

## De organisatie van een evenement

### Inleiding

Dat het organiseren van een tri- of duathlon, een zwemloop, of welk combiduursportevenement dan ook, een lastig karwei is, lijkt een duidelijke zaak. De organisatie moet behalve voor de gekozen onderdelen (veelal een combinatie van zwemmen, fietsen, schaatsen, skeeleren en/of lopen) ook nog eens zorgen voor een perfecte organisatie bij het wisselen van deze onderdelen.

Deze 'handleiding' voor de organisatie van een combiduursportevenement is vooral bedoeld als steuntje in de rug voor beginnende organisaties (van kleinschalige evenementen). De genoemde tips en handvatten zullen zeker niet volledig zijn en voor elke organisatie gelden andere factoren waarmee rekening gehouden dient te worden. Daarbij valt te denken aan doelstelling, doelgroep, locatie, financiën, ambitie, het draagvlak van de organisatie, etc. Kijk als beginnende organisatie ook zeker eens op de NTB-website, onder 'organisaties'. Hier treft u bijvoorbeeld ook het zogenaamde 'Reglement Organisatie Wedstrijden' (ROW) en het Evenementenpakket, met daarin alle informatie over kosten, aanmelding bij de NTB, juryzaken, afstandscategorieën, etc.

De NTB streeft ernaar haar leden een zo breed mogelijk sportaanbod te bieden en in het verlengde daarvan staat ook de groei van het aantal (kleinschalige) evenementen hoog op het 'verlanglijstje'. Dit geldt zowel voor triathlonorganisaties (veelal apart bij de NTB aangesloten stichtingen) als voor (triathlon)verenigingen en bijvoorbeeld scholen die een combiduursportevenement willen organiseren. Denk er daarbij ook eens aan om de deelnemers de mogelijkheid te bieden om in teamverband (trio's/duo's) mee te doen aan het evenement. Dit is vaak een uitgelezen mogelijkheid om op een laagdrempelige wijze kennis te maken met onze sport. Voor meer informatie over de ondersteuning bij de organisatie van een evenement en voor de aanmelding van dit evenement kan contact worden opgenomen met het bondsbureau.

### De organisatie

De successleutel van een goede organisatie is in hoofdzaak afhankelijk van drie aspecten, te weten:

- plannen
- delegeren
- uitvoeren

Allereerst is het van belang dat er een hoofdcoördinator wordt aangesteld, die de eindverantwoordelijkheid van de totale organisatie op zich neemt. Deze coördinator onderhoudt contacten, delegeert taken naar de aan te stellen assistent-coördinatoren en ziet er op toe dat de werkzaamheden die zijn aangegeven in het draaiboek, goed en op tijd worden uitgevoerd.

De assistent-coördinatoren hebben tot taak ervoor te zorgen dat de hen toegewezen taken goed worden uitgevoerd, zowel voor, tijdens als na de wedstrijd. Bovendien hebben ze ook de zorg voor zaken als tijdwaarneming, banen / ronden tellen, wegbewijzing, routebeveiliging, publiciteit, prijzen en/of herinneringen bestellen, voeding en drinken, geluidsinstallatie, het aanwezig zijn van de benodigde materialen voor tijdens en na de wedstrijd, vergunningen bij politie, gemeente en / of provincie, inschrijving deelnemers, fotograaf, EHBO en indien mogelijk sponsoring.

De organisatie van de sportonderdelen dient te liggen bij speciaal aan te stellen wedstrijdleiders, voor elk onderdeel één. Zij staan in nauw contact met de hoofdcoördinator. Bovendien dienen er twee personen de leiding op zich te nemen voor de organisatie die nodig is om de overgangen van de diverse onderdelen goed te laten verlopen.

## **Tien belangrijke overwegingen die een rol spelen bij het organiseren van een evenement**

Om er zeker van te zijn wat de doelstellingen zijn van het door u te organiseren evenement is het wellicht van belang dat u zich een aantal dingen afvraagt. Zoals:

