

# BRIEFING STEENGOED MAASTRATLON 2023

## Kwart triatlon + teams (non-drafting)

### VERWELKOMING DEELNEMER

Beste triatleet,

Wij organiseren voor u dit jaar de zevende editie van de Steengoed Maastratlon. We zijn zeer verheugd om u op onze wedstrijddag te mogen ontvangen op onze mooie wedstrijdlocatie. Wij hopen om er samen met u een geslaagd sportief evenement van te kunnen maken.

In de onderstaande mail kan u de briefing voor de wedstrijd en een link naar het wedstrijdreglement terugvinden. Gelieve dit even door te nemen.

Op deze wedstrijd zijn de reglementen van Belgian Triathlon (Be3) van toepassing.

- Link naar: [Be3 Sportreglementen](#)

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.

### DAG & WEDSTRIJDPROGRAMMA



#### Algemene info:

- o Datum wedstrijd: zondag 2 juli 2023:
- o T3 SERIES tweede divisie: (deze heeft een aparte briefing) 11:00u
- o T3 SERIES eerste divisie: (deze heeft een aparte briefing) 12:30u
- o Sprint triatlon: (deze heeft een aparte briefing) 14:00u (dames 14:02u - trio 14:10u)
- o **Kwart triatlon: 15:30u (dames 15:32u - trio 15:40u)**

Locatie: zwem – fiets – loopparcours omgeving "Bastion" KINROOI (Kessenich)

Adres parking: Meierstraat (naast 25), KINROOI (Kessenich)

Inschrijvingen & wedstrijdsecretariaat aan "Bastion" KINROOI (Kessenich, Agropolis)

#### Chronologisch dagprogramma met informatie over:

Kwart	Heren	Dames	Teams
Opening secretariaat	13:00	13:00	13:00
Wisselzone open	14:30	14:30	14:30
Wisselzone sluiten	15:20	15:20	15:20
Briefing	15:20	15:20	15:20
Start	15:30	15:32	15:40
Podium (ovb)	18:30	18:30	18:30
Sluiting wisselzone	19:00	19:00	19:00

## INSCHRIJVING

Inschrijven kan via:

<https://www.triatlon.vlaanderen/kalender/16245-maatriatlon-by-trisport-mnh-2023-07-02/reeksen>

Het aantal deelnemers is beperkt.

De inschrijving (via bovenstaande link) is geldig van zodra de organisatie het correcte inschrijvingsbedrag ontvangt.

Inschrijvingsgelden worden niet terugbetaald. **De kwart triatlon is volledig volzet.**

**UPDATE STARTLIJST:** zie "live" deelnemerslijst via deze [link](#).

## VERZEKERING

Alle deelnemers van een [officiële 3VL Kalender](#) zijn verzekerd voor lichamelijke schade en burgerlijke aansprakelijkheid.

Na een ongeval dient de **aangesloten deelnemer** aangifte te doen via zijn of haar club. De **niet-aangesloten deelnemer** doet aangifte via de organisatie.

**Buitenlandse atleten** dienen verzekerd te zijn via hun nationale federatie. Indien dat niet zo is, dient de atleet in kwestie een dagverzekering/daglicentie aan te schaffen.

Meer informatie over de 3VL -verzekering of procedure kan men terugvinden via de website (doorklikken naar verzekering).

## WEDSTRIJD

### ONTHAAL – SECRETARIAAT

Op 02/07/2023, tussen 9u en 15u00, kunnen de deelnemers hun startmateriaal afhalen aan het secretariaat, vlak naast de parking. Vilgertenweg z/n, 3640 Kinrooi. Probeer de richttijden uit het dagprogramma te volgen om een vlotte doorstroming te bevorderen.

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. Bij ziekte of wijzigingen wordt dit doorgegeven aan organisatie en timing.

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

Bij jeugdwedstrijden moeten deelnemers (tot en met 18 jaar) zonder licentie beschikken over een sportmedische goedkeuring (attest) van een arts (maximum 3 maanden oud).

