

**WEDSTRIJD BRIEFING TCL Circuit TRI
1/8 DRAFTING & 1/4 NON DRAFTING
15 JUNI 2025**

Beste triatleet,

We zijn zeer verheugd om u op onze wedstrijddag te mogen ontvangen op onze UNIEKE wedstrijdlocatie. Wij hopen om er samen met u een geslaagd sportief evenement van te kunnen maken.

Volg ons op onze sociale media voor eventuele laatste updates: [Facebook](#) & Instagram

Opgelet: **dit jaar werken we met TWEE wisselzones:**

- T1 (SWIM-BIKE) aan het albertkanaal ;
- T2 (BIKE-RUN) aan de velodroom.

DAG & WEDSTRIJDPROGRAMMA

09:00u Opening wedstrijdsecretariaat binnen de velodroom:

Kerkstraat 151, 3550 Heusden-Zolder

[Sport Vlaanderen Heusden Zolder Velodroom Limburg - Google Maps](#)

Er zijn verschillende parkings voorzien (zie wedstrijd schets onderaan deze briefing)

Parking 1 - 2 - 3 zijn op wandelafstand van de velodroom en Transitiezone 2 (T2).

Parkeren als atleet doe je best op Parking 1, maar indien deze volzet is, dan is parking 3 ook een goede optie.

10:30u Start 1/8 DRAFTING - individueel HEREN

10:35u Start 1/8 DRAFTING – Trio (+ individueel DAMES)

13:00u Start 3VL Kids Duathlon op binnenpiste van de velodroom (aparte wedstrijd briefing)

14:30u Start 1/4 NON DRAFTING – individueel HEREN

14.35u Start 1/4 NON DRAFTING – individueel DAMES

De afstanden voor de sprint- en de kwart afstand zijn als volgt:

- **Sprint triatlon:** 500 m zwemmen, 22 km fietsen, 5 km lopen
- **Kwart triatlon:** 1000 m zwemmen, 42 km fietsen, 10 km lopen

Op onze wedstrijd zijn de reglementen van de Belgische Triatlon & Duatlon Federatie (BTDF) van toepassing. Te raadplegen op: <https://www.competition.com>

De Chief Race Official (CRO) en Technical Officials (TO) zijn er om de reglementen proactief toe te passen zodat de wedstrijd onder sportieve en veilige omstandigheden kan doorgaan.

VERZEKERING: Alle deelnemers van een officiële 3VL-wedstrijd zijn verzekerd voor

lichamelijke schade en burgerlijke aansprakelijkheid. Meer info: [Triatlon Vlaanderen - Verzekering](#)

ONTHAAL – SECRETARIAAT

Op 15 juni 2025 vanaf 09:00u kunnen de deelnemers hun startmateriaal afhalen aan het wedstrijdsecretariaat. Bij het aanmelden moet elke atleet (ook voor trio's en duo's) voorzien zijn van zijn/haar licentie (met foto) of een identificatiebewijs met foto.

Deelnemen onder een andere naam, andere leeftijd of op basis van valse informatie is niet toegestaan.

Iedere deelnemer krijgt op het secretariaat alle benodigdheden voor de wedstrijd:

- **Timing chip** (enkelband zelf te voorzien of deze wordt aangeleverd door het secretariaat voor degene die deze online besteld hebben). Gezien wij als organisatie 65euro per onbrekende chip aangerekend krijgen, behouden wij het recht om dit bedrag door te rekenen aan de atleet als deze chip niet terug wordt ingeleverd. De enkelband(zie foto) mag je houden;
- **Wedstrijdbadmuts** (deze dient verplicht gedragen te worden!)
 - Geel = SPRINT ; Groen = KWART ; Blauw = TRIO ; ALLE dames = ROOS
- **Wedstrijdnummer** (deze dien je aan een heup elastiek te maken, voorzie veiligheidsspelden);
- Wedstrijd stickers voor **helm**, wisselbox(Enkel toegestaan in T2), **zwemzak (T1)** en **fiets**;
- Zwemzak → plastic zak die je dient te gebruiken om al je zwemspullen in op te bergen in transitie zone 1.
- Kledij en sporttassen kunnen GRATIS worden opgeborgen in LOCKERS binnen de velodroom. Na de wedstrijd kan je hier ook douchen.