1. Voor welke groep is het te organiseren evenement bedoeld, dient het te organiseren evenement een recreatief of wedstrijd karakter te hebben? Of allebei?
2. Heeft het te organiseren evenement, naast het sportieve karakter, nog een ander subdoel, bijvoorbeeld moet het geld opleveren voor een goed doel of publiciteit voor de school, club of vereniging?
3. Zijn de beschikbare accommodaties geschikt voor het te organiseren evenement? Denk daarbij o.m. aan de veiligheids- en verzekeringsaspecten.
4. Is de organisator erop berekend dat de veiligheid van de deelnemers en de toeschouwers is gewaarborgd.
5. Is het evenement voor alle deelnemers aantrekkelijk gemaakt (de speaker is daarbij heel belangrijk) en niet alleen voor de eerst aankomenden. Bijvoorbeeld: voor iedereen dezelfde oorkonde en / of herinnering.
6. Is de organisatie erop gericht te zorgen voor een perfecte wedstrijd, zodat de wedstrijd een 'feest' kan worden voor alle deelnemers. Neem in geval van problemen of vragen gerust contact op met de Nederlandse Triathlon Bond (NTB).
7. Is de organisatie bereid om in al zijn geledingen veel tijd te investeren in een goed overleg en bereid om keihard te werken?
8. Is de hoofdleiding in staat om op een 'menselijke' manier te werken met vrijwilligers en deelnemers?
9. Zijn de gelden en materialen die beschikbaar zijn voldoende, of is er een sponsoring noodzakelijk of gewenst? Zorg ervoor dat eventuele inschrijfgelden aan de redelijke kant blijven en houdt rekening met de afdrachten aan de NTB (zie NTB evenementenpakket).
10. Is er bij de bepaling van de wedstrijddag gekeken of er wellicht nog een ander evenement op dezelfde dag door een andere organisatie wordt georganiseerd, dat van invloed kan zijn op de eigen organisatie (doelgroep, deelnemersaantallen, parcoursen, parkeer gelegenheid, etc.)

## **Bepaling van het parcours**

Bij het bepalen van het parcours en de andere locaties is het zowel voor de deelnemers, jury als toeschouwers plezierig als de start en finish van alle onderdelen op één locatie kunnen plaatsvinden. Belangrijk bij deze beslissing is de vraag of de benodigde accommodaties en parcourslengten dit mogelijk maken.

Een zeer belangrijk aspect bij het uitzetten van zwem-, fiets- en looptrajecten is dat ze voorzien zijn van een duidelijke afbakening en bewegwijzering en dat eventuele keerpunten duidelijk worden aangegeven.

Eén van de eerste vereisten, waar de uit te zetten parcoursen absoluut aan moeten voldoen, is de veiligheid. Hierbij kunnen het tijdstip (verkeersdrukte), de locaties (verkeersvrije

fietspaden) en het zwemparcours als in open water wordt gezwommen (duikers en/of volgbootjes) al heel wat problemen voorkomen. Het is de taak van de hoofdcoördinator om aan al deze punten aandacht te besteden.

## Planning

Om er zeker van te zijn dat de te organiseren tri- of duathlon succesvol verloopt is het van belang een lange termijnplanning te maken. Hierbij moet er goed op worden toegezien dat de uit te voeren taken (zie draaiboek) goed en op tijd worden uitgevoerd. Een planning kan er globaal als volgt uitzien:

### Negen maanden vooraf

- Kies een hoofdcoördinator;
- Discussieer over uitgangspunten en doelstellingen;
- Discussieer over een grove schets van het evenement;
- Maak een kostenplaatje van het geheel;
- Bepaal een datum;
- Bepaal de afstanden van het evenement;
- Bepaal een geschikte locatie en parcours voor het te houden evenement;
- Licht de gemeente(n) en politie in over het op komst zijnde evenement en vraag de benodigde vergunningen aan.
- Bepaal (indien van toepassing) de hoogte van het inschrijfgeld en de bijbehorende kosten van de daglicentie(s) (meer informatie: zie het evenementenpakket van de NTB);
- Meld het evenement aan bij de Nederlandse Triathlon Bond via [www.ntbinschrijvingen.nl](http://www.ntbinschrijvingen.nl)
- Maak indien mogelijk een website met alle benodigde informatie voor deelnemers, toeschouwers en pers en zorg dat de informatie hierop regelmatig ververs wordt.

### Zes maanden vooraf

- Kies assistenten voor de hoofdcoördinator;
- Zoek zondig een sponsor;
- Zoek of bepaal een werkruimte voor vergaderingen;
- Maak een materiaallijst zoals: startnummers, stopwatches, boeien, computer, afzetlinten, start- en finishdoek, badmutsen, parc fermé, dranghekken, etc.;
- Maak een kostenplaatje voor de totale organisatie;
- Maak bij voorkeur een duidelijke website, met informatie voor deelnemers, publiek, sponsors, etc. Zorg daarop onder meer voor een inschrijfformulier of – nog eenvoudiger - een directe link naar de inschrijfmodule van de NTB: [www.ntbinschrijvingen.nl](http://www.ntbinschrijvingen.nl).
- Zorg voor publiciteit via dag- /weekbladen, (regionale / lokale) radio / televisie, internet, etc;

