

BRIEFING: WCUP Ros Beiaardtriathlon Dendermonde

**WCUP
ROS BEIAARD
TRIATLON**
DENDERMONDE
1 JUNI 2025

KIDS - RECREATIEF - T3 SERIES

WWW.TRIATLONDENDERMONDE.BE

Sponsors and Partners: SERIES, TRIATLON, GoValent, GoMAD, VENGA, smd, atheneum, DMd, STAD DENDERMONDE, MASPOE SPORTS & EVENTS, sikkenS, DE KINDER HARDWARE, Veldeman SCHILDERWERKEN & TOTAALAFWERKING, Belfius, POLAR PAINTS, Bogaert | Sereni, DE RUST, vastgoed & advies goeman, TAP SPART, DAB, INBRAAKVEILIG, BURGER KING, HOF TER VELDEN, Forbo FLOORING SYSTEMS, CRUIN, SPORT VLAANDEREN.

INTRO

Bedankt voor jullie inschrijving voor de WCUP Rosbeiaardtriatlon Dendermonde. Via onderstaande briefing kan je alle praktische info te weten komen om je deelname aan de triatlon zo aangenaam mogelijk te laten verlopen

Op deze wedstrijd zijn de reglementen van Belgian Triathlon (Be3) 2025 van toepassing.

→ [Be3 Sportreglementen](#)

→ [Triatlon Vlaanderen](#) .

De Head Referee (HR) en Technical Officials (TO) zijn er om de reglementen proactief toe te passen zodat de wedstrijd onder sportieve en veilige omstandigheden kan doorgaan.

DAG & WEDSTRIJDPROGRAMMA

WEDSTRIJD	START	INSCHRIJVEN	WISSELZONE	AFSTAND Z/F/L	LIMIETEN	RONDEN Z/F/L	PODIUM	UITCHECKEN WISSELZONE	Nummering
Kids Triatlon (° 2010-2013)	10u30	09u30 - 10u15	9u45 - 10u30	150m/5km/1km	10-25-10	1 / 1 / aanloop	13u45	12u45 - 13u15	501 - 550
Kids Trio Triatlon	11u00	09u30 - 11u00	9u45 - 11u00	150m/5km/1km	10-25-10	1 / 1 / aanloop	13u45	12u45 - 13u15	551 - 590
Ironkids Triatlon (° 2014 en jonger)	11u00	09u30 - 11u00	9u45 - 11u00	150m/5km/1km	10-25-10	1 / 1 / aanloop	13u45	12u45 - 13u15	591-600
T3 Series 1ste divisie - Mannen	12u00	10u30 - 11u30	11u15 - 11u35	750m/20,8km/5km	20-30- / (ingaan laatste fietronde)	1 / 4 / aanloop+2	14u00	13u15-14u30	1 - 80
T3 Series 1ste divisie - Vrouwen	12u50	11u00 - 12u00	11u15 - 11u55	750m/20,8km/5km		1 / 4 / aanloop+2	14u00	14u00-14u30	101 - 130
T3 Series 2de divisie - Mannen	14u15	12u00 - 14u10	13u15 - 13u50	750m/20,8km/5km		1 / 4 / aanloop+2	16u00	Voor 15u en na 17u	201 - 325
T3 Series 2de divisie - Vrouwen	15u15	12u00 - 14u10	13u15 - 14u10	750m/20,8km/5km		1 / 4 / aanloop+2	16u30	Voor 15u en na 17u	401 - 500
Recreatieve triatlon	16u30	14u00 - 15u30	15u00 - 16u15	500m/20,8km/5km	20-45-45	1 / 4 / aanloop+2	18u00	Tot 18u30	701 - 900
Recreatieve triatlon - Trio + school	16u30	14u00 - 15u30	15u00 - 16u15	500m/20,8km/5km	20-45-45	1 / 4 / aanloop+2	18u00	Tot 18u30	901 - 950

INSCHRIJVING

UPDATE STARTLIJST → zie "live" deelnemerslijst via de online wedstrijdpagina van de [3VL-kalender](#). Je startnummer kan je vinden vanaf 30/05 via [DEZE](#) link.

VERZEKERING

Alle deelnemers van een [officiële 3VL wedstrijd](#) zijn verzekerd voor lichamelijke schade en burgerlijke aansprakelijkheid. Na een ongeval dient de **aangesloten deelnemer** aangifte te doen via zijn of haar club. De **niet-aangesloten deelnemer** doet aangifte via de organisatie.