BRIEFING

Voor de wedstrijd start is er een briefing voorzien aan de zwemstart, wees hier aanwezig. Belangrijke gewijzigde informatie wordt hier meegedeeld. Als atleet sta je zelf in voor de kennis van het wedstrijdparcours.

TIJDSLIJN

	1/8 Ind heren	1/8 trio + Dames	1/4 Ind heren	1/4 Ind dames
Wedstrijdsecretariaat open	09.00u	09.00u	11.00u	11.00u
Wisselzone 2 (T2) open	09.00u	09.00u	13.00u	13.00u
Wisselzone 1 (T1) open	09.30u	09.30u	13.30u	13.30u
Briefing aan de startzone	10.15u	10.15u	14.15u	14.15u
Start	10.30u	10.35u	14.30u	14.35u
Zwem cut off	20'	20'	40'	40'
Zwem + Fiets cut off	80'	80'	160'	160'
Eerste finisher verwacht	11.30u	11.30u	16.30u	16.30u
Laatste deelnemer verwacht	12.20u	12.20u	17.40u	17.40u
Fiets uit wisselzone	vóór 12.45u	- 18.00u- 18.00u

Goede afspraken maken goede vrienden

- Voor de wedstrijd plaatst de atleet zijn/haar materiaal bij het juiste startnummer in de wisselzone.
 - o Voor T1(Swim-Bike):
 - Enkel de fiets met hieraan helm, race-belt en fietsschoenen.
 - Zwemzak dient aan de fietsrek geknoopt te worden.
 - Na het zwemmen dient de wetsuit, badmuts en zwembril in de zwemzak gestoken te worden! Op de zwemzak dien je ook jouw nummer te plakken!
 - o Voor T2 (Bike-Run):
 - Loopschoenen en accessoires dienen in **een eigen opbergbox** te zitten (maximum L45xB35xD25).
- In de wisselzone mag er niet gefietst worden. Tijdens de wedstrijd stapt de atleet correct op **na** de opstaplijn (na de eerste wissel) en correct af **voor** de afstaplijn (voor de tweede wissel) en hindert geen andere atleten.
- Het aanmelden in de wisselzone gebeurt binnen de gecommuniceerde tijdstippen. Hier worden de fietsen gecontroleerd door de technical officials.
- De fiets wordt voorzien van een sticker met deelnamenummer rond de zadelpen.
- **Tijdritfietsen zijn enkel toegestaan op de kwart afstand.**
- De helm draagt men correct, met de oren vrij en tijdens alle fietsverplaatsingen op de wedstrijddag. Deze wordt voorzien van een helmsticker (vooraan op de helm).
- Na de wedstrijd kunnen de atleten met **hun startnummer** hun eigen fiets, hun zwemzak en materiaal komen afhalen in de **transitie zone 2**. Deze wordt continu bewaakt. De organisatie brengt alle zwemzakken van T1 naar T2.

KLEDIJ

Elke atleet draagt tijdens de wedstrijd een niet-transparant wedstrijdpak dat uit 1 (of desnoods 2 delen) bestaat en ten alle tijden boven- en onderlichaam bedekt. Deze mag vooraan of achteraan een rits bevatten.

