



## Info Kwarttriatlon\*\*\* 15 augustus 2010

Hier volgen enkele belangrijke richtlijnen voor de wedstrijd.

### 1. Algemeen

- Afstanden
  - a. 1500 m zwemmen in rechte lijn
  - b. 40,2 km fietsen (3 ronden) (stayeren toegelaten, uitgezonderd dames bij heren)
  - c. 10,5 km lopen (3 ronden)
- Inschrijvingsbedrag
  - I. Licentie vtdl: 25 € (**vanaf 1 juni: 30 €**)
  - II. Geen licentie vtdl: 35 € (**vanaf 1 juni: 40 €**)
- **Belangrijke wijziging: dit jaar zullen er twee wisselzones zijn**  
**Wisselzone 1: gelegen aan het kanaal in de Vaartstraat naast de brug**  
**Wisselzone 2: op de Korenmarkt (wisselzone vorig jaar)**

### 2. Hoe ons bereiken ?

- Komende vanuit de richting Kortrijk via de E403  
Neem **afrit 6** (ROESELARE-RUMBEKE), dan links de N36 richting Izegem  
Vanaf hier staat het uitgepijld naar de parking in de Dirk Martenslaan.
- Komende vanuit de richting Brugge via de E403  
Neem **afrit 6** (ROESELARE-RUMBEKE), dan rechts de N36 richting Izegem  
Vanaf hier staat het uitgepijld naar de parking in de Dirk Martenslaan.
- Komende vanuit Harelbeke via de N36. De N36 volgen tot aan de rotonde van de Delhaize, vanaf hier kunt u de pijlen volgen naar de parking in de Dirk Martenslaan.
  - **Parking:** Naast de spoorweg dichtbij de brandweer en politie, ligt op 300 m van het centrale gebeuren (aankomst - Grote Markt - inschrijvingen - wisselzones). Deze parking is gelegen in de Dirk Martenslaan.

Opmerking: Tijdens de wedstrijden kunt u niet met de auto van de parking naar de kleedkamers aan de sporthal rijden, daar men het parcours moet kruisen, wat **ten strengste verboden** is.



### 3. Inschrijvingen

- Inschrijven kan vanaf 1 maart 2010 enkel voor leden vtdl en atleten van Izegem, vanaf 1 april voor iedereen.
- Men kan inschrijven via deze link [inschrijven](#)
- Inschrijven mag vanaf geboortjaar 1992 of ouder.
- Maximum aantal deelnemers 350.
- De inschrijving is pas definitief als men zich aangemeld heeft via de site en het inschrijvingsbedrag op de wedstrijdrekening (738-0121722-09) staat.
- De inschrijvingen gaan door in de zaal Koninklijke Stadsfanfare, Dirk Martenslaan te Izegem, naast de brandweerkazerne.
- **De kleedkamers** bevinden zich in het stedelijk zwembad (Heilig Hartstraat 15), maar ongeveer 1,5 km van de wisselzone verwijderd. Van de wisselzone (op de Korenmarkt) is het nog 2 km wandelen naar de start van het zwemmen, gelieve hier rekening mee te houden.
- U kunt zich inschrijven tussen 13u00 en 14u45.
- De atleet dient zich **persoonlijk** aan te melden, uw wedstrijdnummer wordt op uw hand geschreven.
- Iedere deelnemer krijgt een waardevolle naturaprijs.
- Iedere deelnemer krijgt een badmuts, **verplicht te dragen** tijdens de zwemproof. De badmuts mag gehouden worden.
- **Voor degenen die geen eigen chip hebben, kan er een wegwerpchip gekocht worden aan de prijs van 3 €, deze verkrijgt u bij inschrijving aan het secretariaat. Aan de inschrijving moet de chip, ook eigen chips geregistreerd worden, vergeet hem dus niet mee te brengen!**
- **Een bandje om deze vast te maken rond de enkel kan u ook bij de inschrijvingen aanschaffen.**
- De atleet moet de chip rond de enkel (en niet rond de pols) dragen, anders zal zijn tijd niet worden opgepikt door de registreermatten, ook tijdens de zwemproof.
- Stayeren (= in groep rijden) toegelaten, uitgezonderd dames bij heren, heren bij dames.
- De wedstrijdreglementen van de vtdl zijn van toepassing.
- Maximum tijdsduur wedstrijd 3 uur, dit op politiebevel. Dit betekent dat men na 2 uur wedstrijd niet meer aan de loopproof mag beginnen.
- Annulaties vóór 1 juli kunnen hun inschrijvingsgeld gedeeltelijk terugvorderen, na 1 juli enkel mits een medisch attest terugvorderbaar (5 € administratiekosten), na 1 augustus wordt er niets meer teruggestort.
- **Voor niet-aangeslotenen: doktersattest nodig. Er kan niet gestart worden zonder dit attest, er worden geen uitzonderingen toegelaten. Wees dus in orde hiermee!**