Iedere deelnemer krijgt op het secretariaat alle benodigdheden voor de wedstrijd: badmuts, ProChip (altijd te bevestigen aan linkerenkel), zelfklevend startnummer dat op de fiets dient geplakt te worden, borst- en rugnummer, tattoo.

**LET op: sinds 17 juni 2023 gelden er nieuwe regels mbt de enkelband voor de timingchip. Deze dient door de atleet zelf voorzien te worden. Atleten die niet beschikken over zo'n band, kunnen deze aankopen via het wedstrijdsecretariaat aan 2 EUR (betaling via QR code). Na de wedstrijd lever je enkel de timingchip in. Het bandje blijft jouw eigendom. Atleten die hun chip niet inleveren betalen 50 EUR boete.**

Er zijn beperkte douche mogelijkheden.

Aangezien de parking zich op slechts 150m bevindt, wordt er geen extra dropzone voorzien voor tassen.

### KLEDIJ

- Elke atleet draagt tijdens de wedstrijd een niet-transparant wedstrijdpak dat uit 1 (of desnoods 2 delen) bestaat en ten allen tijde het boven- en onderlichaam bedekt. Dit pak kan vooraan of achteraan een rits bevatten.
- De schouders, bovenarmen of bovenbenen mogen bedekt worden. Wanneer wetsuits zijn toegelaten, mogen die de armen bedekken, maar in geen geval de handen.

### TATTOOS

Indien de organisatie tijdelijke tattoo's voorziet, dienen deze links zichtbaar (arm + been) gedragen te worden. Bij teams draagt de fietser en de loper een tattoo op de linkerarm.

### WISSELZONE/CHECK-IN

- Voor de wedstrijd plaatst de atleet zijn/haar materiaal bij het juiste nummer in de wisselzone. Enkel wedstrijdmaterial (fiets, startnummer, helm, schoenen, fietsbril, ...) is toegelaten, eventueel kan men gebruik maken

van een eigen opbergbox (geen rugzak) zonder merktekens (maximum L45xB35xD25). Oortjes, koptelefoons, mobiele apparaten of communicatiemiddelen worden niet toegelaten tijdens de wedstrijd.

- De wisselzone is enkel toegankelijk voor deelnemers, Technical Officials en bevoegde medewerkers. Deze laatste staan in voor de beveiliging van de wisselzone.
- In de wisselzone mag niet gefietst worden. Tijdens de wedstrijd stapt de atleet correct op **na** de opstaplijn (na de eerste wissel) en **voor** de afstaplijn (voor de tweede wissel) en hindert geen andere atleten.
- Het aanmelden in de wisselzone (check-in) gebeurt binnen de gecommuniceerde tijdstippen (zie dagprogramma). Hier worden de fietsen gecontroleerd door de Technical Officials. Naast veiligheid controleert men ook de specifieke fietsreglementering.
- De fiets wordt voorzien van een sticker met deelnamenummer/fietsplaatje (links leesbaar) dat door de organisatie wordt uitgereikt. Met dit nummer en het startnummer kan men de fiets na de wedstrijd afhalen.
- Fietsvoorwaarden:
  - o Bij non-draftingraces (waar men niet in elkaars wiel mag rijden) zijn traditionele (race)fietsen en tijdritfietsen toegelaten. Niet-traditionele of ongewone fietsen moeten vooraf goedgekeurd worden door de CRO (via mail met foto van fiets). Fietsen met een zwevende zadelbuis zijn niet toegelaten.
  - o Volle achterwielen zijn toegelaten maar kunnen in extreme omstandigheden (bijvoorbeeld veel wind) verboden worden door de CRO dus breng steeds een normaal reservewiel mee.
  - o In functie van de veiligheid (valwonden) zijn stuureinden dichtgemaakt.
  - o Naast elleboogsteunen zijn ook clip-ons (ligstuurpjes) 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.
  - o De fietshelm (zonder schade) is verplicht en goedgekeurd door een officieel orgaan (CE keuring). De helm draagt men correct, met de oren vrij en tijdens **alle fietsverplaatsingen** op de wedstrijddag. Tijdrithelmen zijn toegelaten.
  - o Schijfremmen zijn toegelaten.
- Na de wedstrijd kunnen atleten met hun startnummer de eigen fiets & materiaal komen afhalen in de wisselzone. De wisselzone blijft bewaakt tot 16u30.
- Afval wordt in de voorziene vuilnisbakken gedeponeerd. De organisatie wenst dat zijn deelnemers en toeschouwers het milieu respecteren en de veiligheid van andere deelnemers handhaven. Ook de officials zullen hierop toezien.