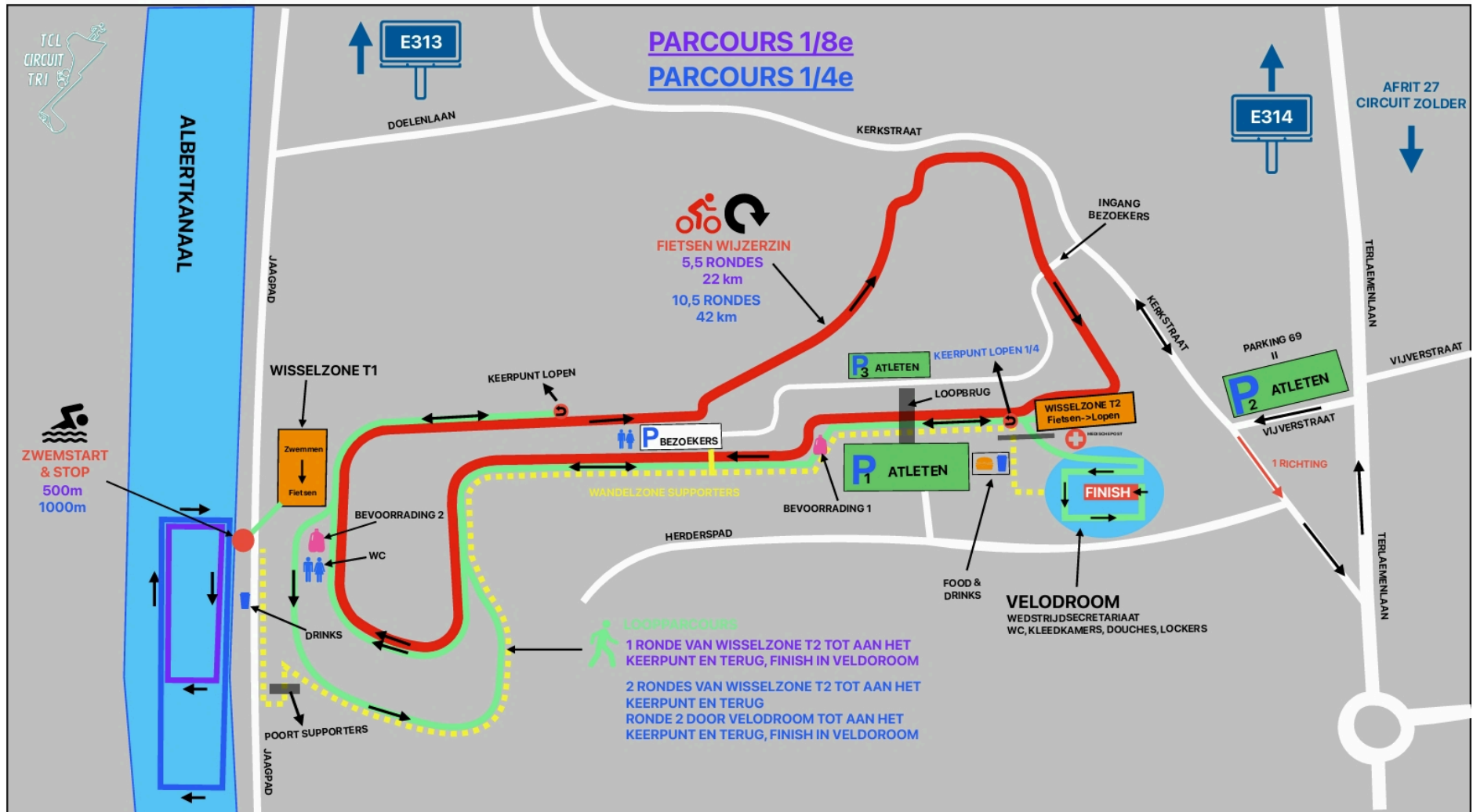
WEDSTRIJDNUMMER

Tijdens het fietsen draag je je startnummer langs de rugzijde, tijdens het lopen langs de borstzijde.