### 4. Hoe ons contacteren





- Per post: Izegemse triatlonclub , Rozenlaan 70, 8870 Izegem
- Contact gegevens
  - o Inschrijvingen: [chris.vananneyt@skynet.be](mailto:chris.vananneyt@skynet.be) TEL 051 31.39.78
  - o Algemeen wedstrijd: [th1@telenet.be](mailto:th1@telenet.be) TEL 0473 60.21.60

## 5. Zwemproef

- De startplaats bevindt zich op 1500 meter van de uitkomtrap in de Vaartstraat. Vanaf de Grote Markt (aankomstplaats) gaat u via de Brugstraat over de spoorweg naar het kanaal. U moet naar RECHTS wandelen op het jaagpad om aan de start te komen. Iedereen maakt gebruik van de twee voorziene ladders om in het water te gaan. **HET IS VERBODEN OM IN HET KANAAL TE DUIKEN! (gevaar op ondiepe plaatsen)**
- Er wordt in één rechte lijn gezwommen in het kanaal.
- Het gebruik van een wetsuit is afhankelijk van de temperatuur van het water, boven de 22° is het verboden om er één te dragen, hou hier rekening mee. De officiële temperatuur wordt gemeten de dag van de wedstrijd.
- Een attest van de waterkwaliteit hangt uit bij de inschrijvingen.
- Toegelaten zwemkledij: zie [sportreglementen2010](#) Hoofdstuk 5 (ivm speciale zwempakken)
- **U wordt pas in het water gelaten 5 minuten voor de start, deze startprocedure zal strikt gevolgd worden, de dienstdoende scheidsrechter van de vtdl geeft signaal dat iedereen te water mag.**
- **START ZWEMMEN:** Men gaat in het water een 50-tal meter na de startkoord, inzwemmen kan na de startkoord. *Personen vóór de startkoord kunnen gesanctioneerd worden met een gele of rode kaart.*
- De startprocedure is als volgt: de heren starten 10 minuten na de dames. **Start dames om 15u30, heren om 15u40.**
- Bij einde zwemproef dient er 20 meter gelopen te worden tot aan de wisselzone 1, waar men de fiets neemt voor de tweede proef. Er wordt tapijt voorzien, dit loopstuk moet men op blote voeten doen. Het is tevens **verboden** om materialen (wetsuit, zwembril, ...) weg te gooien of af te geven tijdens dit loopstuk, alle materialen moeten in de wisselzone op uw nummer achtergelaten worden.
- **Alle spullen van de atleet moeten in de door de organisatie voorziene plastic zak gedeponneerd worden.** Deze kan na de wedstrijd in wisselzone 1 terug opgehaald worden.
- Er wordt **niet met het startnummer** gezwommen.
- **Maximum zwemtijd (limiettijd): 50 minuten**