### Vier maanden vooraf

- Zoek coördinatoren voor alle afzonderlijke onderdelen, alsmede een coördinator voor de wissel(zone) / parc-fermé;
- Schrijf vergaderingen uit voor het voltallige organisatie team en overleg over het te volgen plan, de werkwijze, het beschikbare budget en bepaal de verantwoordelijkheden van een ieder;
- Maak een wervende poster/flyer om (m.n.) deelnemers uit de regio te interesseren voor het evenement;
- Laat de (per mail) informatie uitgaan naar de potentiële deelnemers, verenigingen, scholen, etc. en stuur de poster/flyer op naar speciale plaatsen en zaken (zoals sportspecialzaken, scholen, sporthallen en zwembaden);

- Stel een checklist op van 'uit te voeren zaken';
- Begin met de werving van vrijwilligers voor beveiliging van het parcours.

### **Twee maanden vooraf**

- Zorg dat de deelnemers de benodigde wedstrijdgegevens krijgen, bij voorkeur in de vorm van een programmaboekje met daarin routebeschrijving, parcoursen, aanmeldings- en startprocedure, tijdschema, reglementen, prijzen, startnummers, etc. Ook een overzichtelijke en complete website kan hierin uiteraard een belangrijke bijdrage leveren;
- Beleg vergaderingen waarin het hele draaiboek wordt doorgenomen;
- Maak een lijst met de benodigde aantallen herinneringen, vaantjes, diploma's, badmutsen, startnummers, afzetlinten, tijd klokken, fietsenrekken, etc.;
- Controleer het budget;
- Regel een medisch team / EHBO voor de wedstrijddag;

### **Een week voor de wedstrijd**

- Meet het parcours uit en voorzie het, indien mogelijk, van pijlen (watervaste verf), bepaal start- en finishlijn;
- Voer een laatste controle uit op uitvoering van het draaiboek met het gehele organisatieteam;
- Controleer deelnemerslijsten en betalingen.

### **Enkele dagen voor de wedstrijd**

- Verzamel al het benodigde materiaal op één plaats;
- Controleer het uitgezette parcours op mogelijke wijzigingen (opgebroken weg, asfalteren / of bestratingswerkzaamheden, etc.);
- Stuur een herinnering naar de pers.

### **De wedstrijddag**

- Richt tijdig een duidelijke en ruime registratiepost in;
- Registreer alle deelnemers en controleer, indien van toepassing, de NTB-licenties;
- Indien mogelijk: registreren van na-inschrijvingen (betaling ter plaatse);
- Controleer (evt. m.b.v. de jury) bij het betreden van de wisselzone de fietsen en de helmen van de deelnemers;
- Zorg, met behulp van de speaker, dat de deelnemers op tijd aan de start verschijnen;
- Zorg dat de speaker de sfeer en informatie geeft die toeschouwers en deelnemers op de hoogte houden van het wedstrijdverloop;
- Zorg dat elk lid van het organisatieteam zijn / haar taken goed kent en uitvoert;
- Blijf te allen tijde rustig, ook in de meest kritieke fasen;
- Als het weer meezit kan de wedstrijd bijna niet meer stuk. Zorg bij slecht weer echter voor warme douches en warme dranken (thee!) en bij warm weer voor voldoende water en eventueel sportdrank op verversingsposten onderweg en bij de finish;
- Maak een uitslagenlijst die liefst dezelfde dag nog op de website wordt geplaatst, of zo spoedig mogelijk (per mail) wordt nagestuurd. Reik de beschikbare prijzen (bij voorkeur in alle categorieën) zo spoedig mogelijk, nadat de laatste deelnemer is gefinisht, uit;
- Bedank alle medewerkers en instanties voor hun geweldige inzet!

### **Na het evenement**

- Zendt een exemplaar van de uitslagenlijst naar de NTB, compleet met naam, woonplaats en licentienummer van de deelnemers in Excel (zie hiervoor tevens het NTB Evenementenpakket)
- Vul het afdrachtformulier (voor de verzekering) in en stuur ook dat naar de NTB;
- Betaal de afdracht na ontvangst van de acceptgiro;
- Bekijk na de wedstrijd wat er allemaal niet goed is gegaan (maar zeker ook wat wel) en mogelijk ook waarom en wat er in de toekomst beslist anders moet;
- Bepaal of het evenement voor herhaling vatbaar is en stel indien mogelijk alvast een datum vast;
- Houd, indien gewenst, een gezellig avondje met het organisatieteam en bedank de vrijwilligers met een presentje (of stuur ze bijvoorbeeld aan het einde van het jaar allemaal een kerstkaart met daarin alvast de datum voor het volgende evenement).

