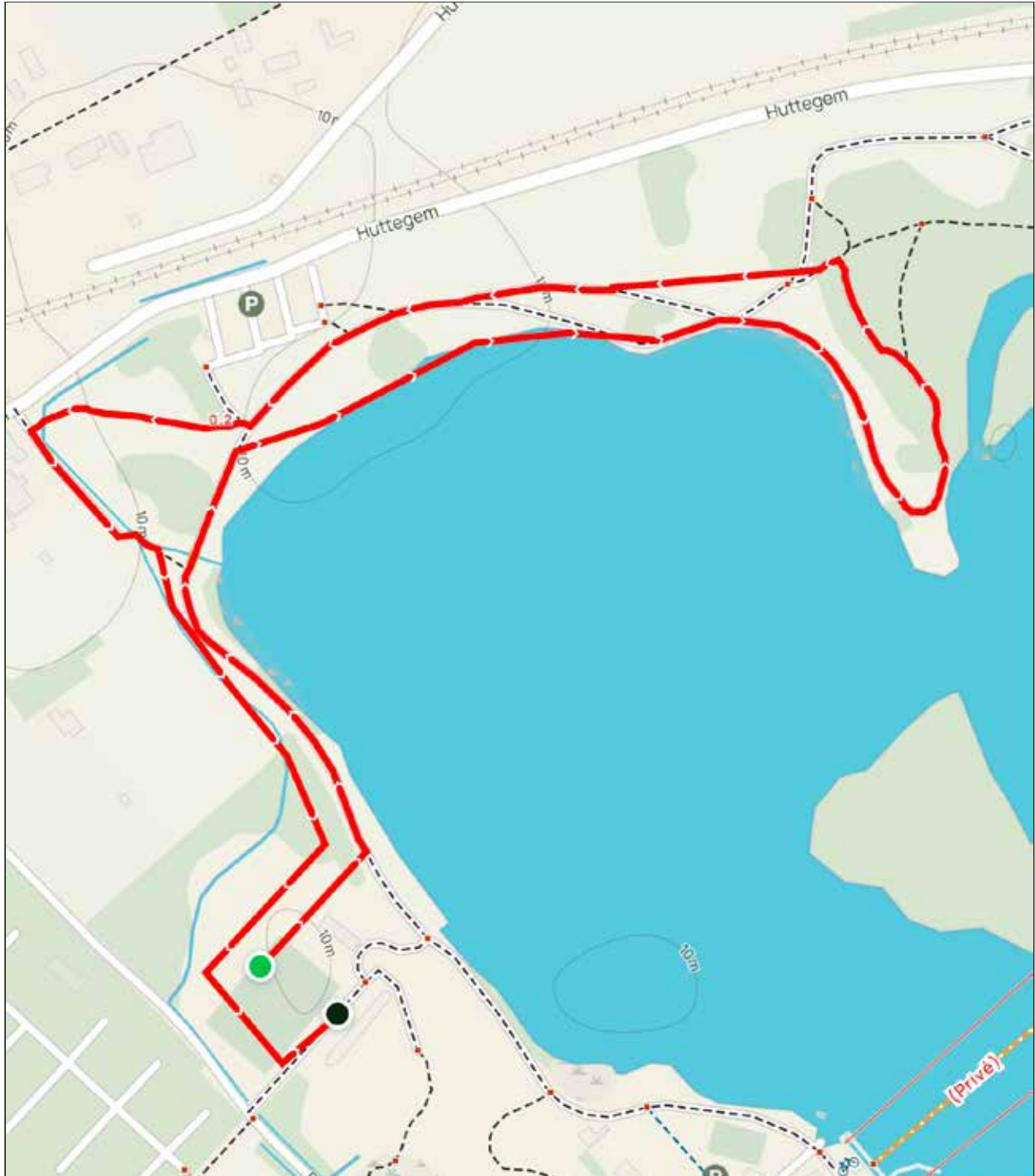
The Outsider

Donkstraat 50, 9700 Oudenaarde

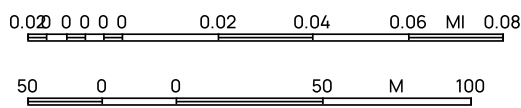
// **WISSELZONE**



