



Wedstrijdzone

Op het grondplan van de wedstrijdzone zijn volgende punten van belang.

- Sporthal : Daar is het wedstrijdsecretariaat gelegen, alsook de kleedkamers , de douches en prijsuitreiking.
- Startbox Run&Bike : Startplaats van de loper van het Run&Bike Duo
- Wachtzone Run&Bike : de plaats waar de fietser op zijn loper wacht tijdens de Run&Bike. Deze zone bevindt zich ongeveer 400m na de startzone. Vanaf deze zone mag, maar moet niet gewisseld worden.
- Finishzone : Zone waar de tijdsopnames gebeuren en waar de aankomstzone is.
- Eindbevoorrading: Verwarmde zone waar de atleten kunnen uitblazen en even kunnen nagenieten met water, Leppin sportdrink, verse soep en warme thee.

Aandachtspunten:

- Er moet geen helm gedragen worden maar we raden dit wel aan. Tenzij anders vermeld bij de atletenbriefing.
- De borst- en fietsnummer moeten zichtbaar en vooraan gedragen worden.
- Vergeet jullie licentie of identiteitskaart niet voor de inschrijving. Deze wordt bijgehouden als waarborg voor de borstnummers.

- Bij verlies of abnormale beschadiging van de borstnummers zal 5 euro schadevergoeding gevraagd worden.
- Een wedstrijdrekker voor het dragen van de borstnummer wordt aangeraden. Gelieve zelf veiligheidsspelden mee te brengen.
- Om 14u start eveneens een halve marathonwedstrijd. Gelieve pas na het startsignaal van de wedstrijd op het parcours op te warmen of de fietsen in de startzone te plaatsen.
- Voor het fietsen raden wij aan om enkel een mountainbike te gebruiken.
- Het parcours is voor 50% off-road en bevat modderstroken. Er zijn geen technisch moeilijke passages.
- De maximum afstand tussen loper en fietser is 10 meter
- U mag zoveel wisselen als U wil tussen fietsen en lopen onder elkaar.
- Er is geen wisselzone voorzien. Dat wil zeggen dat je voor , tijdens en na de wedstrijd zelf verantwoordelijk bent voor je fiets.
- Aan de ingang van de sporthal zijn fietsenrekken waar je je fiets met je eigen slot kan vastmaken indien je dit nodig acht.
- De reglementen van de Vlaamse Triathlon en Duathlon Liga (www.vtdl.com) zijn van toepassing

Startprocedure

Er is een startbox voorzien voor de startloper van het duo. Na het startsignaal lopen zij naar de hun teamgenoot in de wachtbox (ong. 400m verder). De wachtende atleet staat zijn teamgenoot op te wachten met de fiets. Wanneer de 2 teamgenoten samen zijn, mag (maar er moet nog niet) gewisseld worden. Vanaf dan leggen ze samen het parcours af.



Aankomst

Na het afleggen van het parcours loopt men de aankomstzone binnen met de fiets.

Podia

Er is een prijsuitreiking in de sporthal omstreeks 16u45 met reuze tombola voor alle deelnemers (met oa. fiets, breedbeeldtv,...). Er is een podium voorzien voor de categorieën : heren , dames en gemengd team. Elke deelnemer ontvangt een naturaprijs bij aanmelding op het secretariaat.

Er is een waardebon voorzien voor de volgende podia:

<i>Heren</i>	<i>Dames</i>	<i>Gemengd team</i>
€ 100	€ 60	€ 60
€ 60	€ 40	€ 40
€ 40	€ 20	€ 20

Bike cleaning

Er is een afsputplaats voorzien op het buitenterrein aan de sporthal.

Organisatie

De Run&Bike wedstrijd wordt georganiseerd door het SMO-Specialized Triatlon Team ism. Joggingclub De Kreckenlopers. Meer info op www.smo-specialized.be of via mail info@smo-specialized.be.