



Informatieboekje Zeewolde Endurance

Zaterdag 24 juni 2023

#Middle Distance
#Standard Distance
#Sprint Distance

Voorwoord

Beste atleet,

Van harte welkom bij de 9de editie van de Zeewolde Endurance. Zeewolde maakt zich op voor wederom een prachtig 2-daags duursport weekend.

Ons doel is om wedstrijden van hoge kwaliteit te organiseren, met een hoge veiligheidsstandaard en gastvrijheid. Daarom staan er veel vrijwilligers klaar om de best mogelijke condities te realiseren. Vooraf, tijdens en na de wedstrijd. Als sportliefhebbers en inwoners van Zeewolde doen zij dat met trots en enthousiasme!

Voor nu wensen wij je heel veel succes met de laatste wedstrijdvoorbereidingen. Tot ziens bij de start!

Namens het bestuur, vrijwilligers, sponsors, gemeente Zeewolde en de Provincie Flevoland,

Bas Pieterse

Bestuursvoorzitter Zeewolde Endurance



Dit informatieboekje concentreert zich op het zaterdagprogramma. Voor informatie over het vrijdagprogramma verwijzen we je graag naar [onze website](#).

Inleiding

Met deze deelnemersinformatie proberen we je te helpen in een optimale voorbereiding op je wedstrijd. In dit boekje treft u o.a. informatie aan omtrent de route, parkeren, het programma en het parcours.

Voor de wedstrijdregels tijdens de triathlon verwijzen we je naar:

<http://www.triathlonbond.nl/NTB/Reglementenstatuten.aspx>

Lees deze informatie goed door!

Door je vooraf goed te informeren ben je niet alleen goed voorbereid, maar kunnen we de briefing voorafgaand aan de wedstrijd zo kort mogelijk houden.

Alvast hartelijk dank voor het doornemen en een prettige wedstrijd toegewenst!

Organisatie en wedstrijdleiding Zeewolde Endurance

Route en parkeren

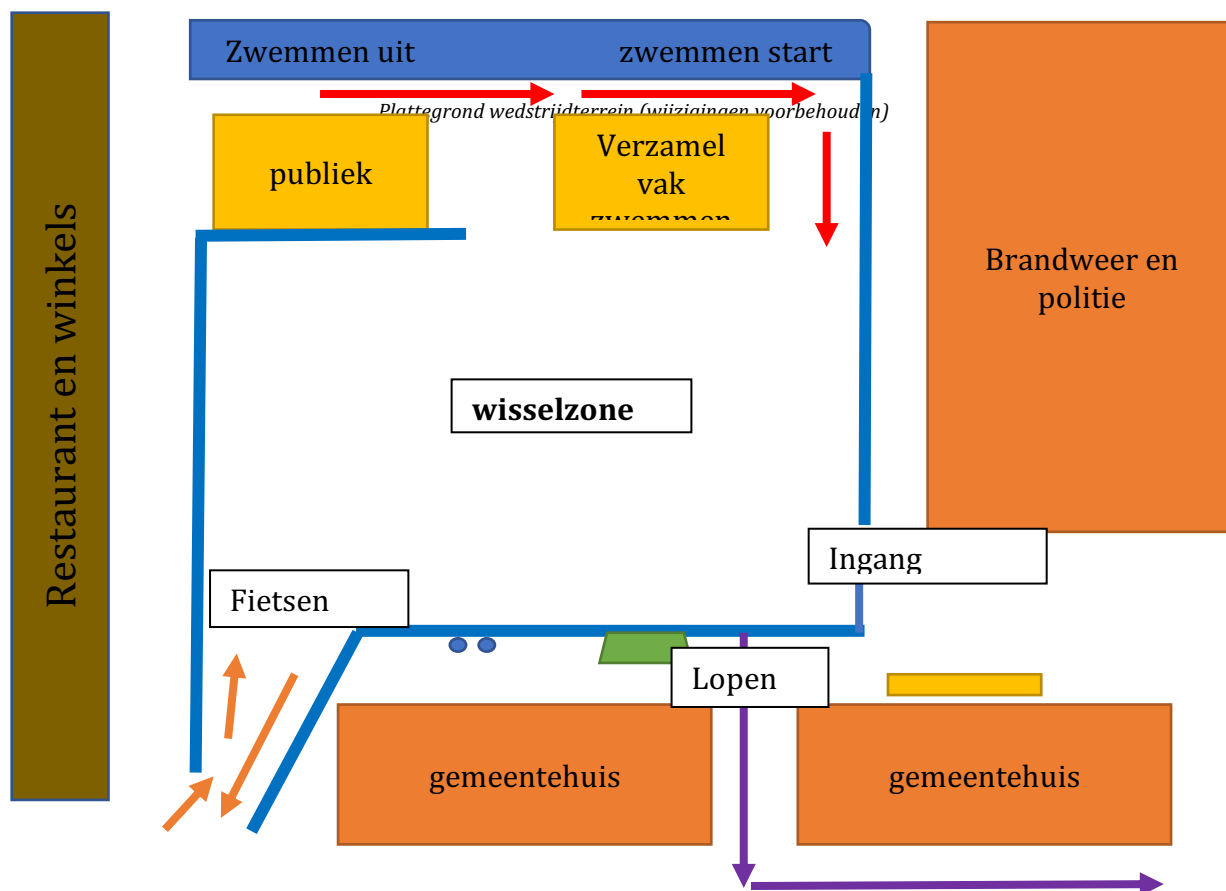
Zeewolde en ook het wedstrijdterrein is met de auto goed bereikbaar en er is voldoende parkeergelegenheid. Het parkeerterrein is gelegen aan de Horsterweg bij het zwembad het Baken. Vanaf het parkeerterrein is het nog 500 meter naar het wedstrijd terrein.