AFVALZONE

Afval wordt in de voorziene vuilniszakken gedeponeerd. Het is niet toegestaan om afval weg te gooien buiten de daarvoor aangeduide plaatsen; op het begin en einde van de bevoorradingszone. Inbreuk kan leiden tot diskwalificatie

TCL CIRCUIT TRI

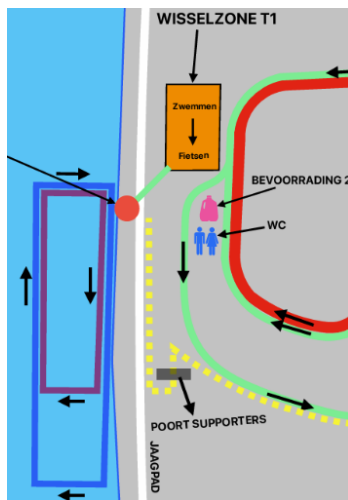


ZWEMMEN

De zwemproef vindt plaats in het Albertkanaal. De officiële watertemperatuur wordt door de CRO gemeten op de wedstrijddag en op basis hiervan (en de weersomstandigheden) wordt beslist of er al dan niet gezwommen wordt (of zwemparcours ingekort) en indien het gebruik van de wetsuit toegelaten, verplicht of verboden is. De temperatuur wordt gecommuniceerd via het wedstrijdsecretariaat.

- Indien het zwemmen niet doorgaat wordt de wedstrijd omgevormd tot duatlon. Wees als atleet hierop voorbereid.
- Wetsuits zijn verboden bij een officiële temperatuur boven de 22°C (750m of minder) of 23°C (750 tot 1500m).

Het dragen van de **badmuts** van de organisatie is verplicht. Het dragen van de **timingchip** aan de linker enkel is verplicht. De deelnemers verzamelen zich minstens 15 min voor de start van hun reeks in de startzone. Hier ontvangen ze de laatste briefing.



Op vraag van de Technical Official begeven de atleten zich in alle veiligheid via de voorziene trap in het water naar de startlijn (+- 3 min voor de start). De start wordt gegeven wanneer alle atleten klaar zijn in het water. Tijdens de zwemproef dient er achter de verschillende boeien gezwommen worden, elke boei dient aan je rechterzijde genomen te worden. De start zal dus gebeuren richting HASSELT (zie pijlen op de schets). Paars = Sprint (500m) - Blauw = Kwart (1000m)

Het verlaten van de zwemproef gebeurt enkel via de voorziene trap. Tijdens het lopen naar de wisselzone (maximum 100 meter) mag de wetsuit wel uitgetrokken worden tot aan het middel. De wetsuit mag pas volledig worden verwijderd in de voorziene ruimte binnen de wisselzone.

LIMIETTIJDEN bij de zwemproef: 20' voor 1/8; 40' voor 1/4

WISSELZONE ZWEMMEN → FIETSEN

Stop al je zwemspullen in je plastic zwemzak die je hebt ontvangen van de organisatie. Draag je helm met gesloten gesp voor je je fiets neemt en verlaat de wisselzone met je startnummer op de rug, zelfklevend startnummer op de fiets en chip rond de enkel. Stap pas op je fiets ACHTER de startlijn.

FIETSEN

Het fietsen gebeurt in wijzerzin. Er is ook beeldmateriaal van het fietsparcours (avondfietsen Circuit Zolder): [Avondfietsen Circuit Zolder \(youtube.com\)](https://www.youtube.com/watch?v=...). Eén ronde op het circuit is ongeveer 4 kilometer.

Fietsparcours = het race circuit Zolder. **Het circuit heeft enkele "chicanes"(S-bochten) → extra opletten.** **Groene strook** = loop parcours. In deze zones zal er een gedeelte (van de breedte) van het circuit ingenomen zijn door kegels → **extra opletten**. Elke deelnemer is ZELF verantwoordelijk voor het aantal gereden ronden en afgelegde afstand. De SPRINT deelnemers rijden 5 én een halve ronde (+/- 22km), de KWART deelnemers rijden 10 én een halve ronde (+/-42km). **Een kilometerteller(GPS) is aangewezen bij het fietsonderdeel!** Indien de tijdregistratie een ronde te weinig aangeeft, wordt deze atleet uitgesloten.

Voor het binnenrijden in T2, **extra opletten**, dit is een bergaf voor de andere atleten die nog verder fietsen. Bekijk deze zone goed bij het inchecken van je loop materiaal.

