

Z wembad
weeloo

Cross

Triathlon

2e editie



Zondag 10 juni 2018

Aanvang 11.00 uur

ALGEMEEN REGLEMENT

De Zwembad Zweeloo Cross Triathlon is een recreatief sport evenement met als doel zoveel mogelijk personen in beweging te krijgen en kennis te laten maken met een mini triathlon.

1. ALGEMEEN

- a. Een licentie is niet nodig voor deelname.
- b. Volg aanwijzingen op van de organisatie.
- c. Begeleiding in welke vorm is niet toegestaan (alleen voor de start en na de finish).
- d. Lopers met honden, buggy's etc. worden niet toegestaan.
- e. Alleen onze mountainbikes mogen op het parcours.
- f. Je neemt deel op eigen risico.**
- g. De organisatie is niet aansprakelijk voor schade, blessures, letsel, verlies of diefstal.
- h. Jij bent verantwoordelijk voor een afdoende medische verzekering.
- i. Als je voor je finish uitstapt moet jij je melden bij de tijdsregistratie.
- j. Met ontbloot bovenlichaam fietsen en/of lopen is niet toegestaan.
- k. Hoofdtelefoons zijn niet toegestaan.
- l. Het startnummer mag niet gevouwen of bijgeknipt worden en moet goed zichtbaar gedragen worden. Neem onderweg alle afval mee!
- m. Blijf op de paden.
- n. Het opzettelijk hinderen van deelnemers is niet toegestaan.
- o. Je moet een andere loper assisteren in geval van nood.
- p. Laat iemand die snel wil passeren.
- q. Toon sportief en sociaal gedrag!

2. WISSELZONE

- a. Alleen deelnemers met een zichtbaar startnummer hebben toegang tot de Wisselzone, geen begeleiders/supporters.
- b. Bij het aanmelden moet je startnummer goed zichtbaar zijn en je helm goed vastzitten.
- c. De fietsen bij je eigen nummer stallen.
- d. In de Wisselzone mag nooit gefietst worden.
- e. Wissel van zwemmen naar fietsen: eerst helm op, dan fiets pakken.
- f. Wissel fietsen naar lopen: eerst fiets stallen, dan helm af.
- g. Alleen spullen die je voor je deelname nodig hebt mogen bij je fiets staan.
- h. Het hinderen van andere deelnemers is niet toegestaan (bijvoorbeeld als eerder klaar en deelnemer wil fiets ophalen).
- i. Materiaal uit de Wisselzone mag alleen op vertoon van een corresponderend startnummer meegenomen worden (polsband vs label op fietszadel).
- j. De Wisselzone wordt tot 17.15 uur bewaakt.

3. ZWEMMEN

- a. Je moet rechts langs de lijnen zwemmen en linksom keren.
- b. Het is niet toegestaan te zwemmen met iets aan je handen of voeten (zoals vinnen, schoenen, sokken etc.). Uitzondering: compressiekousen/tubes.

4. MOUNTAINBIKEN

- a. Je dient zelf een mountainbike mee te nemen. Als je één huurt verzeker je dan tijdig op de werking van de fiets (zie hieronder).
- b. Alleen Mountainbikes of gewone fietsen zijn toegestaan. Geen elektrische fietsen, mede ivm stallingsmogelijkheden.
- c. De remmen moeten werken, er mag geen speling in het balhoofd zitten, er mogen geen scherpe delen uitsteken en onderdelen mogen niet loszitten.
- d. Het startnummer wordt op de voorzijde van de fiets bevestigd.
- e. Bij wegoversteken bepaalt de verkeersregelaar wie voorrang heeft.
- f. Bij kruisingen met fietspaden heeft de niet-deelnemer voorrang, jij dus niet!
- g. Stayeren is toegestaan.

5. MTB/fiets etappe

- a. Gecertificeerde verkeersregelaars worden ingezet op de oversteeklocaties.
- b. Borden waarschuwen de deelnemers op het naderen van afslagen, maar jij blijft verantwoordelijk voor het toepassen van de verkeers- en omgangsregels.

6. Trail/loop run etappe

- a. Op markante locaties staan juryleden die tevens waken over je veiligheid en toezien op fairplay.
- b. Een verzorgingspost staat halverwege opgesteld bij doorkomst start en finish.

7. EHBO

- a. Gediplomeerde medewerkers van het Rode Kruis Aalden zijn aanwezig op het Start & Finish terrein en op het parcours.
- b. Bij ongevallen z.s.m. het Rode Kruis bellen als je een telefoon bij je hebt (nummer staat op het startnummer), of waarschuwen bij route begeleiders of organisatie.

*Met je inschrijving verklaar je dat je akkoord gaat met bovenstaande reglementen.
Je bent pas definitief ingeschreven als het inschrijfgeld is voldaan*

*Inschrijven via e-mail: zwembadzweelocrosstriathlon@gmail.com
Kijk voor de laatste informatie op www.zwembadzweeloo.nl
of via Facebook en Twitter*