Routebeschrijving

- Vanuit de richting **Harderwijk/Zwolle**: Volg de borden Zeewolde. In Zeewolde volg je de borden 'Parkeren Zeewolde Endurance'.
- Vanuit de richting **Amersfoort/Utrecht**: Neemt op de A28 de afslag Nijkerk en volg de borden Zeewolde. In Zeewolde volg je de borden 'Parkeren Zeewolde Endurance'.
- Vanuit de richting **Amsterdam** volg je **Almere** en daarna de borden Zeewolde. In Zeewolde volg je de borden 'Parkeren Zeewolde Endurance'.

Vanaf deze parkeerplaats loop je richting centrum waarna je in het start/finish gebied komt waar het inschrijven is gesitueerd. Op de volgende pagina staat een overzicht van dit gebied.

Het wedstrijdterrein



Ophalen startbescheiden

Eenmaal aangekomen op het wedstrijdterrein kunt u uw startnummer en overige startbenodigdheden ophalen bij het inschrijfbureau. Het inschrijfbureau is geopend vanaf 8.00 uur.

In uw startbescheiden treft u aan:

- Stickers voor de fiets en de helm
- Badmuts
- Huur chip voor de tijdregistratie
- Startnummer met speldjes

Triathlon programma zaterdag 24 juni 2023

Het inschrijfbureau opent om 8.00 uur.

Midden Distance (MD)

2000m zwemmen | 80 km fietsen | 20 km lopen

08:00 uur	Wisselzone open
08:45 uur	Fiets Check-in gesloten
08:50 uur	Briefing deelnemers
9:00 uur	Start Midden Distance
15:15 uur (indicatie)	Prijsuitreiking*
17:00 uur	Wisselzone leeg

* Tijd is indicatie. Prijsuitreiking zo snel mogelijk na binnenkomst van de winnaars

Standard Distance (SD)