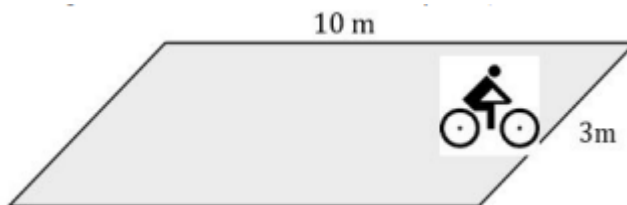
Stayeren (in elkaars wiel rijden) of draften is toegelaten bij de 1/8 wedstrijd in dezelfde categorie! In groep rijden is dus toegestaan, neem echter geen onnodige risico's. **OPGELET: vrouwen mogen niet stayeren bij mannen of omgekeerd. Bij de 1/4 is stayeren verboden!**

Reglementering: <https://www.competition.com/triatlon/vlaanderen/over-ons/reglementen> p22-25

- Bij drafting races (waar men mag stayeren of in elkaars wiel rijden) zijn traditionele (race)fietsen toegelaten maar geen tijdritfiets. Clip-ons zijn niet toegelaten.
- Bij non-drafting race (KWART TRIATLON) zijn tijdritfietsen toegelaten. Volle achterwielen zijn toegelaten maar kunnen in extreme omstandigheden (bijvoorbeeld veel wind) verboden worden door de CRO dus breng steeds een normaal reservewiel mee. Naast elleboogsteunen zijn ook clip-ons (ligstuurtjes) toegelaten zolang zij niet voorbij het voorste deel van het voorwiel komen. Clip-ons bestaande uit 2 stukken moeten niet overbrugd worden. Naar voren gerichte clip-ons mogen geen remhendels dragen die naar voren gericht zijn.

NON-DRAFTING: (enkel voor de KWART)

- 1) Een atleet moet **RECHTS rijden** indien hij als eerste die positie heeft. Er moet **voldoende ruimte zijn (links) om een inhaalmanoeuvre uit te voeren**.
- 2) Een atleet die in de draftingpositie komt, is zelf verantwoordelijk om deze zo snel mogelijk (**max 20sec**) en in een continue beweging te verlaten.
- 3) De draftingzone fiets is een rechthoek van 10m op 3m (voorwiel tot voorwiel)



- 4) Een atleet mag de draftingzone betreden onder volgende omstandigheden:
 - a) bij een inhaalmanoeuvre van 20sec;
 - b) omwille van veiligheidsredenen
 - c) 100m voor of na de wisselzone
 - d) bij een scherpe bocht (zie 3 chicanes op de schets)

- 5) Een atleet is ingehaald zodra het voorwiel van een andere atleet zijn/haar voorwiel inhaalt;
- 6) Eens ingehaald moet de ingehaalde atleet zich binnen de 5sec laten afzakken tot buiten de draftingzone van 10m

Drafting controle:

- Voor de veiligheid zullen er géén motards aanwezig zijn op het circuit om sancties uit te delen.
- De organisatie rekent op de **FAIRPLAY** van alle deelnemers voor de non-drafting.

LIMIETTIJDEN bij de fietsproef: 60' voor 1/8; 2u voor ¼

LOPEN

Vanaf de wisselzone (T2) start je de loopronde op het circuit.

- Voor de SPRINT-afstand loop je één ronde tot aan het keerpunt (zie schets)
- Voor de KWART-afstand loop je twee rondes.

Langs het parcours zijn er TWEE bevoorradingsposten (met water en sportdrink) , die je in beide richtingen kunt gebruiken - goed voor vier mogelijkheden per ronde.

Na je loopronde(s) bundel je nog één keer je laatste krachten om te FINISHEN in de Velodroom. Onder de finishboog wacht onze fotograaf op je én ontvang je een welverdiende medaille.

Opgelet: bij het binnenlopen van de velodroom is er een steile afdaling en nog een kleine helling te overbruggen.

LIMIETTIJDEN bij de loopproef: 60' voor 1/8; 1u30 voor ¼

TRIO WEDSTRIJD

Het trio meldt zich op de wedstrijddag gezamenlijk aan op het wedstrijdsecretariaat met de nodige documenten (licentie, identiteitsbewijs met foto).