## BRIEFING

- Neem als atleet steeds kennis van de informatie op de website en de schriftelijke briefing. Wordt er voor de wedstrijdstart een briefing voorzien, wees hier dan zeker aanwezig. Belangrijke gewijzigde informatie wordt hier meegedeeld.
- Als atleet sta je **zelf** in voor de kennis van het wedstrijdparcours.

## ZWEMMEN

De start wordt stipt gegeven. Deelnemers die te laat zijn, mogen niet meer starten tenzij de CRO het toelaat.

### Bij zwemmen in open water :

- 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.

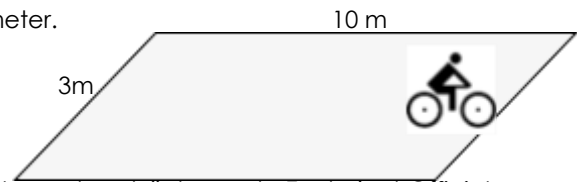
- Bij een officiële temperatuur beneden de 13°C wordt het zwemmen afgelast (wedstrijd omgevormd tot duatlon). Wees als atleet hierop voorbereid (vroeg of laat in het seizoen of bij extreme weersomstandigheden).
- Wetsuits zijn verboden bij een officiële temperatuur boven de 22°C (750m of minder), 23°C (750 tot 1500m) of 24°C (meer dan 1500m).
- Startnummer mag niet gedragen worden tijdens het zwemmen.
- Compressietubes zijn enkel toegelaten bij wetsuitzwemmen, compressiesokken niet.
- De wetsuit mag pas volledig worden verwijderd in de voorziene ruimte binnen de wisselzone (tenzij de organisatie een aparte wetsuitzone voorziet). Tijdens het lopen naar de wisselzone mag de wetsuit wel uitgetrokken worden tot aan de middel.

De zwemproof heeft plaats in de Maasplas te Kessenich ter hoogte van 'Het Bastion'. Op vraag van de Technical Official begeven de atleten zich naar de startlijn. De startlijn mag niet overschreden worden.

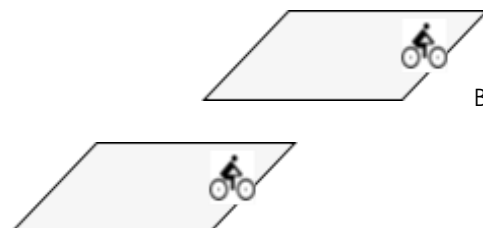
De start wordt stipt gegeven. Deelnemers die te laat zijn, mogen niet meer starten tenzij de CRO het toelaat. Het uitstappen na de zwemproof gebeurt op de aangegeven plaats.

#### FIETSEN

- De deelnemers wisselen van het zwemmen naar het fietsen en verlaten de wisselzone met vastgemaakte helm, startnummer op de rug, zelfklevend startnummer op de fiets en chip rond de (linker)enkel.
- De fietshelm wordt vastgemaakt voor het nemen van de fiets bij de eerste wissel en opnieuw losgemaakt van zodra de fiets correct is teruggeplaatst bij de tweede wissel. Lopen met de helm na de laatste wissel is niet toegelaten.
- Stayeren of draffen (in elkaars wiel rijden om minder windweerstand te bekomen) achter een atleet of een voertuig is **niet** toegelaten.
- De stayer- of draffingzone van een **atleet** is 10 meter op 3 meter (zie figuur).
- De stayer- of draffingzone van een **voertuig** is 35 meter op 5 meter.



