

# Be3 Sportreglementen 2026



De Be3 Sportreglementen vormen het basisdocument voor alle wedstrijden die onder Belgian Triathlon (Be3), Triathlon Vlaanderen (3VL) en de Ligue Francophone de Triathlon (LF3) vallen. Dit document kan men raadplegen via [www.competition.vlaanderen](http://www.competition.vlaanderen) (Nederlandstalig) of [www.LF3.be](http://www.LF3.be) (Franstalig). Deze Sportreglementen zijn het officiële referentiepunt en worden onderhouden door wijzigingen op advies van de TO-Commissie en met goedkeuring van het Bestuursorgaan van Belgian Triathlon. (foto Stijn Audooren)

Bij twijfel of discussies primeert altijd de Nederlandse officiële versie.

**Organisatie afkortingen en termen:** de volledig uitgeschreven namen en definities kunnen teruggevonden worden in Bijlage C

Belgian Triathlon vzw  
Luchthavenlaan 27/24  
1800. Vilvoorde  
RPR Brussel Nederlandstalige afdeling

Publicatiedatum - 11-02-2026



# INHOUD

1.	Introductie.....	7
1.1	Doel .....	7
1.2	Intenties .....	7
1.3	Taal en communicatie .....	7
1.4	Aanpassing richtlijnen .....	7
1.5	Specifieke richtlijnen.....	8
1.6	Aansluiting .....	8
1.7	Niet-toegelaten uitzonderingen of toevoegingen.....	8
1.8	Update van de sportreglementen .....	8
2.	Gedrag van atleten .....	8
2.1	Algemeen gedrag .....	8
2.2	Externe hulp .....	9
2.3	Doping .....	9
2.4	Gezondheid .....	9
2.5	Toelatingsvoorwaarden.....	10
2.6	Verzekering .....	10
2.7	Registratie.....	10
2.8	Kledij.....	11
2.9	Timing en resultaten.....	11
2.10	Uitzonderlijke omstandigheden .....	12
3.	Straffen .....	13
3.1	Algemene bepalingen .....	13
3.2	Mondelinge waarschuwing .....	13
3.3	Tijdstraf .....	13
3.4	Procedure bij het uitvoeren van een tijdstraf .....	14
3.5	Diskwalificatie .....	15
3.6	Schorsing .....	15
3.7	Uitsluiting .....	15
4.	Zwemgedrag.....	15
4.1	Algemeen .....	15
4.2	Gebruik van de wetsuit.....	16
4.3	Aanpassingen.....	16
4.4	Start van de wedstrijd.....	17
4.5	Materiaal .....	18
5.	Fietsgedrag .....	19
5.1	Algemeen .....	19

5.2	Materiaal .....	19
5.3	Check-in .....	22
5.4	Drafting .....	22
5.5	Blocking.....	24
5.6	Overzicht straffen voor drafting en blocking .....	25
5.7	Rij Posities .....	25
6.	Loopgedrag .....	26
6.1	Algemeen .....	26
6.2	Definitie finish .....	26
6.3	Veiligheid.....	26
6.4	Niet toegelaten materiaal .....	26
7.	Gedrag in wisselzone .....	28
7.1	Algemeen .....	28
8.	Technical officials .....	28
8.1	Algemeen .....	28
8.2	Technical officials.....	29
9.	Protest .....	29
9.1	Algemeen .....	29
9.2	Protest kan ingedien worden maar niet beperkt tot: .....	30
9.3	Inhoud van het protest .....	30
9.4	Procedure protest indienen.....	30
9.5	Field of play beslissingen*.....	31
10.	Indoor triatlon.....	32
10.1	Definitie .....	32
10.2	Zwemmen .....	32
10.3	Wisselzone .....	32
10.4	Fietsen .....	32
11.	Long distance triatlon/duatlon .....	32
11.1	Externe hulp .....	32
11.2	Straffen .....	32
11.3	Coach Post .....	32
11.4	Wisselzone .....	32
12.	Ploegen- & aflossingscompetitie .....	33
12.1	Ploegencompetitie .....	33
12.1.1	Soort competitie.....	33
12.1.2	Definitie .....	33
12.1.3	Resultaten .....	33
12.1.4	Registratie.....	33

12.1.5	Kledij.....	33
12.1.6	Briefing .....	33
12.1.7	Samenstelling ploeg.....	33
12.1.8	Check-in .....	33
12.1.9	Start .....	34
12.1.10	Fietsen .....	34
12.1.11	Gelost atleet.....	34
12.1.12	Bijstand .....	34
12.1.13	Wisselzone.....	34
12.1.14	Penalty box.....	34
12.1.15	Aankomst .....	35
12.1.16	Diskwalificatie .....	35
12.2	Aflossingscompetitie .....	35
12.2.1	Soort competitie.....	35
12.2.2	Definities .....	35
12.2.3	Resultaten .....	36
12.2.4	Registratie.....	36
12.2.5	Kledij.....	36
12.2.6	Briefing .....	36
12.2.7	Samenstelling team .....	36
12.2.8	Check-in .....	36
12.2.9	Start .....	37
12.2.10	Fietsen .....	37
12.2.11	Bijstand .....	37
12.2.12	Aflossing .....	37
12.2.13	Penalty box.....	37
12.2.14	Aankomst .....	37
13.	Paratriatlon.....	38
14.	Crosswedstrijden .....	38
15.	Eliminator.....	38
15.1	Definitie .....	38
15.2	Vorbereidende fase.....	39
15.3	Finale fase.....	40
15.4	Resultaten.....	41
16.	Aquabike .....	41
16.1	Algemeen .....	41
16.2	Specifieke reglementen .....	42
16.3	Aquabike finish .....	42

17. Jeugdwedstrijden.....	42
17.1 Algemeen .....	42
17.2 Start.....	42
17.3 Zwemmen .....	42
18. Trio/duo wedstrijden .....	43
19. Belgische kampioenschappen .....	44
19.1 Algemeen .....	44
19.2 Podia .....	44
19.3 Belgische kampioenschappen.....	44
20. TRI/ETU wedstrijden .....	45
20.1 Algemeen .....	45
20.2 Titels .....	45
Bijlage A: Wedstrijdafstanden en Leeftijdscategorieën .....	46
A.1 Algemeen .....	46
A.2 Tabellen.....	46
Bijlage B: Protestfomulier .....	48
Bijlage C: Definities .....	48
Bijlage D: Inbreuken en Straffen.....	51
Bijlage E: Fietsafmetingen.....	55
Bijlage F: Fietshelmen .....	56
Bijlage G: Belgische kampioenschappen .....	56
G.1: Overzicht .....	56
Bijlage H: Triatlon Vlaanderen .....	57
H.1 Team triathlon series .....	57
H.1.1 Algemeen .....	57
H.1.2 Teamvoorwaarden.....	57
H.1.3 Inschrijvingsprocedure wedstrijd .....	58
H.1.4 Briefing .....	58
H.1.5 Wedstrijdreglement eerste Heren/Dames divisie.....	58
H.1.6 Puntentelling na wedstrijd - teamranking .....	59
H.1.7 Sancties .....	59
Bijlage I: NIET-TRADITIONELE OF ONGEWONE FIETSEN .....	60
Bijlage J: SWIMRUN .....	61
1.SWIM&RUN .....	61
2. BELGISCH KAMPIOENSCHAP SWIM&RUN .....	61
3. UITZONDERING OP HET SPORTREGLEMENT .....	61
4. DE ATLEET .....	61
5. UITRUSTING .....	61

6. CONTROLE.....	61
7.OVERTREDING.....	61
8.WEDSTRIJDAFSTAND .....	61
9.VEILIGHEID .....	63

## 1. INTRODUCTIE

### 1.1 DOEL

- a) De sportreglementen van Belgian Triathlon zijn afgestemd op de 'Competition Rules' van de World Triathlon (TRI). Be3 is het bestuursorgaan dat rechtstreeks verantwoordelijk is voor de Sportreglementen van triatlon en TRI erkende multisporten. De complete lijst van sporten, afstanden en leeftijden die onder de jurisdictie van Be3 vallen, kan men terugvinden in bijlage A en bijlage G;
- b) De TO-commissie van Be3 waakt er over dat de sporttechnische aspecten van de competitie voldoen aan de hoogste kwaliteitsnormen;
- c) De Sportreglementen bepalen de spelregels, het gedrag en de houding van atleten en teams op wedstrijden. Indien de Sportreglementen geen uitsluitel kunnen geven, zijn de reglementen van World Triathlon (TRI), World Aquatics, International Cycling Union (UCI), World Athletics (WA), International Skiing and Snowboarding Federation (FIS), IPC Para Swimming, IPC Para Athletics and IPC Para Nordic Skiing van toepassing op de specifieke onderdelen;
- d) De event manuals voor organisatoren bepalen mede de veiligheidsvoorwaarden en sporttechnische eisen waaraan organisaties moeten voldoen;
- e) Het TO-Programma van Be3 bepaalt de minimumvoorwaarden voor bevoegde TO's;
- f) Indien een regel enkel van toepassing is op specifieke wedstrijden, zal dit gespecificeerd worden in die regel;
- g) Op het Belgisch grondgebied zijn de Sportreglementen Be3 van toepassing op alle wedstrijden die vermeld staan op de kalender van 3VL en de LF3. Voor de internationale wedstrijden die vermeld staan op de kalender van de TRI en de Europe Triathlon (ETU), gelden de 'Competition Rules World Triathlon'.

### 1.2 INTENTIES

- a) Dit reglement heeft volgende intenties:
  - i. Creëren van een sfeer van sportiviteit, gelijkheid en fair play;
  - ii. Zorgen voor veiligheid en bescherming;
  - iii. Nadruk leggen op talent en vaardigheden zonder de vrijheid van de atleet ten onrechte te beperken (proactief optreden voor de sport);
  - iv. Straffen van atleten die in strijd met de sportreglementen voordeel behalen.
- b) Definities van alle termen die gebruikt worden binnen dit reglement kan men terugvinden in Bijlage C: Definities. Elk probleem bij de interpretatie of toepassing van deze Sportreglementen dient gemeld te worden aan de TO-Commissie van Be3.

### 1.3 TAAL EN COMMUNICATIE

- a) De taal van de Gemeenschap waar de wedstrijd plaatsvindt, is van toepassing;
- b) Op Belgische kampioenschappen (BK) moeten de mondelinge en schriftelijke briefing in het Nederlands en het Frans gegeven worden;
- c) Bij internationale events (TRI/ETU) is Engels de voertaal.

### 1.4 AANPASSING RICHTLIJNEN

- a) De Sportreglementen kunnen worden aangepast voor Triatlon en TRI erkende multisporten die binnen het domein vallen van Be3;
- b) Uitzonderlijk kan de Head Referee voor een vlot en veilig verloop van een wedstrijd de Sportreglementen aanpassen. Elke aanpassing moet door de Head Referee gerapporteerd worden via het evaluatieformulier aan de organisatie en het Dagelijks Bestuur van de betrokken liga;
- c) Onsportief voordeel of gevaarlijk gedrag is niet toegelaten. Om dit te bereiken is een sanctie verbonden aan elke overtreding van de regels van de Sportreglementen;
- d) Officials baseren hun oordeel op het feit of een al dan niet bedoeld voordeel is gehaald uit een regel.

## 1.5 SPECIFIEKE RICHTLIJNEN

Een Head Referee kan omwille van logistieke, technische, veiligheid of andere gegronde redenen steeds ingrepen doorvoeren in de aard, vorm of structuur van een event of extra richtlijnen toelaten indien:

- a) De extra richtlijn niet in conflict komt met de Sportreglementen of indruist tegen de geest van de fairplay;
- b) De extra richtlijnen schriftelijk ter beschikking zijn van de atleten en wordt gecommuniceerd op de briefing van de atleten;
- c) Voor kampioenschappen en circuitwedstrijden worden extra richtlijnen minstens één maand voor de wedstrijd aangevraagd bij Be3/de betrokken liga.

## 1.6 AANSLUITING

- a) De procedure voor aansluiting en de voorwaarden voor een licentie zijn terug te vinden op de websites van de respectievelijke liga's: 3VL of LF3;
- b) Een persoon kan maar via één liga en via één club aangesloten zijn bij Be3.

## 1.7 NIET-TOEGELATEN UITZONDERINGEN OF TOEVOEGINGEN

Richtlijnen van de organisatie die in strijd zijn met de Sportreglementen en niet goedgekeurd zijn door de bevoegde instanties, kunnen de al toegekende erkenning van het event door de liga of Be3 annuleren. Dit kan juridisch gevolgen hebben bij onder andere wedstrijdongevallen of bij de officiële toelatingen van de gemeentelijke autoriteiten. Verzekeringsinstanties waarschuwen dat polissen onder dergelijke omstandigheden ongeldig kunnen verklaard worden.

## 1.8 UPDATE VAN DE SPORTREGLEMENTEN

Deze sportreglementen kunnen wijzigen op advies van de nationale TO-Commissie (NTOC) en na goedkeuring van het Bestuursorgaan Be3. De Sportreglementen worden van kracht 30 dagen na publicatie (zie website Be3, 3VL en LF3). Bij overmacht kan het Bestuursorgaan van Be3 met onmiddellijke ingang wijzigingen aanbrengen aan de Sportreglementen. Deze wijzigingen worden duidelijk gecommuniceerd via de website van de respectievelijke liga's.

# 2. GEDRAG VAN ATLETEN

## 2.1 ALGEMEEN GEDRAG

Triatlon en TRI erkende multisporten kennen talrijke deelnemers. Race-tactieken vormen een onderdeel van de interactie tussen atleten. De deelnemers zullen:

- a) Altijd en overal sportiviteit toepassen en geen onreglementair voordeel behalen;
- b) Verantwoordelijk zijn voor hun eigen veiligheid en mogen de veiligheid van anderen niet in gevaar brengen;
- c) De Belgische Sportreglementen kennen en toepassen;
- d) De lokale verkeersreglementen en instructies van de TO's opvolgen;
- e) Zich hoffelijk gedragen t.o.v. andere deelnemers, TO's, motards, andere officials, medewerkers en toeschouwers en hen met het nodige respect behandelen;
- f) Zich onthouden van onbehoorlijk/gemeen taalgebruik;
- g) Geen gebruik maken van enig aanvullend hulpmiddel of voertuig;
- h) Respect tonen voor het milieu en geen afval opzettelijk achterlaten buiten de voorziene plaatsen en afvalzones;
- i) Een TO verwittigen bij het verlaten van de wedstrijd;
- j) De kledijvoorschriften toepassen;
- k) Deelnemen zonder hulp of zoals anders beschreven in 2.2. en binnen de eventueel opgelegde limiettijden;
- l) Geen enkele vorm van propaganda of demonstratie vertonen i.v.m. politiek, religie of racisme;
- m) Geen gebruik maken van enig apparaat dat de aandacht afleidt tijdens de wedstrijd;
  - i. Gebruik van alle communicatiemiddelen zoals GSM, smartphone, smartwatch, radio's, foto toestel, etc... is verboden;
  - ii. Alle handelingen die de aandacht afleiden van de wedstrijd zijn verboden, bijvoorbeeld: telefoneren, chatten, email, sms'en, muziek afspelen, sociale media hanteren, foto's nemen etc...;

- iii. Inbreuken hiertoe kunnen leiden tot diskwalificatie.
- n) Er op toezien dat hun gebruikte wedstrijd materiaal overeenstemt met de geldende veiligheidsstandaarden en in goede conditie is.
- o) Het volledige parcours volgen - er zullen uitzonderingen worden toegepast:
  - i. Wanneer het om veiligheidsredenen gebeurt als er geen voordeel wordt behaald;
  - ii. Wanneer het gebeurt en volgens de instructies van de TO;
  - iii. Wanneer het per ongeluk gebeurt en er geen voordeel wordt behaald.

## 2.2 EXTERNE HULP

- a) Hulp door officials of door de organisator/medewerkers is toegelaten maar beperkt tot drank, voeding, mechanische en medische hulp, mits toelating door de Head Referee. Deze hulp moet voor iedere deelnemer beschikbaar zijn met uitzondering voor Para atleten en opgelijst in hfst. 13;
- b) De Head Referee mag de geaccrediteerde teamondersteuning toestemming geven om lekke banden te repareren of wiel(en) te vervangen als het incident gebeurt voordat de eerste atleet bij de wisselzone1 is aangekomen. Atleten die aan dezelfde wedstrijd deelnemen mogen elkaar helpen met incidentele zaken zoals, maar niet beperkt tot, voeding en drinken na een hulppost, pompen, binnen- en buitenbanden en lekreparesets;
- c) Atleten mogen geen materiële hulp aanbieden aan atleten terwijl de wedstrijd aan de gang is. Specifiek, onderdelen die niet mogen aangeboden worden zoals, maar niet gelimiteerd tot, fietsen, fietsframes, wielen en helmen. De straf voor deze inbreuk is diskwalificatie voor beide atleten. Atleten mogen aan andere atleten die aan dezelfde wedstrijd deelnemen andere uitrustingsstukken verstrekken, mits de schenker in staat is zijn eigen wedstrijd voort te zetten;
- d) Een atleet mag een andere atleet op geen enkel deel van het parcours fysiek helpen te vorderen of de wedstrijd verder te zetten. Dit zal resulteren in diskwalificatie van de atleet. Als de atleet die deze hulp ontvangt deze hulp accepteert (en/of niet actief probeert deze hulp te vermijden), wordt hij/zij ook gediskwalificeerd.

## 2.3 DOPING

- a) Atleten, begeleiders en coaches dienen het “Decreet betreffende de preventie en bestrijding van doping in de sport” van de Vlaamse Gemeenschap, het “Décret relatif à la lutte contre le dopage” van de Franstalige Gemeenschap en het “Dekret zur bekämpfung des dopings im sport” van de Duitstalige gemeenschap te respecteren;  
Alle atleten en begeleiders zijn zelf verantwoordelijk voor het kennen van de dopingreglementering en procedures van de Gemeenschap waar de wedstrijd plaatsvindt. Meer info via [www.dopingvrij.vlaanderen](http://www.dopingvrij.vlaanderen) (3VL) of [www.dopage.be](http://www.dopage.be) (LF3);
- b) Be3 onderschrijft de code van het WADA.

## 2.4 GEZONDHEID

- a) Triatlon en TRI erkende multisporten vergen veel energie. Om deel te nemen dienen atleten in een uitstekende fysieke conditie te verkeren. Hun gezondheid en welzijn is van doorslaggevend belang. Wanneer atleten starten op een wedstrijd, verklaren zij in goede gezondheid te zijn en over de geschikte fysieke conditie te beschikken om de wedstrijd te beëindigen;
- b) Tijdslimieten voor het zwem-, fiets-, loopgedeelte en volledige wedstrijd worden op voorhand bepaald door de organisatie in samenspraak met de Head Referee. De tijdslimieten worden vooraf meegedeeld op de website van de organisatie (bij inschrijving) en in de schriftelijke briefing voor deelnemers;
- c) Be3 beveelt de atleten en technical officials aan om regelmatig een medische gezondheidscontrole te ondergaan;
- d) Medische verzorging:
  - i. Na een medische interventie door een medical-official mag een atleet de wedstrijd verderzetten mits de medical-official de atleet fit genoeg acht;
  - ii. De medical-official is gemachtigd - omwille van medische redenen - een atleet uit de wedstrijd te halen.

## 2.5 TOELATINGSVOORWAARDEN

- a) Atleten moeten in orde zijn met de aansluitingsvoorwaarden van hun liga/Be3. Een atleet zonder een wedstrijdlicentie (zie Bijlage C: Definities) op de dag van de wedstrijd, moet een daglicentie nemen om deel te nemen aan de wedstrijd;
- b) Atleten die een schorsing uitzitten, mogen aan geen enkele wedstrijd deelnemen die valt onder de reglementen van Be3 of TRI;
- c) De leeftijd van een atleet wordt berekend volgens het jaar waarin men geboren is;
- d) Per leeftijd zijn er maximale afstanden voorzien (zie Bijlage A: Wedstrijdafstanden en Leeftijdscategorieën);
- e) Atleten mogen niet deelnemen binnen een termijn van 24u (vanaf startuur tot startuur) aan meer dan één triatlon of multisport wedstrijd (zie Bijlage A: Wedstrijdafstanden en Leeftijdscategorieën) wanneer deze wedstrijd gelijk of langer is dan de standaard afstand;
- f) Wie zonder toelating (van de Head Referee) start in de verkeerde categorie, wordt gediskwalificeerd en heeft geen recht op prijzen;
- g) De deelnemer gaat ermee akkoord dat beeldmateriaal, genomen op het evenement, publiek en openbaar beschikbaar is en kan gebruikt worden voor publicitaire doeleinden van Be3/betrokken liga's en voor sportpromotie in het algemeen. De atleet, noch vertegenwoordiger of team/club, kan hiervoor een vergoeding claimen;
- h) Geschiktheid van atleten voor de mannelijke, vrouwelijke of open races zijn onderworpen aan de criteria die in de documenten zijn bepaald:
  - [World Triathlon Gender Eligibility Guidelines](#),
  - [World Triathlon Eligibility Regulations for Transgender Athletes](#), and
  - [World Triathlon Non-Binary Policy](#).

## 2.6 VERZEKERING

- a) 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;
- b) Deelnemers zonder licentie dienen zich een daglicentie aan te schaffen en zijn aldus verzekerd tijdens de wedstrijd;
- c) Er zijn verzekeringstechnische gevolgen mogelijk voor deelnemers zonder (dag)licentie of die fraude plegen.

## 2.7 REGISTRATIE

- a) Inschrijving:
  - a. Bij het aanmelden op het wedstrijdsecretariaat moet elke atleet (ook voor trio's en duo's) voorzien zijn van zijn/haar licentie met zijn/haar foto of een identificatiebewijs met foto (nieuw dopingdecreet);
  - b. De atleet mag niet deelnemen onder een andere naam;
  - c. Jeugdathleten (tot en met 18 jaar) zonder licentie moeten beschikken over een sportmedische goedkeuring van een arts (attest maximum 3 maanden oud).
- b) Briefing voor atleten:
  - a. De atleten moeten steeds kennis nemen van de schriftelijke briefing;
  - b. De atleten moeten het parcours kennen;
  - c. Als er een mondelinge wedstrijdbriefing voorzien is, zijn de atleten verplicht deze bij te wonen.
- c) Check-in:
  - a. TO's controleren fiets, helm en wedstrijd materiaal aan de check-in;
  - b. Atleten die zich laattijdig melden aan de check-in of de opgegeven check-in tijden niet respecteren kunnen een penalty ontvangen of voor de race geweigerd worden.

## 2.8 KLEDIJ

- a) Volgende kledijvoorschriften zijn van toepassing:
  - a. Elke atleet draagt tijdens de wedstrijd een niet-doorschijnend wedstrijduniform;
  - b. Het uniform moet tijdens de ganse wedstrijd, de torso bedekken. Bij een aparte wave mogen de trio-zwemmers starten met ontbloot bovenlijf;
  - c. Het uniform mag vooraan of achteraan een rits bevatten. Indien rits vooraan, dan mag deze niet opengedaan worden zodat tepels zichtbaar zijn;
  - d. Het uniform moet over beide schouders gedragen worden. De schouders, bovenarmen of bovenbenen mogen bedekt worden, behalve bij het gebruik van tijdelijke tattoos aangeleverd door de federatie of LOC. Wanneer wetsuits zijn toegelaten, mogen die de armen bedekken, maar in geen geval de handen en de voeten;
  - e. Bij wedstrijden mogen de armen bedekt worden, behalve tijdens het zwemonderdeel wanneer wetsuit verboden is;
  - f. De Head Referee kan toelaten dat de armen toch bedekt mogen blijven in functie van de weersomstandigheden;
  - g. Het uniform in één stuk geniet de voorkeur. Indien een tweestuks uniform wordt gedragen, dienen de twee stukken elkaar te overlappen, zodat onderkant en bovenkant niet gelijktijdig zichtbaar zijn. De torso van de atleet moet gedurende de ganse wedstrijd bedekt blijven. Bij niet-wetsuit zwemmen is het verboden om de benen onder de knie te bedekken tijdens het zwemmen. Bij wetsuit zwemmen is het bedekken van de onderbenen wel toegestaan, ook in de andere disciplines;
  - h. Regenkledij mag gedragen worden mits toelating van de Head Referee;
  - i. Bij internationale TRI/ETU-wedstrijden gelden de TRI Uniform Rules. Atleten dienen zich te voorzien van een nationaal wedstrijdpak.
  - j. Er is geen beperking op het type logo dat wordt gebruikt in de sponsoruimten. Behoudens aanstootgevende of discriminerende meldingen of meldingen voor tabak, gedistilleerde dranken en producten die stoffen bevatten die op de verboden WADA-lijst staan.
- b) Omwille van religie is het toegelaten om het volledige lichaam te bedekken (uitgezonderd het gezicht) op voorwaarde dat:
  - a. Het uniformmateriaal toegelaten is door World Aquatics (bij niet-wetsuitszwemmen);
  - b. Het uniform niet de fiets of het fietsen zal hinderen;
  - c. Extra identificatie over het uniform wordt gedragen, volgens de instructies van de Head Referee.