### **Veiligheidseisen**

Uitgangspunt is het houden van een evenement onder 'normale' weersomstandigheden. Er kunnen zich altijd situaties voordoen die een nadere overweging of nadere maatregelen noodzakelijk maken (mist, onweer, storm, etc.). Begin en einde moeten altijd vallen tussen zonsopgang en zonsondergang. Alle onderdelen moeten individueel beoefend worden, waarbij de volgorde bij triathlon zwemmen, fietsen en lopen is en bij duathlon lopen, fietsen, lopen. De belangrijkste regels en eisen worden hieronder weergegeven. Het complete wedstrijdreglement is op te vragen bij het NTB-bonds-bureau. Ook voor alle andere vormen dan du- en triathlon, zoals skeelertriathlon, wintertriathlon, zwemloop, etc. zijn de richtlijnen daar op te vragen.

### **Algemeen**

Van elke deelnemer dient tenminste naam, adres, postcode, woonplaats en geboortejaar geregistreerd te worden. Van NTB-leden dient ook het licentienummer genoteerd te worden. De deelnemer dient op de hoogte te zijn van het reglement (hoewel het raadzaam is de belangrijkste regels, met name voor het fietsonderdeel m.b.t. het stayeren en de hulp van derden, in het programmaboekje op te nemen, zie ook bijlage 2) en te verklaren dat hij / zij voldoende fit aan de start verschijnt en zich zal houden aan de verkeersregels en de aanwijzingen die door de organisatie worden gegeven. Het inschrijfformulier dient ondertekend te worden.

## Zwemmen

De belangrijkste veiligheidseisen die gesteld worden aan het zwemmen in het algemeen:

1. De waterkwaliteit dient te voldoen aan de eisen van de overheid.
2. De organisatie mag van de deelnemers eisen een bewijs van zwemvaardigheid of ervaring in triathlons te overleggen (m.n. van belang in wedstrijden over langere afstanden).
3. De verantwoordelijke zwemcoördinator maakt een plan waarbij de posities van de vrijwilligers en het materiaal is vastgelegd. Hij / zij stelt een plan op waarin wordt aangegeven hoe te handelen als deelnemers in de problemen komen.
4. De wedstrijdleader dient een procedure te ontwikkelen en toe te passen waarmee alle deelnemers bij de start geteld worden. Tevens dient geregistreerd te worden hoeveel en welke deelnemers uitgevallen zijn.

### **Bij zwemmen in open water:**

5. Reddingsposten die bestaan uit boten, kano's, etc. dienen tenminste elke 100 meter van het zwemparcours aanwezig te zijn. Deze reddingsposten moeten zijn uitgerust met reddingsmiddelen, communicatiemiddelen en noodsignalen (bij zwemmen op een plas of meer, waarbij meelopen op de kant niet mogelijk is). Er dient communicatie tussen de reddingsstations onderling en de vaste wal te zijn.
6. Op tenminste elke 50 meter van het parcours dient zich een waarnemer op een surfplank, kano, boot te bevinden die in staat is eerste hulp te verlenen.
7. Er dient een maximale zwemtijd te worden vastgesteld.
8. Het gebruik van een zgn. 'wetsuit' is toegestaan en dient in de meeste gevallen zelfs aangeraden te worden. Bij een watertemperatuur onder de 16°C is het gebruik van een wetsuit zelfs verplicht.
9. Elke deelnemer dient een duidelijk zichtbare zwemcap te dragen.
10. Bij een watertemperatuur van 16°C of minder is het dragen van een wetsuit verplicht. Bij een temperatuur van minder dan 13°C mag er niet meer gezwommen worden. Voor de tussenliggende temperaturen gelden limieten wat betreft de afstand en de tijdsduur dat een deelnemer in het water verblijft:
 

16°C	Maximaal 4 km.	of 2 uur en 15 minuten
15°C	Maximaal 3 km.	of 1 uur en 40 minuten
14°C	Maximaal 2 km.	of 1 uur en 10 minuten
13°C	Maximaal 1 km.	of 35 minuten
11. De maximale zwemafstand voor deelnemers zonder wetsuit mag bij de volgende watertemperaturen niet meer zijn dan:
 

18°C tot 18,9°C	Maximaal 1000 meter	of 30 minuten
17°C tot 17,9°C	Maximaal 800 meter	of 24 minuten
16°C tot 16,9°C	Maximaal 600 meter	of 18 minuten

 De watertemperatuur wordt gemeten in het midden van het parcours op een diepte van 60 cm. onder het oppervlak.
12. De organisatie dient bij overschrijding van de tijdslimiet de deelnemer uit het water te halen.
13. Het gehele zwemparcours (start en finish inbegrepen) dient te worden gecontroleerd op obstakels (niet zichtbare voorwerpen, glas, visnetten, winkelwagentjes, fietsen, etc.)
14. Privéboten, -vloten, -surfplanken, etc. dienen op afstand gehouden te worden.