De zwemmer meldt zich 15 min voor de start van de wedstrijdreeks aan bij de zwemstart.

Volg aandachtig de briefing als deze ter plaatse gegeven wordt.

De fietser meldt zich tijdig bij de check-in aan de wisselzone met fiets, startnummer en helm (controleer de openingsuren van de check-in). Een afzonderlijke wisselzone voor TRIO's wordt geïnstalleerd binnen de gemeenschappelijke wisselzone.

De wissel tussen de verschillende teamleden gebeurt op **de voorziene plaats in de wisselzone** en volgens de juiste procedure door middel van het doorgeven **enkelband met chip** aan de volgende atleet. De fietser kan reeds **een heup elastiek met jullie wedstrijdnummer dragen!**). Bij de wissel (**in T2**) van fietser naar loper dient zowel de chip als wedstrijdnummer doorgegeven te worden. Fietzers dragen het startnummer duidelijk zichtbaar op de rug, lopers vooraan op het lichaam. De zwemmer draagt geen startnummer. De chip wordt altijd gedragen aan de linkerenkel. Bij de finish kan je als TRIO samen een finishfoto vragen om een vast aandenken te hebben! Doe dit zo snel mogelijk bij aankomst. De loper kan kijken naar het zwemgedeelte, maar zorg ervoor dat de loper tijdig klaar staat in T2! Dit kan het efficiëntst via de supportersroute (geel route op de schets)

FINISH & PRIJSUITREIKING

Aan de finish staan onze medewerkers klaar om je te begeleiden en te ondersteunen. Je kan rekenen op een **uitgebreide eindbevoorrading** om goed te herstellen. Naast de Velodroom bevindt zich het **supportersdorp**, waar je samen met vrienden en familie gezellig kan nagenieten van je prestatie. **Je kan er iets drinken en een hapje eten** terwijl je de andere deelnemers aanmoedigt.

Indien je medische hulp nodig hebt, begeleiden onze medewerkers je naar de **medische post**, die de hele dag beschikbaar is binnen de Velodroom.

De **prijsuitreiking** vindt plaats aan de aankomstzone, eveneens binnen de Velodroom. Er zijn **naturaprijzen voorzien voor de top 3 dames en heren** van zowel de **SPRINT** als de **KWART** afstand. Daarnaast is er een apart klassement voor de **MASTERS** én maken we een leuke foto met de 3 **eerste TRIO's** (enkel sprint afstand).-

Naast deze prijzen is er ook de uitreiking van twee Garmin Forerunner 265 sporthorloges voor zowel één deelnemer van de **SPRINT** als één deelnemer van de **KWART** afstand.

OPGAVE

Indien je beslist om de wedstrijd te verlaten, laat dit dan zo snel mogelijk weten aan één van de medewerkers langs het parcours, in de wisselzone of aan de finish. Zo weten we dat je veilig bent. Je startnummer dien je bij je te hebben als je je fiets ophaalt evenals je timingchip.

CHECK-OUT

Aan de finishline wordt je timingchip in ontvangst genomen.

Op vertoon van je startnummer zal je je fiets, wisselbox en zwemtas uit de wisselzone (**T2**) mogen afhalen.

VERLOREN VOORWERPEN

Verloren voorwerpen zullen verzameld worden aan het wedstrijdsecretariaat. Je kan deze na de wedstrijd altijd komen afhalen of nadien contact opnemen via

triatlon.lummen@gmail.com .