- Wie toch stayert en dus een inbreuk pleegt op de Sportreglementen, krijgt van de Technical Official een sanctie (door middel van een **blauwe kaart**) en dient onmiddellijk na het fietsen (in de voorziene strafbox) een tijdsraf uit te voeren (zie verder bij "sancties"). Het is de verantwoordelijkheid van de atleet om zichzelf aan te melden bij de eerstvolgende strafbox.
- Een atleet mag een andere atleet inhalen en heeft 20 seconden om dit te doen. Eens ingehaald (van zodra het voorwiel van de andere atleet is ingehaald) moet de gedubbelde atleet zich binnen de 5 sec laten afzakken tot buiten de draffingzone.
- Atleten moeten aan de rechterkant van het fietsparcours blijven en geen "blocking" situatie veroorzaken (zie figuur hieronder). Er is sprake van "blocking" wanneer een atleet (A) niet kan inhalen door het slecht gepositioneerd zijn van een voorligger (B). Wie een blocking-situatie veroorzaakt, krijgt tevens een sanctie (**blauwe kaart**) van de Technical Official.



A

- De deelnemers dienen de verkeersregels altijd in acht te nemen, tenzij een Technical Official dit anders adviseert.
- Andere deelnemers mogen niet gehinderd worden.
- Politie en seingeverers staan in voor de veiligheid.

#### LOPEN

- Startnummer wordt vooraan op het lichaam gedragen.
- Er mag niet gelopen worden met ontbloot bovenlichaam of met de fietshelm op.
- Geen persoonlijke begeleiding of bevoorrading krijgen tijdens het lopen.

#### PARCOURS

	<b>Zwem</b>	<b>Fiets</b>	<b>Loop</b>
<b>Kwart</b>	1000 m	38 km	10 km
	=1 ronde	=4 rondes	=4 rondes

### Zwemparcours

Er wordt gestart in het water, enkele meters vanaf de kant. Er wordt in een rechthoek gezwommen richting de boot en terug. Terug draaien achter de boeien maar voor de boot.



#### CEMA Bearing fietsparcours:



Download hier het CEMA bearing fietsparcours:

<https://www.routeyou.com/nl-be/route/view/10808641/fietsroute/fietsronde-d-groot-10-k>

#### Loopparcours:

Download hier het loopparcours: <https://www.routeyou.com/nl-be/route/view/10809995/looproute/loopronde-d-2500m>

#### PROSPECTIE PARCOURS

Deelnemers kunnen het parcours verkennen vanaf 10u tot 11u30. Vanaf 11u30 moet het parcours vrijgemaakt worden voor de andere reeksen en is verkenning niet meer toegelaten. Wees tijdens de prospectie alert voor het aanwezige verkeer en draag je helm.

#### TRIO WEDSTRIJD

Bij trio -wedstrijden is er een minimumleeftijd per discipline of wedstrijdelement. Voor meer info verwijzen we hieromtrent naar de [Be3 Sportreglementen](#) hoofdstuk XVIII. Voor het bepalen van de leeftijd en toegelaten afstanden geldt het geboortjaar (en niet de geboortedatum).

- Competitie onder de 12 jaar is niet toegelaten. Wie dit jaar 12 wordt, mag wel deelnemen aan wedstrijden.
- Bij deelname van jeugdathleten (vanaf 12 tem 19 jaar) kan de persoon in kwestie als teamlid slechts één wedstrijdelement uitvoeren en dit geldt als een volledige wedstrijd.

#### Gedragcode:

- Het trio meldt zich op de wedstrijddag **gezamenlijk** aan op het wedstrijdsecretariaat met de nodige documenten (licentie, identiteitsbewijs met foto). Naast de startdocumenten krijgt ook elk teamlid het startnummer vermeld op de rug van elke hand.
- Elk teamlid kent vooraf het wedstrijdparcours en aantal rondes.
- 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). Is de fietser niet op tijd, dan kan de Technical Official beslissen om het team niet meer te laten starten.
- De **wissel** tussen de verschillende teamleden gebeurt op de voorziene plaats in de wisselzone en volgens de juiste procedure.
- Tijdens de wedstrijd zijn binnen de wisselzone enkel de teamleden aanwezig van de eerstvolgende proef. Bijvoorbeeld: bij triatlon mag tijdens de eerste wissel enkel zwemmer + fietser aanwezig zijn, bij de tweede wissel enkel fietser + loper.