## **Zwemmen in het zwembad**

Het aantal deelnemers dat in een zwembad tegelijk kan starten is beperkt. Bij een 25 meter bad mogen er maximaal 8 deelnemers / personen per baan worden toegelaten; Bij een 50 meter bad maximaal 10 personen per baan. Bij de baanindeling dient rekening gehouden te worden met de diverse zwemslagen. Indien nodig een aparte baan voor borstcrawl, schoolslag of een combinatie van beide. Niet duiken (starten in het water) en bij het zwemmen rechts houden. Inhalen links, zo snel mogelijk en rekening houden met 'tegenliggers'. De baanbreedte moet minimaal 250 cm. zijn. Het dragen van een wetsuit is niet toegestaan als de watertemperatuur meer is dan 23°C.

## **Fietsen**

1. Op alle rotondes, kruispunten, oversteekplaatsen en andere gevaarlijke punten dienen zich medewerkers van de organisatie te bevinden (in duidelijk herkenbare kleding) die d.m.v. vlaggen e.d. deelnemers en overig verkeer aanwijzingen geven.
2. Het dragen van een goedgekeurde fietshelm tijdens het gehele fietstraject is voor elke deelnemer verplicht. De helm dient gesloten te worden vóór de deelnemer de fiets pakt mag pas weer losgemaakt worden wanneer de fiets in het rek is teruggeplaatst.
3. Alle bochten en onoverzichtelijke punten, slechte plekken in het wegdek d.m.v. borden en/of pijlen aangeven.
4. Zand en steenslag in alle bochten wegvegen.
5. Deelnemers wijzen op het individuele karakter van het fietsonderdeel. Medewerkers van de organisatie instrueren dat geen verzorging aangereikt mag worden.
6. Overig verkeer (omwonenden) informeren over het evenement.

## **Lopen** (zie ook fietsen 1, 5 en 6)

1. Voldoende verzorgingsposten. Bij een temperatuur van 25°C of meer tenminste elke 2 km. een verzorgingspost. Onder de 25°C elke 3 km.

## **Wisselzones**

1. Toiletten beschikbaar.
2. Bij elke wisselzone een verzorgingspost en medische verzorging.
3. Fietsenstalling alleen toegankelijk voor deelnemers. Bewaking en een procedure voor het teruggeven van de fiets (bijvoorbeeld startnummerplaatjes op de fiets, of stickers met startnummer).
4. Scheiding van in- en uitvalroutes. Seingevers met vlaggen.

## **Medische zaken**

1. Voldoende gekwalificeerd medisch personeel aanwezig en in rechtstreeks contact met de wedstrijdleiding.
2. Beschikbaarheid van een ambulance, procedure om op het parcours te komen.

## **Verbindingen**

Radiocommunicatie (mobilofoons/mobiele telefoons) t.b.v. wedstrijdleiding en medische begeleiding d.m.v. een basisstation in (een) wisselzone met stations op de overige belangrijke plaatsen op het parcours.



## Bijlage 1 Voorbeeld banentelkaart zwemonderdeel (in zwembad)

Baannummer: \_\_\_\_\_

Naam teller: \_\_\_\_\_

Aantal zwemmers in baan: \_\_\_\_\_

NR.	12 – 10 – 8 – 6 – 4 – 2 = nog twee banen banen = 50 of 100 meter									
	<b>NOG AF TE LEGGEN AANTAL BANEN BEDRAAGT:</b>									
	2	4	6	8	10	12	14	16	18	20
	22	24	26	28	30	32	34	36	38	40
	2	4	6	8	10	12	14	16	18	20
	22	24	26	28	30	32	34	36	38	40
	2	4	6	8	10	12	14	16	18	20
	22	24	26	28	30	32	34	36	38	40
	2	4	6	8	10	12	14	16	18	20
	22	24	26	28	30	32	34	36	38	40
	2	4	6	8	10	12	14	16	18	20
	22	24	26	28	30	32	34	36	38	40
	2	4	6	8	10	12	14	16	18	20
	22	24	26	28	30	32	34	36	38	40
	2	4	6	8	10	12	14	16	18	20
	22	24	26	28	30	32	34	36	38	40
	2	4	6	8	10	12	14	16	18	20
	22	24	26	28	30	32	34	36	38	40



