



Beste deelnemer,

Bedankt voor je inschrijving voor de jeugd triathlon van Oud Gastel. Hieronder vind je de spelregels van de jeugdtriathlon:

- Wij zorgen voor goedgekeurde valhelmen. Het meenemen van je eigen helm is toegestaan, deze dient dan wel goedgekeurd te zijn.
- Zorg voor makkelijke sportieve kleding die je gemakkelijk zelf kunt verwisselen.
- Triathlon is een individuele sport, en je moet dus je zelf omkleden. Je ouders mogen natuurlijk wel komen kijken.
- We zwemmen in het diepe 25 meter bad van zwembad Blankershove. Zorg ervoor dat je een zwemdiploma hebt om in dat bad te mogen zwemmen (Zwemdiploma A).
- Fietsen gaat makkelijker met een goede fiets, harde banden, trappers vast en het zadel op goede hoogte. Geef je fiets af bij de fietsenstalling van de jeugd triathlon bij het zwembad voor het zwemmen, en natuurlijk bij de wissel naar het lopen, en zorg dat deze van niet op slot staat.
- Zorg voor een elastieken band die om je borst kan om je startnummer aan vast te maken, en zorg zelf voor veiligheidsspelden. Je kunt bijvoorbeeld de bovenkant van de onderbroek van je opa of oma (wel wassen!) hiervoor gebruiken.
- Als je de finish hebt bereikt moet je je fiets ophalen uit de fietsenstalling (de wisselzone) en deze wegzetten en op slot zetten in de fietsenstaling van het Veerhuis. Alleen Jijzelf (met je startnummer) kan je fiets ophalen, Let hierop!
- Je ouders mogen als supporter gratis het zwembad op. Daarvoor moeten ze gebruikmaken van de hoofdingang.
- De eerste groep start om 18:30. Je moet een half uur voor de start van je serie aanwezig zijn. Zorg dat je op tijd (een half uur van tevoren) bij de start bent. Let zelf op je starttijd! Meestal is het druk bij waar je je nummer krijgt op het zwembad.
- Het fiets- en loopparcours gaat over de openbare weg, die voor de gelegenheid verkeersvrij wordt gehouden door verkeersregelaars. Kijk voor de laatste parcoursinformatie op: <http://www.tveerke.nl/evenementen/jeugdtriathlon/parcours>
- Je komt bij het parcours door de wegwijzers richting zwembad Blankershove te volgen. Vlakbij Blankershove is een grote parkeerplaats.
- Denk aan je loopspullen, gymschoenen, en schone kleding voor na de triathlon. Je andere kleding wordt door ons van het zwembad naar het Veerhuis gebracht. Toevoegen: je krijgt hiervoor een plastic zak met je eigen startnummer. Je spullen haal je op gelijk met je fiets bij het Veerhuis.
- Alle deelnemers ontvangen een mooi T-shirt als herinnering en een diploma.
- Na afloop van iedere serie wordt er per groep een groepsfoto gemaakt.

Het gaat om het meedoen en het is dus geen wedstrijd en er is dus ook geen prijsuitreiking!

We wensen je veel succes

't Veerke

Website www.tveerke.nl

Facebook tVeerke Oud Gastel

Twitter @tveerke