- Het teamlid voor de volgende proef houdt zich klaar op de voorziene plaats in de wisselzone (opwarming met verplaatsing is niet toegestaan - hier wordt enkel gewisseld).
- Fietsers dragen het startnummer duidelijk zichtbaar op de rug, lopers vooraan op het lichaam. De zwemmer draagt geen startnummer. Bij elk teamlid wordt het startnummer wel nog eens vermeld op de rug van elke hand, op armen en benen.  
Bij het gebruik van één chip per team (voor de tijdsregistratie) wordt deze gedragen door de atleet die in wedstrijd is: eerst zwemmer, die de chip tijdens de wissel doorgeeft aan de fietser en die het daarna doorgeeft aan de loper. De chip wordt altijd gedragen aan de linkerenkel.
- Tijdens het fietsen zijn de algemene **non-drafting**reglementen (men mag niet in elkaars wiel rijden om minder windweerstand te bekomen) van toepassing (zie [Be3-Sportreglementen](#)).
- Indien de fietser toch stayert en een sanctie (blauwe kaart) krijgt van de Technical Official, dan dient dit gemeld te worden bij de wissel en dient de loper vervolgens **eerst de straf te gaan uitzitten/uitlopen** in de voorziene strafbox. Indien de sanctie niet wordt opgevolgd of uitgevoerd, wordt het team gediskwalificeerd en uit de officiële uitslag gehaald.
- Enkel de loper mag over de finish lopen. De zwemmer en de fietser kunnen hem/haar opwachten in de eindzone. Het niet nakomen van deze regel leidt tot DSQ.

## SANCTIES

- Wanneer een atleet de Sportreglementen niet naleeft, kan de Technical Official een mondelinge waarschuwing, een tijdstraf (gele of blauwe kaart) of een diskwalificatie geven.
- Een blauwe kaart wordt gebruikt voor drafting (in het wiel rijden) of blocking (links blijven en verhinderen dat een andere atleet kan inhalen) tijdens het fietsgedeelte, de gele kaart voor andere (kleinere) inbreuken.
- Bij een "stop&go" (**gele kaart**) moet de atleet stoppen op een veilige manier, indien nodig afstappen aan één kant van de fiets en wachten op de instructies van de official vooraleer terug te vertrekken ("go"). Tijdens het wachten mag de atleet geen andere activiteit uitvoeren (bevoorraden, omkleden, ...) tenzij het herstellen van de inbreuk (indien mogelijk).
- Bij een **blauwe kaart** (wegens stayeren of "blocking") dient de atleet zich spontaan aan te melden bij de eerstvolgende strafbus/strafbox en volgt de instructies op van de aanwezige Technical Official. Tijdens het wachten mag de atleet tevens geen andere activiteit uitvoeren (bevoorraden, omkleden, ...). Atleten die zich niet aanmelden, worden automatisch gediskwalificeerd.
- Voor tijdstraffen in de strafbox, worden volgende normen gehanteerd:
  - 1 min tijdstraf;
  - 2 min tijdstraf;
  - 5 min tijdstraf.

Bij standaard afstanden of korter zal een 2<sup>e</sup> drafting/blocking-overtreding resulteren in een diskwalificatie. Bij lange afstanden zal een 3<sup>e</sup> drafting/blocking -overtreding resulteren in diskwalificatie.

- Bij een **rode kaart** of diskwalificatie, als gevolg van een straf of het niet meer voldoen aan de wedstrijdvoorwaarden, moet de atleet de wedstrijd staken en wordt zijn/haar resultaat opgenomen als DSQ (zonder wedstrijd tijden).
- Bij zwaardere inbreuken kan een procedure tot **schorsing** of **uitsluiting** worden opgestart via het Geschiltribunaal.
- Bij **protest** dient de atleet de intentie binnen de 5 minuten na aankomst te melden aan de aanwezige CRO of aankomst- Technical Official. Het schriftelijk protest (formulier bij CRO) wordt schriftelijk ingediend bij de CRO binnen

de 30 minuten na aankomst. Protest omtrent fouten in de tijdsregistratie/uitslag moet binnen de 2 werkdagen na de wedstrijd worden ingediend bij de CRO. Protest tegen een "field of play" beslissing is niet mogelijk, tenzij in uitzonderlijke omstandigheden. Meer info hierover in hoofdstuk IX van de [Be3 Sportreglementen](#).