## Bijlage 2 Voorbeeld inhoud / opbouw programma(boekje)

1. **Woord vooraf**
2. **Datum, plaats en aanvang van het evenement**
3. **Afstanden per startserie**
4. **Tijdschema wedstrijddag** (hoe laat gaat het secretariaat open, hoe laat worden de laatste aanwijzingen voor de start gegeven, hoe laat is de start, tot hoe laat wordt de wisselzone bewaakt, eventuele limieten, etc.)
5. **Algemene informatie**

**Voorbeeld algemene informatie** (let op: het gaat hier slechts om een voorbeeld, in lang niet alle gevallen zal de informatie van toepassing zijn op uw organisatie!):

- Briefing : 15 minuten voor de start zal nog de laatste algemene en specifieke informatie worden verstrekt. Locatie vermelden.
- Routebeschrijving naar het wedstrijdsecretariaat.
- De deelnemers dienen zich uiterlijk een half uur voor de start te melden bij het wedstrijdsecretariaat (eventueel iets langer als de start en het wedstrijdsecretariaat wat verder van elkaar verwijderd zijn).
- Plaats kleedgelegenheden en douches duidelijk vermelden.
- Vergeet uw NTB-licentie niet
- U ontvangt bij aanmelding een (plastic) tas met daarin :
  - Een zwemcap, die u verplicht dient te dragen tijdens het zwemmen. De zwemcap mag pas na de finish van het zwemmen van het hoofd worden genomen (anders kunnen we uw tijd niet bepalen).
  - Eén startnummer: zowel voor het lopen als voor het fietsen (fietsen achterop, lopen voorop: u kunt hiervoor een elastieken band gebruiken en daarop het startnummer bevestigingen, tijdens het fietsen draait u dat op uw rug draait en tijdens het lopen draagt u het nummer voorop).
  - Een fietsplaatje (sticker) die u zelf zichtbaar aan uw fiets dient te bevestigen. Fietsplaatje met behulp van zgn. tieribs (bijleveren!), sticker bijvoorbeeld aan een (rem)kabel om e.e.a. later weer eenvoudig te kunnen verwijderen.
  - Eventuele laatste instructies.
- Bij het fietsen is een valhelm verplicht, geen helm betekent niet starten.
- Na het zwemmen dient de zwemcap te worden ingeleverd.
- Tijdens de gehele wedstrijd is het Rode Kruis aanwezig op de parcoursen. Hoofdsteunpunt is de wisselzone aan de ... straat.
- De herinnering (medaille, T-shirt, ...) wordt u direct na de finish uitgereikt.
- Na afloop van de wedstrijd kan elke deelnemer zijn of haar fiets op vertoon van het startnummer ophalen uit de wisselzone. Let op: de wisselzone blijft bewaakt tot 1 uur na de finish van de laatste deelnemer.
- De einduitslagen worden  $\pm$  45 minuten na de finish van de laatste deelnemer gepubliceerd.
- De prijsuitreiking is  $\pm$  30 minuten na de finish van de laatste deelnemer. Er zijn prijzen in de volgende categorieën: ... (evt. aangeven door wie de prijzen beschikbaar gesteld zijn).
- De fietsroute wordt op alle kruispunten bewaakt door vrijwilligers, houdt u zich echter te allen tijde aan de verkeersregels.
- U dient zelf zorg te dragen voor veiligheidsspelden voor bevestiging van uw startnummer.
- Indien u, om wat voor reden dan ook, vooraf al besluit af te zien van deelname (en u heeft zich wel aangemeld) dan wordt u verzocht dit kenbaar te maken aan de organisatie. Het telefoonnummer van het secretariaat is (telefoonnummer vermelden). Als u tijdig belt kunnen atleten die op de wachtlijst staan alsnog worden ingeschreven. Houdt daar rekening mee.

- Er is een zeer groot aantal vrijwilligers betrokken bij de beveiliging van het parcours en bij diverse andere zaken. Hun aanwijzingen dient u strikt op te volgen. (*evt. aangeven dat de vrijwilligers bijvoorbeeld makkelijk herkenbaar zijn omdat ze allemaal hetzelfde T-shirt dragen*).
- Verzorging: tijdens het lopen wordt sportdrank (*zo ja, welke?*) en water aangereikt. Bij de finish staat fruit (staan bananen en meloenen) voor de deelnemers klaar.
- Een deelnemer die de wedstrijd staakt dient dit onmiddellijk door te geven aan de wedstrijdleiding en daarbij één van de startnummers af te geven.