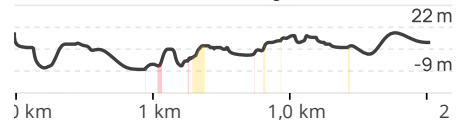
// LOOPPARCOURS



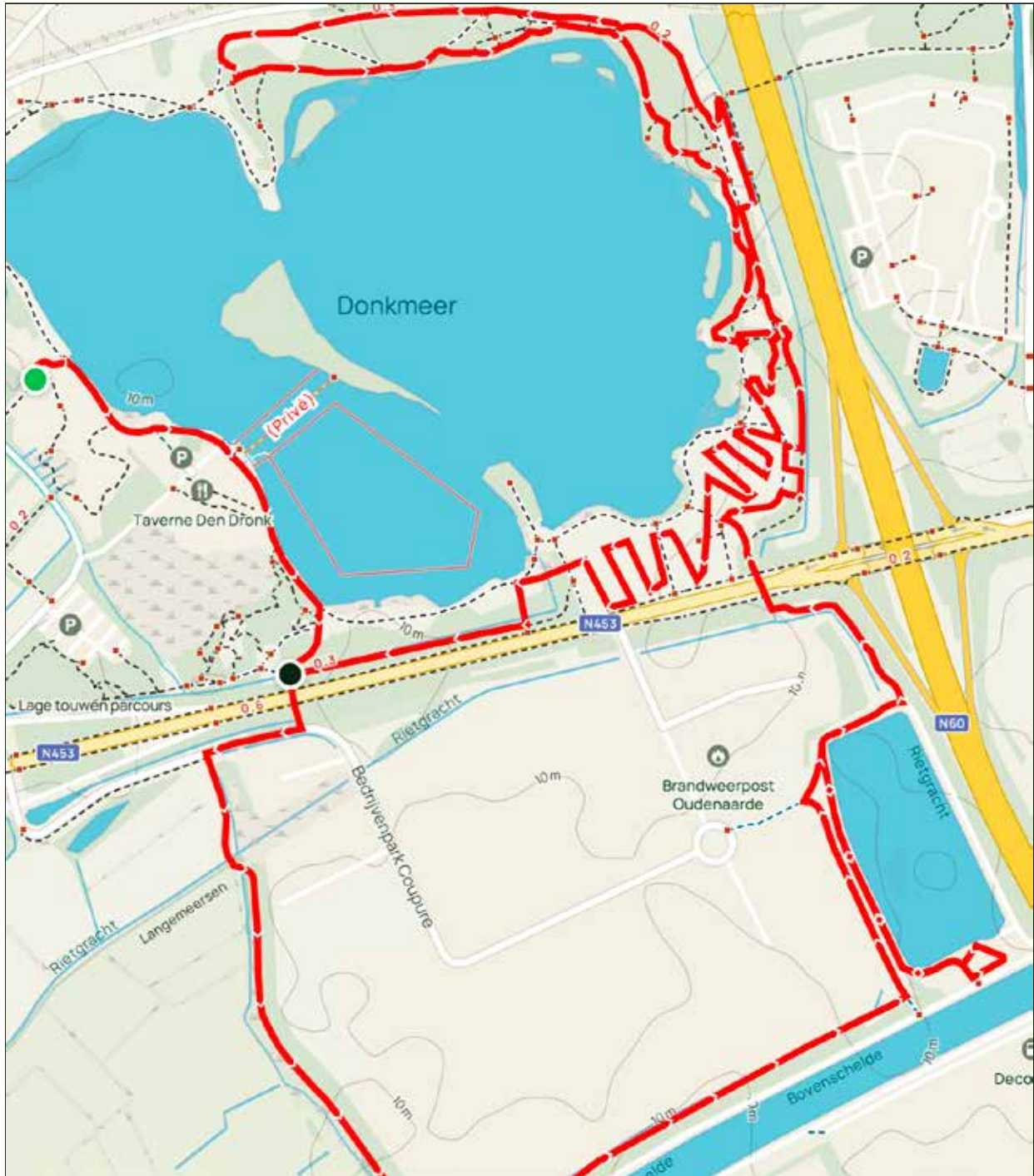
3-11-2023
1.5°E



Vershil: 20 m Daling: 22 m



// FIETSPARCOURS



19-10-2023
1.4°E