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

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

WEDSTRIJD

ONTHAAL – SECRETARIAAT

Op 01/06/2024, tussen 9u00 en 16u00, kunnen de deelnemers hun startmateriaal afhalen aan het secretariaat, gelegen in de Begijnhoflaan 1, 9200 Dendermonde (School GO Talent!). Per wedstrijd gebeurt dit binnen de gecommuniceerde tijdstippen (zie dagprogramma).

Bij het aanmelden moet elke atleet (ook voor trio's en duo's) voorzien zijn van zijn/haar licentie (met foto) of een identificatiebewijs met foto. Bij ziekte of wijzigingen wordt dit doorgegeven aan organisatie en timing. Deelnemen onder een andere naam, andere leeftijd of op basis van valse informatie is niet toegestaan.

Iedere deelnemer krijgt op het secretariaat **NA VERMELDING VAN ZIJN/HAAR STARTNUMMER** alle benodigdheden voor de wedstrijd. ProChip (altijd te bevestigen aan linkerenkel, zelfklevend startnummer dat op de fiets en helm dient geplakt te worden, borst- en rugnummer (T3 series Div 1 krijgt decals). De startnummers zijn [HIER](#) te bekijken. Je kan enkel de wisselzone betreden door het dragen van de borst- en rugnummer of de decals.

De T-shirt die aangekocht zijn zullen in de enveloppe zitten.

Douches & kleedkamers zijn voorzien in de sporthal van de school. Deze zijn vlakbij de inschrijvingen en de finish.

KLEDIJ

- Elke atleet draagt tijdens de wedstrijd een niet-transparant wedstrijdpak dat uit 1 (of desnoods 2 delen) bestaat en te allen tijde het boven- en onderlichaam bedekt. Dit pak kan vooraan of achteraan een rits bevatten.
- De schouders, bovenarmen of bovenbenen mogen bedekt worden, behalve bij het gebruik van tijdelijke tattoo's aangeleverd door de federatie of LOC. Wanneer wetsuits zijn toegelaten, mogen die de armen bedekken, maar in geen geval de handen.

WISSELZONE/CHECK-IN

- Voor de wedstrijd plaatst de atleet zijn/haar materiaal bij het juiste nummer in de wisselzone. Enkel wedstrijdmaterial (fiets, startnummer, helm, schoenen, fietsbril, ...).
- **Het gebruik van een eigen opbergbox (geen rugzak) zonder merktekens is opgenomen in de nieuwe Be3 Sportreglementen en is verplicht voor alle atleten bij individuele en ploegwedstrijden. De box mag volgende afmetingen hebben: maximum L45xB35xD25. Eén (1) paar loopschoenen kunnen voor of buiten de opbergbox geplaatst worden, zo dicht mogelijk bij het fietsrek. (NIET VOOR KIDS)**
- **GEEN BAK = GEEN START (NIET VOOR KIDS)**
- **Na de tweede wissel moet alle materiaal in de box. (NIET VOOR KIDS)**
- Oortjes, koptelefoons, mobiele apparaten of communicatiemiddelen worden niet toegelaten tijdens de wedstrijd.
- De wisselzone is enkel toegankelijk voor deelnemers, Technical Officials, begeleidende leerkrachten en bevoegde medewerkers. Deze laat staan in voor de beveiliging van de wisselzone.
- In de wisselzone mag niet gefietst worden. Tijdens de wedstrijd stapt de atleet correct op **na** de opstaplijn (na de eerste wissel) en **voor** de afstaplijn (voor de tweede wissel) en hindert geen andere atleten.
- Er is 1 wisselzone die zich op 500m wandelen van de inschrijvingen/finish bevindt. Vertrek tijdig richting de wisselzone en zwemstart.
- Het aanmelden in de wisselzone (check-in) gebeurt binnen de gecommuniceerde tijdstippen (zie dagprogramma). Hier worden de fietsen gecontroleerd door de Technical Officials. Naast veiligheid controleert men ook de specifieke fietsreglementering.
- De fiets wordt door de atleet en voor deze wordt aangeboden aan de check-in voorzien van een sticker met deelnamenummer/fietsplaatje (links leesbaar) dat door de organisatie wordt uitgereikt. Met dit nummer en het startnummer kan men de fiets na de wedstrijd afhalen.
- Fietsvoorwaarden:
 - Bij drafting races (waar men mag stayeren of in elkaars wiel rijden) zijn enkel traditionele (race)fietsen toegelaten.
 - Voorwiel & achterwiel hebben dezelfde diameter en zijn elk voorzien van minstens 12 spaken (max 10 mm breed).