## 6. Reglementen voor het zwemmen, fietsen en lopen

### Zwemmen

*Kaartje van het zwemparcours invoegen.*

- Het dragen van de door de organisatie verstrekte zwemcap is verplicht. Tegen inlevering van uw badmuts ontvangt u na afloop uw borg (€ 2,50) retour. Of bijvoorbeeld: de badmutsen moeten na het zwemmen in de daarvoor bestemde bak bij de wisselzone worden gedeponeerd.
- De deelnemers dienen 15 minuten voor de start aanwezig te zijn. Dan zullen de laatste aanwijzingen door de organisatie worden verstrekt.
- Het dragen van wetsuits is toegestaan en zelfs verplicht bij een watertemperatuur beneden de 16°C. De watertemperatuur wordt op de wedstriiddag bekend gemaakt bij de inschrijving.
- Bij het voortijdig staken van het zwemonderdeel dient u zich af te melden bij de wedstrijdleiding. Dit geldt ook bij het fiets- en looponderdeel. Als u tijdens het zwemmen in de problemen komt kunt u dit aangeven door een arm in de lucht te steken. U wordt dan zo spoedig mogelijk geholpen door de begeleiders op het water.

### Fietsen

*Kaartje van het fietsparcours invoegen.*

Het totaal aantal af te leggen ronden bedraagt: --

- Bij het fietsen dienen de deelnemers hun fietsplaatje (sticker) en rugnummer duidelijk zichtbaar voor de jury te bevestigen/te dragen.
- Het is verplicht tijdens het gehele fietstraject een vastgemaakte, goedgekeurde fietshelm te dragen (niet toegestaan zijn: leren helmen, enkelvoudige schaalhelmen of ernstig beschadigde of gerepareerde helmen). U mag uw fiets niet pakken voordat uw fietshelmbandje dicht zit en u mag de helm pas weer losmaken als u uw fiets heeft teruggezet.
- Stayeren of het rijden in waaiers is niet toegestaan en wordt bestraft conform de regels van de NTB. Tussen de deelnemers moet zoveel mogelijk een afstand van minimaal 10 meter worden gehouden.
- Bij pech dient de deelnemer zelf de benodigde reparaties uit te voeren (bijv. band plakken). Het is daarbij niet toegestaan hulp van derden aan te nemen.
- In de wisselzone mag niet worden gefietst.

## Lopen

*Kaartje van het loopparcours invoegen.*

Het totaal aantal af te leggen ronden bedraagt: --

- Bij het lopen dient het startnummer op de borst te worden gedragen.
- Het is de deelnemers niet toegestaan om met ontbloot bovenlijf (zonder shirt) en startnummer het looponderdeel af te leggen.
- Bij het lopen dienen er 3 (= vb.) ronden afgelegd te worden (zie looproute). De loopronde kent een aanlooproute. Als u voor de 3<sup>e</sup> keer de finish passeert is de wedstrijd voor u ten einde.

## Algemeen

- Na afloop van de wedstrijd kunt u op vertoon (of tegen inlevering) van uw startnummer uw fiets ophalen uit de wisselzone.
- De wedstrijdleiding heeft het recht om, na overleg met het Rode Kruis / EHBO of de parcoursc commissie, een deelnemer op medische gronden of wegens overtreding van de reglementen uit de wedstrijd te halen.
- De wedstrijdleiding heeft het recht om in bijzondere omstandigheden het parcours te wijzigen in lengte of in parcoursverloop.
- Voor alle overige wedstrijdbepalingen en reglementen dienen de deelnemers zich te houden aan de door de Nederlandse Triathlon Bond (NTB) bepaalde regels.
- De beslissingen van de wedstrijdleiding of jury zijn bindend. In gevallen waarin het wedstrijdreglement niet voorziet beslist de wedstrijdleiding.

## Bijlage 3 Voorbeeldbrief omwonenden

Aan: de bewoners van de ...straat

Betreft: tri-/duathlon van ... (datum)

Plaats, datum

Geachte bewoner(s),

Zoals u wellicht al heeft vernomen staat (*naam stad/dorp/wijk*) op (*datum wedstrijd*) een beetje op zijn kop. Om 13.00 uur gaat dan staat namelijk een tri-/duathlon met naar verwachting zo'n ... deelnemers van start in (*locatie start 1<sup>e</sup> onderdeel*).

Na de ... meter zwemmen (of ... km. lopen in geval van een duathlon), stappen de atleten rond ... uur in de wisselzone aan de ... straat op hun fiets voor ... ronden fietsen met een totaalafstand van ... kilometer. Het fietsparcours luidt als volgt: ...

