

DEELNEMERS INFORMATIE 3^e TRIATLON FRANEKER ZONDAG 28 AUGUSTUS 13.00 UUR

Parkeren

Wij vragen je vriendelijk als je met de auto komt deze te parkeren op de volgende drie (gratis) parkeerplaatsen:

- 1.Parkeerterrein bij het station Franeker.
- 2.Parkeerterrein bij Kringloop Estafette/Welkoop.
- 3.Parkeerterrein AH/Lidl Leeuwarderweg 8 (let op: deels blauwe zone)

Aanmelden en Parc Fermé

Van 11.00 uur tot 12.15 uur kun je je melden bij het secretariaat/parc fermé aan het einde van de Horsa. Hierbij hoeft je geen coronatest of QR code te overleggen. Wij vertrouwen erop dat je bij eventuele klachten de noodzakelijke maatregelen neemt. Bij het secretariaat krijgt je een tas met startbescheiden. Het parc fermé is alleen toegankelijk voor deelnemers. Dit dient je zichtbaar te maken aan de hand van de geleverde stickers en startnummer. Zet je fiets op een gemarkeerde plek. Het parc fermé wordt bewaakt tot de laatste deelnemer is gefinisht.

STARTBESCHIEDEN

Leenbadmuts: tijdens het zwemonderdeel dragen alle deelnemers deze badmuts met nummer. Na afloop van het zwemmen deponer je je badmuts in de daarvoor bestemde bakken (je kan erop worden geattendeerd). Bij niet inleveren van de badmuts wordt er €5,- in rekening gebracht.

Startnummer: draag het startnummer goed zichtbaar op je rug bij het fietsen en op je buik bij het hardlopen. Je kunt hierbij gebruik maken van de bijgeleverde nummerband/veiligheidsspelden. Voordeel van de band is dat je kleding heel blijft en dat je snel kunt wisselen van het fietsen naar het hardlopen.

Fietssticker: bevestig deze fietssticker meteen aan je fiets, het liefst aan de zadelpen, zodat hij voor ons goed zichtbaar is.

Genummerde plastic tas: eventuele overige spullen kun je hier in doen en bij je fiets achterlaten.

Enkelband: voor de tijdregistratie krijg je van ons een enkelband die je om je LINKER ENKEL moet doen in verband met je veiligheid (losse eindjes zouden anders eventueel tussen je ketting kunnen komen). Voor de estafetteploeg geldt dat de enkelband doorgegeven moet worden aan diegene die het volgende onderdeel doet. De enkelband dien je weer in te leveren in de daarvoor bestemde bak bij het verlaten van parc fermé als je klaar bent met de triatlon.

OMKLEDEN

Op het parc fermé is ruimte voor omkleden indien gewenst. Er is geen douchegelegenheid aanwezig.

LET OP: DE ORGANISATIE IS NIET VERANTWOORDELIJK VOOR VERMISSING OF

BESCHADIGING VAN EIGENDOMMEN! Laat waardevolle spullen zoveel mogelijk thuis of geef ze af aan je meereizende fans.

START/ZWEMMEN

De start van het zwemmen is in het water bij het bruggetje bij het Hitzummer Binnenpad (wijziging een week geleden ingevoerd vanwege aantal deelnemers). Volg de aanwijzingen van de starter voor een vlotte doorstroom. Voorafgaand aan de start lopen we gezamenlijk naar de startlocatie. Bij de startlocatie wordt door ons een verzamelpunt gecreëerd waar je je schoeisel/slippers kunt achterlaten. Wij zorgen ervoor dat schoeisel/slippers weer in het parc fermé komt. **BADMUTS MET NUMMER IS VERPLICHT BIJ HET ZWEMMEN.** Het dragen van een wetsuit is aan te bevelen, maar niet verplicht. Komt je tijdens het zwemmen in de problemen steek dan je arm duidelijk omhoog en vraag om hulp. Het water is ongeveer 1.50 m diep, dus wij adviseren om er niet in te springen of te duiken.

FIETSEN

BIJ HET FIETSEN IS HET DRAGEN VAN EEN HELM VERPLICHT. De helm moet bij het verlaten van parc fermé vastgeklikt zijn. Het is niet toegestaan om in parc fermé te fietsen. Stayeren is niet toegestaan en oordopjes ook niet. Na het afleggen van het fietsparcours dient je je fiets weer terug te plaatsen op je plek op parc fermé.

HARDLOPEN

Bij het **HARDLOPEN** JE STARTNUMMER OP JE BUIK dragen, zodat deze voor ons goed zichtbaar is. De fiets- en looproute wordt met vrijwilligers en pijlen aangegeven. Voor de **FIETSROUTE** zijn de **PIJLEN GEEL** en voor de **HARDLOOPROUTE** zijn de **PIJLEN ROOD**. Bij oversteekplaatsen staan vrijwilligers en gecertificeerde verkeersregelaars opgesteld. Volg hun aanwijzingen. Een gedeelte van het fiets- en hardloopparcours is het hetzelfde parcours; hou alsjeblieft rekening met elkaar. Je bent tijdens de triatlon verkeersdeelnemer, hou hier ook rekening mee.

DE BRIEFING IS OM 12.30 UUR door Jitske Cats daarna lopen we gezamenlijk naar de startplaats 500 meter verderop. We refereren ook naar onze website triatlonfranekeer.nl voor meer informatie.

Veel succes met je voorbereiding en we zien je graag aan de start verschijnen op zondag 28 augustus!

Met vriendelijke groet,
organisatieteam Triatlon Franeker

<https://triatlonfranekeer.nl>

Zie onder gewijzigd zwemparcours, fietsparcours 1^e en 2^e ronden en hardloopparcours ->