1500m zwemmen | 40km fietsen | 10km lopen

09:30 uur	Wisselzone open
10:15 uur	Fiets Check-in gesloten
10:20 uur	Briefing deelnemers (Heren en Dames)
10:30 uur	Start Standard Distance Mannen
10:30 uur	Start Standard Distance Vrouwen
14:00 uur (indicatie)	Prijsuitreiking *
14:30 uur	Wisselzone leeg

* Tijd is indicatie. Prijsuitreiking zo snel mogelijk na binnenkomst van de winnaars

Sprint

750m zwemmen | 20 km fietsen | 5km lopen

10:40 uur	Wisselzone open
11:25 uur	Fiets Check-in gesloten
11:30 uur	Briefing deelnemers (Heren en Dames)
11:40 uur	Start Sprint
13:45 uur (indicatie)	Prijsuitreiking *
13:40 uur	Wisselzone leeg

* Tijd is indicatie. Prijsuitreiking zo snel mogelijk na binnenkomst van de winnaars

Vrijmaken wisselzone

Om ook de deelnemers van de volgende onderdelen de ruimte te geven verzoeken we je om de wisselzone zo snel mogelijk vrij te maken. Bij het ophalen van de spullen uit de wisselzone moet de tijdregistratiechip worden ingeleverd. Zonder chip kunnen we geen spullen meegeven!!

De organisatie behoudt zich het recht om spullen die na het aangegeven tijdstip nog in de wisselzone aanwezig zijn te verwijderen.

Masseren voor de RopaRun

Tijdens het hele evenement zijn er sportmassieurs van Roparun Team065 aanwezig om u te voorzien van soepele benen voor of na uw sportieve prestatie. In ruil voor een donatie aan de Roparun wordt u gemasseerd door een gediplomeerd sport masseur of fysiotherapeut. Goed voor uw prestatie of herstel en u steunt de doelen van de Roparun.

De hoogte van uw donatie mag u zelf bepalen (richtlijn: va 10 euro). Betaling graag contanct of via 'Tikkie'.



Overige informatie over de wedstrijd

Omkleden

Er zijn gescheiden kleedruimtes beschikbaar. Volg hiervoor de borden. In de nabijheid van de kleedruimte is een zeer beperkte mogelijkheid om te douchen.

De kleedruimtes worden niet bewaakt. De organisatie is niet verantwoordelijk voor het verlies of beschadiging van spullen.

Wisselzone

In de wisselzone heeft elke deelnemer zijn eigen ruimte welke is aangegeven door een nummer op de fietsenrekken.

Let goed op de tijden waarop de wisselzone open is en weer leeg moet zijn. Denk bij het ophalen van de spullen aan het inleveren van de chip

Fietscontrole

Bij het binnengaan van de wisselzone zal je fiets gecontroleerd worden door de official van de NTB om te kijken of deze voldoet aan de eisen welke in het reglement van de NTB staan vermeld. <http://www.triathlonbond.nl/NTB/Reglementenstatuten.aspx>

De fietscheck-in sluit een kwartier voor aanvang van het onderdeel.

Zwemmen

- Inzwemmen mag tot 25 minuten voor de wedstrijd. Daarna worden alle deelnemers verzocht in het pre startvak plaats te nemen. 10 minuten voor de start zal er door de wedstrijdleiding een briefing worden gehouden. Alle deelnemers wachten nu op het teken van de wedstrijdleader om daarna in het startvak plaats te nemen.
- De startlijn wordt aangegeven door boeien. Deelnemers worden verzocht achter deze denkbeeldige startlijn plaats te nemen. Als het startsignaal is het parcours vrij voor de deelnemers.
- Er bevinden zich kano's en duikers in en naast het water. Als je in de problemen komt steek dan je hand op zodat je geholpen kunt worden. Het aannemen van hulp is reden tot diskwalificatie.
- Na het afronden van het zwemparcours verlaat je via de trap het water. Bij de trap staan vrijwilligers die jou waar nodig zullen helpen. Deze hulp levert geen diskwalificatie op.
- Het zwemparcours wordt tegen de klok in gezwommen. Deelnemers die buiten het zwemparcours zwemmen worden uit de wedstrijd genomen.
- De wetsuit mag pas volledig worden uitgedaan in de voorziene ruimte in de wisselzone. Tijdens het lopen naar de wisselzone mag de wetsuit tot aan het middel worden uitgetrokken.