## 2.9 TIMING EN RESULTATEN

- a) De wedstrijdresultaten worden officieel goedgekeurd door de Head Referee alvorens over te gaan tot de prijsuitreiking.
- b) Naast de eindtijden kunnen ook volgende tijden worden gecommuniceerd:
  - a. Zwemmen of eerste looponderdeel;
  - b. Wissel 1;
  - c. Fietsen;
  - d. Wissel 2;
  - e. Lopen.
- c) De Head Referee kan tot 48h na de wedstrijd de uitslag wijzigen bij fouten in de officiële uitslag;
- d) Bij ex aequo is de looptijd beslissend, bij duatlon is dit de looptijd van het laatste looponderdeel;
- e) Uit veiligheidsoverwegingen kan de Head Referee de wedstrijdafstand voor de laatste atleten inkorten;
- f) Op de officiële uitslag staat, indien van toepassing en in volgorde: De atleten of teams die:
  - a. de volledige afstand hebben afgelegd;
  - b. de wedstrijd niet beëindigd hebben (Did Not Finish, DNF);
  - c. een verkorte afstand hebben afgelegd (zie 2.9.e);
  - d. gediskwalificeerd werden (Disqualified, DSQ);
  - e. ingeschreven zijn maar niet gestart (Did Not Start, DNS).
- g) De wedstrijdresultaten “onder voorbehoud” en deze “goedgekeurd” door de Head Referee, zijn beschikbaar via de website van de betrokken liga.

## 2.10 UITZONDERLIJKE OMSTANDIGHEDEN

Volgende lijst beschrijft de aanpassingen die kunnen gebeuren voor of tijdens de wedstrijd. Voor andere scenario's die kunnen optreden zal de Head Referee een oplossing zoeken volgens dezelfde principes. De Head Referee mag andere beslissingen nemen indien onderstaande scenario's niet kunnen worden geïmplementeerd. Indien de wedstrijd wordt stopgezet, zal het prijzengeld en eventuele ranking punten worden verdeeld volgens de positie van de atleten, dit wordt de uitslag. Bij eventuele onzekerheid over de posities wordt de laatst geregistreerde en gekende positie van de atleten gebruikt.

- a) Voor de wedstrijd:
  - a. Een triatlon kan worden omgevormd tot een duatlon, aquatlon, of zelfs een 2-segmenten competitie: zwem- loop, fiets-loop of loop-fiets, volgens een equivalente afstand. Tijdrit-start is toegelaten. De voorkeursoptie zal een duatlon zijn, met het kortste loopgedeelte als eerste discipline;
  - b. Een duatlon kan worden omgevormd tot 2 segmenten: fiets-loop of loop-fiets. Tijdrit-start is toegelaten;
  - c. Een wedstrijd zal steeds uit 2 segmenten bestaan. Indien niet mogelijk, zal de wedstrijd worden geannuleerd daar geen enkel multisport event uit maar één segment kan bestaan;
  - d. Relay wedstrijden kunnen worden omgevormd op dezelfde basis als hierboven aangegeven.
- b) Aanpassingen nadat de start gegeven is:
  - a. Elk segment, maar enkel 1 segment, mag worden ingekort tijdens de wedstrijd. De Head Referee en TO's zullen alle redelijke acties ondernemen om de eerlijkheid van de wedstrijd en de veiligheid van de atleten te waarborgen. Indien dit niet mogelijk is, zal de wedstrijd worden gestopt;
  - b. Voor Relay wedstrijden zullen alle volgende segmenten worden aangepast nadat één segment werd aangepast.
- c) Ongeplande verstoring van individuele standard distance of kortere wedstrijden nadat de start is gegeven:
  - a. Als de leidende atleet meer dan 50% van de afstand van het laatste segment heeft afgelegd dan zullen alle atleten gerangschikt worden volgens de posities op het laatste controlepunt.
  - b. In het geval dat alle atleten vóór 50% van het laatste segment worden gestopt indien mogelijk wordt de competitie hervat, anders is er geen uitslag opgemaakt;
  - c. De nieuwe start zal minimaal 45 minuten na de onderbreking plaatsvinden. DSQ atleten kunnen niet herstarten, DNF, DNS en LAP kunnen wel herstarten. Tijdstraffen worden geschrapt. Indien nodig komt de Competitie jury bijeen vóór de herstart om te beslissen over protesten ingediend door DSQ-atleten.
- d) Ongeplande verstoring van individuele middle distance of langere wedstrijden nadat de start is gegeven:
  - a. Atleten die tenminste 2 segmenten hebben afgelegd zullen worden gerangschikt volgens hun positie op het laatste geregistreerde controlepunt;
  - b. Elke atleet die geen 2 segmenten kon afleggen zullen in de resultaten worden opgenomen als "Not Completed (NC)";
  - c. In het geval dat alle atleten worden tegengehouden voor het einde van het 2e segment, zal de competitie worden herbegonnen indien mogelijk. Als dit niet mogelijk is zullen geen resultaten worden gepubliceerd.
  - d. De nieuwe start zal minimaal 45 minuten na de onderbreking plaatsvinden. DSQ atleten kunnen niet herstarten, DNF, DNS en LAP kunnen wel herstarten. Tijdstraffen worden geschrapt.
- e) Aanpassing van een Relay door het in te korten:
  - a. De wedstrijd zal als valide worden beschouwd voor de teams die tenminste 2 Leg's hebben afgelegd;
  - b. Er zijn twee mogelijke scenario's:
    - i. Als alle teams de plaats van annulering (bijvoorbeeld weggewaaid wisselzone) kunnen bereiken dan zal de uitslag zijn volgens de volgorde van aankomst van de teams op die plaats;
    - ii. Als de wedstrijd moet worden gestopt, waar de teams zich op dat moment ook bevinden (bijvoorbeeld door een stormalarm), dan zullen de resultaten van de wedstrijden worden opgesteld volgens:
      - i. De laatst getimed tussentijd per team;
      - ii. De volgorde van teams tot op dat punt.

### 3. STRAFFEN

#### 3.1 ALGEMENE BEPALINGEN

- a) Niet opvolgen van de Sportreglementen kan resulteren in een mondelinge waarschuwing, bestraffing met een tijdstraf, diskwalificatie van de atleet. De Head referee kan bijkomend een klacht indienen bij het bevoegde Geschiltribunaal. Een niet limiterende lijst van de mogelijke inbreuken en bijhorende straffen staan opgelijst in Bijlage D: Inbreuken en Straffen;
- b) De aard van de overtreding bepaalt de daaropvolgende straf;
- c) Voor de procedure van het Geschiltribunaal is het Intern Reglement van de liga waartoe de atleet is aangesloten van toepassing;
- d) Indien de TO oordeelt dat een atleet een onreglementair voordeel heeft bekomen of een opzettelijk gevaarlijke situatie heeft gecreëerd dan mag de TO die atleet bestraffen, zelfs wanneer deze inbreuk niet is hernomen in appendix D.

#### 3.2 MONDELINGE WAARSCHUWING

- a) De bedoeling van een mondelinge waarschuwing is om de atleet erop attent te maken dat hij/zij op het punt staat een overtreding te begaan. Het is een proactieve manier van handelen door de TO's. Een TO kan ook besluiten een waarschuwing te geven om een kleine inbreuk te corrigeren;
- b) Men kan een mondelinge waarschuwing krijgen wanneer:
  - a. Een atleet onvrijwillig een overtreding begaat;
  - b. Een TO aanvoelt dat er een overtreding zal gebeuren;
  - c. Bij de overtreding geen voordeel werd behaald.

#### 3.3 TIJDSTRAF

- a) Een TO is niet verplicht om eerst een waarschuwing te geven en dan pas een zwaardere straf;
- b) Een tijdstraf is een toepasselijke straf voor kleinere inbreuken die geen diskwalificatie eisen;
- c) Een Tijdstraffen worden uitgevoerd in de voorziene locatie zoals weergegeven in onderstaande tabel. De tijdstraf elders uitvoeren wordt als niet uitgevoerd beschouwd:

	<b>DRAFTING EVENTS</b>	<b>NON-DRAFTING EVENTS</b>
<b>START</b>	TIJDSTRAF in T1	TIJDSTRAF in T1
<b>SWIM</b>	TIJDSTRAF in T1	TIJDSTRAF in T1
<b>T1</b>	WAARSCHUWING in T1	WAARSCHUWING in T1
<b>BIKE</b>	WAARSCHUWING	BIKE PB
<b>T2</b>	WAARSCHUWING in T2	WAARSCHUWING in T2
<b>RUN</b>	WAARSCHUWING of TIJDSTRAF TER PLAATSE	WAARSCHUWING of TIJDSTRAF TER PLAATSE

- d) TO's beslissen onafhankelijk en naar eigen inzicht en kennis wanneer een atleet dient bestraft te worden met een tijdstraf;
- e) Er zijn twee soorten inbreuken die bestraft worden met een tijdstraf:
  - i. Drafting inbreuk omschreven in 5.4;
  - ii. Andere inbreuken (zie Bijlage D: Inbreuken en Straffen).
- f) Tijdstraffen zijn afhankelijk van het type van inbreuk:
  - i. Drafting inbreuken:
    - 3 minuten bij lange afstand wedstrijden (afwijkende wedstrijden, zie Bijlage C: Definities)
    - 2 minuten bij middellange afstand wedstrijden (afwijkende wedstrijden, zie Bijlage C: Definities)
    - 1 minuut bij standard afstand wedstrijden
    - 30 seconden bij sprint en korter afstanden

- ii. Andere inbreuken (bijv. Valse start, blocking, te laat aanmelden op he wedstrijdsecretariaat of wisselzone, .....):
  - 1 minuut bij lange afstand wedstrijden (afwijkende wedstrijden, zie Bijlage C: Definities)
  - 30 seconden bij midden afstand wedstrijden (afwijkende wedstrijden, zie Bijlage C: Definities)
  - 15 seconden bij standard afstand wedstrijden
  - 10 seconden bij sprint afstand wedstrijden
  - 5 seconden bij wedstrijden korter dan sprint afstand
- g) Enkel wanneer de tijd en de omstandigheden het toelaten kan de TO een tijdstraf geven:
  - i. Bij drafting inbreuk: door het geven van een fluitsignaal, een blauwe kaart tonen, roepen van het startnummer van de atleet en roepen: “draftingpenalty , u moet stoppen in de (eerstvolgende) penaltybox“;
  - ii. Bij andere inbreuken:
    - Inbreuken tijdens de start en zwemproef: een TO zal plaats nemen aan de wisselplaats
    - Van de atleet in de wisselzone, hij zal een fluitsignaal geven en een gele kaart tonen wanneer de atleet arriveert.
    - Inbreuken tijdens de fietsproef: fluitsignaal geven, gele kaart tonen, het startnummer van de atleet roepen en zeggen: “tijdstraf, u moet stoppen in de (eerstvolgende) penaltybox”.
    - Inbreuken in wisselzones en tijdens de loopproef: atleten kunnen verwittigd worden door de TO door
      - i. het geven van een fluitsignaal, het tonen van een gele kaart, het roepen van het startnummer en zeggen: “ tijdstraf, u moet stoppen”;
      - ii. Of door het startnummer van de bestrafte atleet te publiceren op het bord in de penaltybox. Het is de verantwoordelijkheid van de atleet om het bord te raadplegen (zie onderstaande tabel 3.4.).
- h) Atleten die weigeren hun tijdstraf op te nemen in de T1 of in daarvoor voorziene strafbox worden gediskwalificeerd maar mogen protesteren tegen de diskwalificatie en de beslissing van de Head referee om de tijdstraf toe te kennen. (protest, zie Hoofdstuk 9 Protest);
- i) Atleten die een tijdstraf krijgen, hebben de mogelijkheid om te beslissen of ze stoppen in het penaltybox en de straf uitzitten of doorgaan naar de finish. Niet stoppen in de penaltybox zal tot diskwalificatie leiden bij het overschrijden van de finishlijn. De atleet mag dan protesteren tegen de straf.

### 3.4 PROCEDURE BIJ HET UITVOEREN VAN EEN TIJDSTRAF

De TO is niet verplicht toelichting te geven bij de gegeven tijdstraf.

Bij een gele of blauwe kaart zal de atleet de instructies van de official opvolgen:

- a) Tijdstraf in T1
  - a. De TO zal een gele kaart tonen aan de te bestraffen atleet ter hoogte van zijn plaats in de wisselzone. De atleet zit zijn straf uit en mag geen andere handelingen uitvoeren (bevoorraden, omkleden, ...), zo niet wordt de tijdstraf onderbroken.
  - b. De TO zegt “GO” wanneer de straf tijd voorbij is en de situatie veilig, pas dan mag de atleet de wedstrijd op een veilige manier verder zetten.
- b) Tijdstraf in Bike PB
  - a. Het nummer van de bestrafte atleet wordt niet meer gepubliceerd aan de ingang van de penaltybox.
  - c. De gestrafte atleet meldt zich spontaan aan in de penaltybox (afstappen van de fiets), de atleet maakt zijn startnummer, de kleur en het aantal ontvangen kaarten kenbaar bij de official.
  - d. De atleet mag in de penaltybox geen andere activiteiten uitvoeren (bevoorraden, omkleden, ...), zo niet wordt de tijdstraf onderbroken.
  - e. De tijdstraf begint wanneer de atleet voldoet aan bovenstaande en eindigt wanneer de official “GO” zegt. Bij het verlaten of niet correct uitvoeren van de tijdstraf wordt de tijdstraf gepauzeerd tot de atleet terug voldoet. Voor PTWC atleten start de tijdstraf vanaf de atleet volledig tot stilstand gekomen is in de penaltybox.
  - f. De TO zegt “GO” wanneer de straf tijd voorbij is en de situatie veilig is, pas dan mag de atleet de wedstrijd op een veilige manier verder zetten.

### 3.5 DISKWALIFICATIE

- a) Algemeen:  
Bij diskwalificatie dient de atleet de wedstrijd te verlaten, als gevolg van een straf of het niet meer voldoen aan de wedstrijdvoorwaarden. Het is een straf die kan worden toegepast bij zwaardere overtredingen, gevaarlijk of onsportief gedrag.
- b) Procedure tijdens de wedstrijd:
- i. Wanneer de tijd en omstandigheden het toelaten, zal de TO een diskwalificatie geven door het:
    - Geven van een fluitsignaal;
    - Tonen van een rode kaart;
    - Roepen van het startnummer van de atleet;
    - Roepen van "DISKWALIFICATIE".
  - ii. Binnen de aankomstzone wordt door de TO een officieel diskwalificatieformulier opgehangen met de startnummers van gediskwalificeerde atleten.
- c) Procedure na diskwalificatie:  
Een atleet moet de wedstrijd verlaten na een rode kaart van een TO.  
Wanneer een diskwalificatie werd toegekend nadat de atleet is aangekomen, dient de atleet alsnog op de hoogte gebracht te worden.

### 3.6 SCHORSING

- a) Algemeen:
- i. Een schorsing is een straf die kan worden toegepast bij frauduleuze of ernstige overtredingen, herhaald gevaarlijk of onsportief gedrag;
  - ii. Een geschorste atleet mag niet deelnemen aan 3VL/ LF3;/Be3/TRI-wedstrijden gedurende zijn of haar schorsingsperiode.
- b) Procedure: Zie Intern Reglement van de liga van betrokkene.
- c) Redenen tot schorsing:  
Een niet-limitatieve lijst met inbreuken die kunnen resulteren in een schorsing, kan men terugvinden in Bijlage D: Inbreuken en Straffen
- d) Aankondiging schorsing:  
Alle schorsingen worden meegedeeld aan de Bestuursorgaan Be3. De Be3 verwittigt ETU en TRI van de schorsing. Beide liga's verwittigen hun organisatoren en officials.

### 3.7 UITSLUITING

- a) Procedure:  
Zie Intern Reglement van de liga.
- b) Redenen tot uitsluiting:
- i. Bij herhaalde inbreuken waarbij schorsing wordt opgelegd als straf;
  - ii. Dopinggebruik.
- c) Aankondiging uitsluiting: Idem Schorsing (3.6).

## 4. ZWEMGEDRAG

### 4.1 ALGEMEEN

- a) Atleten mogen elke stijl gebruiken om zich in het water voort te bewegen. Ze mogen watertrappelen of drijven. De Head Referee kan de atleten toelaten om zich van de grond af te stoten.
- b) Atleten dienen het voorgeschreven zwemparcours te volgen zoals beschreven in 2.1. o).
- c) Atleten mogen rusten door op de bodem te staan en/of zich vast te houden aan een object, zoals een boei of stationaire boot. Het is verboden om zich van een statisch voorwerp voort te trekken, te duwen of te gebruiken op een manier die de atleet helpt vooruitgang te boeken.
- d) In noodgeval zwaait de atleet met een arm boven het hoofd en roept om hulp. Eens een atleet hulp heeft gekregen, moet deze de wedstrijd staken.
- e) Atleten die andere atleten met kwaad opzet hinderen, worden gediskwalificeerd.

## 4.2 GEBRUIK VAN DE WETSUIT

a) Het gebruik van de wetsuit is geregeld via onderstaande tabel:

Zwemafstand	Verboden boven	Verplicht onder	Afgelast onder	Maximum tijd in het water
Relay $\leq 300$	21,0°C	16,0°C	12,0°C	20min
$\leq 750$	22,0°C	16,0°C	12,0°C	30min
751 tot 1000	22,0°C	16,0°C	12,0°C	50min
1001 tot 1500	22,0°C	16,0°C	12,0°C	1u10
1501 tot 3000	24,6°C	16,0°C	12,0°C	1u40
3001 tot 4000	24,6°C	16,0°C	12,0°C	2u20

b) De zwemafstand kan ingekort of geannuleerd worden op basis van onderstaande tabel:

Oorspronkelijke zwemafstand	Watertemperatuur							
	> 33,0°C	32,9°C - 32,0°C	31,9°C - 31,0°C	30,9°C - 15,0°C	14,9°C - 14,0°C	13,9°C - 13,0°C	12,9°C -	< 12,0°C
$\leq 300m$	cancel	Originele afstand	originele afstand	originele afstand	originele afstand	originele afstand	originele afstand	cancel
$\leq 750m$	cancel	cancel	750m	750m	750m	750m	750m	cancel
$\leq 1000m$	cancel	cancel	750m	1000m	1000m	1000m	750m	cancel
$\leq 1500m$	cancel	cancel	750m	1500m	1500m	1500m	750m	cancel
$\leq 1900m$	cancel	cancel	750m	1900m	1900m	1500m	750m	cancel
$\leq 2000m$	cancel	cancel	750m	2000m	2000m	1500m	750m	cancel
$\leq 2500m$	cancel	cancel	750m	2500m	2500m	1500m	750m	cancel
$\leq 3000m$	cancel	cancel	750m	3000m	3000m	1500m	750m	cancel
$\leq 3800m$	cancel	cancel	750m	3800m	3000m	1500m	750m	cancel
$\leq 4000m$	cancel	cancel	750m	4000m	3000m	1500m	750m	cancel

- c) Tenzij anders beslist door de Head Referee, mag de wetsuit pas volledig uitgetrokken worden in de wisselzone, op de plaats die voor de atleet is voorzien. De bovenste helft van de wetsuit mag wel worden uitgetrokken tussen het zwemeinde en de wisselzone, dit evenwel zonder andere atleten te hinderen;
- d) Als de Head Referee beslist dat de wetsuit vóór de wisselzone volledig mag uitgetrokken worden, dan gebeurt dit door de atleet op de voorziene, afgebakende "wetsuitzone".

## 4.3 AANPASSINGEN

- a) Indien het zwemmen wordt afgelast, wordt de wedstrijd omgevormd tot een duatlon.
- b) Bij aquatlon (lopen/zwemmen/lopen) wordt het event aangepast naar een zwemloop (zwemmen/lopen) bij een watertemperatuur onder de 22°C.
- c) Indien de luchttemperatuur, waterkwaliteit, wind, hevige regen en/of andere omstandigheden zoals stroming dit noodzakelijk maken, kan de Head Referee:
- i. Het zwemmen inkorten;
  - ii. De start uitstellen. Bij uitstel zal de start telkens met één uur worden uitgesteld. Het uitstel moet duidelijk bekend worden gemaakt;
  - iii. Een wetsuit verplichten;
  - iv. Het zwemmen afgelasten.

- d) De officiële beslissing omtrent de watertemperatuur kan beïnvloed worden door de luchttemperatuur. Indien de watertemperatuur lager is dan 24°C en de luchttemperatuur is lager dan 20°C, dient de gemeten watertemperatuur verminderd te worden met 0,5°C per 1°C verschil tussen water- en luchttemperatuur.
- e) De watertemperatuur wordt gemeten 2 uur voor de wedstrijd. De meting gebeurt op 3 verschillende plaatsen van het zwemparcours, waaronder het middelste punt van het parcours en op een diepte van 60 cm. De laagst gemeten temperatuur is de officiële watertemperatuur ( eventueel gecorrigeerd door de luchttemperatuur).

°C		Luchttemperatuur in °C														
		19	18	17	16	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5
W A T E R T E M P E R A T U R	24	21,5	21	20,5	20	19,5	19	18,5	18	17,5	17	16,5	16	15,5	15	14,5
	23	21	20,5	20	19,5	19	18,5	18	17,5	17	16,5	16	15,5	15	14,5	14
	22	20,5	20	19,5	19	18,5	18	17,5	17	16,5	16	15,5	15	14,5	14	13,5
	21	20	19,5	19	18,5	18	17,5	17	16,5	16	15,5	15	14,5	14	13,5	13
	20	19,5	19	18,5	18	17,5	17	16,5	16	15,5	15	14,5	14	13,5	13	12,5
	19	19	18,5	18	17,5	17	16,5	16	15,5	15	14,5	14	13,5	13	12,5	12
	18	-	18	17,5	17	16,5	16	15,5	15	14,5	14	13,5	13	12,5	12	11,5
	17	-	-	17	16,5	16	15,5	15	14,5	14	13,5	13	12,5	12	11,5	11
	16	-	-	-	16	15,5	15	14,5	14	13,5	13	12,5	12	11,5	11	-
	15	-	-	-	-	15	14,5	14	13,5	13	12,5	12	11,5	11	-	-
	14	-	-	-	-	-	14	13,5	13	12,5	12	11,5	11	-	-	-
	13	-	-	-	-	-	-	13	12,5	12	11,5	11	-	-	-	-
12	-	-	-	-	-	-	-	12	11,5	11	-	-	-	-	-	
11	-	-	-	-	-	-	-	-	11	-	-	-	-	-	-	

- e) Bij zwemmen zonder wetsuit moeten de atleten hun officieel wedstrijdpak dragen. Indien atleten een tweede pak wensen te gebruiken, moet dit onder het officiële pak gedragen worden gedurende de volledige wedstrijd.