De prochip moet voor het verlaten van de finishzone overhandigd worden aan de organisatie. Bij het niet inleveren van de prochip wordt er 50EUR aangerekend.

## **PRIJSUITREIKING**

De prijsuitreiking is voorzien omstreeks 18u30 ter hoogte van de finishzone.

De organisatie voorziet prijzengeld of prijzen in natura. Deze dienen persoonlijk in ontvangst genomen te worden.

De resultaten zijn live toegankelijk via de app van 3VL (iOS & android).

De volledige uitslag van deze wedstrijd zal in kleine oplage verdeeld worden tijdens de prijsuitreiking. Ze zal ook kenbaar gemaakt worden op de website van de organisatie en deze van [3VL](#)

## **DOPING**

Volgens de code van het World Anti-Doping Agency is doping niet toegelaten. Elke atleet **en begeleider** dient op de hoogte te zijn van de reglementering en procedures van het Vlaamse dopingdecreet. Dopingcontrole op deze wedstrijd is mogelijk.

Meer info via <https://www.dopingvrij.vlaanderen>

## **ORGANISATIEGEGEVENS**

Trisport MnK vzw

Adres: Greuwkensveld 9, 3640 Kinrooi

Email: [bestuur@trisportmnk.com](mailto:bestuur@trisportmnk.com)

Tel: +32 479 39 30 59 (Erik), +32 472 47 29 21 (Bart), +32 498 16 83 97 (Niels)

## **PARTNERS**

Speciaal voor de deelnemers kunnen wij 2 kortingscodes aanbieden die jullie kunnen gebruiken voor de aankoop van sportvoeding en fietsmateriaal.

[Trisport Pharma](#) biedt jullie een korting aan van 25% op het hele gamma en je betaalt geen verzendkosten.

Code = Trisportmnk5MBP2FCZ (code is geldig tot 15/08/2023)

[Cema Bearing](#) biedt jullie een korting aan van 20% op het hele gamma.

Code = TSMNK23 (code is geldig van 20/06/2023 tot 31/07/2023)

De Steengoed Maastriatlon werd mede mogelijk gemaakt door de volgende partners:

Alracon	Loxone Benelux BV
Bergoens	Meetcentrum
Biogas Bree BV	NG Hair stylist
Bioracer	Press & Paper Clips bvba
CEMA bearing	Triathlon24.be
Dbn Onderneming bvba	Spar Geistingen
Deckers Bouwmaterialen NV	SRBA
Driesen NV	Steengoed projecten CV
Fietsen Henckens Erik	Tilmans Pouls & Zoon
Frituur Mullerhof	Trisport Pharma
Goijens C.V. bvba	UCLL
Kuva Dranken	V.I.P.- Tenten Theybers
Landmeters & vastgoed experts	Vandersanden Steenfabrieken NV
Legerstock	VDS Electronics nv
Lencom bvba	

## LOCATIE WEDSTRIJD

Adres wedstrijdsecretariaat: Vilgertenweg z/n ter hoogte van 'Het Bastion'

Adres Start- en aankomstzone en wisselzone: Vilgertenweg z/n ter hoogte van 'Het Bastion'

Er is voldoende parkeer gelegenheid. Volg de instructies van de parkeerwachters.

**!! De gehele wedstrijdsite is enkel toegankelijk via **Meierstraat 25, 3640 Kessenich (Kinrooi)**.  
De Vilgertenweg wordt volledig afgesloten voor verkeer.**

Link naar kaart 'Het Bastion': <https://goo.gl/maps/GvJspaShfpbmJadQ8>