Wel of niet dragen van een wetsuit

We hanteren hiervoor de regels van de NTB.

Zwemafstanden t/m 1500m:

- 22°C of hoger: Wetsuit verboden
- 15,9°C of lager: Wetsuit verplicht

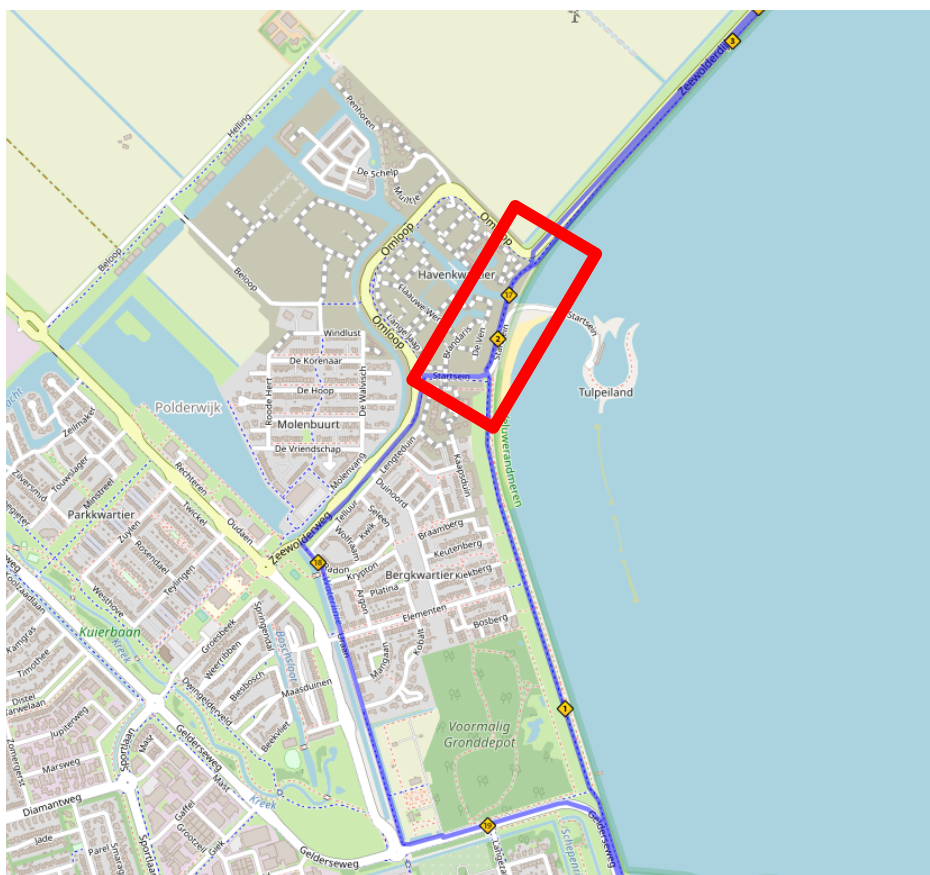
Bij zwemafstanden langer dan 1500m:

- 24,6°C of hoger: Wetsuit verboden
- 15,9°C of lager: Wetsuit verplicht

De watertemperatuur staat vermeld bij het inschrijfbureau en voorafgaand tevens op onze website onder het kopje deelnemersinformatie. Bij een watertemperatuur lager dan 13°C wordt het zwemmen afgelast.