#### 4.4 START VAN DE WEDSTRIJD

- a) Reguliere startprocedure:
- i. Startprocedure triatlon:
    1. Opwarming: in de opwarmzone (afgescheiden startzone);
    2. Startboxen: 10min voor de start iedereen uit het water en na controle toelating tot startbox;
    3. Te water: 3min voor de start te water per startbox;
    4. Pre-startzone: iedereen blijft in de pre-startzone tot het sein "atleten aan de startlijn" (megafoon);
    5. Start: ongeveer 30sec later met een startsignaal (pistoolschot, hoorn, enz. - geen fluitsignaal);
    6. De dames starten 15min voor de heren, uitgezonderd bij Crosstriatlon.
  - ii. Startprocedure duatlon:
    1. De deelnemers dienen zich vijf minuten voor de start aan in de startzone;
    2. Dertig seconden voor de start worden de deelnemers aan de startlijn gevraagd;
    3. De start wordt gegeven met een startsignaal (pistoolschot, hoorn, enz. - geen fluitsignaal);
    4. De dames starten 15min voor de heren, uitgezonderd bij Crossduatlon.
  - iii. Valse start:
    1. Een valse start wordt gegeven wanneer er een grote groep atleten te vroeg start.
    2. Bij een valse start wordt een tweede signaal gegeven (dubbel pistoolschot, dubbel hoorngeluid,...). Alle atleten stellen zich zo snel mogelijk terug op achter de startlijn.
  - iv. Vroegtijdige start:

1. Een vroegtijdige start is wanneer er één of enkele atleten te vroeg starten en de “valse start” TO oordeelt dat de start correct was en de wedstrijd kan worden verdergezet. De atleten die vroegtijdig starten krijgen een straf tijd in de eerste wisselzone, aangepast aan de afstand van de wedstrijd van 1 minuut bij lange afstand wedstrijden, 30 seconden bij middellange afstand wedstrijden, 15 seconden bij standard afstand wedstrijden, 10 seconden bij sprint of kortere afstand wedstrijden. Bij een valse start wordt een tweede signaal gegeven (dubbel pistoolschot, dubbel hoorngeluid,...). Alle atleten stellen zich zo snel mogelijk terug op achter de startlijn.
2. Bij relaywedstrijden zal de straf tijd worden uitgevoerd door de eerste atleet van het team.

b) Rolling startprocedure:

- i. Deze procedure kan op advies van de Head Referee worden toegepast bij massa-evenementen met een smalle startstrook;
- ii. Deze kan niet worden toegepast op kampioenschappen;
- iii. De TO-start kan de procedure op elk moment onderbreken of heropstarten bij mogelijke incidenten;
- iv. Bij meerdere startregistraties van eenzelfde atleet telt de eerste geregistreerde tijd.
- v. Atleten die te laat zijn voor de aangegeven starttijd hebben de goedkeuring nodig van de Start Technical Official. De starttijd van de late atleet is de starttijd van de eerste atleet in zijn startwave.

## 4.5 MATERIAAL

a) Toegelaten materiaal:

- i. De atleet moet de badmuts dragen die verstrekt wordt door de organisator gedurende de volledige zwemproef. Indien de atleet een tweede badmuts wenst te gebruiken, moet de badmuts verstrekt door de organisator, de buitenste zijn. De binnenste badmuts moet neutraal zijn, zonder opvallende of toegevoegde sponsoring.
- ii. Zwembrillen en neusknijpers.
- iii. Wetsuits bij wetsuit-zwemmen.
- iv. Swimskins zijn toegestaan in alle wedstrijden en op alle afstanden, behalve voor standaardwedstrijden en kortere afstanden voor elite-, U23, junior-, jeugd- en para-atleten. Als deze wedstrijden openstaan voor atleten per leeftijdsgroep, geldt bovenstaande beperking ook.  
Swimskins moeten worden uitgetrokken in de wisselzone of op een speciaal daarvoor aangewezen plaats.
- v. Neopreen swimcaps zijn toegelaten wanneer wetsuits zijn toegelaten.

b) Niet-toegelaten materiaal: Atleten mogen volgend materiaal niet gebruiken:

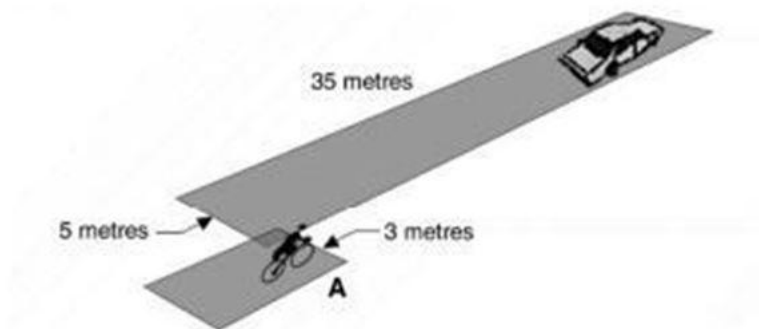
- i. Kunstmatige hulpmiddelen voor meer stuwings (zoals peddels, vinnen, ...);\*
- ii. Hulpmiddelen om beter te drijven\*;
- iii. Handschoenen;
- iv. Sokken, uitgezonderd wanneer wetsuits verplicht zijn;
- v. Wetsuits niet conform de TRI-reglementen (dikker dan 5mm, vortex,...);
- vi. Wetsuits (neopreen swimcaps inclusief) wanneer deze niet toegelaten zijn;
- vii. Snorkels;
- viii. Bij niet-wetsuit zwemmen:
  - a. Kledij niet toegelaten door en/of kledij gemaakt uit materiaal niet goedgekeurd door de TRI;
  - b. Kledij die de arm onder de elleboog en/of het been onder de knie bedekt;
- ix. Startnummer;
- x. Koptelefoon(s), headset(s) of technische oordopje(s) die worden ingebracht in de oren of de oren bedekken, uitgezonderd oordopjes om medische redenen.

\*bovenstaande bepalingen en voorwaarden zijn niet van toepassing bij SWIMRUN waar specifieke richtlijnen en regels gelden voor het gebruik en beheer van wedstrijd materiaal. Hiervoor wordt verwezen naar Bijlage J: SWIMRUN

## 5. FIETSGEDRAG

### 5.1 ALGEMEEN

- a) Het is een atleet niet toegelaten om:
- Andere deelnemers te hinderen;
  - Te fietsen met ontbloot bovenlichaam
  - Te vorderen zonder fiets (m.a.w. om de fiets op het parcours achter te laten vanaf standplaats van de eerste wissel tot de standplaats van de tweede wissel);
  - Een andere fiets te gebruiken tijdens de wedstrijd dan de ingecheckte fiets.
  - Te draften achter een voertuig:  
Draftingzone moto's: rechthoek van 15m op 3m;  
Drafting zone auto of groter voertuig: rechthoek van 35m op 5m. De voorkant van het voertuig duidt het midden van de voorkant van de rechthoek aan.



- b) Gevaarlijk gedrag:
- De atleten moeten de verkeersregels altijd in acht nemen, tenzij een TO of bevoegd persoon andere richtlijnen geeft.
  - Atleten die omwille van veiligheidsredenen het wedstrijdparcours verlaten moeten terugkeren naar dezelfde plaats waar het parcours werd verlaten zonder hierdoor voordeel uit te halen. Wanneer er voordeel werd gehaald uit deze actie moet de atleet een tijdstraf uitvoeren in de wisselzone.
  - Gevaarlijk fietsgedrag wordt bestraft met diskwalificatie.

Uitzonderingen zijn opgelijst in 2.1. o)

### 5.2 MATERIAAL

- a) Behalve de specifieke richtlijnen hieronder gelden de [UCI](#)-reglementen (vanaf 1 januari van het lopende jaar):
- Voor draftingwedstrijden gelden de UCI-reglementen voor wegwedstrijden;
  - Voor non-draftingwedstrijden gelden de UCI-reglementen voor tijdritten;
  - Voor Crosswedstrijden ( offroad) gelden de UCI-reglementen voor MTB.
- b) De fiets is een door de atleet aangedreven voertuig met twee wielen van dezelfde diameter. Het voorwiel is stuurbaar, het achterwiel wordt aangedreven door middel van pedalen en een ketting.
- c) De voet moet gefixeerd op de pedaal. Klikpedalen met fietsschoenen, clip-pedalen of platvormpedalen met loopschoenen zijn verplicht. Tenzij anders toegestaan.
- d) Bij draftingwedstrijden voldoet de fiets aan volgende eigenschappen:
- het balhoofd dient spelingvrij afgesteld te zijn
  - het fietskader heeft een traditionele (gesloten, driehoekige) constructie.
  - de fiets is niet langer dan 185cm en 50cm breed;
  - Er is minstens 24cm en maximum 30cm tussen de grond en center trapas;
  - De afstand tussen de verticale loodlijn doorheen center trapas en center voorwiel mag maximum 70cm en moet minimum 54cm bedragen (uitzonderingen zijn toegelaten voor zeer grote of zeer kleine atleten);

- vi. Aangebrachte stroomlijnkappen (om luchtweerstand te verminderen of stuwung te verbeteren) zijn niet toegelaten, overkappingen in functie van de veiligheid zijn wel toegelaten.
  - vii. Fietsen voorzien van het UCI Road Race homologatie label (code RD) zijn altijd toegelaten, ook wanneer zij in strijd zijn met bovenstaande vereisten.
  - viii. Fietsen voorzien met het UCI Time Trial homologatie label (code TT) zijn verboden tenzij zij voldoen aan bovenstaande eisen.
  - ix. Zie ook bijlage E (fietsafmetingen)
  - x. Niet traditionele of ongewone fietsen en materiaal is verboden tenzij deze ten minste 30 dagen voor de wedstrijd werden voorgelegd en goedgekeurd door de Technische commissie van Be3.
  - xi. De fiets moet voorzien worden van het fietsplaatje (links leesbaar) of fietsbandje/sticker indien dat door de organisatie wordt uitgereikt.
- e) Bij niet-draftingwedstrijden voldoet de fiets aan volgende eigenschappen:
- i. het balhoofd dient spelingvrij afgesteld te zijn
  - ii. De fiets is niet langer dan 185cm en breder dan 50cm
  - iii. Minstens 24cm en maximum 30cm tussen de grond en center trapas;
  - iv. De afstand tussen de verticale loodlijn doorheen center trapas en center voorwiel mag maximum 65cm en minimum 54cm bedragen (uitzonderingen zijn toegelaten voor grote of kleine atleten);
  - v. het fietskader heeft een traditionele (gesloten, driehoekige) constructie.
  - vi. Fietsen voorzien met een UCI Time Trial homologatie label (code TT) zijn altijd toegelaten in niet- draftingwedstrijden, zelfs wanneer zij niet overeenstemmen met bovenvermelde eisen.
  - vii. Niet traditionele of ongewone fietsen inclusief stroomlijnkappen zijn verboden, tenzij details ten minste 30 dagen voor de wedstrijd werden voorgelegd en goedgekeurd door de Technische commissie van Be3. Sommige niet traditionele of ongewone fietsen werden reeds door TRI TC goedgekeurd. Zie Bijlage I: NIET-TRADITIONELE OF ONGEWONE FIETSEN.
  - viii. De fiets moet voorzien worden van het fietsplaatje (links leesbaar) of fietsbandje/sticker indien dat door de organisatie wordt uitgereikt
- f) Wielen:
- i. Wielen mogen geen mechanismen bevatten om de rijsnelheid te verhogen;
  - ii. Tubes zijn goed vastgelijmd, de wielen zijn recht; de hendels van de snelspanners moeten tegen de naaf aansluiten;
  - iii. Een rem voor elk wiel
  - iv. Wielen kunnen enkel gewisseld worden in de daarvoor voorziene zone, als deze voorzien is (T<sup>3</sup>);
  - v. Technical officials in de wielzone zullen het genummerde of teamgetagde wiel aangeven aan de atleet. De atleet is zelf verantwoordelijk voor het wisselen en plaatsen van het wiel. Wielen voorzien voor andere atleten of teams kunnen niet gebruikt worden.
  - vi. Voor draftingwedstrijden moeten wielen beschikken over volgende karakteristieken:
    - Diameter tussen maximum 70cm en minimum 55cm, inclusief buitenbanden
    - Beide wielen hebben dezelfde diameter
    - Wielen moeten elk voorzien zijn van minstens 12 spaken
    - Spaken kunnen rond, plat of ovaal zijn met een maximum breedte van 10mm
    - Voor non-draftingwedstrijden zijn volle achterwielen toegelaten, maar kunnen uit
    - Veiligheidsoverwegingen (bijvoorbeeld veel wind) door de Head Referee verboden worden
- g) Sturen:
- i. Voor draftingwedstrijden:
    - Zijn enkel traditionele sturen (racesturen) toegelaten (uitzondering voor MTB)
    - De stuureinden moeten dichtgestopt zijn
    - Clip-ons of voorgevormde sturen met steunbeugels zijn verboden
    - Drinkbus en drinkbushouders mogen niet gemonteerd worden op het stuur



- ii. Voor Elite-, U23-, Junior- en Jeugdwedstrijden volgens de draftregels, de remmen moeten op een veilige manier bediend kunnen worden door aan de hendels te trekken met de handen op de remkoppen in overeenstemming met de maximale hellingshoek van 10°. Zie figuur



- iii. Voor non-draftingwedstrijden:
- Clip-ons zijn toegelaten zolang zij niet voorbij het voorste deel van het voorwiel komen;
  - Clip-ons bestaande uit 2 stukken en moeten niet overbrugd worden;
  - De stuureinden moeten dichtgestopt zijn;
  - Clip-ons mogen geen remhendels bevatten;
  - Elleboogsteunen zijn toegelaten;
  - Drinkbus en drinkbushouders mogen gemonteerd worden op de clip-ons.

h) Fietshelmen:

- i. De helmen moet als fietshelm goedgekeurd zijn door een officieel erkend orgaan;
- ii. De fietshelm dient gedragen te worden tijdens alle fietsverplaatsingen op de wedstrijddag;
- iii. Het is verboden om zelf veranderingen aan te brengen aan de fietshelm;
- iv. De fietshelm moet op een correcte manier zijn vastgemaakt op het hoofd vóór de atleet contact heeft met zijn fiets, m.a.w. vanaf het vastnemen van de fiets in T1 tot na het terugplaatsen van de fiets in T2;
- v. Wanneer een atleet omwille van veiligheidsredenen of andere (desoriëntatie, mechanische herstellingen, toilet, ...) het fietsparcours verlaat, mag deze de fietshelm niet losmaken of afnemen tenzij de atleet veilig van de fiets is afgestapt en het wedstrijdparcours heeft verlaten. De fietshelm dient terug veilig bevestigd te zijn van zodra de atleet terug op de fiets zit;
- vi. De fietshelm mag niet beschadigd zijn;
- vii. De fietshelm moet correct gedragen worden en mooi aansluiten aan het hoofd, ook wanneer er een muts of hoofddeksel onder wordt gedragen.

viii. In wedstrijden waar drafting is toegestaan, mag de helm de oren van de atleet niet bedekken of belemmeren. Geïntegreerde of afneembare vizieren zijn niet toegestaan. Helmen moeten worden gebruikt zonder vizier of accessoires van het type “scherm”.

- i) Schijfremmen zijn toegelaten.
- j) Niet toegelaten materiaal:
  - i. Koptelefoon(s), headset(s), smarthelms of technische oordopje(s) die worden ingebracht in de oren of de oren volledig of deels bedekken;
  - ii. Materiaal in glas of ander breekbaar materiaal zoals achteruitkijkspiegels;
  - iii. Kledij die niet overeenstemt met de Sportreglementen;
  - iv. Fietsen of fietsonderdelen die niet voldoen aan de Sportreglementen;
  - v. Bij draftingwedstrijden mogen bidons niet achter het zadel geplaatst worden.
  - vi. Bidons/vloeistoffen of andere objecten (uitgezonderd voeding) bevestigd aan of in de trisuit van de atleet;
  - vii. Alle objecten in kuit- en/of armstukken (uitgezonderd gels).
- k) Materiaal of apparatuur meegenomen tijdens de fietsproef of toegevoegd aan de fiets, dient goedgekeurd te worden door de Head Referee voor de wedstrijd en moet goed gemonteerd worden zodat andere atleten niet in gevaar worden gebracht.

### 5.3 CHECK-IN

- a) Een fietscontrole mag gebeuren op basis van hoofdstuk 5.2
- b) Een fietscontrole (check-in) vindt plaats voor de wedstrijd bij ingang T1 door de TO's.
- c) Tijdens de check-in kunnen atleten toestemming vragen om veranderingen aan hun fiets aan te brengen zodoende in orde te zijn met de Sportreglementen.
- d) Een atleet kan slechts één fiets inchecken.
- e) Alle atleten moeten hun fiets inchecken in de wisselzone tijdens de aangeduide periode. Elke atleet die niet in deze mogelijkheid kan voorzien dient de Head Referee minstens één dag voor de wedstrijd hiervan te verwittigen.

### 5.4 DRAFTING

Er zijn 2 soorten wedstrijden: drafting en non-drafting wedstrijden, afhankelijk of drafting (stayeren) al dan niet is toegelaten.

Wedstrijden zullen drafting of non-drafting zijn volgens volgende tabel:

<b>TRIATLON</b>	
Team Relay	Drafting
Super Sprint Distance	Drafting
Sprint Distance	Drafting*
Standard Distance	Drafting*
Middle en Long Distance	Non-Drafting
<b>DUATLON</b>	
Team Relay	Drafting
Sprint Distance	Drafting*
Standard Distance	Drafting*
Middle en Long Distance	Non-Drafting
<b>CROSS DUATLON &amp; TRIATLON</b>	
Alle afstanden	Drafting

\* Sprint en Standard Distance Triatlon en Duatlon worden enkel als drafting wedstrijden georganiseerd, maar kunnen mits toestemming van de betrokken liga's als non-drafting worden georganiseerd.

- a) Draftingwedstrijden
  - i. Drafting is toegelaten in triatlon en duatlon Standard Distance of korter.
  - ii. Drafting is verboden tussen atleten die apart starten (zie 4.4.a.v. - heren/heren, dames/heren, dames/dames).
  - iii. Gedubbelde atleten: een atleet wordt als gedubbeld beschouwd op het ogenblik dat hij/zij gepasseerd wordt door het wedstrijdvoertuig met de rode vlag of de atleet die zich op dat moment in eerste positie bevindt. Een gedubbelde atleet kan enkel draften bij eveneens gedubbelde atleten. De draftingzone is 12m x 3m (voorwiel tot voorwiel).

- iv. Uitzonderingen kunnen worden toegelaten door Be3, 3VL of LF3.
  - v. Als de Head Referee vindt dat de wedstrijdstandigheden het moeilijk maken om bepaalde regels goed te handhaven tijdens een race met drafting, kan hij speciale regels voor die race vaststellen, op voorwaarde dat deze maatregelen tijdens de briefing aan de atleten zijn meegedeeld.
- b) Non-draftingwedstrijden
- i. Drafting is verboden in tri- en duatlons Middel Distance en Long Distance.
  - ii. Drafting achter een atleet is verboden. Een atleet moet (poging tot) drafting door een andere atleet verwerpen.
  - iii. Een atleet moet rechts rijden indien hij/zij als eerste die positie heeft, dit zonder andere deelnemers te hinderen. Bij het innemen van een positie moet een atleet voldoende ruimte laten om andere deelnemers normale bewegingsvrijheid toe te laten zonder contact te maken. Er moet genoeg ruimte zijn voor een inhaalmanoeuvre.
  - iv. Een atleet die door een handeling in een draftingpositie komt, is zelf verantwoordelijk om deze zo snel mogelijk en in een continue beweging te verlaten.

- v. Draften is de draftingzone van een fiets of voertuig betreden:
- Draftingzone fiets: rechthoek van 12m op 3m (voorwiel tot voorwiel);

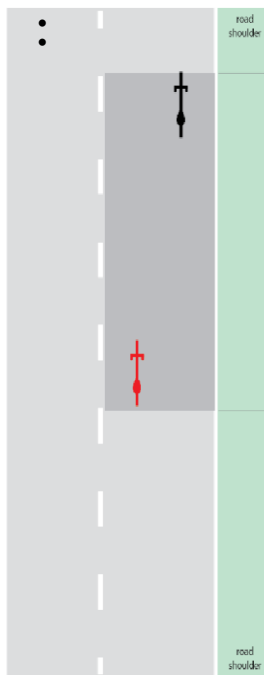


- Een atleet kan de draftingzone van een andere atleet betreden maar moet snel genoeg vorderen binnen die zone. Een maximum tijd van 25sec wordt getolereerd om door de zone van een andere atleet te vorderen.
- vi. Een atleet mag de draftingzone betreden onder volgende omstandigheden:
- Wanneer de atleet een draftingzone betreedt en binnen de 25sec de zone passeert bij het inhalen;
  - Omwille van veiligheidsredenen;
  - 100m voor of na een bevoorradingspost;
  - 100m voor of na de wisselzone;
  - Een scherpe bocht;
  - Wanneer TO's dit op een bepaald traject toelaten wegens: te smal, wegenwerken, omleidingen of andere
  - veiligheidsredenen.
- vii. Inhalen:
- Een atleet is ingehaald zodra het voorwiel van een andere atleet zijn/haar voorwiel inhaalt;
  - Een ingehaalde atleet moet zich onmiddellijk uit de draftzone van de passerende atleet verwijderen. Het opnieuw passeren door de ingehaalde atleet voordat hij uit de draft-zone valt, resulteert in een drafting-overtreding
  - Atleten moeten aan de rechterkant van het fietsparcours positie nemen en geen 'blocking' situatie veroorzaken. Er is sprake van 'blocking' wanneer een atleet niet op een reglementaire manier kan inhalen door het slecht gepositioneerd zijn van een voorligger.
- viii. Volgende diagrammen (onder 5.5) illustreren drafting, non-drafting (bij parcours waar men rechts rijdt):

## 5.5 BLOCKING

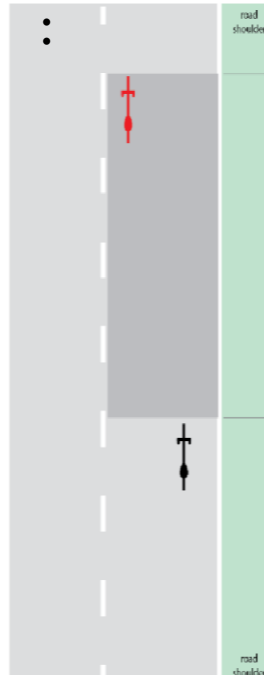
- a) Het is verboden atleten te blokkeren tijdens non-draftingwedstrijden;
- b) De gesanctioneerde atleet moet stoppen in de eerstvolgende penaltybox en daar de straf uitvoeren;
  - i. 10 seconden bij Sprint non-draftingwedstrijden;
  - ii. 15 seconden bij Standard non-draftingwedstrijden;
  - iii. 30 seconden bij Middle Distance non-draftingwedstrijden;
  - iv. 1 min. bij Long Distance non-draftingwedstrijden.

## Drafting



Atleten moeten worden bestraft, ongeacht hun positie, zodra ze de 12m-zone betreden en de leidende atleet niet passeren binnen de daarvoor bestemde tijd

## Blocking



Atleten die kunnen worden bestraft voor blokkeren, op voorwaarde dat zij/hij andere atleten verhindert om te passeren

### 5.6 OVERZICHT STRAFFEN VOOR DRAFTING EN BLOCKING

- Het is verboden atleten te blokkeren tijdens non-draftingwedstrijden;
- Het is niet mogelijk om een protest in te dienen tegen een tijdstraf bij drafting; De gesanctioneerde atleet moet stoppen in de eerstvolgende penaltybox en daar de straf uitvoeren;
- Het is de verantwoordelijkheid van de atleet om te stoppen in de eerstvolgende penaltybox. Indien dit niet gebeurt, wordt de atleet gediskwalificeerd;
- Bij standaard afstanden of korter zal een tweede draftingovertreding resulteren in diskwalificatie;
- Bij middellange en/of lange afstanden zal een derde draftingovertreding resulteren in diskwalificatie.