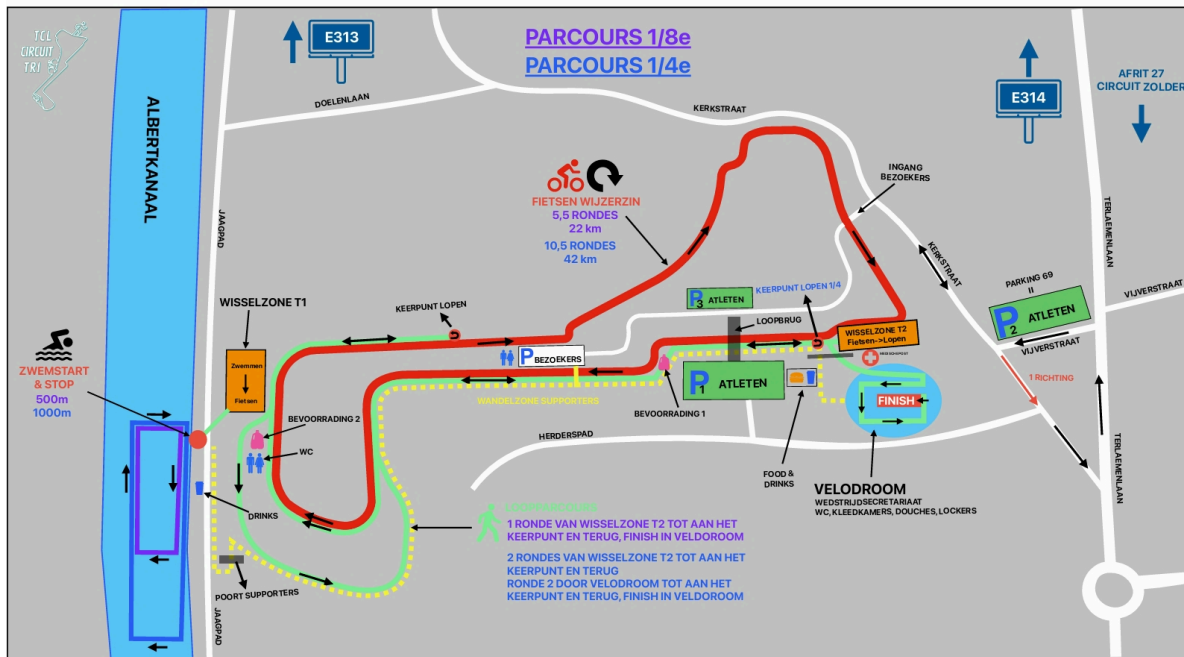
SUPPORTER BRIEFING:

Jouw supporters zijn hier van harte welkom om je aan te moedigen. Ze kunnen het zwemmen, fietsen én lopen mee volgen tot aan de finish binnen de velodroom.

Parking: parkeren doen ze best op de parking van het circuit zelf.

Otohar Taverne - Google Maps Van hieruit kunnen ze zich te voet via de **WANDELZONE SUPPORTERS** naar de zwemstart begeven. Volg de pijlen "Zwemstart".

TCL CIRCUIT TRI



Zwemmen: tijdens het zwemmen kunnen de supporters langs het kanaal supporteren, maar dienen ten allen tijde het **JAAGPAD vrij te laten** aangezien deze niet fietsvrij is.

Fietsen-lopen: na het zwemmen kunnen de supporters via de "poort supporters" het circuit opkomen (zie "gele stippellijn" op de SCHETS). Dit is nodig om de veiligheid van de fietswedstrijd te garanderen. Volg de signalisatie om zo efficiënt mogelijk naar de velodroom te geraken. Je verplaatsen met de fiets naar de velodroom is ook mogelijk om wat tijd te winnen.

Finishline: De finish gebeurt binnen in de VELODROOM. Hier kunnen jouw supporters vol enthousiasme jou aanmoedigen. Hier zal er ook voldoende gelegenheid zijn om te eten en te drinken. Er zal ook een hamburger/frituurwagen aanwezig zijn.

Toilettes: In de velodroom zijn er voldoende toiletten aanwezig.

Nog vragen? Mail naar triatlon.lummen@gmail.com

Heb je de dag zelf vragen? Stel deze dan bij voorkeur op het wedstrijdsecretariaat (aan de velodroom) of aan een medewerker met een CREW T-shirt aan. Wij zijn er om jou te helpen en je een sportieve hoogdag te laten beleven!