- In functie van de veiligheid (valwonden) zijn stureinden dichtgemaakt en zijn er geen drinkbus of -houders op het stuur.
- Remhendels zijn gemonteerd op het stuur.
- Schijfremmen zijn toegelaten.
- Clip-ons zijn niet toegelaten.
- De fietshelm (zonder schade) is verplicht en goedgekeurd door een officieel orgaan (CE keuring). De helm draagt men correct, met de oren vrij en tijdens **alle fietsverplaatsingen** op de wedstrijddag.
- Na de wedstrijd kunnen atleten met hun startnummer de eigen fiets & materiaal komen afhalen in de wisselzone. Het afhalen van het materiaal in de wisselzone (check-out) gebeurt binnen de gecommuniceerde tijdstippen (zie dagprogramma).
- Afval wordt in de voorziene vuilniszakken gedeponeerd. De organisatie wenst dat zijn deelnemers en toeschouwers het milieu respecteren en de veiligheid van andere deelnemers handhaven. Ook de officials zullen hierop toezien.

PROCHIP

Deze zullen opgevraagd worden bij het uitchecken van de fiets. Dit is ook van toepassing bij de Trio's! Indien je niet meer in bezit bent van je chip zal er 25 euro gevraagd worden. Dit is de kost die betaald dient te worden bij verlies. Let op: u ontvangt enkel een chip, u dient zelf een velcro enkelband te voorzien. Indien u een timingband besteld hebt met de inschrijving, zal deze ook in de enveloppe aanwezig zijn.

BRIEFING

- Neem als atleet steeds kennis van de informatie op de website en de schriftelijke briefing. Wordt er voor de wedstrijdstart een briefing voorzien, wees hier dan zeker aanwezig. Belangrijke gewijzigde informatie wordt hier meegedeeld.
- Als atleet sta je **zelf** in de voor de kennis van het wedstrijdparcours. Het niet correct afleggen van de volledige wedstrijd of het verlaten van het parcours heeft onmiddellijk diskwalificatie tot gevolg.

ZWEMMEN

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

Zwemmen in open water :

- De officiële watertemperatuur wordt door de HR gemeten op de wedstrijddag en op basis hiervan (en de weersomstandigheden) wordt beslist of er al dan niet gezwommen wordt (of zwemparcours ingekort) en indien het gebruik van de wetsuit toegelaten, verplicht of verboden is. De watertemperatuur wordt ten laatste 2 u voor de start gecommuniceerd via het wedstrijdsecretariaat.
- Bij een officiële temperatuur beneden de 12°C wordt het zwemmen afgelast (wedstrijd omgevormd tot duatlon). Wees als atleet hierop voorbereid.
- Wetsuits zijn verboden bij een officiële temperatuur boven de 22°C
- Startnummer mag niet gedragen worden tijdens het zwemmen.
- Compressietubes zijn enkel toegelaten bij wetsuitzwemmen, compressiesokken niet.
- De wetsuit mag pas volledig worden verwijderd in de voorziene ruimte binnen de wisselzone. Tijdens het lopen naar de wisselzone mag de wetsuit wel uitgetrokken worden tot aan de middel.

De zwemproef heeft plaats in de Oude Dender. De deelnemers verzamelen zich minstens 15 min voor de start van hun reeks in de startzone. Op vraag van de Technical Official begeven de atleten zich naar de startlijn. De startlijn mag niet overschreden worden.

De start wordt stipt gegeven. Deelnemers die te laat zijn, mogen niet meer starten tenzij de HR het toelaat. Ervaren duikers zijn ter plaatse aanwezig voor de veiligheid. Het uitstappen na de zwemproef gebeurt op de aangegeven plaats.

FIETSEN

- De deelnemers wisselen van het zwemmen naar het fietsen en verlaten de wisselzone met vastgemaakte helm, startnummer op de rug, zelfklevend startnummer op de fiets en chip rond de (linker)enkel.