	DRAFTING (BLAUWE KAART)	BLOCKING (GELE KAART)
< SPRINT	30sec. (BIKE PB)	5sec. (BIKE PB)
SPRINT	30sec. (BIKE PB)	10sec. (BIKE PB)
STANDARD	1min. (BIKE PB)	15sec. (BIKE PB)
MIDDEL	2min. (BIKE PB)	30sec. (BIKE PB)
LANG	3min. (BIKE PB)	1min. (BIKE PB)

### 5.7 RIJ POSITIES

- De rijpositie vereist dat de enige steunpunten de volgende zijn: de voeten op de pedalen, de handen op het stuur en het zitvlak op het zadel;
- Bovendien kunnen tijdens non-drafting races de onderarmen worden gebruikt als steunpunt op het stuur. Terwijl de armen of ellebogen in contact zijn met het stuur of de armsteun, grijpen de handen de tribeugel vast;
- Deze rijposities zijn niet toepasselijk voor cross wedstrijden.

Beeld 1: Rij positie toegelaten in alle wedstrijden:



Beeld 2: Rijpositie verboden in alle wedstrijden (stuur zonder clip-on):



Beeld 3: Verboden rijpositie in alle wedstrijden:



## 6. LOOPGEDRAG

### 6.1 ALGEMEEN

De atleet mag:

- i. Lopen of wandelen;
- ii. Niet kruipen;
- iii. Niet lopen met ontbloot bovenlichaam;
- iv. Niet lopen met een fietshelm op;
- v. Geen gebruik maken van vaste steunpunten (nadars, paaltjes, ...) om gemakkelijker bochten te nemen;
- vi. Geen persoonlijke begeleiding of bevoorrading krijgen tijdens het lopen;
- vii. Het startnummer enkel vooraan dragen.

### 6.2 DEFINITIE FINISH

Een atleet wordt als aangekomen beschouwd wanneer een gedeelte van de romp (definitie zie Bijlage C: Definities) de loodrechte lijn op de aankomstlijn overschrijdt.

### 6.3 VEILIGHEID

- a) De verantwoordelijkheid om op het parcours te blijven, ligt bij de atleet. Elke atleet die volgens een TO of medical- official een gevaar betekent voor zichzelf of anderen, kan verwijderd worden uit de wedstrijd;
- b) De aankomstzone is een afgebakende zone, enkel toegankelijk voor deelnemers en officials. Bij trio- & duowedstrijden is enkel het teamlid dat finishend toegelaten.

### 6.4 NIET TOEGELATEN MATERIAAL

- a) Koptelefoon(s), headset(s) of technische oordopje(s) die worden ingebracht of de oren afdekken;
- b) Materiaal in glas of ander breekbaar materiaal;
- c) Kledij die niet overeenstemt met deze Sportreglementen;
- d) Schoenen die niet voorkomen op de lijst van door World Athletics goedgekeurde schoenen (zie link <https://certcheck.worldathletics.org/>).  
Bij gebruik van een schoen die als “in ontwikkeling” is gecatalogiseerd, is het de verantwoordelijkheid van de atleet om dit te melden aan de hoofdscheidsrechter.



## 7. GEDRAG IN WISSELZONE

### 7.1 ALGEMEEN

- a) Wanneer een horizontaal buizensysteem gebruikt wordt, dienen de fietsen:
  - i. Voor de fietsproef klaar te staan met het voorste deel van het zadel vastgehaakt aan het fietsrek zodat het voorste wiel wijst naar de doorstroomzone;
  - ii. Na het fietsen terug met het voorste deel van het zadel vastgehaakt aan het fietsrek of met beide zijden van het stuur of beide remgrepen over de dwarsbuis worden geplaatst;
  - iii. Uitzonderingen zijn toegelaten door de Head Referee.
- b) De atleet mag enkel de plaats gebruiken die voor hem/haar voorzien is en moet zijn/haar fiets in het rek plaatsen; Enkel materiaal dat gebruikt wordt tijdens de wedstrijd mag in de wisselzone geplaatst worden. Ander materiaal (rugzak, fietsrollen, ...) wordt buiten het wedstrijdveld gehouden zodat het geen andere atleten hindert;
- c) Elke atleet moet een opbergbox gebruiken op de voor hem/haar voorziene plaats. In functie van de aard van de wedstrijd moet al het gebruikte wedstrijd materiaal in de box gedeponereerd worden. Deze box moet uit plastic bestaan, mag geen merktekens (lees stickers en dergelijke) bevatten tenzij anders bepaald en niet groter zijn dan L45x35x25 cm. De naam van de atleet mag vermeld worden. Van zodra een deel van een voorwerp zich in de box bevindt, wordt dit beschouwd als in de box;
- d) Als een atleet, bij een duatlonwedstrijd, hetzelfde paar schoenen wenst te gebruiken tijdens de tweede loopproef moet dit paar schoenen niet in de materiaalbox geplaatst worden na de eerste loopproef. Eén enkel paar schoenen mag zich op de grond bevinden tijdens de ganse wedstrijd. Loopschoenen moeten binnen zijn/haar toegewezen plaats staan;
- e) Startnummer, fietsschoenen, fietsbrillen, fietshelm en ander fietsmateriaal kunnen op de fiets geplaatst worden;
- f) Atleten en hun materiaal mogen geen andere atleten hinderen in de wisselzone;
- g) Atleten mogen het materiaal van anderen niet beroeren. Het beroeren of verwijderen van het materiaal van andere atleten dat het verderzetten van de wedstrijd van deze atleet belet resulteert in een diskwalificatie. Verkeerdelijk geplaatst materiaal kan verplaatst worden door betrokken atleet na toelating van HR of zijn afgevaardigde.;
- h) Fietsen is niet toegelaten in de wisselzone: atleten dienen op en van de fiets te stappen in de voorbestemde zone, m.a.w. door contact van een volledige voet op de grond na de opstaplijn bij de uitgang van wisselzone 1 en voor de afstaplijn bij ingang wisselzone 2. In de wisselzone (voor de opstaplijn en na de afstaplijn) kan de fiets enkel geduwd worden door de atleet. Indien een atleet een fietsschoen of ander materiaal verliest tijdens op- en afstapbeweging zullen officials deze verzamelen en zal geen penalty gegeven worden. Op- en afstaplijn zijn onderdelen van de wisselzone;
- i) Naaktheid of onfatsoenlijk gedrag is verboden;
- j) Atleten mogen niet stoppen in de doorstroomzone van de wisselzone;
- k) Merktekens zijn niet toegelaten met uitzondering van de T<sup>3</sup> Series (zie bijlage H). Tekens, handdoeken en andere objecten gebruikt als merkteken zullen verwijderd worden door TO's zonder de atleet te verwittigen en zonder te sanctioneren;
- l) De helmkliksluiting mag niet vastgeklit zijn terwijl de atleet de eerste wedstrijdproef aflegt. Indien een helm technisch is uitgerust met een gesloten kinsluiting is deze regel niet van toepassing; (vb Casco)
- m) Bij evenementen waar een "bag drop system" wordt gebruikt, moet alle materiaal in de beschikbaar gestelde zakken van het organisatiecomité. De enige uitzondering zijn de fietsschoenen dewelke mogen vastgeklit blijven op de fiets.

## 8. TECHNICAL OFFICIALS

### 8.1 ALGEMEEN

- a) De taak van de TO's bestaat erin om de wedstrijd te leiden volgens de Sportreglementen;
- b) Een TO kan optreden van zodra een atleet zich op de field of play bevindt.

## 8.2 TECHNICAL OFFICIALS

- a) De aanwezige officials op wedstrijden zijn:
  - i. De Head Referee (HR) kent de taken toe aan alle TO's, coördineert het TO-team en neemt de finale beslissingen bij "field of play" beslissingen;
  - ii. TO's zijn aangeduid voor de inschrijvingen, start, aankomst, wisselzone(s), het zwemmen, het fietsen, het lopen, penaltybox, check-in, .... Een voldoende aantal TO's zal per locatie aangeduid worden en is verantwoordelijk voor de opvolging van de Sportreglementen.
- b) De TO's:
  - i. Controleren de opvolging van de Sportreglementen in de vernoemde zones;
  - ii. Moeten proactief handelen en optreden;
  - iii. Stellen overtredingen vast en leggen eventueel straffen op;
  - iv. Stellen een schriftelijk rapport op in verband met de uitgedeelde straffen en rapporteren deze aan de Head Referee;
  - v. Beslissen naar de geest van de Sportreglementen.
- c) De Head Referee:
  - i. Is de verantwoordelijke contactpersoon tussen de organisatie en TO's;
  - ii. Bepaalt en controleert alle scheidsrechterlijke functies tijdens de wedstrijd;
  - iii. Neemt indien nodig een definitieve beslissing bij overtreding van de Sportreglementen;
  - iv. Kan uit veiligheidsoverwegingen het parcours van de wedstrijd wijzigen;
  - v. Keurt de einduitslag goed;
  - vi. Behandelt zo snel mogelijk protest;
  - vii. en omtrent field of play-beslissingen;
  - viii. Kan bij zware inbreuken het startrecht van een atleet of team weigeren. Deze inbreuken zijn o.a.:
    - Deelname terwijl atleet geschorst is;
    - Niet correcte inschrijving van atleet of team (fraude);
    - Gevaarlijk of onsportief gedrag voor de wedstrijd;
    - Onveilige of niet-conforme wedstrijdkledij.

## 9. PROTEST

### 9.1 ALGEMEEN

- a) Een atleet of zijn teamkapitein mag protesteren tegen een gekregen straf, met uitzondering van:
  - (i) een straf voor een drafting overtreding; en
  - (ii) een tijdstraf die al is uitgezeten.
- b) Als een atleet een tijdstraf uitzit, aanvaardt de atleet de straf en wordt geen protest toegelaten.
- c) Als een atleet geen tijdstraf uitzit, wordt hij/zij gediskwalificeerd, maar mag hij/zij protesteren tegen de diskwalificatie en de beslissing van de TO over het geven van de tijdstraf.
- d) Het protestformulier moet vergezeld gaan van een borg van 10 euro (bij voorkeur rechtstreeks te betalen op rekening BE45 0013 5794 1089 op naam van Belgian Triathlon, terugbetaald indien geaccepteerd).
- e) De Head referee zal de klacht alleen accepteren als deze tijdig wordt ingediend en vergezeld gaat van het bewijs van betaling van de provisie. Op basis van het reglement zal hij beslissen of de beslissing om de straf op tijd toe te kennen terecht is, en of:
  - (i) het protest verwerpen en de diskwalificatie bevestigen; of
  - (ii) het protest gegrond verklaren, de tijdstraf opheffen en de diskwalificatie ongedaan maken.Protestformulieren kunnen opgevraagd worden bij de Head Referee.

## 9.2 PROTEST KAN INGEDIEN WORDEN MAAR NIET BEPERKT TOT:

### 9.2.1. Gedrag van een atleet of team:

Een atleet of teamkapitein die een protest indient moet dit binnen de 30 minuten na zijn/haar/hun aankomst indienen bij de Head Referee of zijn afgevaardigde. De intentie om een schriftelijk protest in te dienen, dient wel 15 minuten na zijn/haar/hun aankomst door de protest neerleggende atleet of teamkapitein (klager) gemeld te worden aan de Head Referee of zijn afgevaardigde (aankomst TO).

### 9.2.2. Startlijst:

Protest aangaande de startlijst of afwijking ervan (volgens de Sportreglementen) wordt ingediend bij de Head Referee niet minder dan 24 uur vóór de wedstrijd.

### 9.2.3. Parcours:

Protest aangaande de veiligheid van het parcours of afwijking ervan (volgens de Sportreglementen) wordt ingediend bij de Head Referee niet minder dan 24 uur vóór de wedstrijd.

### 9.2.4. Materiaal van een atleet of team:

Een atleet of teamkapitein die een protest indient moet dit binnen de 30 minuten na zijn/haar/hun aankomst indienen bij de Head Referee of zijn afgevaardigde. De intentie om een schriftelijk protest in te dienen, dient wel 15 minuten na zijn/haar/hun aankomst door de protest neerleggende atleet of teamkapitein (klager) gemeld te worden aan de Head Referee of zijn afgevaardigde (aankomst TO).

### 9.2.5. Ongepast gedrag van een atleet, team, Technical Official, coach, medewerker/organisator/vrijwilliger:

Een atleet of teamkapitein mag een klacht indienen bij het Geschiltribunaal van de liga waar het event is georganiseerd.

### 9.2.6. Timing en Resultaten:

Protest aangaande een fout in het resultaat moet schriftelijk worden ingediend bij de Head Referee binnen de twee werkdagen na de wedstrijd.

### 9.2.7. Ranking:

Protest aangaande ranking van een circuit moet schriftelijk worden ingediend bij de betrokken liga of Be3 voor nationale rankings binnen de twee werkdagen na de wedstrijd.

## 9.3 INHOUD VAN HET PROTEST

Noodzakelijke informatie op het protestformulier (Bijlage B: Protestformulier):

- a) Vermelding van de regel waarop inbreuk is gepleegd;
- b) Locatie en tijdstip van de inbreuk;
- c) Namen van personen die betrokken zijn bij de inbreuk;
- d) Namen van mogelijke getuigen die de inbreuk gezien hebben;
- e) Een verklaring van de inbreuk, indien mogelijk met diagram.

## 9.4 PROCEDURE PROTEST INDIENEN

- a) Het protest wordt overhandigd aan de Head Referee of de liga, ondertekend door de persoon die protest indient - de klager - binnen de tijdslimieten die hierboven vermeld zijn.
- b) Het behandelen van het protest zal gebeuren in de taal van de regio behalve bij:
  - i. Nationale kampioenschappen: zal het volgens de keuze van de klager gebeuren in het Nederlands of Frans;
  - ii. Internationale wedstrijden: zal gebeuren in het Engels.
- c) De aangeklaagde wordt verwittigd en zowel de klagende partij als aangeklaagde dienen aanwezig te zijn. Indien één van beide partijen niet aanwezig is, kan het verhoor worden uitgesteld of geannuleerd. De Head Referee beslist of de afwezigheid gerechtvaardigd is;
- d) Elke afwezigheid op het verhoor kan een rechtvaardiging zijn voor de Head Referee om een beslissing te nemen zonder de afwezigen;
- e) Een vertegenwoordiger voor beide partijen kan aangewezen worden indien toegestaan door de Head Referee;
- f) Het verhoor gebeurt niet publiekelijk;
- g) De Head Referee leest het protest;
- h) Zowel klager als aangeklaagde krijgen voldoende tijd om hun verklaring af te leggen;

- i) Getuigen (maximum 2 per partij) mogen elk gedurende 3 minuten spreken;
- j) De Head Referee luistert naar het bewijs en beslist;
- k) De beslissing wordt onmiddellijk bekendgemaakt en schriftelijk overgeleverd aan beide partijen, op verzoek;
- l) Protest indien atleet niet mag starten: de tijd van een atleet om protest in te dienen is niet langer dan 15 minuten na de melding door de Head Referee van het geweigerde startrecht. De intentie om een schriftelijk protest in te dienen, dient wel 5 minuten na deze verwittiging door de klager gemeld te worden aan de Head Referee. Protesten die niet gemeld worden binnen de 5 minuten, worden niet verder behandeld.

## 9.5 FIELD OF PLAY BESLISSINGEN\*

Beslissingen van officials zijn niet vatbaar voor herziening, tenzij er bewijs is dat de official:

- (i) te kwader trouw een beslissing heeft genomen;
- (ii) een willekeurige beslissing of;
- (iii) een beslissing niet heeft genomen volgens de toepassing van het reglement op dat moment, of in toepassing van een verkeerde regel, of is genomen door de juiste regel niet toe te passen op de feitelijke omstandigheden (zie bijvoorbeeld CAS 2004/A/727; CAS OG/12/010).

*“Iedere deelnemer in de sport dient te accepteren dat een scheidsrechter gebeurtenissen binnen de wedstrijd bekijkt vanuit zijn/haar standpunt en daarop zijn/haar beslissing baseert. De scheidsrechter kan hierbij fouten maken maar dat betekent niet dat elk van die fouten opnieuw beoordeeld dient te worden. Het “Field of Play” principe voorkomt aldus dat een beslissing van een TO door een tribunaal beoordeeld dient te worden enkel en alleen omdat iemand het niet eens is met die beslissing.” (Internationaal Sportarbitragehof CAS).*

Alleen in het geval dat een beslissing van een TO in strijd is met het recht of te kwader trouw genomen is, kan een “puur technische regel”-beslissing door het Geschiltribunaal in ogeschouw worden genomen.

## SPORTREGLEMENTEN BE3 - SPECIFIEKE REGLEMENTEN PER DISCIPLINE

### 10. INDOOR TRIATLON

#### 10.1 DEFINITIE

Indoor triatlon is een triatlon die plaatsvindt binnen een gesloten ruimte zoals een sportcomplex met zwembad, wiel- en looppiste.

#### 10.2 ZWEMMEN

Maximum 2 atleten per baan (2,5m breed) zijn toegelaten.  
Atleten moeten in de hun toegewezen baan blijven.

#### 10.3 WISSELZONE

Na het zwemmen is er een verplichte “neutralisatieperiode” van 10 seconden voor elke atleet. Het doel van deze periode is om het teveel aan water van de atleten af te drogen. Water op de piste kan slippen veroorzaken en is gevaarlijk voor alle atleten. Het niet opvolgen van deze regel resulteert in diskwalificatie.

#### 10.4 FIETSEN

- a) Gedubbelde atleten worden niet uit de wedstrijd genomen;
- b) Atleten mogen bij elkaar stayeren.

### 11. LONG DISTANCE TRIATLON/DUATLON

#### 11.1 EXTERNE HULP

Medische assistentie, voeding en drank zijn toegelaten op plaatsen voorzien door de organisatie. Externe hulp is niet toegelaten.

#### 11.2 STRAFFEN

- a) De tijds straf bij drafting is 3 minuten. Deze straf voert de atleet uit in de voorziene penaltybox;
- b) Indien een atleet 3 blauwe kaarten krijgt voor drafting wordt hij/zij gediskwalificeerd;
- c) De tijds straf voor blocking is 30 seconden voor middle distance en 1 minuut voor long distance wedstrijden. Deze straf dient uitgevoerd te worden in de voorziene penaltybox.

#### 11.3 COACH POST

De coaches kunnen hun atleten van eigen voeding en drank voorzien op de voorziene plaats(en) van de organisatie.

#### 11.4 WISSELZONE

De Head Referee kan beslissen of hulp aan de atleten wordt aangeboden. In dit geval moet deze dienst aan elke atleet worden aangeboden.

## 12. PLOEGEN- & AFLOSSINGSCOMPETITIE

### 12.1 PLOEGENCOMPETITIE

#### 12.1.1 SOORT COMPETITIE

	<b>Soort</b>	<b>Aantal atleten</b>	<b>Afstand</b>
<b>Triatlon vanaf 16 j<sup>(1)</sup></b>	Ploegen	Heren & Mixed: min 3, max. 5 Dames: min. 3, max. 5	750m/20km/5km
<b>Duatlon vanaf 16 j<sup>(1)</sup></b>	Ploegen	Heren/mixed: min. 3, max. 5 Dames: min. 3, max. 5	5km/20km/2,5km

- (1) Een jeugdathleet die deelneemt aan een ploegenformule kan op dezelfde dag niet deelnemen aan een andere wedstrijd.

#### 12.1.2 DEFINITIE

Een ploeg bestaat uit minstens 3 en maximum 5 atleten, dit zowel voor mannen/mixed en dames. Het parcours wordt van start tot aankomst in ploeg afgelegd. De tijd van de ploeg start bij het zwemmen en eindigt wanneer het derde ploeglid de eindstreep overschrijdt

#### 12.1.3 RESULTATEN

De ploegentijd per onderdeel en de eindtijd zullen opgenomen worden wanneer de derde atleet de wisselzone verlaat of de eindstreep overschrijdt.

#### 12.1.4 REGISTRATIE

- Voor een BK moeten alle atleten van een ploeg lid zijn van dezelfde club;
- Op de wedstrijddag verzamelt de ploegkapitein alle licenties 3VL/LF3 van de ploeg en meldt zich hiermee aan op het wedstrijdsecretariaat. De kapitein tekent het blad met de officiële ploegsamenstelling af;
- Een atleet moet minstens 16 jaar zijn of worden in het lopende jaar;
- Bij ploegen wordt een ploeg met uitsluitend dames toegelaten tot het damesklassement.

#### 12.1.5 KLEDIJ

De volledige ploeg moet een uniform wedstrijdpak dragen.

#### 12.1.6 BRIEFING

Alle atleten die deelnemen dienen aanwezig te zijn op de wedstrijdbriefing.

#### 12.1.7 SAMENSTELLING PLOEG

- Ploegen:
  - Heren/mixed: maximum 5 (minstens 3) atleten per ploeg;
  - Dames: maximum 5 (minstens 3) atleten per ploeg.
- Elke ploeg duidt onder zijn deelnemende atleten een ploegkapitein aan;
- Enkel de ploegkapitein kan protest indienen.

#### 12.1.8 CHECK-IN

Alle leden van de ploeg moeten zich tegelijkertijd aandienen.

---

### 12.1.9 START

- a) Verschillende startwijzen zijn mogelijk:
  - i. Zwembad - afhankelijk van aantal banen: 1 team per baan;
  - ii. Open water: om de 2 minuten, de 10 laatste ploegen om de 3 minuten;
  - iii. Duatlon:
    - Allemaal gelijktijdig;
    - In waves.
- b) De startvolgorde wordt bepaald volgens de omgekeerde eindrangschikking van het vorige Belgisch kampioenschap, met vooraan de nieuwe ploegen. De HR zal voor de nieuwe ploegen een willekeurige startorde opstellen of kan aanpassingen doorvoeren in de algemene startlijst;
- c) Een ploeg moet zich 5 minuten voor de start aanmelden in de startzone;
- d) De tijd begint te lopen vanaf de voorziene starttijd;
- e) Ploegen die zich na de aangekondigde starttijd aanbieden krijgen een straf tijd van 5 minuten (of 2 minuten bij de jeugd) of worden uitgesloten;
- f) Bij ploegen starten alle ploegleden gelijktijdig of in waves.

---

### 12.1.10 FIETSEN

- a) Algemeen: De fiets en helm moeten beantwoorden aan de eisen van een drafting wedstrijd.
- b) Ploegen:
  - i. Drafting tussen de verschillende ploegen is niet toegelaten;
  - ii. Een ploeg wordt als ingehaald beschouwd van zodra de eerste atleet van de achtervolgende ploeg met zijn/haar voorwiel het voorwiel van de eerste atleet van de ingehaalde ploeg bereikt;
  - iii. De inhalende ploeg heeft 2 minuten om een ploeg in te halen, die begint van zodra je in de draftingzone (25m) komt van de voorgaande ploeg;
  - iv. Eens ingehaald moet de ingehaalde ploeg zich binnen de 30 seconden laten uitzakken tot op minstens 25 meter tussen de 2 ploegen;
  - v. Een ploeg dat een andere ploeg inhaalt, moet zijwaarts minstens 2 meter afstand houden;
  - vi. Een ploeg moet rechts rijden (geen 'blocking' veroorzaken) en links inhalen. Er is sprake van 'blocking' wanneer een ploeg niet op een reglementaire manier kan inhalen door het slecht gepositioneerd zijn van een voorliggende ploeg.

---

### 12.1.11 GELOST ATLEET

- a) Een atleet wordt beschouwd als gelost wanneer hij/zij zich op meer dan 30 seconden (tijdens het zwemmen) of op meer dan 25 meter (tijdens het fietsen/lopen) bevindt van de voorgaande ploegmaat;
- b) De geloste atleet:
  - i. Mag niet aanpakken bij een andere ploeg;
  - ii. Mag geen hulp bieden of bevoorrading geven;
  - iii. Verlaat onmiddellijk de wedstrijd. Indien dit niet gebeurt, wordt het volledige team gediskwalificeerd.

---

### 12.1.12 BIJSTAND

- a) Ploegleden mogen elkaar helpen met technische en mechanische bijstand en bevoorrading;
- b) Ploegleden mogen elkaar niet fysiek helpen tijdens de inspanning (o.a. trekken, duwen, dragen).

