

Reglement



1. Algemeen

- 1.1. Zorg dat je op de hoogte bent van de reglementen.
- 1.2. De organisatie draagt geen verantwoordelijkheid voor ongevallen of schade aan derden, vóór, tijdens of na de wedstrijd. Deelname geschiedt op eigen risico.
- 1.3. De organisatie draagt geen verantwoordelijkheid voor diefstal, vóór, tijdens of na de wedstrijd.
- 1.4. De triatlon wordt niet uit naam van of onder auspiciën van een (triatlon)bond of unie georganiseerd.
- 1.5. Deelnemers dienen zich uiterlijk drie kwartier voor hun start aan te melden bij het wedstrijdsecretariaat.
- 1.6. Zorg dat uw startnummer op uw kleding en badmuts duidelijk zichtbaar is.
- 1.7. Het gebruik van headsets tijdens deelname is op alle onderdelen verboden.
- 1.8. Bij onreglementair gedrag kan een tijdsraf van 20 seconden per constatering worden opgelegd. Ernstig wangedrag heeft uitsluiting tot gevolg.
- 1.9. Aanwijzingen van organisatie en/of baancommissarissen dienen te allen tijde op te worden gevolgd.
- 1.10. Bezwaren en/of onregelmatigheden dienen zo snel mogelijk na deelname gemeld te worden bij het wedstrijdsecretariaat.
- 1.11. In gevallen waarvoor het reglement niet voorziet, beslist de wedstrijdleiding.
- 1.12. De wedstrijdleiding behoudt zich voor het reglement te wijzigen tot op de dag van de wedstrijd.
- 1.13. Geen rommel of spullen achterlaten op het parcours op andere dan daarvoor speciaal aangewezen plaatsen, zoals verversingsposten of afvalstations. De deelnemers nemen alle zaken met zich mee naar de wisselzone.
- 1.14. De verkregen chip dient na deelname ingeleverd te worden bij het wedstrijdsecretariaat. Er zal gebruik worden gemaakt van een borgsysteem.
- 1.15. De organisatie is niet verantwoordelijk voor ongevallen of andere ongemakken gedurende het evenement.
- 1.16. Het gebruik van verboden middelen of methoden om sportprestaties te verhogen is niet toegestaan.

2. Parcours

- 2.1. De afstanden voor de achtste (1/8^e) triatlon zijn 500 m zwemmen, 20 km fietsen en 5 km hardlopen.
- 2.2. De afstanden voor de vierde (1/4^e) triatlon zijn 1000 m zwemmen, 45 km fietsen en 10 km hardlopen.
- 2.3. De organisatie plant een parcours dat deze afstanden zo goed als mogelijk benadert.
- 2.4. Deelnemers dienen op het parcours te blijven.
- 2.5. Daar waar het parcours gemarkeerde keerpunten bevat, dienen deelnemers om het keerpunt heen te gaan.
- 2.6. Daar waar het parcours over de openbare weg loopt dienen deelnemers zich te houden aan de geldende verkeersregels.
- 2.7. Er kan niet uitgesloten worden dat overig verkeer zich op het parcours bevindt.
- 2.8. Deelnemers zijn zelf verantwoordelijk voor hun gedrag in het verkeer.

3. Wisselzone

- 3.1. Alleen deelnemers mogen zich bevinden in de wisselzones.
- 3.2. Zorg voor een goede doorstroming in de wisselzones.
- 3.3. Deelnemers mogen de doorgang van anderen niet belemmeren in de wisselzones.
- 3.4. Er mag niet worden gefietst in de wisselzones vanaf de streep gemarkeerd op de weg.
- 3.5. Elke deelnemer moet de helm stevig hebben vastgemaakt vanaf het moment dat hij of zij de fiets uit het rek haalt aan het begin van het fietsonderdeel tot na het moment dat hij/zij de fiets weer in het rek zet aan het einde van het fietsonderdeel.
- 3.6. Deelnemers mogen alleen het hun toegewezen fietsenrek gebruiken en moeten hun fiets in het rek zetten;
- 3.7. Deelnemers moeten hun fiets, helm en andere attributen die zij achter willen laten bij hun toegewezen nummer plaatsen.
- 3.8. Deelnemers mogen geen hulp krijgen van assistenten in de wisselzones.

4. Zwemmen

- 4.1. Deelnemers mogen elke zwemslag gebruiken om zich door het water voort te bewegen. Ze mogen ook watertrappen of drijven. Het is toegestaan zich aan de bodem af te zetten aan het begin en eind van elke baan.

- 4.2. Deelnemers mogen op de bodem staan of aan een boei hangen om uit te rusten.
- 4.3. In geval van nood dient een deelnemer zijn arm op te steken en om hulp te roepen.
- 4.4. De maximale tijd in het water is 25 minuten bij de 1/8^{ste} en 50 minuten bij de 1/4^{de}. Hierna word je uit het water gehaald en gediskwalificeerd.
- 4.5. Het dragen van een badmuts met startnummer is verplicht, de organisatie zorgt voor de juiste badmutsen.
- 4.6. Het dragen van sokken, waterschoenen, zwemvliezen of peddels is niet toegestaan. Brillletjes, oordopjes, neusklemmen e.d. zijn wel toegestaan.
- 4.7. Atleten mogen geen gebruik maken van:
 - 4.7.1. Hulpmiddelen voor (kunstmatige) voortstuwing,
 - 4.7.2. Drijfattributen (wetsuits zijn wel toegestaan),
 - 4.7.3. Snorkels.

5. Fietsen

- 5.1. De fiets van de deelnemers moet van deugdelijke remmen zijn voorzien.
- 5.2. Na de keuring wordt er een startnummer voor de fiets verstrekt dat dusdanig aan de fiets bevestigd dient te worden dat het van de linkerzijde zichtbaar en leesbaar is.
- 5.3. Het startnummer dient op de rug gedragen te worden.
- 5.4. Het dragen van een shirt en een geschikte, onbeschadigde fietshelm is verplicht.
- 5.5. Meenemen van een met sportdrink of water gevulde bidon van ten minste 0,5 liter is verplicht.
- 5.6. Bij inhalen ruimte geven aan oplopende deelnemer.
- 5.7. Hinderen en stayeren is niet toegestaan. Buiten inhaalmanoeuvres dient er minimaal 10 meter afstand tot de voorganger gehouden te worden
- 5.8. Houd het parcours vrij bij (materiaal)pech.
- 5.9. De wisselzone mag pas verlaten worden op het moment dat de helm op correcte wijze gedragen wordt.
- 5.10. In de wisselzone mag niet gefietst worden, afstappen voor de op de grond gemarkeerde streep.

6. Lopen

- 6.1. Het dragen van een shirt en schoenen is verplicht.
- 6.2. Het is niet toegestaan om met helm op te lopen.
- 6.3. Het startnummer dient op de buik gedragen te worden.
- 6.4. Op het fietspad dienen deelnemers links aan te houden.

7. Estafette

- 7.1. De wissel bij estafette van het ene teamlid naar het andere vindt plaats in de wisselzone.
- 7.2. De deelnemer van een volgend onderdeel mag klaarstaan in de wisselzone om te vertrekken.
- 7.3. De wissel bestaat uit het doorgeven van de enkelband en het startnummer. De deelnemer aan een volgend onderdeel mag hierna de wisselzone verlaten.
- 7.4. De deelnemers aan het aflopende onderdeel mogen de deelnemers aan het volgende onderdeel op weg helpen.