## 6. Fietsproef

- De fietsen kunnen **vanaf 14u15** tot 15u15 in de wisselzone 1 in de Vaartstraat, bij incheck moet men zijn helm mee hebben.
- De fiets en helm worden door de scheidsrechters van de vtdl gecontroleerd. Specificaties van deze reglementen vindt u op: [sportreglementen2010](#). Zonder reglementaire fiets of helm kunt u niet starten.
- In het wisselzone 2 is er bewaking voorzien van 9u15 tot 18u30, daarna begint de ontmanteling van het wisselzone 2, resterende fietsen worden dan opzij geplaatst, echter niet meer onder bewaking.
- In de wisselzones wordt niet gefietst, de fietshelm moet aan voor men mag vertrekken met de fiets, zelfs als je loopt met de fiets aan de hand.
- Aanrijstrook is via de Vaartstraat, links de brug op, bocht 180°, de brug afrijden, beneden links af in de Ketelstraat, rechtsaf Grote Markt op het parcours waar het fietsparcours begint.
- De verschillende parcours staan uitgestippeld op de weg.
- Bij einde laatste ronde moet u bij het afrijden van de brug rechtdoor naar de ingang wisselzone 2 rijden in de plaats van linksaf naar de Grote Markt (aankomstzone). Voor de bocht moet u afstappen en al lopend met de fiets aan de hand naar uw wisselplaats lopen. De helm moet vast blijven tot aan de wisselplaats.
- **Voor het plaatsen van de fietsen (wisselzone 1) is er maar één ingang voorzien, deze bevindt zich aan de kant van de Prins Albertlaan. Het terughalen van de fietsen (wisselzone 2) na de wedstrijd bevindt zich aan de kant van het station, via de Grote Markt en de Wolvestraat kan men deze bereiken. Je fiets kan ENKEL door jezelf afgehaald worden en slechts door middel van het TONEN van je WEDSTRIJDNUMMER en HUURCHIP.**
- De wisselzones zijn te voet bereikbaar (via de voetgangerstunnel onder de spoorweg) en liggen amper 100 meter uit elkaar.
- **FIETSEN (3 ronden) 40,2 km:** Grote Markt - rechts Hallestraat - links Nieuwstraat - rechts Roeselarestraat - aan garage Vanhulle links oprit naar brug Kachtem (Sasbrug) - over brug in Kachtem tot aan de rotonde - rechts Lodewijk de Raetlaan - links Lieven Gevaertstraat - links Kachtemsestraat - rechts Egaalstraat - links Buitenstraat - rechts Vageweenstraat - links Krommestraat - rechts pater Vereeckestraat - rechts Manestraat - rechts Ardooisestraat - Vijfwegenstraat - centrale brug over (Nieuwstraat) - links Ketelstraat - rechts Grote Markt.
- **Maximum zwem-fietstijd (limiettijd): 2 uur**
- Rugnummers mogen enkel tijdens de eigen wedstrijd zichtbaar zijn, om verwarring met andere wedstrijden te vermijden.
- Opwarmen mag, maar niet op het parcours indien er een wedstrijd bezig is!



## 7. Loopproof

- Loopproof bestaat uit een aanloopzone + 3 ronden.
- **Plaatsen van uw loopgerief kan vanaf 14u15 tem 15u15 in wisselzone 2.**
- Tijdens de loopproof zijn er 3 bevoorradingsposten verspreid over het loopparcours (3,5 Km)
- Iedere doortocht wordt geregistreerd, na de derde ronde moet men finishen en het podium oplopen.
- Vergeet niet je loopgerief op uw nummer te leggen in wisselzone 2.
  
- **LOPEN (3 ronden) 10,5 km:** Korenmarkt - rechts Wolvestraat - rechts Brugstraat - Grote markt - rechts Hallestraat - links Nieuwstraat (bevoorrading) - rechts Roeselaarsestraat - links Visschersdreef (bevoorrading) - links Beukendreef - rechts Bellevuestraat - rechts Heilig Hartstraat - rechts Middenweg - rechts Beukendreef - links Visschersdreef (bevoorrading) - links Roeselaarsestraat - rechts Wantje Pietersstraat - rechts Nederweg - Hondstraat (Melkmarkt) - links Korenmarkt - rechts Ketelstraat - rechts Grote Markt.
  
- **Maximum zwem-fiets- en looptijd (limiettijd): 3 uur**

## 8. Kleedkamers

- Bevinden zich aan de sporthal-zwembad (Heilig Hartstraat 15), volg de pijlen vanaf station Izegem (uitgang wisselzone 2), enkel per fiets of te voet te bereiken.
- In het stadhuis, aan wisselzone 2, is er een mogelijkheid om gebruik te maken van een gratis massage: deze wordt verzorgd door geschoolde sportverzorgers. U kunt zich daartoe wenden vanaf 18u00 tot 19u00.

## 9. Prijsuitreiking

- Om 19u15 vindt de prijsuitreiking plaats op het podium op de Grote Markt ( aankomstzone )
- Uitslag wordt onmiddellijk op internet geplaatst.
- Prijzenpot (4000 €)
- Heren: 1° 500 € ..... 30° 10 €
- Dames: 1° 500 € ..... 15° 10 €
- Ook de sub categorieën krijgen een geldprijs (prijzen worden niet gecumuleerd).

## 10. Tombola

- Aansluitend op de prijsuitreiking van de kwart, reuzentombola (40-tal prijzen waarde 10.000 €) op de Grote Markt. Deze tombola is uitsluitend voor de deelnemers, de deelnemer is verplicht aanwezig te zijn op de tombola, de prijs moet persoonlijk opgehaald worden ten laatste 30 minuten na de trekking.

**Wij wensen u veel succes toe !**