---

### 12.1.13 WISSELZONE

- a) De wachtzone is een zone gelegen tussen twee lijnen aan het einde van elke wisselzone. Hier wachten de ploegleden elkaar op tot er voldoende atleten zijn om de volgende discipline aan te vangen;
- b) De ploeg mag de wachtzone/wisselzone verlaten wanneer ze bestaat uit minimum 3 atleten;
- c) Atleten die zich niet in de wachtzone bevinden bij het vertrek van hun ploeg worden uit de wedstrijd genomen.

---

### 12.1.14 PENALTY BOX

- a) De straffen worden uitgelegd in hoofdstuk 3. Bij de ploegentriatlon wordt de kaart getoond aan de eerste atleet van de ploeg en wordt als geldig beschouwd voor de volledige ploeg, die de opgelegde tijdstraf uitvoert:
  - i. Voor drafting tijdens het fietsen moet de ploeg 1 minuut in de penaltybox;
  - ii. Voor blocking tijdens het fietsen moet de ploeg 10 seconden in de penaltybox;
  - iii. Voor het verlenen van fysieke hulp tijdens het zwemmen, fietsen of lopen is verboden en leidt tot diskwalificatie van de betrokken atleten (zie hoofdstuk 2.2).
- b) Het is de verantwoordelijkheid van de ploeg om te stoppen in de penaltybox. Indien dit niet gebeurt, wordt de ploeg gediskwalificeerd;
- c) Een tweede overtreding voor drafting resulteert in een diskwalificatie van de ploeg.

#### 12.1.15 AANKOMST

- a) Een ploeg is aangekomen wanneer de derde atleet van de ploeg de eindstreep heeft overschreden;
- b) Ingeval van ex aequo zal de looptijd beslissend zijn. Bij duatlon is de tijd van de tweede loopproef beslissend.

#### 12.1.16 DISKWALIFICATIE

- a) Bij DSQ van de atleet dient enkel de atleet de wedstrijd te verlaten. Indien dit niet gebeurt, wordt het volledige team gediskwalificeerd;
- b) Bij DSQ van de ploeg moeten alle atleten onmiddellijk de wedstrijd verlaten;
- c) Een ploeg wordt gediskwalificeerd wanneer ze bestaat uit minder dan 3 atleten.

### 12.2 AFLOSSINGSCOMPETITIE

#### 12.2.1 SOORT COMPETITIE

	<i>Soort competitie</i>	<i>Aantal atleten</i>	<i>Afstand</i>
<i>Triatlon vanaf 12j</i>	<i>Team Relay Adults</i>	Een team bestaat uit 3 atleten van hetzelfde geslacht	250 - 300m/ 5 - 8km/ 1,5 - 2km
<i>Triatlon vanaf 12j</i>	<i>Mixed Relay Adults</i>	Een team bestaat uit 2 dames en 2 heren D - H - D - H	250 - 300m/ 5 - 8km/ 1,5 - 2km
<i>Triatlon 12 t.e.m. 15j(1)</i>	<i>Mixed Relay Youth C &amp; B</i>	zie 13.2.2.b)	Idem
<i>Triatlon 16 t.e.m. 19j(1)</i>	<i>Mixed Relay Youth A &amp; Jun</i>	zie 13.2.2.b)	Idem

- (1) Een jeugdathleet die deelneemt aan een relayformule kan op dezelfde dag niet deelnemen aan een andere wedstrijd.

#### 12.2.2 DEFINITIES

- a) **Mixed relay adults:** Een team bestaat uit 4 atleten; 2 heren en 2 dames, die deelnemen in deze volgorde: heer, dame, heer, dame. Elke atleet doet afzonderlijk een volledige wedstrijd. De tijd van het team start bij het eerste teamlid en eindigt bij de aankomst van het vierde teamlid. De tijd blijft doorlopen en wordt niet gestopt bij de aflossing. Elke vier jaar (vanaf jaar volgend na Olympische Spelen) zal deze volgorde wijzigen (M-W-M-W of W-M-W-M);

- b) Mixed relay youth: Een team bestaat uit 3 atleten, ofwel binnen de categorie jeugd C & B ofwel jeugd A & Junioren, en maximum 2 atleten zijn van hetzelfde geslacht. In Force Majeur gevallen, mits voorafgaand gemotiveerde aanvraag en goedkeuring via de NTOC en met bijkomende goedkeuring van de Head referee mag een C of B-atleet aansluiten bij een hogere categorie, maar dit team wordt niet opgenomen in de BK-uitslag. Elke atleet doet afzonderlijk een volledige wedstrijd. De tijd van het team start bij het eerste teamlid en eindigt bij de aankomst van het derde teamlid. De tijd blijft doorlopen en wordt niet gestopt bij de aflossing;
- c) Team relay adults: Een team bestaat uit 3 atleten, van hetzelfde geslacht. Elke atleet doet afzonderlijk een volledige wedstrijd. De tijd van het team start bij het eerste teamlid en eindigt bij de aankomst van het derde teamlid. De tijd blijft doorlopen en wordt niet gestopt bij de aflossing.

---

### 12.2.3 RESULTATEN

- a) Mixed relay: de wedstrijdtijd per atleet en de eindtijd zullen opgenomen worden wanneer de vierde atleet (bij de volwassenen) of derde atleet (bij de jeugd) de relayzone betreedt of de eindstreep overschrijdt;
- b) Team relay: de wedstrijdtijd per atleet en de eindtijd zullen opgenomen worden wanneer de derde atleet de relayzone betreedt of de eindstreep overschrijdt.

---

### 12.2.4 REGISTRATIE

- a) Voor een BK moeten alle atleten van een team lid zijn van dezelfde club;
- b) Op de wedstrijddag verzamelt de teamkapitein alle licenties 3VL/LF3 van het team en meldt zich hiermee aan op het wedstrijdsecretariaat. De kapitein tekent het blad met de officiële teamsamenstelling af;
- c) Bij Team Relay en Mixed Relay (adults) moet de atleet minstens 12 jaar zijn of worden in het lopende jaar;
- d) Bij mixed relay (youth) wordt een team samengesteld uit atleten van dezelfde categorie. Vanaf jeugd B mag in nood een lid vervangen worden door een atleet uit een jongere categorie;
- e) Bij Mixed Relay adults en youth treedt de atleet aan voor slechts één team en men voert slechts één relay uit.

---

### 12.2.5 KLEDIJ

Het volledige team moet een uniform wedstrijdpak dragen.

---

### 12.2.6 BRIEFING

Alle atleten die deelnemen dienen aanwezig te zijn op de wedstrijdbriefing.

---

### 12.2.7 SAMENSTELLING TEAM

- a) Relay:
  - i. Team relay adults: een team bestaat uit 3 atleten van hetzelfde geslacht;
  - ii. Mixed relay adults: een team bestaat uit 2 dames en 2 heren. De start wordt genomen met 4 verschillende atleten. De atleten mogen geen dubbele relay uitvoeren en kunnen slechts voor één team aantreden;
  - iii. Mixed relay youth: : Een team bestaat uit 3 atleten van dezelfde categorie en waarvan maximum 2 atleten van hetzelfde geslacht zijn een team bestaat uit van dezelfde categorie. In nood kan vanaf jeugd B een teamlid vervangen worden door een atleet uit een jongere categorie.
- b) Elk team duidt onder zijn deelnemende atleten een teamkapitein aan (of clubverantwoordelijke bij de jeugd);
- c) Enkel de teamkapitein kan protest indienen.

---

### 12.2.8 CHECK-IN

Alle leden van het team moeten zich tegelijkertijd aandienen.

---

### 12.2.9 START

- i. Verschillende startwijzen zijn mogelijk: -Zwembad - afhankelijk van aantal banen: maximum 2 atleten per baan;
  - ii. Open water:
    - Bij Relay adults: allemaal samen of in waves;
    - Bij mixed relay jeugd: C & B jeugd starten in dezelfde reeks, alsook jeugd A & junioren.
  - iii. Duatlon:
    - Allemaal gelijktijdig;
    - In waves.
- a) De startvolgorde wordt bepaald volgens de omgekeerde eindrangschikking van het vorige Belgisch kampioenschap, met vooraan de nieuwe teams. De HR zal voor de nieuwe teams een willekeurige startorde opstellen of kan aanpassingen doorvoeren in de algemene startlijst;
  - b) Een team moet zich 5 minuten voor de start aanmelden in de startzone;
  - c) De tijd begint te lopen vanaf de voorziene starttijd;
  - d) Teams die zich na de aangekondigde starttijd aanbieden krijgen een straf tijd van 5 minuten (of 2 minuten bij de jeugd) of worden uitgesloten.

---

### 12.2.10 FIETSEN

- a) Algemeen: De fiets en helm moeten beantwoorden aan de eisen van een drafting wedstrijd;
- b) Mixed relay: drafting tussen de verschillende atleten van hetzelfde geslacht is toegelaten.

---

### 12.2.11 BIJSTAND

Teamleden mogen elkaar niet helpen met technische bijstand en bevoorrading.

---

### 12.2.12 AFLOSSING

- a) De aflossing gebeurt binnen een “aflossings- of relayzone” van 15 meter;
- b) De aflossing gebeurt van zodra de binnenkomende atleet de uitgaande atleet aantikt met zijn/haar hand;
- c) Indien de aflossing gebeurt buiten de relayzone, dienen beide atleten terug te keren naar deze zone en de aflossing opnieuw doorvoeren volgens de correcte procedure. Zo niet wordt er een tijdstraf toegepast;
- d) Indien de aflossing niet gebeurt, wordt het team gediskwalificeerd;
- e) In afwachting van de aflossing, zullen atleten wachten in een voorziene pre-relayzone tot een TO de toelating geeft om de relayzone te betreden.

---

### 12.2.13 PENALTY BOX

Tijdstraffen binnen de penaltybox kunnen door elk teamlid uitgevoerd worden die nog aan de wedstrijd deelneemt of moet starten. Enkel de “vroege” start van het eerste teamlid moet onmiddellijk in de wisselzone worden uitgevoerd.

---

### 12.2.14 AANKOMST

- a) Enkel de laatste atleet van het team mag de aankomstlijn overschrijden;
- b) Ingeval van ex aequo zal de looptijd van de laatste atleet beslissend zijn. Bij duatlon is de tijd van de tweede loopproef van de laatste atleet beslissend.

## 13. PARATRIATLON

Voor meer informatie, zie World Triathlon Competition rules hoofdstuk 17.

[https://www.triathlon.org/uploads/docs/World-Triathlon\\_Competition-Rules\\_2023\\_20221220.pdf](https://www.triathlon.org/uploads/docs/World-Triathlon_Competition-Rules_2023_20221220.pdf)

## 14. CROSSWEDSTRIJDEN

- a) Algemeen:
  - i. Cross triatlon bestaat uit zwemmen, mountainbike en veldlopen;
  - ii. Cross duatlon bestaat uit veldlopen, mountainbike en veldlopen.
- b) Bij Crosswedstrijden wordt er gefietst (eventueel ook gelopen) op een Crosscountry parcours dat ook normale wegen kan bevatten.
- c) Naast de beschreven fietsvoorwaarden bij hoofdstuk 5.2., zijn extra specificaties bij het fietsen:
  - i. Het gebruik van de MTB is verplicht. Cyclocrossfietsen en Gravelfietsen zijn niet toegelaten;
  - ii. De minimale wieldiameter is 26 inch, de maximale wieldiameter is 29 inch. De minimale bandbreedte is 1,5 inch, wielen met verschillende diameter zijn toegelaten;
  - iii. MTB-stuur is verplicht (horentjes aan de zijkant mogen, opzetsturen zijn niet toegelaten);
  - iv. Afhankelijk van de ondergrond zijn verschillende bandenprofielen (met of zonder noppen) mogelijk. Banden met metalen spikes of schroeven worden niet toegelaten, tenzij bij wintertri- of duatlon op sneeuw/ijs waar het toegelaten is om metalen spikes of schroeven van minder dan 2 mm te gebruiken;
  - v. Atleten mogen hun fiets voortduwen of dragen op het parcours;
  - vi. Gedubbelde atleten worden niet verwijderd uit de wedstrijd;
  - vii. Atleten moeten zelf hun reparatiemateriaal bij zich hebben en staan zelf in voor hun reparaties tijdens de wedstrijd;
  - viii. Tijdens de fietsproef mag het borstnummer vervangen worden door een stuurplaatje, indien voorzien door de organisator;
  - ix. Dames en heren starten samen en drafting is toegelaten.
- d) Bij het lopen zijn loopschoenen met spikes niet toegelaten.

## 15. ELIMINATOR

### 15.1 DEFINITIE

- 15.1.1 Het ELIMINATOR format is een wedstrijd dat twee of drie triatlons of Multisport wedstrijden behelst, achter elkaar georganiseerd met een korte herstelperiode tussen de wedstrijden. Een maximum van 30 atleten is toegelaten aan de start van de eerste wedstrijd en een specifiek aantal atleten wordt geëlimineerd aan het eind van elke wedstrijd;
- 15.1.2 Wanneer er meer dan 30 atleten worden toegelaten zal een preselectie worden georganiseerd. Als alternatief kan een selectie van de 30 atleten voor de finale wedstrijd voortkomen van een vorige wedstrijd of via ranking. Het ELIMINATOR format wordt dan de finale wedstrijd;
- 15.1.3 De afstanden voor elke wedstrijd, inclusief elke Eliminator ronde zal als Super Sprint worden georganiseerd;
- 15.1.4 Triatlon of een andere Multisportwedstrijd mag georganiseerd worden door de Eliminator format te gebruiken.

## 15.2 VOORBEREIDENDE FASE

Indien er meer dan 30 atleten worden toegelaten kan er een kwalificatie wedstrijd worden georganiseerd met volgende opties:

- a) Super Sprint Tijdrit kwalificatie wedstrijd (mag georganiseerd worden op de finale wedstrijddag of vorige dag):
  - (i) De 30 beste tijdrittijden worden toegelaten tot de Finale. In geval van ex-æquo betreffende de 30ste plaats worden deze atleten ook toegelaten tot de Finale.
- b) Super Sprint Kwalificatie wedstrijd (mag georganiseerd worden op de finale wedstrijddag of vorige dag). Programma met "Herkansingen"( uitgebreid programma):
  - (i) 31 - 40 atleten:
    - Twee kwalificatie wedstrijden ( tot 20 atleten per wedstrijd). De Top 10 atleten van elke wedstrijd kwalificeert zich voor de Finale.
    - Een (1) herkansingswedstrijd voor de niet gekwalificeerde atleten (max. 20). De Top 10 van de herkansingswedstrijd kwalificeren zich voor de Finale. De atleten van de herkansingswedstrijd behouden hun wedstrijdnummer en plaats in de wisselzone van de kwalificatiewedstrijd. De presentatie van de atleten is volgens hun ranking of andere beschikbare lijst.
  - (ii) 41 - 50 atleten:
    - Twee kwalificatie wedstrijden (tot 25 atleten per wedstrijd). De Top 10 atleten van elke wedstrijd kwalificeert zich voor de Finale.
    - Een (1) herkansingswedstrijd voor de niet gekwalificeerde atleten (max. 30). De Top 10 van de herkansingswedstrijd kwalificeren zich voor de Finale. De atleten van de herkansingswedstrijd behouden hun wedstrijdnummer en plaats in de wisselzone van de kwalificatiewedstrijd. De presentatie van de atleten is volgens hun ranking of andere beschikbare lijst.
  - (iii) 51 - 60 atleten:
    - Twee kwalificatie wedstrijden ( tot 30 atleten per wedstrijd). De Top 10 atleten van elke wedstrijd kwalificeert zich voor de Finale.
    - Twee (2) herkansingswedstrijden voor de niet gekwalificeerde atleten (max. 20) van elke kwalificatiewedstrijd.. De atleten racen tegen dezelfde atleten van hun respectievelijke kwalificatiewedstrijd.  
c De Top 5 van elke herkansingswedstrijd kwalificeren zich voor de Finale.
  - (iv) 61 - 70 atleten:
    - Drie kwalificatiewedstrijden ( 23 à 24 atleten elke kwalificatiewedstrijd). De Top 8 van elke kwalificatiewedstrijd kwalificeren zich voor de Finale.
    - Twee (2) herkansingswedstrijden voor de niet gekwalificeerde atleten ( max. 46 atleten). De Top 3 van elke herkansingswedstrijd kwalificeren zich voor de Finale. De atleten worden gerangschikt volgens hun eindtijd in de kwalificatiewedstrijd en worden gelijkmatig verdeeld over de twee herkansingswedstrijden.
- c) Programma zonder herkansingswedstrijden ( kort programma), in geval van:
  - (i) twee kwalificatiewedstrijden zullen de Top 15 atleten zich kwalificeren voor de Finale;
  - (ii) drie kwalificatiewedstrijden zullen de Top 10 atleten zich kwalificeren voor de Finale;
  - (iii) vier kwalificatiewedstrijden zullen de Top 7 atleten zich kwalificeren plus de twee (2) snelste verliezende tijden van alle kwalificatiewedstrijden.
- d) De Head Referee mag andere wedstrijdmodellen vastleggen, al dan niet met herkansingswedstrijden, en aanpassingen doen betreffende aantal toegelaten atleten;
- e) In geval van een ex-æquo bij de kwalificatiewedstrijden worden de betrokken atleten toegelaten tot de Finale en zal het deelnemers aantal aangepast worden;
- f) Iedere wedstrijd in een ander format mag dienen als kwalificatiewedstrijd;
- g) Iedere ranking mag gebruikt worden als alternatieve einduitslag ingeval van annulatie of de onmogelijkheid van het organiseren of beëindigen van een kwalificatie race of van de uiteindelijke finale-wedstrijd;
- h) De voorbereidingswedstrijd(en) beslissen over:
  - (i) De top 30 kwalificeert zich voor de Finale;
  - (ii) De volgorde ( bij tijd) van de niet gekwalificeerde atleten die bij eventuele annulatie van gekwalificeerde atleten de vrijgekomen plaatsen kunnen invullen en de eventuele te verdienen rankingpunten.

## 15.3 FINALE FASE

- 15.3.1 De Finale fase van de Eliminator wedstrijd omvat twee of drie Super Sprint Triathlon wedstrijden achter elkaar georganiseerd, met tussenin een korte hersteltijd, met 300m zwemmen + 6km fietsen + 1,5km lopen ( ± 10%) als voorkeur-afstanden;
- 15.3.2 De start van de eerste wedstrijd van de Finale fase mag niet eerder dan 90 minuten gegeven worden na het einde van de laatste kwalificatiewedstrijd van hetzelfde geslacht;
- 15.3.3 Nummering van de atleten volgens de kwalificatietijden;
- 15.3.4 De volgende ronde start 30 minuten na het startuur van de vorige ronde;
- 15.3.5 De atleten worden enkel geëlimineerd aan de finishlijn;

ELIMINATOR met 2 ronden	Kwalificatie na eliminatie
1 <sup>st</sup> ronde na finish	15 atleten

ELIMINATOR met 3 ronden	Kwalificatie na eliminatie
1 <sup>st</sup> ronde na finish	20 atleten
2 <sup>de</sup> ronde na finish	10 atleten

- 15.3.6 In geval van ex-æquo tijdens de Finale fase, de betrokken atleten mogen deelnemen in de volgende ronde en het aantal deelnemers zal aangepast worden;
- 15.3.7 DSQ-, DNF- of DNS atleten zijn verboden verder deel te nemen;
- 15.3.8 Materiaal:
- Atleten mogen één (1) fiets en het benodigd materiaal inchecken in de wisselzone voor de eerste ronde;
  - Indien extra materiaal benodigd is voor de volgende ronde(n) kunnen de atleten dit doen in de tijd tussen de ronde(n);
  - Reservewielen zijn niet toegelaten in de wisselzone;
  - Reservewielen mogen ingecheckt worden in het aangrenzende Wheelstation nabij de wisselzone;
  - Warm-up en ander niet gerelateerd competitie materiaal mag niet in de wisselzone ingecheckt worden vóór de eerste start of tijdens de herstelpauzes . De Head Referee kan dit evenwel toelaten ivm lokale condities.
- 15.3.9 Specifiek reglement voor Finale Fase:
- Wisselzone:
    - Vóór de start van elke ronde moet alles in de voorziene box behalve:
      - Fietschoenen indien op de pedalen gemonteerd.
      - Fiethelm indien op de fiets geplaatst.
      - Bril(len) indien op de fiets of helm geplaatst.
      - Loopschoenen indien in de atletenzone geplaatst.
  - Penalties: moeten uitgevoerd worden tijdens dezelfde ronde waarin de inbreuk plaatsvond;
  - Na de finish en vóór de volgende start:
    - Gekwalificeerde atleten voor de volgende ronde(n) mogen terugkeren in de wisselzone. Zij mogen op hun persoonlijke plaats het materiaal terug klaarmaken, inbegrepen maar niet gelimiteerd tot het herstellen van de fiets of vervangen van wielen;
    - Geëlimineerde atleten zijn niet toegelaten in de wisselzone tijdens herstelperiodes of rondes. Hun materiaal wordt uitgecheckt en verplaatst door Technical Officials;
  - De wisselzone, de pre-startzone en de weg tussen de twee zones zijn enkel toegankelijk voor atleten die zullen deelnemen aan de volgende ronde;
  - Coaches mogen hun atleten assisteren in de athletes lounge;
  - De atleten moeten drie (3) minuten voor de start klaar zijn voor de line-up. Te laat aangemelde atleten worden naar de laatste plaats in de line-up verwezen. Geen enkele atleet wordt nog toegelaten minder dan dertig (30) seconden voor de start;

- g) “Field of Play” beslissingen door de Technical Officials en de Hoofdscheidsrechter worden beschouwd als beslissend in de finale Fase, uitgezonderd tijdens de laatste ronde. Gediskwalificeerde (DSQ) atleten mogen niet verder deelnemen aan de volgende ronde(n). Dit resulteert dat de volgende atl(e)et(en) die de finishline overschrijd(t)en doorgaan naar de volgende ronde(n). Diskwalificaties of penalties gegeven tijdens de laatste ronde, zullen volgens de gangbare sportreglementen behandeld worden;
- h) Indien een atle(e)te dewelke is gekwalificeerd voor de volgende ronde zich afmeldt bij de hoofdscheidsrechter ten laatste vijf (5) minuten voor zijn/haar volgende start, zal de eerstvolgende niet-gekwalificeerde atle(e)te toegelaten worden in de volgende ronde;
- i) De opeenvolgende selectie en selectievoorwaarden van atleten die worden toegelaten tot de volgende ronde zijn vatbaar voor wijzigingen door de Head Referee/ indien minder dan 30 atleten aan de start staan of in het geval er minder dan 30 atleten de wedstrijd beëindigen;
- j) Geëlimineerde atleten zullen van hun eliminatie worden geïnformeerd door de hoofdscheidsrechter aan de finishlijn;
- k) Wedstrijdonderbrekingen:
  - (i) Indien de wedstrijd wordt gestopt en de onmogelijkheid bestaat om deze terug te hernemen, zal de uitslag als volgt gelden:
    - wanneer de wedstrijd is gestopt bij eerste onderdeel zal de uitslag worden opgemaakt door de atleten te rangschikken:
  - (ii) Ten eerste: de direct gekwalificeerde atleten volgens hun eindtijd in de kwalificatieronde;
  - (iii) Ten tweede: atleten gekwalificeerd via de herkansing volgens hun eindtijd in de herkansing.
    - Indien de wedstrijd wordt gestopt tijdens het tweede of derde onderdeel zal de laatst opgenomen tussentijd de posities op dat moment aanduiden. Geëlimineerde en niet gefinishte atleten worden gerangschikt via hun positie van de laatst voltooide segmentresultaten

## 15.4 RESULTATEN

Resultaten worden als volgt opgemaakt:

- a) De atleten die de finish overschrijden worden gerangschikt volgens hun positie die ze hadden aan de finish. Als meer dan 1 atleet een DNF of LAP vermelding krijgt, zullen de atleten in dalende orde worden gerangschikt in functie van het aantal ronden dat ze hebben afgelegd. Als meerdere atleten een DNF of LAP vermelding krijgen in dezelfde ronde zullen deze in dalende positie worden gerangschikt volgens de laatst opgenomen locatie met tijdsregistratie waar ze zijn gepasseerd;
- b) De atleten van eerdere ronde(n) zullen volgens hetzelfde principe gerangschikt worden;
- c) De atleten van de “voorbereidende fase” zullen gerangschikt worden volgens hun eindtijd achter de atleten van de “Finale fase”;
- d) Gediskwalificeerde atleten worden niet opgenomen in de resultaten.