Fietsen

Het fietsparcours is vrijwel geheel verkeersvrij, met uitzondering van bestemmingsverkeer op het Ganzenpad en de Sternweg (agrarisch gebied). Er mag NIET worden gestayerd. Inhalen is verboden op een stukje fietspad van ongeveer 300 meter nabij het tulpeiland. Zie het kaartje hieronder. Voor de Midden Distance is er een waterpost geplaatst op de Sternweg.



Lopen

Het loopparcours is geheel verkeersvrij. Langs het parcours staan twee verzorgingsposten waar voor de deelnemers water en sportdrank worden aangereikt. Voor de MD wordt er ook stukjes banaan aangeboden.

Regels voor Teams

- Voor de zwemmer van een Team gelden dezelfde regels als vermeld hierboven.
- De fietser van het Team wacht in het wisselvak met de helm op.
- Als de zwemmer uit het water terugkomt in het wisselvak, overhandigt hij/zij de chip aan de fietser. Die doet deze om de linkerenkel. LET OP: de fietser mag het vak pas verlaten als de chip is omgedaan.
- De fietser loopt dan naar de fiets met de helm op en loopt met de fiets naar de uitgang van de wisselzone. Na de balk op de grond mag opgestapt worden om te gaan fietsen.
- Bij terugkomst in de wisselzone plaatst de fietser eerst de fiets weer terug en loopt naar het wisselvak om de chip aan de loper te overhandigen.
- LET OP: de loper mag het wisselvak pas verlaten als de chip om de linkerenkel zit.
- Het is een goed gebruik om met alle teamleden te finishen. De zwemmer en fietser wachten zo'n 50 meter voor de finish op de loper en sluiten dan aan. Houd wel rekening met andere deelnemers!

Parcours

Het parcours van zowel de Sprint, de Middle Distance als ook de Olympic Distance staan online op onze website. Klik op de home page op het triathlon onderdeel dat je gekozen hebt. Daar vind je de links naar deze informatie.

Finish verzorging

Na de finish zijn er ook verzorgingsposten waar men fruit, water, sportdranken en herstel dranken kan krijgen.

Prijsuitreiking en -categorieën

Onderdeel & indicatie tijdstip uitreiking	Categorie
Sprint (+/- 13:45 uur*)	Heren
	Dames
	Teams
Standard Distance (+/- 14:00 uur*)	Heren
	Dames
Midden Distance (+/- 15:15 uur*)	Heren
	Dames

** Tijd is indicatie. Prijsuitreiking zo snel mogelijk na binnenkomst van de winnaars*

Foto's en uitslagen

Er zullen gedurende de gehele wedstrijd foto's worden gemaakt welke kort na de wedstrijd via een link zichtbaar zullen zijn. Ook de uitslagen worden na afloop van de wedstrijd zo snel mogelijk gepubliceerd.

Uiterlijk 2 uur na afloop van de wedstrijd ontvangen alle deelnemers een SMS waarin zij gevraagd worden het evenement te beoordelen, met aansluitend een kleine enquête.

Voor supporters

Het start en finish gebied bevindt zich bij het Wolderstrand nabij restaurant fika. Voor het publiek is er volop mogelijkheid om zich aangenaam te verpozen. Daarnaast is het parcours is zo opgezet dat de deelnemers maximaal te zien zijn. Zij komen tijdens het lopen meerdere malen door het start/finish gebied. Ook daarbuiten zijn er volop mogelijkheden om deelnemers aan te moedigen en mee te genieten van de wedstrijd.

Het is voor de toeschouwers niet toegestaan om zich in het afgesloten deel van de wisselzone te begeven.

Tot slot

Mochten er naar aanleiding van dit informatieboekje nog vragen zijn aarzel dan niet om contact op te nemen met de wedstrijdorganisatie: info@zeewolde-endurance.nl
Voor dringende zaken kunt u ook bellen: 06-25500729 (Harry Dobber).

Met dank aan onze sponsors

ZEEWOLDE ENDURANCE BEDANKT ALLE SPONSORS VAN DEZE 9^e EDITIE

Gouden Sponsor :



Overige sponsors