- De fietshelm wordt vastgemaakt voor het nemen van de fiets bij de eerste wissel en opnieuw losgemaakt van zodra de fiets correct is teruggeplaatst bij de tweede wissel. Lopen met de helm na de laatste wissel is niet toegelaten.
- Stayeren (in elkaars wiel rijden) of draften is toegelaten. Indien er een aparte start is voor dames (van zodra er een verschil is in starttijd of startplaats), dan is stayeren tussen dames en heren niet toegelaten. Stayeren achter een voertuig is tevens niet toegelaten.
- De deelnemers dienen de verkeersregels altijd in acht te nemen, tenzij een Technical Official dit anders adviseert.
- Andere deelnemers mogen niet gehinderd worden.
- Politie en seingevers staan in voor de veiligheid.

LOPEN

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

LIMIETIJDEN

	ZWEMMEN	FIETSEN	LOPEN
KIDS	150m - 10 minuten	5km - 25 minuten	1km - 10 minuten
T3 DIV 1 en DIV 2	750m - 20 minuten	Ingaan laatste ronde (15km) - 30 minuten	/
RECREA	500m - 20 minuten	20km - 45 minuten	5km - 45 minuten

PARCOURS

Reeks KIDS = 150m/5km/1km

Download hier het [zwemparcours](#). Er wordt **1** ronde gezwommen (tegenwijzerzin).

Download hier het [fietsparcours](#). Er wordt **1** ronde afgelegd.

Download hier het [loopparcours](#). Er wordt in 1 rechte lijn gelopen tot de finish.

Reeks T3 Series = 750m/20,8km/5km

Download hier het [zwemparcours](#). Er wordt **1** ronde gezwommen (tegenwijzerzin)

Download hier het [fietsparcours](#). Er worden **4** ronden afgelegd.

Download hier het [loopparcours](#). Er is een aanloop van 1km tot de finish en vanaf daar worden **2** ronden afgelegd.

Reeks recreatief = 500m/20,8km/5km

Download hier het [zwemparcours](#). Er wordt **1** ronde gezwommen (tegenwijzerzin)

Download hier het [fietsparcours](#). Er worden **4** ronden afgelegd.

Download hier het [loopparcours](#). Er is een aanloop van 1km tot de finish en vanaf daar worden **2** ronden afgelegd.

PROSPECTIE PARCOURS

Deelnemers kunnen het parcours verkennen vanaf tot 10u30 en van 13u30 tot 14u15. Vanaf 10u30 en 14u15 moet het parcours vrijgemaakt worden voor de andere reeksen en is verkenning niet meer toegelaten. Wees tijdens de prospectie alert voor het aanwezige verkeer en draag je helm.

TRIO WEDSTRIJD

Bij trio -wedstrijden is er een minimumleeftijd per discipline of wedstrijdement. Voor meer info verwijzen we hieromtrent naar de [Be3 Sportreglementen](#) hoofdstuk 18. Voor het bepalen van de leeftijd en toegelaten afstanden geldt het geboortjaar (en niet de geboortedatum).

- Competitie onder de 12 jaar is niet toegelaten. Wie dit jaar 12 wordt, mag wel deelnemen aan wedstrijden.

- Bij deelname van jeugdathleten (vanaf 12 tot 19 jaar) kan de persoon in kwestie als teamlid slechts één wedstrijdelement uitvoeren en dit geldt als een volledige wedstrijd.

Gedragcode:

- Het trio meldt zich op de wedstrijddag **gemeenschappelijk** aan op het wedstrijdsecretariaat met de nodige documenten (licentie, identiteitsbewijs met foto).
- Elk teamlid kent vooraf het wedstrijdparcours en aantal rondes.
- De **zwemmer** meldt zich 15 min voor de start van de wedstrijdreeks aan bij de zwemstart. Volg aandachtig de briefing als deze ter plaatse gegeven wordt.
- De **fietser** meldt zich tijdig bij de check-in aan de wisselzone met fiets, startnummer en helm (controleer de openingsuren van de check-in). Is de fietser niet op tijd, dan kan de Technical Official beslissen om het team niet meer te laten starten.
- De **wissel** tussen de verschillende teamleden gebeurt op de voorziene plaats in de wisselzone en volgens de juiste procedure door middel van het bevestigen van de enkelband met chip rond de linker enkel.
- Tijdens de wedstrijd zijn binnen de wisselzone enkel de teamleden aanwezig van de eerstvolgende proef. Bijvoorbeeld: bij triatlon mag tijdens de eerste wissel enkel zwemmer + fietser aanwezig zijn, bij de tweede wissel enkel fietser + loper.
- Het teamlid voor de volgende proef houdt zich klaar op de voorziene plaats in de wisselzone (opwarming met verplaatsing is niet toegelaten - hier wordt enkel gewisseld).
- Fietser dragen het startnummer duidelijk zichtbaar op de rug, lopers vooraan op het lichaam. De zwemmer draagt geen startnummer. Bij elk teamlid wordt het startnummer wel nog eens vermeld op de rug van elke hand, op armen en benen.
Bij het gebruik van één chip per team (voor de tijdsregistratie) wordt deze gedragen door de atleet die in wedstrijd is: eerst zwemmer, die de chip tijdens de wissel doorgeeft aan de fietser en die het daarna doorgeeft aan de loper. De chip wordt altijd gedragen aan de linker enkel.
- Tijdens het fietsen zijn de algemene **drafting** reglementen (men mag in elkaars wiel rijden) van toepassing (zie [Be3 Sportreglementen](#) met uitzondering van atleten die als individu deelnemen aan de volledige wedstrijd (geen trio). Dus trio-atleten mogen niet stayeren met atleten van een individuele reeks.

