



INSTRUCTIONS TRIATHLON BOERЕКREEK 1 JUN 2019

Indications

Nous vous remercions pour votre inscription au triathlon Boerekreek 2019. Le centre sportif provincial De Boerekreek est un lieu unique au Meetjesland, au milieu des criques et aux vastes paysages.

Pour trouver le chemin, introduisez dans votre GPS l'adresse suivante: *Sint-Jansstraat 132, 9982 Sint-Jan-in-Eremo*. Le meilleur chemin est via Bentille (via St-Jansstraat) - sortie Kaprijke sur la E34/N49. Suivez les directives du gardien de parking jusqu'à une place de parking la plus proche.

Nous avons prévu assez de places de parking sur la distance de marche de l'événement. Le parking du centre provincial sportif offre de la place pour 100 voitures mais n'est pas accessible pendant ce concours (à partir de 11h00).

Pour trouver rapidement une place de parking, veuillez consulter le plan ci-dessous.

Inscriptions

Les inscriptions se déroulent dans le réfectoire, là où se trouve le secrétariat. Vous trouverez ce dernier sur le plan ci-dessous. Vous trouverez également sur le même site les douches, le traiteur, les étapes et les parkings. Lors des inscriptions, veuillez préparer votre carte d'identité ou votre licence avec une photo d'identité.

Que recevez-vous à l'inscription ?

- 1 bande velcro avec une puce servant à l'enregistrement du temps (cheville gauche)
- 1 numéro de départ (nécessaire pour aller chercher vos vélos ainsi que la puce après la course)
- 2 bracelets (un pour mettre autour de la tige de selle et un pour mettre autour du poignet. Veuillez à toujours les garder).
- 1 autocollant pour le casque.
- Pakket Natura

La puce sert à être scannée à la table d'inscription par nos collaborateurs.

Teemplaza

À côté du centre sportif, sur la zone d'herbe, nous avons prévu un espace spécial pour les clubs afin de placer leurs tentes. Aucune voiture ou aucun mobilhome ne peuvent s'installer sur la pelouse. Ces tentes doivent être installées avant 11h et ne peuvent quitter le domaine qu'à partir de 18h.

Zone de changement

Avant que vous n'entrez dans la zone de changement, veuillez laisser contrôler votre casque et votre vélo. Nous avons prévu des heures spécifiques pour l'enregistrement par série.

- 10u Ouverture de la zone de changement jeunesse C – B
- 12u Ouverture de la zone de changement sprint récréatif
- 14u Ouverture de la zone de changement BK sprint triathlon
- 15u fermeture de la zone de changement BK sprint (toutes les séries)

Pour les séries jeunesse, des règles spécifiques sont d'application par rapport à l'agitation maximum. Les arbitres exécuteront des contrôles lors de l'enregistrement.

L'utilisation de réglage de guidon et de roues pleines n'est pas autorisée dans les concours de drafting.

Pour les trios, les changements se déroulent dans le parc d'échange en donnant votre puce au prochain athlète à hauteur de la remise à vélos. Chaque athlète du trio reçoit un bracelet.

En ce qui concerne les triathlons sprint et jeunesse, il y a des règles de compétition spécifiques qui sont d'application. Veuillez consulter le règlement de compétition du BTDF via le lien suivant :

http://vtdl.com.be/wp-content/uploads/Be3-Sportreglementen-finale-versie-9_1_2019-update-1.pdf

La natation

Le départ de la natation se trouve du côté eau du "Boerekreek" (environ 500m de la finale). Il y a différentes bouées dans l'eau, veuillez prendre le nombre de bouées nécessaires suivant votre série et la distance de nage. Le départ et la sortie se trouvent à un autre endroit.

Nager avec un haut de corps nu est strictement interdit (au moins un T-shirt ou une trifonction). L'utilisation de combinaison de plongée dépendra de la température de l'eau et vous sera communiquée le jour du concours. L'utilisation de tubes ou de matériels de compression n'est acceptée qu'en dessous d'une combinaison de plongée. Dans tous les autres cas, celle-ci est interdite.

Règles:

- La puce se place à la jambe inférieure gauche (cheville)
- Une boîte de changement est conseillée mais n'est pas obligatoire. Dans celle-ci, laissez votre matériel.
- Les sacs de sport et valises ne sont pas autorisés dans la zone de changement. Ils sont rassemblés à un endroit central.
- Pour la sécurité des participants, il y aura des kayaks et un canot à moteur.
- Pour que tout se déroule correctement, les arbitres et les accompagnateurs navigueront dans les alentours. Celui qui quitte le parcours imposé sera automatiquement disqualifié et devra quitter immédiatement le concours.
- Le numéro de départ se trouve dans la boîte de changement ou sur vos vélos. Vous nagez donc sans numéro de départ.
- Après avoir nagé, veuillez courir jusqu'à la zone de changement où vous prendrez vos vélos.