De eerste fietser wordt rond ... uur alweer terugverwacht in de wisselzone, om zijn fietsschoenen te verruilen voor zijn loopschoenen om aan het afsluitende onderdeel te beginnen. Het loopgedeelte bestaat uit ... ronden en loopt via het parcours: ... De winnaar wordt omstreeks ... verwacht bij de finish aan de ... straat. De laatste loper zal daar ongeveer ... uur/minuten later arriveren

Zoals u hieruit kunt opmaken is ook uw straat opgenomen in het loop/fietsparcours (*wat van toepassing is*) en wij vragen dan ook wat begrip van uw kant. Het kan zijn dat uw woning op de wedstrijddag iets minder goed te bereiken is. Bovendien willen wij u vragen het parcours zoveel mogelijk vrij te houden van geparkeerde auto's en alleen als het echt niet anders kan toch uw auto te gebruiken. Een deel van het parcours wordt zelfs volledig afgesloten voor het gemotoriseerde verkeer. Hierover kunt u alles lezen in het huis-aan-huisblad, waarin de gemeente de afgegeven vergunningen en de te nemen verkeersmaatregelen publiceert.

Het complete parcours wordt beveiligd met behulp van vrijwilligers. We zouden het bijzonder op prijs stellen als u de aanwijzingen van deze vrijwilligers zo goed mogelijk wilt opvolgen. Uiteraard zien wij u het liefst terug als toeschouwer of wellicht zelfs als deelnemer of vrijwilliger tijdens ons evenement.

Wij hopen op uw medewerking, zodat het voor vrijwilligers, toeschouwers en deelnemers een onvergetelijk evenement kan worden. Heeft u nog vragen, neemt u dan gerust contact met ons op. Wellicht tot ziens op ... (datum wedstrijd).

Met vriendelijke groeten, namens de organisatie

Naam organisatie/vereniging  
(mail)adres + telefoonnummer voor informatie

## Bijlage 4 Voorbeeldbrief voor vrijwilligers

Aan: de vrijwilligers van ... (*naam + datum evenement*)

Betreft: informatie werkzaamheden

Plaats, datum

Beste sportvriend(in),

Nog een paar nachtjes slapen en dan is het zover. Dan gaat de tri-/duathlon van ... (*plaats*) van start. Deze wedstrijd kan niet zonder de inzet van vele vrijwilligers en we zijn dan ook bijzonder blij dat ook jij je bij ons hebt aangemeld om een steentje bij te dragen aan het welslagen van dit evenement.

We hebben je ingedeeld bij het onderdeel ... en jouw taak zal zijn ... .

Je wordt op ... dag verwacht om ... uur in het wedstrijdsecretariaat aan de ...straat. Je kunt je daar melden bij (*naam contactpersoon*). Je krijgt dan een routebeschrijving, een toelichting op je werkzaamheden, een lunchpakket en een T-shirt. Dit T-shirt dien je verplicht te dragen, aangezien dit garant staat voor de herkenbaarheid van de vrijwilligers.

We hopen je op deze manier voldoende te hebben geïnformeerd. Heb je nog vragen neem dan gerust contact met ons op.

Met vriendelijke groeten,  
namens de organisatie

Naam  
(mail)adres +telefoonnummer voor informatie

## Bijlage 5 Helmendepot NTB

Voor organisaties van (met name) jeugd-evenementen beschikt de NTB over een depot van ca. 70 helmen.

Deze helmen worden **gratis** beschikbaar gesteld aan organisaties die te maken krijgen met deelnemers die niet over een eigen helm beschikken. Dit zijn met name de laagdrempelige jeugd- en scholentriathlons en –duathlons, maar uiteraard ook trio-triathlons en andere organisaties

De helmen kunnen gereserveerd worden via het NTB Bondsbureau ([evenementen@triathlonbond.nl](mailto:evenementen@triathlonbond.nl), of 030 – 751 37 75). Voor het ophalen en weer retourneren van de helmen dienen de organisaties uiteraard zelf te zorgen en uitlenen gebeurt op volgorde van reservering (wie het eerst komt, wie het eerst maalt).

## Bijlage 6 Informatie m.b.t. de organisatie van een trio-triathlon

Organisaties die een speciale startserie voor trio's in hun evenement opnemen krijgen, naast alle in dit draaiboek opgenomen aspecten, tevens te maken met aandachtspunten die specifiek voor trio's gelden. Daarbij kan worden gedacht aan o.a.:

- informeren van de deelnemers (veelal beginnende (tri)atleten)
- de indeling van de wisselzone
- de herkenbaarheid van de deelnemers
- de drukte op het parcours (veiligheid)
- de mogelijke keuze voor meerdere startseries en starttijden
- de mogelijke categorie-indeling voor trio's
- de benodigde (dag)licenties
- de wijze van wisselen
- (extra) prijsuitreikingen
- etc.