SANCTIES

- Wanneer een atleet de Sportreglementen niet naleeft, kan de Technical Official een mondelinge waarschuwing, een tijdstraf of een diskwalificatie geven.
- Bij een tijdstraf of "stop&go" (**gele kaart**) moet de atleet stoppen op een veilige manier, indien nodig afstappen aan één kant van de fiets en wachten op de instructies van de official vooraleer terug te vertrekken ("go"). Tijdens het wachten mag de atleet geen andere activiteit uitvoeren (bevoorraden, omkleden, ...) tenzij het herstellen van de inbreuk (indien mogelijk).
- Bij een **rode kaart** of diskwalificatie, als gevolg van een straf of het niet meer voldoen aan de wedstrijdvoorwaarden, moet de atleet de wedstrijd staken en wordt zijn/haar resultaat opgenomen als DSQ (zonder wedstrijdtijden).
- Bij zwaardere inbreuken kan een procedure tot **schorsing** of **uitsluiting** worden opgestart via het Geschiltribunaal.
- [Protest Sportreglementen hfst: 9](#)

PRIJSUITREIKING

De prijsuitreiking is voorzien binnen de gecommuniceerde tijdstippen (zie dagprogramma).
Consumpties kunnen genuttigd worden op de School waar de finish is.

WCUP ROS BEIAARDTRIATLON 2025				
KIDS				
	Jongens -12 jaar	Meisjes - 12 jaar	Jongens +12jaar	Meisjes + 12jaar
1	Naturaprijs	Naturaprijs	Naturaprijs	Naturaprijs
2	Naturaprijs	Naturaprijs	Naturaprijs	Naturaprijs
3	Naturaprijs	Naturaprijs	Naturaprijs	Naturaprijs
TRIO				
1	Naturaprijs			
2	Naturaprijs			
3	Naturaprijs			
T3 INDIVIDUEEL				
	Herendivisie 1	Damesdivisie 1	Herendivisie 2	Damesdivisie 2
1	€ 500	€ 500	€ 60	€ 60
2	€ 300	€ 300	€ 50	€ 50
3	€ 200	€ 200	€ 40	€ 40
4	€ 150	€ 150		
5	€ 100	€ 100		
T3 CLUBS				
	Herendivisie 1	Damesdivisie 1	Herendivisie 2	Damesdivisie 2
1	€ 300	€ 300	€ 60	€ 60
2	€ 200	€ 200	€ 50	€ 50
3	€ 100	€ 100	€ 40	€ 40
Recreatief				
	Heren Overall	Dames Overall	Heren 40+	Dames 40+
1	Naturaprijs	Naturaprijs	Naturaprijs	Naturaprijs
2	Naturaprijs	Naturaprijs	Naturaprijs	Naturaprijs
3	Naturaprijs	Naturaprijs	Naturaprijs	Naturaprijs
	Heren 50+	Dames 50+	Heren 60+	Dames 60+
1	Naturaprijs	Naturaprijs	Naturaprijs	Naturaprijs
2	Naturaprijs	Naturaprijs	Naturaprijs	Naturaprijs
3	Naturaprijs	Naturaprijs	Naturaprijs	Naturaprijs
TRIO				
1	Naturaprijs			
2	Naturaprijs			
3	Naturaprijs			

Via de 3VL-timing zijn de resultaten live toegankelijk via de app [myvtl](#) (iOS & android).