Cyclisme

Le cyclisme avec le haut de corps nu est interdit.

Après avoir nagé, vous courez jusqu'à la zone de changement et vous prenez vos vélos. Si nécessaire, bougez la combinaison de plongée en placez tout le matériel dans la boîte de changement prévu. Ensuite, mettez le numéro de départ de façon à ce qu'il soit visible au dos! Mettez votre casque et attachez-le. Dans la zone de changement **NE ROULEZ PAS À VÉLO!**

Le sprint triathlon comprend par manche une bande cyclable pavée de 1200m. À la fin, une station de roues est prévue pour une aide supplémentaire en cas de problèmes. Le parcours jeunesse ne comprend pas de bande cyclable pavée.

Pendant la course à vélo, veuillez rouler le nombre de manches qui correspondent à votre série. Restez toujours à droite de la chaussée.

Pour les concours jeunesse C et B, les vitesses doivent être réglées correctement avant la fourniture dans la zone de changement pour que la distance maximum soit respectée. Voir également les règlements du sport ! Les vélos non-réglementaires seront refusés.

Nous sommes favorables à l'environnement lors de nos événements et nous voulons respecter les criques et les réserves naturelles. Lors de la course à vélo, à l'entrée de la deuxième manche, vous trouverez une zone de dépôt de 50m où vous pouvez jeter vos déchets (par exemple: bouteilles d'eau vides, emballages de gels ou de barres énergétiques). Hors de cette zone, nous contrôlerons sévèrement la "pollution" qui sera punissable par un arbitre.

Lorsque vous avez atteint la zone de changement, descendez devant la ligne de changement, chez le référent. Veuillez vous rendre au point d'échange avec votre vélo en main. Placez correctement votre vélo à la place numérotée correspondante. Détachez votre casque et bougez-le.

La course à pied

La course à pied se passe toujours avec le buste recouvert. Et vous devez porter votre numéro de départ côté buste.

Vous courez à chaque fois 1 (jeunesse) ou 2 manches (sprint).

Nous avons prévu un tapis d'enregistrement des temps pour les temps au tour.

Pour le sprint triathlon, vous recevez un bracelet comme contrôle après le premier passage.

La tente de pénalité est placée au départ de la course à pied (juste après la zone de changement) où vous devez passer 1 (pour jeunesse) ou 2x (pour T3 et sprint).

Après la course

Après l'arrivée, veuillez aller chercher votre vélo et son matériel à l'aide de votre numéro inscrit sur votre buste, votre bracelet et votre puce. À l'arrivée, veuillez récupérer votre vélo le plus vite possible dans la zone de changement, celle-ci doit être libérée pour le prochain concours.

Si vous oubliez de remettre votre puce, un montant de €10 vous sera facturé.

La remise à vélos surveillée ferme ses portes à 18 heures.

Approvisionnement

L'approvisionnement d'eau est prévu lors de l'épreuve cycliste (2 passages par manche).

À l'arrivée, nous avons mis à votre disposition un vaste approvisionnement final pour les athlètes, comprenant des boissons isotoniques Squeezy, de l'eau, des bananes, du pain d'épices et des friandises.

Il est interdit d'apporter son propre approvisionnement pendant le concours.

Cela pourrait vous amener à une disqualification.

Logement

Voulez-vous en faire un week-end à St-Laurens ? Pas de souci. Il y a beaucoup de possibilités de logement. Si vous désirez être présents le jour du concours ou rester éventuellement après le concours, vous pouvez toujours vous adresser à un des hôtels locaux ou aux résidences de week-end. Ou bien vous pouvez loger dans un des nombreux B&B qui se trouve à Sint-Laureins.

Pour les mobilhomes et tentes, nous avons prévu un pré juste à côté du centre sportif provincial où vous pouvez passer la nuit. Il n'y a aucun équipement sanitaire. Les mobilhomes doivent s'inscrire au près de l'organisation pour l'attribution des places afin d'assurer une utilisation optimale des places disponibles. Vous ne pouvez pas quitter le pré pendant le concours entre 11h et 18h.

Plus d'informations au:
<http://www.sint-laureins.be/toerisme/260-www.html>

Se désinscrire

Vous voulez vous désinscrire pour des raisons médicales ? Veuillez alors scanner votre attestation médicale et envoyez-la à l'adresse e-mail suivante: info@smo-specialized.be. Si vous vous désinscrivez après le 25 mai, aucun remboursement ne sera possible. Chaque annulation vous coûtera des frais administratifs de €5.

Bon amusement et bonne chance pour les dernières préparations !