

Bijlage bij kwalificatie WK Cross Pontevedra:

Elite en U23 Afstanden: 1000m zwemmen, 30km fietsen en 7 km lopen 30 april 2019

Zwemmen in rivier 1 ronde fietsen met 2 lange beklimmingen, 1 ronde lopen

Junioren Afstanden: 500 m zwemmen, 13,4km fietsen en 4km lopen 30 april 2019

Zwemmen in rivier 1 ronde fietsen met 1 lange klim , 1 ronde lopen

Uitgangssituatie:

WK in begin seizoen met geen Crosstriathlons ervoor

Specifieke parkoers maakt vinden van gelijkend parcours dichtbij Nederland lastig

Kwalificatieprocedure:

Ochtend: zwemonderdeel in Zwembad naast locatie Crossduathlon Waalwijk 17 februari 2019

Onderdeel 1:

Zwembad Olympia Drunenseweg 11, 5143 NE Waalwijk

Verzamelen 8.00-8.15 uur (tijdschema kan nog in detail worden aangepast als bv aantal atleten hiertoe aanleiding geeft)

8.15 omkleeden en mogelijkheid inzwemmen

8.45 start Senioren 1000 meter

9.05 mogelijkheid in en uitzwemmen

9.15 start Junioren 500 meter

9.25-9.45 mogelijkheid uitzwemmen

Onderdeel 2: deelname aan de Crossduathlon Waalwijk (atleet is zelf verantwoordelijk voor inschrijving)

11.30 uur Start Race Senioren 8-20-4

12.30 uur Start Race Junioren 4-10-2

De tussentijden en eindtijden worden genoteerd.

De afstanden afgelegd in Waalwijk zijn significant anders dan bij het WK

Daarom wordt volgorde kwalificatie als volgt bepaald:

Optellen van volgende tijden rekening houdend met minimaal zwemniveau.

1 \* Zwentijd

0,5 \* Looptijd Run 1

1 \* Wissels en Fietstijd

0,5\* Looptijd Run 2