## 16. AQUABIKE

### 16.1 ALGEMEEN

- a) Wedstrijden bevatten de zwemproef, wisselzone 1, de fietsproef, wisselzone 2;
- b) Aquabike wedstrijden mogen tezamen met andere triatlonwedstrijden op het wedstrijdprogramma staan. Aquabike wedstrijden zullen dezelfde zwem- en fietsafstanden hebben zoals de triatlon die staat geprogrammeerd tijdens hetzelfde evenement;
- c) Wedstrijden mogen apart georganiseerd worden met de afstanden volgens Bijlage A: Wedstrijdafstanden en Leeftijdscategorieën.

## 16.2 SPECIFIEKE REGLEMENTEN

- a) De algemene sportreglementen, de specifieke richtlijnen en de uitzonderingen bij de triatlonwedstrijden waarvan de aquabike onderdeel is, zijn ook van toepassing bij de aquabike wedstrijd;
- b) De algemene sportreglementen zijn van toepassing bij aquabike als het een alleenstaande wedstrijd is.

## 16.3 AQUABIKE FINISH

Atleten beëindigen de wedstrijd bij de finishlijn gelegen tussen 100m à 200m vóór de afstaplijn van de wisselzone. De finishende atleet moet op de fiets blijven rijden tot aan de afstaplijn van de wisselzone.

## 17. JEUGDWEDSTRIJDEN

### 17.1 ALGEMEEN

- a) Beperkingen voor de jeugd:
  - i. Voor kinderen jonger dan 12 jaar (iron-/powerkids) kaderen de evenementen in het Just 4 Fun principe. De afstanden zijn conform de leeftijds mogelijkheden (en kleiner dan de jeugd C-afstand). Niet de uitslag of de competitie maar het leerproces en het FUN aspect staan centraal. De betrokken liga's 3VL en LF3 communiceren hun KIDS activiteiten en reglementen in een manual via hun officiële website;
  - ii. De officiële jeugdcompetitie triatlon/duatlon is voor kinderen vanaf 12 jaar ( of deze die 12j worden in datzelfde jaar);
  - iii. Minderjarigen mogen slechts deelnemen aan tri- of duatlonwedstrijd mits schriftelijke toestemming van de ouder, voogd of wettelijke vertegenwoordiger;
  - iv. Het aantal wedstrijden (enk-l voor 3VL-leden - Decreet Medisch Verantwoord Sporten):
    - M/F 12-13j (C jeugd): maximaal 10 wedstrijden per jaar (tri- of duatlons).
    - M/F 14-15j (B jeugd): maximaal 15 wedstrijden per jaar (tri- of duatlons).
    - M/F 16-17j (A jeugd): maximaal 15 wedstrijden per jaar (tri- of duatlons).
  - v. De deelname van een atleet wordt bepaald door het opgenomen zijn in de uitslag van de wedstrijd (zelfs indien DSQ of DNF);
  - vi. Een atleet die zich niet aan bovenstaande regels houdt, wordt geschrapt uit de circuitrankings.
- b) Bij Vlaamse Triatlon Jeugdcup Wedstrijden worden vanaf Jeugd A de T3 sportreglementen toegepast.

### 17.2 START

- a) Drafting tussen atleten van aparte starts is niet toegelaten;
- b) Aparte starts voor jongens en meisjes;
- c) Aparte starts (min 45min tussentijd) voor jeugd C en jeugd B;
- d) Jeugd A en Junioren starten bij dezelfde wedstrijd afstand samen (sprint drafting);
- e) Jeugd A en Junioren starten niet samen met volwassenen;
- f) Alle jeugdreksen zijn draftingwedstrijden. Drafting tussen atleten van aparte starts is echter verboden.

Uitzonderingen betreffende punt c, d, en f kunnen worden toegestaan door betreffende liga's of Be3.

### 17.3 ZWEMMEN

- a) Wetsuits:
  - i. Jeugd A & junioren: zie algemeen reglement, zie Hoofdstuk4 ,Zwemgedrag;
  - ii. Jeugd B & C: wetsuit verplicht wanneer de watertemperatuur lager is dan 18°C, daarboven is het gebruik van wetsuits toegelaten.

## 18. TRIO/DUO WEDSTRIJDEN

- a) Toegelaten afstanden per leeftijdscategorie & deeldiscipline:
- Voor alle leeftijden geldt het geboortjaar voor het bepalen van de toegelaten afstanden;
  - Van de vermelde afstanden kan met 10% van de specifieke discipline afgeweken worden. Bij afwijkingen dient vooraf toestemming gevraagd te worden aan de Head Referee;
  - Bij jeugd (tot en met junioren) geldt deelname binnen een trio/duo als een volledige wedstrijd;
  - Bij jeugd (tot en met juniors) kan een atleet als teamlid slechts 1 wedstrijdelement uitvoeren.

<i>Leeftijd</i>	<i>Zwemmen</i>	<i>Fietsen</i>	<i>MTB</i>	<i>Lopen*</i>
<b>12 jaar</b>	750m	20km	10km	5km
<b>13 jaar</b>	750m	20km	10km	5km
<b>14 jaar</b>	1500m	40km	20km	10km
<b>15 jaar</b>	1500m	40km	20km	10km
<b>16 jaar</b>	4000m	90km	45km	20km
<b>17 jaar</b>	4000m	90km	45km	20km
<b>18 jaar</b>	4000m	120km	60km	20km
<b>≥19 jaar</b>	4000m	180km	90km	42km

\*Bij duatlon dienen de eerste en tweede run opgeteld te worden om de afstand te berekenen

b) Een trio/duo wedstrijd is een aparte reeks;

c) Gedragscode:

- Bij het aanbieden voor registratie op de wedstrijddag, moet het trio/duo zich gemeenschappelijk aanmelden op het wedstrijdsecretariaat met de nodige documenten (licentie, identiteitskaart). De fietser dient zich aan te melden voor het sluiten van de check-in van de specifieke reeks, zo niet dan kan een TO weigeren dat het trio/duo mag starten met automatische diskwalificatie van het team tot gevolg;
- De wissel dient te gebeuren in de voorziene ruimte binnen de wisselzone en volgens de voorziene procedure (door middel van het doorgeven van een bandje of door het bevestigen van de enkelband met chip);
- Tijdens de wissel mag enkel de persoon van de eerstvolgende proef aanwezig zijn in de voorziene wisselzone. Bijvoorbeeld: bij triatlon mag tijdens de eerste wissel enkel zwemmer + fietser aanwezig zijn, bij de tweede wissel enkel fietser + loper;
- Eenmaal in de wisselzone moet de deelnemer zich klaar houden op de voorziene plaats (opwarming met verplaatsing is niet toegelaten);
- Indien de fietser een blauwe kaart krijgt tijdens non-draftingwedstrijden, dan dient dit gemeld te worden bij de wissel en dient de loper vervolgens eerst de straf te gaan uitzitten/uitlopen in de voorziene penaltybox;
- Fietsers dragen het deelnamenummer duidelijk zichtbaar op de rug, lopers dragen het deelnamenummer duidelijk op de borst;
- Elk lid van een trio/duo heeft het deelnamenummer vermeld op de rug van elke hand;
- Wanneer een lid van een team wordt gediskwalificeerd, dan geldt de diskwalificatie voor het ganse team.

## 19. BELGISCHE KAMPIOENSCHAPPEN

### 19.1 ALGEMEEN

- a) Enkel atleten met een geldige Belgische jeugd- of wedstrijdlicentie en de Belgische nationaliteit kunnen de individuele titel van Belgisch kampioen(e) behalen en ontvangen het daarbij horende prijzengeld;
- b) Enkel teams en ploegen waarvan alle leden een geldige 3VL of LF3 jeugd- of wedstrijdlicentie hebben, komen in aanmerking voor de titel van Belgisch kampioen;
- c) De jeugd- of wedstrijdlicentie moet geldig verklaard zijn door 3VL of LF3, ten laatste op de voorlaatste werkdag voor het BK;
- d) Indien de format van het BK door omstandigheden wordt gewijzigd, wordt de titel van Belgisch kampioen niet toegekend.
- e) Tijdens Belgische kampioenschappen Sprint en Standard Triatlon en Duetlon zullen de Internationale Sportreglementen van World Triathlon toegepast worden vanaf Jeugd A. Deelnemers moeten een geldige wedstrijdlicentie hebben.

### 19.2 PODIA

- a) Individuele wedstrijden:
  - i. Per geslacht wordt een Belgische titel uitgereikt voor onderstaande categorieën:
    - Overall - Belgisch kampioen;
    - U23 (tot en met 23 jaar) - Belgisch kampioen U23;
    - Senioren - Belgisch kampioen Senioren;
    - Masters per categorie (A, B, C en D) - Belgisch kampioen volgens categorie.
  - ii. De drie best geklasseerde atleten van bovenstaande podia ontvangen een officiële Be3-medaille;
  - iii. De winnaar in de Overall categorie is kampioen van België en krijgt een officiële Be3-kampioenstrui. Waar junioren en Jeugd A samen starten (zie 17.2.d), ontvangen de winnaars van beide categorieën een officiële Be3 kampioenentruï;
  - iv. De winnaar van het BK overall in het jaar x mag op alle wedstrijden binnen deze discipline een trisuit dragen met de tricolore Belgische kleuren en dit tot en met het eerstvolgende BK x+1. Indien deze wedstrijd in het jaar x+1 niet doorgaat mag hij deze trui dragen tot 31/12/x+1.
- b) Ploegenwedstrijden:
  - i. Per reeks (heren/mixed of dames) wordt een Belgische titel uitgereikt voor onderstaande categorieën:
    - Overall;
    - Beloften (alle ploegleden behoren tot de U23-categorie of jonger).
    - Masters (alle ploegleden behoren tot een Masters-categorie).
  - ii. De drie best geklasseerde ploegen van bovenstaande podia ontvangen een officiële Be3-trofee;
  - iii. De winnaar in de Overall categorie is kampioen van België.
- c) Aflossingswedstrijden
  - i. Per reeks wordt een Belgische titel uitgereikt voor onderstaande categorieën:
    - Overall.
    - Beloften (alle ploegleden behoren tot de U23-categorie of jonger).
    - Masters (alle ploegleden behoren tot een Masters-categorie).
    - Bij jeugdwedstrijden: Jeugd C & B, jeugd A en Junioren.
  - ii. De drie best geklasseerde ploegen van bovenstaande podia ontvangen een officiële Be3-trofee;
  - iii. De winnaar in de Overall categorie is kampioen van België.
- d) De winnaars van een leeftijds categorie zijn Belgisch kampioen van die categorie.

### 19.3 BELGISCHE KAMPIOENSCHAPPEN

Een overzicht van de verschillende mogelijke Belgische kampioenschappen kan je terugvinden in

- a) Bijlage G: Belgische kampioenschappen
- b) Indien er prijzengeld wordt voorzien door de organisatie, zijn deze gelijk voor dames en heren.

## 20. TRI/ETU WEDSTRIJDEN

### 20.1 ALGEMEEN

- a) Alle inschrijvingen voor atleten die wensen deel uit te maken van de nationale selectie, gebeuren via Be3;
- b) De reglementen van de TRI zijn van toepassing;
- c) Deelname is verplicht in nationale kledij volgens de TRI-voorschriften. Deze dient tijdig aangevraagd te worden bij de respectievelijke liga.

### 20.2 TITELS

- a) Enkel de winnaar van het Europees of Wereldkampioenschap bij de elite draagt de titel van respectievelijk Europees Kampioen of Wereldkampioen;
- b) Bij de Europese en wereldkampioenschappen van de age groupers (leeftijdsgroepen) is de winnaar “Europees of Wereldkampioen van zijn leeftijdsgroep”.

## BIJLAGEN

### BIJLAGE A: WEDSTRIJDAFSTANDEN EN LEEFTIJDSCATEGORIEËN

#### A.1 ALGEMEEN

- Voor alle leeftijden geldt het geboortjaar voor het bepalen van de categorieën waartoe men behoort;
- Van de vermelde wedstrijdafstanden kan met 10% van de specifieke discipline afgeweken worden. Voor richtlijnen met betrekking tot kidsevents (onder 12jaar), consulteer de betrokken liga;
- Andere afwijkingen kunnen door het bestuursorgaan van Be3 of 'respectievelijke liga's toegestaan worden;
- Bij internationale wedstrijden (TRI/ETU) gelden de TRI-bepalingen.

#### A.2 TABELLEN

\*Afwijkende wedstrijdafstanden (totale afstand) die hieronder niet zijn vermeld worden gearbitreerd op basis van de totale afstand en in mate deze de officiële afstand best benaderd.

##### TRIATLON

Leeftijd	Categorie	Naam	Afstand	Zwemmen	Fietsen	Lopen
12-13 j.	N/F 12	Jeugd C		250 - 300m	5km	1,5-2km
14-15 j.	N/F 14	Jeugd B	Super Sprint Distance	500m	10km	3km
16-17 j.	N/F 16	Jeugd A	Sprint Distance	750m	20km	5km
18-19 j.	N/F 18	Junioren	Super Sprint: 250m tot 500m/ 6,5 km tot 13km/1,7km tot 3,5km Sprint Distance: 750m/20km/5km Standard Distance: 1500m/40km/10km Middle Distance: 1900-2999m/80-90km/20-21km Long Distance: 3000-4000m/90-150km/22-42,2km			
20-23 j.	N/F U23	Beloften				
24-39 j.	N/F 24	Senioren				
40-49 j.	N/F 40	Masters A				
50-59 j.	N/F 50	Masters B				
60 +	N/F 60	Masters C				
70 +	N/F 70	Masters D				
80 +	N/F 80	Masters E				

##### DUATLON

Leeftijd	Categorie	Naam	Afstand	Lopen	Fietsen	Lopen
12-13j.	N/F 12	Jeugd C		1,25km	5km	1,25km
14-15j.	N/F 14	Jeugd B		2,5km	10km	2,5km
16-17j.	N/F 16	Jeugd A	Sprint	5km	20km	2,5km
18-19j.	N/F 18	Junioren	Super Sprint : 1st run: 1,7m a 3,5km; Bike: 6,5k a 13km; 2nd run: 0,85 à 1,75km Sprint Distance: 5km/20km/2.5km Standard Distance: 5km/30km/5km 10km/40km/5km Middle Distance: 10km / 60km / 10km Long Distance: 10km/120km/20km 20km/80km/10km			
20-23j.	N/F U23	Beloften				
24-39j.	N/F 24	Senioren				
40-49j.	N/F 40	Masters A				
50-59j.	N/F 50	Masters B				
60 +	N/F 60	Masters C				
70 +	N/F 70	Masters D				
80 +	N/F 80	Masters E				

## CROSSTRIATLON

Leeftijd	Categorie	Naam	Zwemmen	MTB	Lopen
12-13 j.	N/F 12	Jeugd C	300m	3km	2km
14-15 j.	N/F 14	Jeugd B	500m	5km	3km
16-17 j.	N/F 16	Jeugd A	500m	10-12km	3-4km
18-19 j.	N/F 18	Junioren	Mixed Relay 200-500 m / 4-5 km / 1,2 - 1,6 km ( minimumleeftijd 15 jaar ) Sprint distance 500 m / 10 - 12 km / 3 - 4 km ( minimumleeftijd 16 jaar ) Standard distance 1000 - 1500 m / 20 - 30 km / 6 - 10 km ( minimumleeftijd 18 jaar ) + Varianten (Met uitzondering van BK's)		
20-23 j.	N/F U23	Beloften			
24-39 j.	N/F 24	Senioren			
40-49 j.	N/F 40	Masters A			
50-59 j.	N/F 50	Masters B			
60 +	N/F 60	Masters C			
70 +	N/F 70	Masters D			
80 +	N/F 80	Masters E			

## CROSSDUATLON

Leeftijd	Categorie	Naam	Lopen	MTB	Lopen
12-13 j.	N/F 12	Jeugd C	1,25km	3km	1,25km
14-15 j.	N/F 14	Jeugd B	2,5km	5km	2,5km
16-17 j.	N/F 16	Jeugd A	3-4km	10-12km	1,5-2km
18-19 j.	N/F 18	Junioren	Mixed Relay 1,2 - 1,6 km / 4-5 km / 0,6 - 0,8 km ( minimumleeftijd 15 jaar ) Sprint distance 3 - 4 km / 10 - 12 km / 1,5 - 2 km ( minimumleeftijd 16 jaar ) Standard distance 6 - 8 km / 20 - 30 km / 3 - 4 km ( minimumleeftijd 18 jaar ) + Varianten (Met uitzondering van BK's)		
20-23 j.	N/F U23	Beloften			
24-39 j.	N/F 24	Senioren			
40-49 j.	N/F 40	Masters A			
50-59 j.	N/F 50	Masters B			
60 +	N/F 60	Masters C			
70 +	N/F 70	Masters D			
80 +	N/F 80	Masters E			

## AQUATLON

Leeftijd	Categorie	Naam	Watertemperatuur	Lopen	Zwemmen	Lopen
Team Relay	N/F 12		≥22,0° C	1km	250m	1km
			<22,0° C*		250m	2km
12 - 13j.	N/F 12	Jeugd C	≥22,0° C	750m	200m	750m
			<22,0° C*		200m	1,5km
14 - 15j.	N/F 14	Jeugd B	≥22,0° C	1km	250m	1km
			<22,0° C*		250m	2km
16 - 17 j.	N/F 16	Jeugd A	Standard Distance ≥22,0° C	2,5km	1000m	2,5km
			Standard Distance <22,0° C*		1000m	5km
18 - 19 jr.	N/F 18	Junioren	Long Distance ≥22,0° C	5km	2000m	5km
20 - 23 jr.	N/F U23	Beloften				
24 - 39 jr.	N/F 24	Senioren				
40 - 49 jr.	N/F 40	Masters A				
50 - 59 jr.	N/F 50	Masters B				
60 +	N/F 60	Masters C	Long Distance <22,0° C*		2000m	10km
70 +	N/F 70	Masters D				
80 +	N/F 80	Masters E				

\* Bij aquatlon (lopen/zwemmen/lopen) wordt het event aangepast naar een zwemloop (zwemmen/lopen) bij een watertemperatuur onder de 22° C (Zie hoofdstuk 4.)

## AQUABIKE

Leeftijd	Categorie	Naam	Afstand	Zwemmen	Fietsen
18 - 19 jr.	M/F 18	Junioren	Standard	1500m	40km
20 - 23 jr.	N/FU23	Beloften			
24 - 39 jr.	N/F 24	Senioren			
40 - 49 jr.	N/F 40	Masters A	Midden	1900m tot 2999m	80 tot 90km
50 - 59 jr.	N/F 50	Masters B			
60 +	N/F 60	Masters C	Lang	3000m tot 4000m	91 tot 200km
70 +	N/F 70	Masters D			
80 +	N/F 80	Masters E			

## SWIMRUN ( zie Bijlage J: SWIMRUN)

Leeftijd	Afstand	Lopen*	Zwemmen*
vanaf 16j	Promo Middle	≤10km 10 - 25km	≤1km ≤2km
vanaf 18j	Long	>25km	>2km

\*gecumuleerde afstanden

## BIJLAGE B: PROTESTFOUMULIER

# Protestformulier link:

<https://www.triathlon.be/sportrules>

## BIJLAGE C: DEFINITIES

<b>3VL:</b>	Triatlon Vlaanderen
<b>Aankomstzone:</b>	Afgebakende rechte zone vóór de finishlijn
<b>Aflossingszone:</b>	zie Relay zone
<b>Afstappen voor de afstaplijn van de wisselzone:</b>	
<b>Afstaplijn:</b>	De volledige voet van de atleet moet in contact komen met de grond voor de afstaplijn. Indien dit niet gebeurt, wordt dit beschouwd als een inbreuk op de reglementen. Een gemarkeerde lijn bij de ingang van de wisselzone waar atleten volledig van hun fiets dienen afgestapt te zijn alvorens ze te overschrijden en naar de voorziene wisselruimte lopen ter voorbereiding van het loopgedeelte. De afstaplijn loopt over de breedte van de ingang van de wisselzone en is meestal gemarkeerd door middel van een lijn. Een TO is hier ook aanwezig.
<b>Afvalzone:</b>	Aangeduide zone waarbinnen door een atleet afval mag gedeponeerd worden zonder risico op bestraffing
<b>Atleten:</b>	De deelnemers die zich inschrijven op wedstrijden en deelnemen aan de competitie.
<b>Atletenbriefing:</b>	De briefing voor atleten die voorafgaat aan de wedstrijd, dit gebeurt meestal voor de start aan het water (triathlon) of startlijn voor het lopen (duatlon).
<b>Aquatlon:</b>	Een erkende term binnen de Sportreglementen Be3 die een sport omschrijft met een individueel karakter en waarbij zowel gezwommen als gelopen wordt binnen een continu kader.
<b>Aquabike:</b>	Een discipline met een individueel karakter en waarbij zowel gezwommen als gefietst wordt binnen een continu kader.
<b>Be3:</b>	Belgian Triathlon. Deze nationale federatie is opgenomen binnen de internationale koepel van de Internationale Triatlon Unie en doet o.a. de selectie van atleten op internationale wedstrijden (EK, WK, ...). De federatie bestaat uit 2 regionale organen; Triatlon Vlaanderen (3VL) en de Ligue Francophone de Triathlon (LF3).
<b>Beroep:</b>	Een vraag aan het Geschiltribunaal om de beslissing (behalve "field of play") van een Head Referee te herzien (noot: een beroep tegen dopinggebruik dient rechtstreeks gericht te worden aan het Dagelijks Bestuur van Be3 in plaats van aan het Geschiltribunaal).
<b>Blocking:</b>	Het opzettelijk belemmeren of hinderen van de vooruitgang van een atleet door een andere atleet. Bijvoorbeeld door een atleet die op het fietsparcours niet aan de rechterkant rijdt.
<b>Charge:</b>	Het contact tussen 2 atleten langs elke mogelijke zijde (voor, zij, achter) en waarbij de atleet gehinderd wordt in zijn/haar vooruitgang.
<b>Clipspedalen:</b>	Pedalen met voethaak
<b>Correcte start:</b>	Alle atleten starten na het startschot. De wedstrijd gaat verder.
<b>Correcte start met vroege starters:</b>	Bijna alle atleten starten na het startsignaal, maar enkele zijn toch gestart voor het signaal. De start wordt toch geldig verklaard en de vroege starters krijgen een tijdstraf binnen wisselzone 1.
<b>Daglicentie:</b>	Licentie die toelaat om aan competitie te doen, enkel en alleen tijdens de "dag" van de specifieke wedstrijd. Atleten met een daglicentie verklaren zich ook akkoord met de Sportreglementen Be3.
<b>DB:</b>	Dagelijks Bestuur. Het beleidsorgaan van de liga dat betrokken is bij de dagdagelijkse werking.