De volledige uitslag van deze wedstrijd zal kenbaar gemaakt worden op de [website](#) van de organisatie en deze van [3VL](#)

DOPING

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

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

ORGANISATIEGEGEVENS

Adres: MASPOE BV – Bossestraat 25, 9420 Erpe

Email: maarten.debolster@maspoe.be

Tel: 0494585537

Telefoonnummer bij ongeval: 0494585537

Website: www.triatlondendermonde.be

PARTNERS



LOCATIE WEDSTRIJD

Via volgende link kan je de volledige inplanting van het parcours terug vinden:

<https://www.google.com/maps/d/u/0/edit?mid=1x1QbGSj70uSd0iWAgloUw0Zl3HAiB0c&usp=sharing>

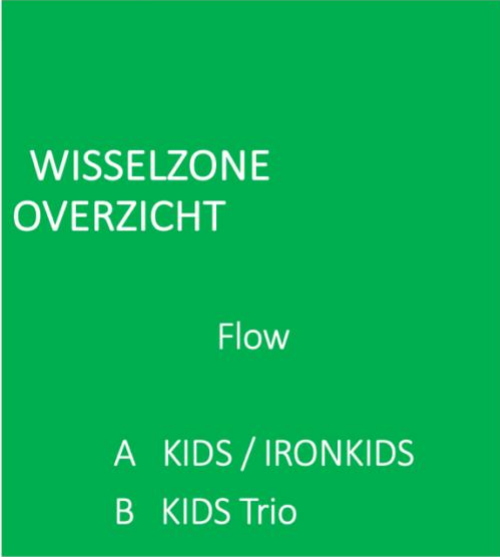
Belangrijke adressen:

- Parking: Statieplein 44, 9200 Dendermonde
- Secretariaat/inschrijvingen/finish: Begijnhoflaan 1, 9200 Dendermonde (ingang via Nieuw Kwartier)
- Zwemstart/wisselzone: Begijnhoflaan 49, 9200 Dendermonde (enkel toegankelijk via Begijnhoflaan)

Startlocatie KIDS - T3 - RECREA:



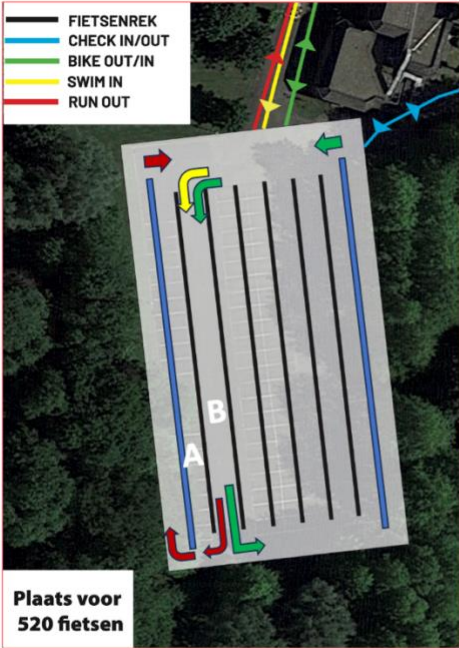
Wisselzone Kids:



**WISSELZONE
OVERZICHT**

Flow

A KIDS / IRONKIDS
B KIDS Trio



— FIETSENREK
— CHECK IN/OUT
— BIKE OUT/IN
— SWIM IN
— RUN OUT

Plaats voor 520 fietsen





SPORT. VLAANDEREN

BIO RACER speedwear

orca

CALLANT INSURANCE

letto

boplan

RIDLEY

TRAINING PEAKS

runners' lab

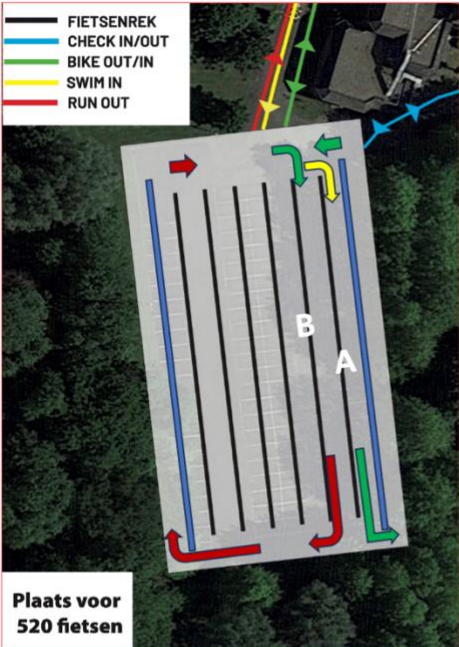
Wisselzone DIV 1:



**WISSELZONE
OVERZICHT**

Flow

A Div.1 Heren
B Div.1 Dames



— FIETSENREK
— CHECK IN/OUT
— BIKE OUT/IN
— SWIM IN
— RUN OUT

Plaats voor 520 fietsen





SPORT. VLAANDEREN

BIO RACER speedwear

orca

CALLANT INSURANCE

letto

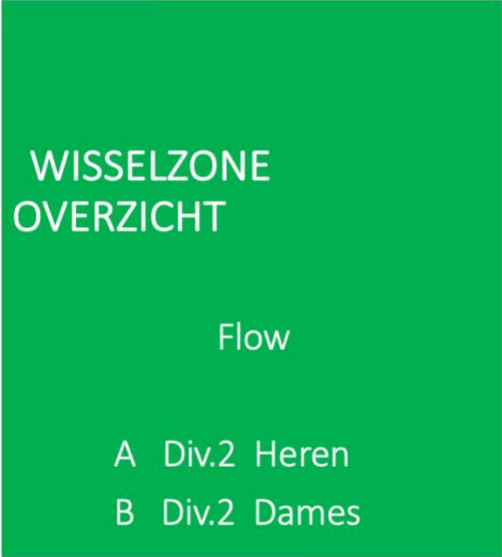
boplan

RIDLEY

TRAINING PEAKS

runners' lab

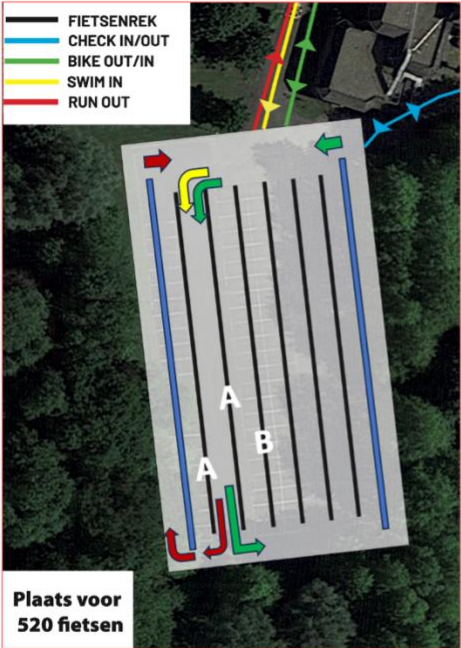
Wisselzone DIV 2:



**WISSELZONE
OVERZICHT**

Flow

A Div.2 Heren
B Div.2 Dames



FIETSENREK
CHECK IN/OUT
BIKE OUT/IN
SWIM IN
RUN OUT

Plaats voor
520 fietsen















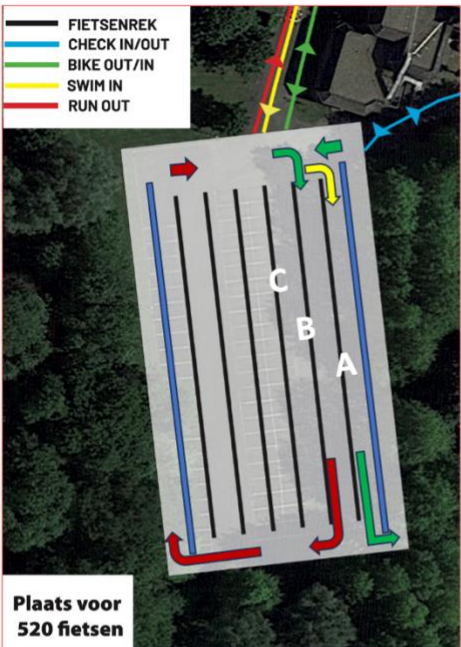
Wisselzone Recrea:



**WISSELZONE
OVERZICHT**

Flow

A Recrea Heren
B Recrea Dames
C Recrea Trio



FIETSENREK
CHECK IN/OUT
BIKE OUT/IN
SWIM IN
RUN OUT

Plaats voor
520 fietsen















Finishlocatie:



Kids doen enkel de aanloop tot de finish. Geen ronden!