<b>Diskwalificatie:</b>	De atleet moet de wedstrijd verlaten als gevolg van een straf of het niet voldoen aan de wedstrijdvoorwaarden. Aan de atleet wordt geen eindtijd toegekend noch tussentijden van de wedstrijd. Er worden geen prijzen toegekend en de atleet verschijnt in de uitslagen als DSQ.
<b>Draftingzone fiets:</b>	Deze zone heeft elke atleet en bestaat uit een rechthoek die gevormd rond elke atleet. Deze zone mag een andere atleet betreden gedurende een gelimiteerde periode of om de atleet te passeren. De afmetingen van de draftingzone is 12 op 3 meter.
<b>Draftingzone motorbike:</b>	Dit is een rechthoek van 15 meter lang en 3 meter breed die het voertuig omringt. Het centrum van de voorkant van het voertuig is tegelijkertijd het centrum van de voorkant van de draftingzone.
<b>Draftingzone voertuig:</b>	Dit is een rechthoek van 35 meter lang en 5 meter breed die het voertuig omringt. Het centrum van de voorkant van het voertuig is tegelijkertijd het centrum van de voorkant van de draftingzone.
<b>Drafting:</b>	Is van toepassing van zodra de draftingzone van een atleet de draftingzone van een andere atleet of voertuig overlapt tijdens het fietsgedeelte op een wedstrijd.
<b>Elite:</b>	Met elite atleten wordt deze atleten bedoeld die het hoogste niveau behalen op nationaal niveau en dan ook geselecteerd worden voor internationale wedstrijden (EK, WK, ...).
<b>ETU:</b>	Europe Triathlon. Het orgaan binnen de TRI dat verantwoordelijk is voor Europa.
<b>Event manual:</b>	Een document dat de samenwerkingsvoorwaarden bevat voor organisaties die willen opgenomen worden in de officiële kalender van één van beide liga's. Binnen deze event manual worden naast de financiële tevens de kwalitatieve en logistieke voorwaarden mee opgenomen.
<b>Field of Play (wedstrijdveld):</b>	De condities en omstandigheden van de wedstrijd, die in principe start vanaf de opening van het wedstrijdsecretariaat tot de bekendmaking van de officiële uitslag.
<b>Fietsparcours:</b>	Deel van het wedstrijdparcours waar de atleten fietsen. Het fietsparcours start vanaf de opstaplijn (wissel 1) en eindigt bij de afstap lijn (wissel 2).
<b>FINA:</b>	Fédération Internationale de Natation. Internationaal koepelorgaan voor het zwemmen dat geaffilieerd is met het Internationaal Olympisch Comité.
<b>Finisher:</b>	Een atleet die de volledige wedstrijd uitdoet volgens de reglementen en die de eindstreep behaalt zoals voorgeschreven.
<b>Force majeure:</b>	Overmacht door weersomstandigheden, staking, uitsluiting of andere industriële stoornissen, onwettelijk gedrag tegenover de publieke autoriteiten, barricades, oproer, bliksem, vuur of explosie, storm, vloed, zwarte lijst, boycot of sancties, embargo van vrachtgoed, significante vertraging van transport of eender welke actie die buiten de controle valt van de slachtoffers.
<b>GES</b>	Gezond en Ethisch Sporten
<b>Geschiltribunaal</b>	Het Geschiltribunaal behandelt het beroep ingesteld tegen een beslissing van de Head Referee en in eerste aanleg alle geschillen binnen de federatie.
<b>Goedkeuring:</b>	De toelating van de liga voor de organisatie van een evenement. Het doel van deze goedkeuring is een verklaring dat voorbereidingen voor het evenement geïnspecteerd werden en voldoen aan de event manual en reglementen. Dit bevestigt tevens dat de nodige voorzieningen zijn genomen om een veilig en sportief evenement te organiseren.
<b>Groep:</b>	Twee of meer atleten met overlappende draftingzones (van toepassing bij draftingwedstrijden).
<b>Head Referee:</b>	Voorheen CRO of Chief Race Official. Is verantwoordelijk voor de coördinatie en begeleiding van de TO's op de wedstrijd. Is de contactpersoon met de organisatie en behandelt protesten op de wedstrijd en fouten in de uitslag.
<b>Hulp:</b>	Elke poging van een niet-toegelaten of onofficiële bron om de atleet te helpen of te stabiliseren.
<b>Hulp/externe hulp:</b>	Elke voeding, drank of materiaal dat toegelaten is volgens de Sportreglementen.
<b>IAAF:</b>	International Association of Athletics Federations. Internationaal koepelorgaan voor de atletiek dat geaffilieerd is met het Internationaal Olympisch Comité.
<b>Inbreuk:</b>	Een overtreding van een reglement dat resulteert in een straf.
<b>IPC:</b>	International Paralympic Committee. Het equivalent van het Internationaal Olympisch Comité maar voor mensen met een handicap.
<b>Klager:</b>	Persoon of instantie die klacht (protest of beroep) indient.
<b>Kruipen:</b>	Een actie van de atleet waarbij minstens 3 of meer ledematen, samen of opeenvolgend, in contact komen met de grond, om zich voorwaarts te stuwen.
<b>Leg:</b>	In de Relay is een leg de triatlonwedstrijd van 1 atleet.
<b>LF3</b>	Ligue Francophone de Triathlon, Waalse tegenhanger van 3VL.
<b>Licentie:</b>	Een deelnemer is hiermee aangesloten en verklaart zich akkoord met de Sportreglementen Be3. Er zijn 4 soorten licenties: wedstrijdlicentie, jeugdlicentie, niet-wedstrijdlicentie en een daglicentie.
<b>LOC:</b>	Het Lokale Organisatie Comité van een wedstrijd.
<b>Loopparcours:</b>	Deel van het wedstrijdparcours waar de atleten lopen. Bij triatlon en zwemlopen begint het loopparcours vanaf de uitgang van de (tweede) wisselzone en eindigt bij de aankomst. Bij (offroad) duatlon begint het eerste loopparcours vanaf de start tot bij de ingang van de (eerste) wisselzone, het tweede loopparcours begint bij de uitgang van de (tweede) wisselzone en eindigt aan de aankomst. Bij aquatlon begint het eerste loopparcours vanaf de start tot aan het zwemmen, het tweede loopparcours vanaf het einde van het zwemmen tot aan de aankomst.
<b>Multisport:</b>	Alle disciplines erkend door Be3 en die niet zijn weerhouden als triatlon, waaronder dus aquatlon, zwemlopen, duatlon, Cross duatlon en Cross triatlon.
<b>NF:</b>	Nationale Federatie, erkend door de TRI en tot dewelke de atleet aangesloten is.
<b>Official:</b>	Officiële medewerker van de organisatie: seingever, medische hulverlener, ...
<b>Onbekwame atleet:</b>	Een atleet die door de medische staf geacht wordt als onbekwaam om de wedstrijd verder te zetten zonder zichzelf of anderen te kwetsen.
<b>Onderbreken:</b>	Een opzettelijke blocking, charge of plotse beweging die een andere atleet hindert.
<b>Onfatsoenlijke gedrag:</b>	De bewuste tentoonstelling van bil(len), schaamstreek of genitaliën. Bij dames komt hierbij nog de bewuste tentoonstelling van de tepel(s).

<b>Open categorie:</b>	In de open categorie kunnen atleten deelnemen van elke leeftijdscategorie (conform de wedstrijdafstand). Er wordt per geslacht een “overall” resultaat opgemaakt en een resultaat per leeftijdscategorie, indien er voor de betrokken categorie een aparte wedstrijd voorzien is. Indien dat wel het geval is, bepaalt deze het resultaat voor deze categorie.
<b>Opstappen na de opstaplijn:</b>	De volledige voet van de atleet moet in contact komen met de grond na de opstaplijn. Indien dit niet gebeurt, wordt dit beschouwd als een inbreuk op de reglementen.
<b>Opstaplijn:</b>	Een gemarkeerde lijn bij de uitgang van de wisselzone richting fietsparcours waarbij atleten op hun fiets stappen en vertrekken. De opstaplijn loopt over de breedte van de uitgang van de wisselzone en is meestal gemarkeerd door middel van een lijn. Een TO is hier ook aanwezig.
<b>Overname:</b>	Gebeurt van zodra het voorste deel van het voorwiel van de voorbijstekende atleet het voorwiel (voorste deel) passeert van de atleet die wordt voorbij gestoken. Een atleet kan een andere atleet maar inhalen langs de linkerzijde.
<b>Overall:</b>	Een overall resultaat is een resultaat over alle categorieën heen, op basis van de prestaties.
<b>Parcours:</b>	Een voorwaartse progressielijn vanaf start tot aankomst, die duidelijk is aangeduid en gemeten volgens de voorgeschreven specificaties.
<b>Passeren:</b>	Wanneer de draftingzone van een atleet de draftingzone van een andere atleet overlapt, de atleet voorwaarts progressie maakt en deze zone van de andere atleet passeert binnen een maximum tijd van 25 seconden. Een atleet kan een andere atleet maar inhalen langs de linkerzijde.
<b>Penalty box</b>	Een aparte ruimte nabij het fiets- of loopparcours voor de toepassing van een tijdsraf bij een inbreuk.
<b>Plaats van samenkomst:</b>	Het volledige wedstrijdterrein en warm-up zone, verblijfplaats voor atleten/officials, omroepers, pers & media zones, sport expo zone, aangrenzende zones, publieke zone, VIP-zone, wisselzone, aankomstzone en alle andere onder controle van het LOC.
<b>Pre-relayzone:</b>	De afwachtingszone voordat men toegelaten wordt tot de relayzone.
<b>Protest:</b>	Een officiële klacht tegenover het gedrag van een andere atleet, TO of wedstrijdomstandigheden.
<b>Relayzone:</b>	De zone waarin de aflossing tussen twee teamleden gebeurt.
<b>Resultaten:</b>	De geregistreerde eindposities van alle atleten nadat beslist werd over alle inbreuken, protesten en beroepen behandeld en straffen uitgevoerd werden.
<b>Romp:</b>	Deel van het lichaam vanaf de basis van de nek tot de basis van het borstbeen.
<b>Schorsing:</b>	Een atleet met een schorsing mag gedurende een bepaalde periode niet deelnemen aan een wedstrijd die onder de koepel van beide liga's of TRI valt.
<b>Segment:</b>	Een onderdeel van een wedstrijd. Bijv. een triatlonwedstrijd bestaat uit 5 segmenten: zwemmen, wissel, fietsen, wissel, lopen.
<b>Smart helmet:</b>	Fietshelm met een ingebouwde chip/computer welke bepaalde nuttige informatie over de wedstrijd (auditief en/of visueel) kan doorgeven aan de atleet.
<b>Sportiviteit :</b>	Het gedrag van een atleet tijdens de wedstrijd. Onder het synoniem van “fair play” wordt met sportiviteit vooral bedoeld: fair, rationeel en beleefd gedrag. Onsportief gedrag staat gelijk met onfair, onethisch of oneerlijk, een gewelddadige handeling, opzettelijk wangedrag, onbehoorlijk taalgebruik, intimiderend gedrag of onophoudelijk overtreden van de reglementen.
<b>Sportreglementen:</b>	De nationale reglementen die van toepassing zijn op alle wedstrijden op Belgisch grondgebied en die vallen onder de koepel van de Vlaamse of Waalse liga. De Sportreglementen Be3 zijn gebaseerd op de internationale TRI Competition Rules en bewaken de fair play en veiligheid op wedstrijden.
<b>Straf:</b>	Het gevolg voor een atleet, die door een TO wordt beoordeeld omwille van een (vrijwillige of onvrijwillige) inbreuk/overtreding van een reglement. Deze straf kan een waarschuwing zijn, tijdsraf, diskwalificatie, uitsluiting of schorsing.
<b>SWIMRUN</b>	Een sport waarbij achtereenvolgens meerdere malen gezwommen en gelopen wordt door een team van 2 atleten ( H - H; D - D ; H - D). De gecumuleerde afstanden kunnen variëren (zie bijlage A).
<b>T1 :</b>	Transition Zone of wisselzone 1
<b>T2 :</b>	Transition Zone of wisselzone 2
<b>Tijdsraf:</b>	Een methode om een korte vertraging op te leggen bij een atleet die beoordeeld wordt door een TO bij inbreuk van de reglementen.
<b>TO:</b>	Technical Official. Een scheidsrechter die erop toeziet dat tijdens de wedstrijd de Sportreglementen worden nageleefd. Deze official heeft hieromtrent een nationale opleiding gevolgd en wordt officieel erkend door Be3.
<b>Torso:</b>	Deel van het lichaam zonder hoofd en ledematen.
<b>TRI:</b>	World Triathlon. De internationale koepelfederatie voor triatlon en TRI erkende multisporten. Deze federatie is een vzw dat onder de jurisdictie valt van Canada (Vancouver) en geaffilieerd is met het Internationaal Olympisch Comité.
<b>Triatlon:</b>	Een sport waarbij achtereenvolgens wordt gezwommen, gefietst op de weg en gelopen op de weg. De afstanden kunnen variëren (zie bijlage A) en de sport kan zowel individueel als in ploegverband (ploegentriatlon, relay triatlon) worden afgelegd (zie ook definitie Multisport).
<b>UCI:</b>	Union Cycliste Internationale. Internationaal koepelorgaan voor het fietsen dat geaffilieerd is met het Internationaal Olympisch Comité.
<b>Uitsluiting:</b>	Een atleet die uitgesloten wordt, kan niet meer deelnemen aan wedstrijden die onder de TRI of Be3 vallen.
<b>Uitzonderlijke situaties:</b>	Ongebruikelijke, ongunstige of extreme omstandigheden die aanzienlijk afwijken van de normale verwachtingen van een race. Deze omstandigheden kunnen van invloed zijn

<b>Valse start:</b>	op de veiligheid van de atleet, de logistiek of de eerlijkheid van de competitie. Wanneer een atleet reeds vertrekt voor het startsignaal en andere atleten achter de startlijn blijven. De start is niet correct en wordt nietig verklaard. Er wordt onmiddellijk een 2e signaal (startschot, hoorn, ...) gegeven om de valse start aan te duiden en de wedstrijd te staken. Alle atleten dienen terug te keren tot voor de startlijn.
<b>Voorrang:</b>	Wanneer een atleet de koppositie ingenomen heeft en het parcours volgt binnen de voorgeschreven reglementen - Right of Way.
<b>Vroege start:</b>	Wanneer een bepaalde atleet zich reeds voorbij de startlijn bevindt op het moment van de start.
<b>Waarschuwing:</b>	Een verbale waarschuwing of tijdsstraf die gegeven wordt door een TO aan een atleet tijdens de wedstrijd. Het doel van een waarschuwing is om de atleet erop attent te maken dat een overtreding zal gebeuren en om het proactieve gedrag te promoten.
<b>WADA:</b>	World Anti-Doping Agency. Het internationaal orgaan ter bestrijding van dopinggebruik.
<b>Wedstrijdlicentie:</b>	Licentie die toelaat om aan competitie te doen vanaf 1 oktober van jaar x-1 tot en met 31 december van het jaar x. Bij 3VL spreekt men van een wedstrijdlicentie (volwassenen) of jeugdlicentie. Bij de LF3 wordt dit een internationale licentie (volwassenen) of jeugdlicentie.
<b>Wisselzone:</b>	Een locatie binnen de bepaalde grenzen, die geen deel is van het zwem-, fiets- of loopparcours en waarbinnen aan elke atleet een ruimte is toegewezen voor het opbergen van individuele items en materiaal.
<b>Zwemparcours:</b>	Deel van het wedstrijdparcours waar de atleten zwemmen. Bij triatlon en zwemlopen begint het zwemparcours vanaf de start en eindigt bij de uitgang van het water/ingang van de (eerste) wisselzone. Bij aquatlon begint het zwemparcours vanaf de uitgang van de eerste wisselzone (na de eerste loopproef).

## BIJLAGE D: INBREUKEN EN STRAFFEN

Deze lijst is een samenvatting van de meest voorkomende sancties en overtredingen. In geval van verschillende interpretaties van de tekst in deze bijlage en de hoofdtekst van het wedstrijdreglement, zal het hoofdgedeelte van het wedstrijdreglement worden toegepast.

### Algemeen:

Inbreuk	Straf
1. Onbehoorlijk taalgebruik en/of onsportief gedrag tegenover een TO, organisatiemedewerker, vrijwilliger en toeschouwer	- DSQ en Head Referee rapporteert aan Geschiltribunaal respectievelijke liga voor mogelijke schorsing
2. Onsportief gedrag	- DSQ en rapporteren aan Dagelijks Bestuur respectievelijke liga voor mogelijke schorsing
3. Onsportief contact. Het feit dat er contact is tussen atleten, betekent niet automatisch dat een overtreding optreedt. Wanneer meerdere atleten bewegen in een gelimiteerde ruimte, is contact mogelijk. Dit toevallige contact tussen atleten in gelijkwaardige posities, is geen overtreding.	- Onvrijwillig: waarschuwing - Vrijwillig: DSQ
4. Hulp aanvaarden van iemand anders dan de TO of officiële hulp	- Indien de situatie kan hersteld worden: waarschuwing - Indien niet: DSQ
5. Weigeren om de instructies van de TO op te volgen	- In eerste instantie DSQ - In tweede instantie rapporteert de Head Referee aan Geschiltribunaal respectievelijke liga voor mogelijke schorsing
6. Parcours verlaten omwille van veiligheidsredenen maar op een andere plaats de wedstrijd verder zetten	- Wanneer vrijwillig voordeel werd gehaald uit deze situatie: tijdsstraf 1 min.
7. Niet op de voorgeschreven wijze gebruiken van het startnummer van de organisatie	- Onvrijwillig: waarschuwing en corrigeren indien mogelijk (voor de wedstrijd) - Vrijwillig: DSQ

Inbreuk	Straf
8. Materiaal of persoonlijke voorwerpen achterlaten op het parcours. Afval dient in de voorziene vuilniszakken of plaatsen gedeponeerd te worden.	- Waarschuwing en corrigeren - Indien niet: DSQ
9. Dragen of gebruiken van voorwerpen die mogelijk gevaarlijk zijn voor zichzelf of anderen	- Waarschuwing en corrigeren - Indien niet: DSQ
10. Gebruiken van niet toegelaten materiaal om voordeel te behalen of dat schade kan aanbrengen aan anderen	- Waarschuwing en corrigeren - Indien niet: DSQ
11. Overtreden van het verkeersreglement	- Onvrijwillig: waarschuwing en corrigeren indien mogelijk - Vrijwillig: DSQ
12. Fraude door in te schrijven onder een andere naam, adres, leeftijd of geslacht dan deze op de identiteitskaart, een verklaring vervalsen of valse informatie geven	- DSQ en het Dagelijks Bestuur van de respectievelijke liga informeren voor mogelijke schorsing
13. Deelnemen zonder selectie (internationale wedstrijden)	- DSQ en het Dagelijks Bestuur van de respectievelijke liga informeren voor mogelijke schorsing
14. Herhaalde inbreuken op de Sportreglementen	- DSQ en het Dagelijks Bestuur van de respectievelijke liga informeren voor mogelijke schorsing
15. Dopingovertreding	- Straffen van toepassing volgens de WADA-code
16. Onsportieve, gevaarlijke of gewelddadige handeling	- DSQ
17. Deelnemen met ontbloot bovenlijf	- Waarschuwing en corrigeren - Indien niet: DSQ
18. Naaktheid of onfatsoenlijk gedrag	- Waarschuwing en corrigeren - Indien niet DSQ
19. Niet volgen van het voorgeschreven parcours	- Waarschuwing en de wedstrijd herstarten op hetzelfde oorspronkelijk punt. Indien bovenstaande niet mogelijk: DSQ
20. Deelnemen met illegaal of niet-toegelaten materiaal	- Waarschuwing en corrigeren - Indien niet: DSQ
21. Niet tijdig aanmelden bij check-in volgens de gecommuniceerde tijdstippen	- Atleet of team mag niet starten en wordt gerangschikt als DNS
22. Nalaten van een TO te verwittigen bij het verlaten van de wedstrijd	- Schorsing
23. Het uiten van politieke, religieuze of racistische propaganda	- DSQ
24. Een andere deelnemer hinderen, aanvallen of zijn doorgang beletten.	- Onvrijwillig: waarschuwing

Inbreuk	Straf
25. Deelnemersnummer dragen tijdens de zwemproef	- Tijdstraf T1
26. Het aanvaarden en geven van materiele hulp tussen atleten dewelke het voortzetten van de wedstrijd beëindigd van de donor atleet door het geven van	- DSQ voor beide atleten
27. Gebruik maken van elk soort voertuig om voordeel te halen ( uitgezonderd drafting)	- DSQ
28. Niet stoppen in de eerstvolgende Penaltybox wanneer verplicht	- DSQ
29. Opwarming of prospectie op het parcours tijdens een officiële wedstrijd	Waarschuwing en corrigeren Indien niet: DSQ
30. Deelnemen aan wedstrijden tijdens een schorsing	DSQ en het Dagelijks Bestuur van de respectievelijke liga informeren
31. Bewust missen van Mechanische fraude controle	DSQ en het Dagelijks Bestuur van de respectievelijke liga informeren voor mogelijke schorsing
32. Gebruik maken van enig middel (apparaat) dat de fiets niet enkel mensaangedreven maakt	DSQ en het Dagelijks Bestuur van de respectievelijke liga informeren voor mogelijke schorsing
33. Gebruik maken van een apparaat dat de volledige aandacht beïnvloed tijdens de wedstrijd	Waarschuwing en corrigeren Indien niet: DSQ
34. Aflossingen (teams, trio, duo) buiten de voorziene aflossingsruimte	Waarschuwing en corrigeren Indien niet : DSQ Team
35. Ploegleden die elkaar fysiek helpen tijdens de inspanning	Waarschuwing en corrigeren Indien niet : DSQ Team
36. Atleten die elkaar fysiek helpen tijdens de wedstrijd	DSQ
37. Deelnemen in een leeftijdscategorie verschillend van zijn/haar leeftijd in een wedstrijdafstand die niet is	DSQ
38. Het uniform niet over de beide schouders dragen op het FoP	Waarschuwing en corrigeren, indien niet: DSQ

#### Start:

Inbreuk	Straf
39. Starten voor het officiële startsignaal	Super Sprint en kortere afstand: 5 sec. Sprint afstand: 10 sec. Standard afstand: 15 sec. Midden afstand: 30 sec Lange afstand: 1 min.
40. Starten in een vroegere startwave dan deze waarin men is ingedeeld	DSQ

#### Zwemproef:

Inbreuk	Straf
41. Tijdens het zwemmen kledij dragen die armen onder de ellebogen en benen onder de knie bedekt wanneer wetsuits verboden zijn	- Waarschuwing en corrigeren - Indien geen opvolging: DSQ
42. Niet dragen van de officiële badmuts	DSQ
43. Bewust een andere atleet hinderen	DSQ

**Wisselzone:**

Inbreuk	Straf
44. Fiets plaatsen buiten de voorziene standplaats van de atleet of andere atleet blokkeren in zijn vooruitgang	Waarschuwing en corrigeren Indien niet: DSQ
45. Op de fiets stappen voor de eindlijn van de eerste wisselzone	Waarschuwing en corrigeren Bij T <sup>3</sup> wedstrijd: tijdstraf in Penaltybox
46. Van de fiets stappen na de startlijn van de tweede wisselzone	Waarschuwing en corrigeren Bij T <sup>3</sup> wedstrijd: tijdstraf in Penaltybox
47. Fietsen in de wisselzone	Waarschuwing
48. Persoonlijk materiaal buiten de voorziene ruimte plaatsen of achterlaten	Waarschuwing en corrigeren Bij T <sup>3</sup> wedstrijd: tijdstraf in Penaltybox
49. Referentiepunten plaatsen in de wisselzone	Waarschuwing en corrigeren Indien niet: TO zal het referentiemateriaal verwijderen
50. Uittrekken van de swimskin tijdens standard of kortere Wedstrijdafstanden wanneer wetsuits verboden zijn	Waarschuwing en corrigeren Indien niet: DSQ
51. Aanraken of ontkoppelen van het helmsluitstelsel terwijl de fiets in de hand is	Waarschuwing en corrigeren Indien niet: DSQ T <sup>3</sup> : Tijdstraf in Run PB

**Fietsproef:**

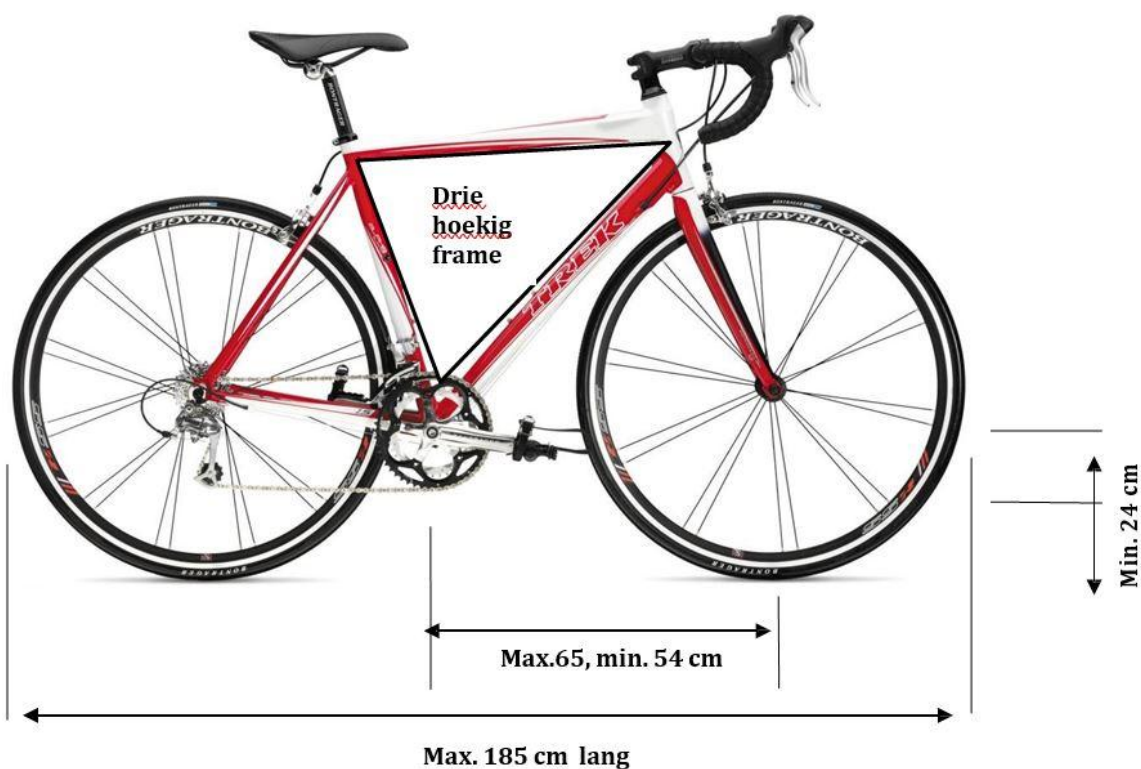
Inbreuk	Straf
52. Te vorderen zonder fiets tijdens het fietsgedeelte (vanaf standplaats van de eerste wissel tot standplaats van de tweede wissel)	- Waarschuwing en corrigeren - Indien niet: DSQ
53. Draften in een non-draftingwedstrijd met sprintafstanden	- Eerste inbreuk: 30 sec. in penaltybox - Tweede inbreuk: DSQ
54. Draften in een non-draftingwedstrijd met standaardafstanden	- Eerste inbreuk: 1 min penaltybox - Tweede inbreuk: DSQ
55. Draften in een non-draftingwedstrijd Middle Distance of Long Distance	- Eerste en tweede inbreuk: 2 min penaltybox, 3 <sup>de</sup> DSQ
56. Draften in een non-draftingwedstrijd Lange Afstand	- Eerste en tweede inbreuk: 3 min penaltybox, 3 <sup>de</sup> DSQ
57. De helm niet of onveilig vastgemaakt tijdens het fietsgedeelte, verkenning vooraf of rijden richting start	- Waarschuwing en corrigeren - Indien niet: DSQ
58. De helm afnemen op het fietsparcours, zelfs indien gestopt	Waarschuwing en corrigeren indien niet: DSQ
59. Geen helm dragen tijdens het fietsgedeelte, verkenning vooraf of rijden richting start	DSQ
60. Drafting achter een voertuig of motorfiets	Waarschuwing en corrigeren Indien niet: tijdstraf in Penaltybox

Inbreuk	Straf
61. Deelnemen met een fiets verschillend, van deze welke werd ingecheckt, of aangepast nadat deze werd ingecheckt	DSQ
62. Blocking	Sprint non-drafting: 10 sec penaltybox Standard Distance non-drafting: 15 sec penaltybox Middle-Distance: 30 sec penaltybox Long Distance non-drafting: 1min penaltybox
63. Gevaarlijk rijgedrag vertonen tijdens de fietsproef	DSQ
64. Rijden in een verboden rijpositie	Waarschuwing en corrigeren Indien niet: DSQ

#### Lopen:

Inbreuk	Straf
65. Lopen met een helm tijdens het loopgedeelte	Waarschuwing en corrigeren Indien niet: DSQ
66. Kruipen tijdens het loopgedeelte	DSQ
67. Het gebruik van vaste steunpunten (nadars, paaltjes, bomen, ...) om bochten gemakkelijker te nemen	Waarschuwing Bij T <sup>3</sup> wedstrijd: tijdstraf in Penaltybox
68. Begeleid worden door iemand die niet deelneemt aan de wedstrijd in de aankomstzone	DSQ
69. Persoonlijke begeleiding of bevoorrading krijgen tijdens het lopen	Waarschuwing en corrigeren Indien niet: DSQ

## BIJLAGE E: FIETSAFMETINGEN



## BIJLAGE F: FIETSHELMEN

Om een eind te maken aan de wildgroei en voor eenvormigheid heeft Europa de volgende normen ingesteld betreffende helmveiligheid:

- EN 1078 = kwaliteitstest van het product (in dit geval fietshelmen)
- CE 96-0497 = het product is gemaakt met producten die voldoen aan de minimum norm EC.



Dus deze merktekens staan vermeld in alle in Europa gekeurde helmen (sinds 1996).

### Controle van de fietshelm bij de check-in:

Hoe moet een helm aangepast en bevestigd worden om een optimale beveiliging te garanderen?

De fietshelm kan dan wel geen val of ongeval vermijden, hij biedt wel een doeltreffende beveiliging. Om volledig doeltreffend te zijn, moet een helm aan bepaalde vereisten voldoen en moet hij op een correcte manier gedragen worden.

- De helm moet goed recht op het hoofd staan en correct op het hoofd passen.
- De bevestigingsriemen vooraan en achteraan moeten een aangespannen Y vormen rond het oor.
- De bevestigingsriemen blijven goed op hun plaats wanneer de kinband is vastgemaakt.
- Er moet een vinger passen tussen kinband en de kin.



## BIJLAGE G: BELGISCHE KAMPIOENSCHAPPEN

### G.1: OVERZICHT

- TRIATLON sprint distance
- TRIATLON standard distance
- TRIATLON middle distance
- TRIATLON long distance
- TRIATLON jeugd
- TRIATLON interclub
- TRIATLON interclub jeugd
- TRIATLON Team Relay
- TRIATLON mixed relay (adults)
- TRIATLON mixed relay (jeugd)
- CROSS TRIATHLON
- DUATLON sprint distance
- DUATLON standard distance
- DUATLON long distance
- DUATLON jeugd

- DUATLON interclub
- DUATLON interclub jeugd
- CROSS DUATLON
- CROSS DUATLON jeugd
- AQUATLON (12+)
- PARATRIATLON
- AQUABIKE
- SWIMRUN

## BIJLAGE H: TRIATLON VLAANDEREN

### H.1 TEAM TRIATHLON SERIES

#### H.1.1 ALGEMEEN

- a) De Team Triathlon Series (T<sup>3</sup> Series) is een nationale teamcompetitie met Triatlon Vlaanderen als beheerder en uitvoerder.
- b) Er is een eerste herendivisie met maximum 16 teams.
- c) Er is een tweede herendivisie met maximum 25 teams.
- d) Er is een damesdivisie met maximum 25 teams.

#### H.1.2 TEAMVOORWAARDEN

##### H.1.2.1 ALGEMENE TEAMVOORWAARDEN

- a) Clubs kunnen teams voor verschillende divisies inschrijven. De registratie is pas officieel na ontvangst van de deelnamefee.
- b) Alle atleten die deelnemen in een T<sup>3</sup> team zijn lid van dezelfde club en beschikken over een geldig 3VL/ LF3- lidmaatschap.
- c) Een atleet kan jaarlijks slechts voor één club aan de start komen binnen de T<sup>3</sup> Series.
- d) De minimumleeftijd om aan de T<sup>3</sup> Series deel te nemen is 12 jaar. De leeftijdscategorieën per format uit Bijlage A dienen steeds gerespecteerd te worden.
- e) Het team duidt één teamkapitein aan en een reserve teamkapitein. De taken van de teamkapitein zijn o.a.:
  - i. Het vervolledigen van de inschrijvingsprocedure voor het team op alle T<sup>3</sup> wedstrijden;
  - ii. Het beschikbaar zijn in geval van protest na de wedstrijd.
- f) Herkenbaarheid/promotie: Alle teamleden beschikken over:
  - i. Uniforme wedstrijdkledij: het ontwerp, de lay-out en kleuren zijn dezelfde. Sponsors mogen afwijken. Alleen de regerend Belgisch kampioen in de betreffende discipline mag een trisuit dragen met de tricolore Belgische kleuren, zolang het ontwerp en layout dezelfde zijn als de teamkledij (zie ook hoofdstuk 18.),
  - ii. De atleten moeten hetzelfde uniform dragen van start tot finish.
- g) De teamnaam bestaat uit de officiële afkorting van de clubnaam en eventueel gevolgd door een naam (kan een sponsor zijn). De naam wordt goedgekeurd door 3VL of LF3.
- h) Per wedstrijd mag een T<sup>3</sup> team andere atleten opstellen maar het aantal startende atleten is beperkt:
  - i. Bij de individuele wedstrijden tellen de 4 beste prestaties bij de heren (max. 6 deelnemers/team) en 3 beste prestaties bij de dames (max. 4 deelnemers/team);
  - ii. Bij de ploegentriatlon telt het teamresultaat; een ploeg bestaat uit het aantal teamleden zoals in 12.1.7. a) is voorgesteld;
  - iii. Bij de relaytriathlon telt tevens het teamresultaat; 1 team bestaat uit 3 atleten. Indien organisatorisch mogelijk, kunnen de teams twee ploegen inschrijven. Enkel de eerste ploeg aan de aankomst krijgt punten voor de teamranking, het resultaat van de tweede ploeg heeft geen invloed op de teamranking.

---

### H.1.2.2 EERSTE HERENDIVISIE

- a) Elke club kan maximum één T<sup>3</sup> team afvaardigen in de eerste herendivisie.
- b) Bij de eerste herendivisie beschikken de atleten over een geldige 3VL/LF3-wedstrijdlicentie en dit vóór 1 maart van het geldende jaar. Van zodra een atleet start in de eerste divisie, kan hij niet meer deelnemen in een lagere divisie.

---

### H.1.2.3 TWEDE HERENDIVISIE

- a) Elke club kan aanvankelijk maximum één T<sup>3</sup> team afvaardigen in tweede divisie. In tweede instantie kunnen de overgebleven plaatsen opgevuld worden met een tweede team op basis van de betrokken eindranking van het voorgaande jaar.
- b) Wanneer twee teams van dezelfde club deelnemen dienen de atleten (onbeperkt in aantal) van het tweede team voor aanvang van de teamcompetitie kenbaar gemaakt worden aan 3VL. Nadien zijn er geen wijziging mogelijk voor dit team.

---

### H.1.3 INSCHRIJVINGSPROCEDURE WEDSTRIJD

- a) De inschrijving voor een T<sup>3</sup> wedstrijd verloopt in 2 fasen:
  - i. De teamkapitein registreert ten laatste 48uur voor de wedstrijd de startende teamleden met 2 reserve-atleten bij 3VL.
  - ii. Op de wedstrijddag meldt de teamkapitein zich aan op de vermelde registratietijden voor de wedstrijd in het wedstrijdsecretariaat aan met de definitieve startlijst. De teamkapitein ontvangt o.a. de decals/startnummers en timingchip(s) voor elke atleet van het team. Voor elke atleet zijn 4 decals per atleet voorzien, die goed zichtbaar worden aangebracht op elke bovenarm en -been. Indien het wedstrijdpak dit verhindert, mogen de decals ook bevestigd worden op de kuiten (zijaanzicht, zoals bij de armen).
- b) Bij de check-in in de wisselzone (T1) wordt door de aangewezen official een uniformcontrole uitgevoerd. De official kan desgewenst ook een foto nemen van de wedstrijdkledij (voor- en achterkant).

---

### H.1.4 BRIEFING

- a) Er zijn twee soorten briefings:
  - i. Een schriftelijke briefing wordt met goedkeuring door de Head Referee 7 dagen voor de wedstrijddatum naar alle teamkapiteins en atleten verzonden met de nodige info zoals dagprogramma, wisselzones en parcours.
  - ii. Een mondelinge wedstrijdbriefing wordt digitaal georganiseerd in de week voor de wedstrijd of op de dag van de wedstrijd zelf (tijdstip en locatie wordt meegedeeld via de schriftelijke briefing). Hier wordt kort een update gegeven van belangrijke wedstrijdinfo (parcours, weersomstandigheden, last minute aanpassingen).
- Op deze briefing zijn zowel atleten als teamkapiteins welkom. Het is de taak van de teamkapitein om nadien niet-aanwezige atleten correct te brieven.
- Alle teamkapiteins van teams in de eerste herendivisie zijn verplicht aanwezig.

---

### H.1.5 WEDSTRIJDREGLEMENT EERSTE HEREN/DAMES DIVISIE

Met als doel de leerkansen te creëren in functie van TRI-races worden de reglementen van World Triathlon toegepast.:

- a. Gebruik wetsuit: verboden vanaf 20°C.
- b. Gebruik van clip-ons is verboden.

Indien de T<sup>3</sup> reeks is opgenomen binnen een Belgisch kampioenschap of open wedstrijdreeks, wordt voor iedereen dezelfde algemene reglementering toegepast waardoor bovenstaande reglements-aanpassingen wegvallen.

---

## H.1.6 PUNTEDELING NA WEDSTRIJD - TEAMRANKING

- a) Individuele wedstrijd:
  - i. Op basis van de wedstrijdresultaten worden de 4 beste (herendivisie) of 3 beste (damesdivisie) posities per team opgeteld.
  - ii. Op basis van de som van de beste eindposities worden de teams gerangschikt van een lage naar een hoge score.
  - iii. Op basis van die teamranking worden er punten toegekend voor de tussenstand. Deze puntentelling is terug te vinden onder Appendix G.
  - iv. Als een team bij een individuele wedstrijd niet voldoet aan het minimum aantal startende atleten, mogen de overige atleten toch starten maar krijgt het team voor die dag de laatste plaats in het dagklassement.
  - v. Als een team bij een individuele wedstrijd niet voldoet aan het minimum aantal finishende atleten, krijgt het team voor die dag de laatste plaats in het dagklassement.
  - vi. Indien er meerdere teams op de laatste plaats in het dagklassement komen omwille van te weinig startende of finishende atleten, dan krijgen deze allemaal dezelfde plaats en hetzelfde aantal punten in de ranking.
- b) Ploegentriatlon of aflossing:
  - i. Op basis van de wedstrijdresultaten ontvangen de teams een puntenscore terug te vinden in Bijlage G.
  - ii. Teams die de wedstrijd niet beëindigd hebben (DNF), gediskwalificeerd worden (DSQ) of niet starten (DNS), krijgen als score die van het laatste team in het dagklassement.
  - iii. Indien er meerdere teams op de laatste plaats in het dagklassement komen, dan krijgen deze allemaal dezelfde plaats. Teams met een DNF scoren één plaats hoger dan teams met een DSQ, teams met een DSQ scoren één plaats hoger dan teams met een DNS.
- c) Bij een ex aequo is de positie van de best geplaatste atleet in de daguitslag doorslaggevend.
- d) Tot uiterlijk 5 dagen na de wedstrijd kan de daguitslag worden herzien door de Head Referee van de betreffende wedstrijd.
- e) Voor de finale eindranking worden alle punten per team en per wedstrijd opgeteld en het team met de meeste punten wint de eindranking. Bij een ex aequo is in eerste instantie het resultaat van de ploegentriatlon beslissend, in tweede instantie het resultaat van de teamaflossing.

---

## H.1.7 SANCTIES

- a) Wanneer een team zich niet aanmeldt met geldige wedstrijdkledij, dan krijgt het team 2 strafpunten in de teamranking. Bij elke herhaling van deze overtreding verdubbelt het aantal strafpunten.
- b) Wanneer een atleet de Sportreglementen niet naleeft, kan de Technical Official een mondelinge waarschuwing, een tijdsstraf of een diskwalificatie geven.
- c) Bij onderstaande inbreuken krijgt het team 2 strafpunten in de teamranking van de dag.
  - i. Teamkapitein meldt zich te laat aan bij de registratie op de wedstrijddag;
  - ii. Teamkapitein is niet aanwezig op de mondelinge wedstrijdbriefing (Div 1);
  - iii. Een of meerdere atleten melden zich te laat aan bij de check-in;
  - iv. Een of meerdere atleten voldoen niet aan de kledijvoorschriften;
  - v. Een of meerdere atleten beschikken niet over badmutsen en/of boxen (Div 1);
  - vi. De startende teamleden worden op voorhand niet tijdig geregistreerd op de inschrijvingsplaatvorm.

Bij elke herhaling van eenzelfde inbreuk op een volgende wedstrijd verdubbelt het aantal strafpunten.
- d) Bij een tijdsstraf stopt de atleet aan de Penalty Box (loopparcours). De nummers van de gepenaliseerde atleten staan er op een bord aangeduid. Alle info over de procedure voor een tijdsstraf in de penaltybox, kan je terugvinden in de Sportreglementen Be3, hoofdstuk 3.5. (individuele wedstrijden) en 12.1.14 (team & ploegenwedstrijd).
- e) Protest wordt ingediend door de atleet of teamkapitein van het team. Procedure beschreven in de Sportreglementen Be3, hoofdstuk 9
- f) Bij eerste herendivisie - tijdsstraf in Run PB:
  - i. Het startnummer van de bestrafte atleet wordt gepubliceerd op het bord in de penalty box.

- ii. De bestrafte atleet zal stoppen in de penalty box en de TO informeren over diens startnummer.
- iii. De tijdstraf start wanneer de atleet voldoet aan alle bovenstaande eisen en de tijdstraf eindigt wanneer de TO "GO" roept. Wanneer de atleet de penalty box verlaat of indien niet correct uitvoeren van de tijdstraf wordt de tijdstraf gepauzeerd tot de atleet terug voldoet.
- iv. Het startnummer van de bestrafte atleet zal verwijderd worden wanneer de atleet de penalty correct heeft uitgevoerd.
- v. De bestrafte atleet mag zijn tijdstraf in elke loopronde uitvoeren.
- vi. Bij relay wedstrijden mag de tijdstraf uitgevoerd worden door elk lid van het team welke zijn onderdeel nog niet volledig heeft afgelegd.
- vii. Tijdstraffen moeten gepubliceerd worden op het bord vooraleer de atleet de penalty box bereikt. Dit gaat als volgt:
  - In het geval van 1 loopronde, totdat de atleet de penalty box bereikt in de eerste loopronde;
  - In het geval van 2 looprondes, totdat de atleet de penalty box bereikt in de eerste loopronde;
  - In het geval van 3 looprondes, totdat de atleet de penalty box bereikt in de tweede loopronde;
  - In het geval van 4 looprondes, totdat de atleet de penalty box bereikt in de tweede loopronde;
  - In het geval van 5 looprondes, totdat de atleet de penalty box bereikt in de derde loopronde;
  - Enz.
- viii. Voor Relay wedstrijden moeten tijdstraffen op het bord gepubliceerd worden voordat de laatste atleet van het team de eerste helft van de loopproef vervolledigd. Gepubliceerde tijdstraffen na deze periode zijn niet geldig.
- ix. Voor inbreuken die optreden tijdens de tweede helft van de loopproef, zal de tijdstraf ter plekke worden uitgevoerd.

	<b>T<sup>3</sup> Series Div. 1 (DRAFTING)</b>
<b>START</b>	TIJDSTRAF in T1
<b>SWIM</b>	TIJDSTRAF in Run PB
<b>T1</b>	RUN PB
<b>BIKE</b>	RUN PB
<b>T2</b>	RUN PB
<b>RUN</b>	RUN PB

#### BIJLAGE I: NIET-TRADITIONELE OF ONGEWONE FIETSEN

[http://www.triathlon.org/uploads/docs/World\\_Triathlon\\_Sport\\_Nontraditional\\_unusual\\_bikes\\_approved\\_to\\_be\\_used\\_in\\_World\\_Triathlon\\_draft\\_illegal\\_competitions\\_201909092.pdf](http://www.triathlon.org/uploads/docs/World_Triathlon_Sport_Nontraditional_unusual_bikes_approved_to_be_used_in_World_Triathlon_draft_illegal_competitions_201909092.pdf)

## BIJLAGE J: SWIMRUN

### 1. SWIM&RUN

- 1.1. Een Swim&Run wordt gelopen in teams van twee atleten.
- 1.2. De teamleden mogen nooit meer dan 10 m van elkaar verwijderd zijn (behalve om veiligheidsredenen).
- 1.3. Alleen een promotie-evenement kan individueel gelopen worden.

### 2. BELGISCH KAMPIOENSCHAP SWIM&RUN

- 2.1. Enkel voor het XL format.
- 2.2. Enkel 3 podiums zijn voorzien voor de eerste drie plaatsen: Dames, Heren, Gemengd (geen leeftijds categorie).

### 3. UITZONDERING OP HET SPORTREGLEMENT

- 3.1. De liga's kunnen bepalen dat ook L en XL wedstrijden individueel kunnen gelopen worden

### 4. DE ATLEET

- 4.1. Mag zich niet meer dan 10 meter van zijn teamgenoot verwijderen tijdens de wedstrijd.
- 4.2. Moet zijn/haar rugnummer gedurende de gehele wedstrijd zichtbaar dragen.
- 4.3. Moet tijdens de loopsegmenten schoenen dragen.
- 4.4. Moet beschikken over een fluitje.
- 4.5. Mag geen andere hulp aanvaarden dan die van de organisatie of van zijn/haar teamgenoot, behalve bijstand om medische of veiligheidsredenen.

### 5. UITRUSTING

- 5.1. De atleet is vrij om de uitrusting van zijn/haar keuze te gebruiken (koord, pull-boy, paddles, vinnen) behalve:
  - 5.1.1. de maximaal toegestane lengte van de vinnen is 15 cm;
  - 5.1.2. de maximale afmeting van de pull boy is 32 cm x 30 cm x 15 cm.
- 5.2. Deelnemers moeten de wedstrijd starten en eindigen met dezelfde uitrusting en deze gedurende het hele evenement bij zich hebben.
- 5.3. Elke atleet krijgt een fluitje van de organisatie om in geval van nood om hulp te vragen.

### 6. CONTROLE

Controleurs aangeduid door de organisatie zullen over het hele parcours verspreid zijn en zullen erop toezien dat deze regels worden nageleefd. Hun getuigenis zal in geval van betwisting als doorslaggevend bewijs worden beschouwd.

### 7. OVERTREDING

een overtreding wordt toegevoegd aan de lijst van straffen: -

Meer dan 10m verwijderd zijn van je teamgenoot 5' penalty

### 8. WEDSTRIJDAFSTAND

	Leeftijd	Wedstrijdtype	Zwemmen gecumuleerd	Temp water	Lopen gecumuleerd
S	Min 16 j	Promotie	< 1 km		< 10km
L	Min 18 j	Midden afstand	< 2 km		> 10 km en < 25 km
XL	Min 18 j	Lange afstand	> 2 km		> 25 km



## 9. VEILIGHEID

9.1. De twee teamleden moeten bij elkaar blijven gedurende de ganse wedstrijd

9.2. Elke atleet is verantwoordelijk voor zijn eigen veiligheid en die van zijn teamgenoot.

Hij/zij is verplicht andere deelnemers te helpen als de situatie dat vereist (geblesseerde atleet, zieke atleet, verzoek van de organisatie etc.).

9.3. Het dragen van een wetsuit is altijd toegestaan.

9.4. Bij een temperatuur van  $< 14^{\circ}\text{C}$  in één van de zwemsegmenten is het dragen van een wetsuit verplicht tijdens alle zwemsegmenten.