

'IRON BIKES'
100 TRIATLON WILLEBROEK
15-06-2024

Beste atleten,

Yes! Wij zijn er klaar voor.

Zaterdag 15 juni 2024 is het zo ver! De 2^e BRO.GO race van dit seizoen. Het Sport Vlaanderen domein Hazewinkel is the place to be voor de Iron Bikes 100 Triatlon.

De **Iron Bikes 100 Triatlon** gaat voor 2/3 door op het domein en daarom kan je dus maximaal van je atleet genieten. Er is vanalles voorzien voor de bezoekers dus kom niet alleen sporten maar breng je supporters mee. Er is drank, eten, een springkasteel voor de kids, coole beats en een fantastische locatie.

Maak er samen met ons een leuke dag van, geniet van de sport en laat je meeslepen in dit sportieve avontuur.

Dit jaar voegen we er een Supersprint aan toe. Deze topwedstrijd, de 2^e in de reeks van de T3 Team Series, gaat volledig op het domein door. De eerste wedstrijd begint om 9:30 uur. De 100 triatlon start om 12:30 uur.

Ps: kom zeker op tijd want om 12:00 uur sluit de politie de wegen af... Hou er rekening mee dat je ten vroegste rond 16:30 uur het domein zal kunnen verlaten via de hoofdparking.

Tot binnenkort !

Team BRO.GO

Sam en Griet
Govaert – Van Hoorne

INHOUDSOPGAVE

1. INTRO	1
2. PARKEREN	3
3. AANMELDEN	4
4. WEDSTRIJDINFO	5
- Bevoorrading	
- Wisselzone	
- Tijdschema	
- Grondplan	
5. ALGEMENE INFO	7
- Kleedkamers	
- Podia	
- Bezoekers	
- Sanitair	
6. REGLEMENTEN	8
- Start van de wedstrijd	
- Zwemonderdeel	
- Fietsonderdeel	
- Looponderdeel	
- Einde van de wedstrijd	
- Doping	
7. EHBO	10
8. OFFICIALS	10
9. DOPING	10
10. GRONDPLANNEN	11
11. ORGANISATIEGEGEVENS – CONTACT	14

PARKEREN

Adres:

- **BEENHOUWERSTRAAT 28 – 2830 WILLEBROEK/HEINDONK**
 - Aanrijden via de Stuyvenbergbaan, komende van Willebroek
 - Aanrijden via de Steenweg op Heindonk, komende van Heffen, Mechelen.
- Er is een grote parking op het Sport Vlaanderen domein voorzien. We vragen wel om netjes in lijn te parkeren. Laat geen onnodige ruimte tussen de auto's, we hebben echt ALLE ruimte nodig!
- Crew en Officials krijgen een aparte parking die later ook zal aangevuld worden met atleten en bezoekers.
- **Heel belangrijk !!!** Door het slechte weer van de afgelopen weken kunnen we pas last minute beslissen of de grote grasparking aan de overzijde van het domein beschikbaar zal zijn. Op dit moment is het nog net niet te doen. Droog weer, wind en zon is wat we nodig hebben.
 - Indien beschikbaar: geen enkel probleem, plaats genoeg ...
 - Indien niet beschikbaar: dan vullen we het domein op. Binnen rijden kan via de hoofdingang en dan direct rechts afslaan... Onze parkeerwachters gaan u begeleiden. Rij NIET zomaar overal rond en door... u kan vast komen te zitten.



AANMELDEN

- Domein Sport Vlaanderen, volg de gele borden met 'inschrijving'
 - Locatie: ontspanningszaal hoofdgebouw
 - Graag aanschuiven bij uw 'reeks': alfabetisch op familienaam
- Hier kunt u de enveloppe afhalen met:
 - Borstnummer + speldjes
 - Chip voor timing
 - Z3roD badmuts
 - 2 genummerde bandjes: 1 voor de fiets en 1 voor de atleet
 - 1 sticker: links op je helm kleven
 - **! Nieuw !** Wie geen enkelband of wisselbox heeft kan er 1 kopen aan de inschrijvingen. Wij vragen hier 2,5 euro voor.
- Check zeker ook de weg naar de kleedkamers in het andere gebouw

Meenemen:

- Jullie komen naar de check-in MET alle toebehoren: fiets, helm (op je hoofd aub), box + toebehoren...

WEDSTRIJDINFO

Bevoorrading:

- Zwemmen: geen
- Fietsen: vanaf de 3^e passage, na 2 fietsronden (na 32 KM) voorzien wij bidons met sportdrink en/of water aan de zijkant van het fietsparcours: 6D Sports Nutrition
 - Neem je tijd en vertraag!
 - Gooi je bidons weg in de dropzone, net voor de bevoorrading.
 - Eerst staan de mensen met water
 - Vervolgens de mensen met sportdrink
- Lopen: 6D Sports Nutrition zone waar je 2 x kan bevoorraden per ronde. Er zal water en sportdrink voorzien zijn + iso gel voor de atleten die dit wensen.

Tevreden van 6D Sports Nutrition? Pak je voordeel: gebruik de “**BROGO15**” CODE en geniet van een mooie korting bij je bestelling op de website van 6D !

Wisselzone:

- Wij voorzien 1 wisselzone voor alle atleten en hun 3 disciplines
- Tip voor trio teams: wacht je zwemmer op in de wisselzone, in de daarvoor voorziene zone. Idem voor de looper die op zijn/haar fietser wacht.

Tijdsschema:

Inschrijven vanaf	Check-In Van – tot	Start	Wave	Reeksen	Startbox
10:00	11:30 12:15	12:30	1	FAST WAVE	NR 1
10:00	11:30 12:15	12:32	2	ROLLING	NR 2
10:00	11:30 12:15	12:32	3	TRIO TEAMS	NR 3

GRONDPLAN WEDSTRIJD 100 TRIATLON



ALGEMENE INFO

Kleedkamers atleten

Er zijn 4 kleedkamers voorzien in de gebouwen achter de loods.

- 3 voor de heren
- 1 voor de dames.

Deze zijn vrij toegankelijk voor, tijdens en na de wedstrijd.

Podia / Finish

- Van zodra in alle reeksen de top 3 gekend is in volgende categorieën:
 - Overall H & D
 - U23 H & D
 - Masters H & D
 - Trio Teams

Aan de finishwall, aankomstzone...

- Wij voorzien: prijzengeld, een unieke trofee, een finisher medaille en een finishfoto.
- Er is voor de atleten een 6D Recovery Zone voorzien

Bezoekers / Catering

- Wij voorzien gekoelde dranken in de tenten
- Wij voorzien de BRO.GO burger en pannenkoeken om de honger te stillen
- Er zijn springkastelen voor de kids
- Wij voorzien wat beats op dit event!

Opgelet: uit veiligheidsoverwegingen plaatsen wij behoorlijk wat nadars op het domein. Mogen we vragen om de correcte oversteekplaatsen te gebruiken zodat het veilig kan verlopen.

Publiek wordt niet toegelaten aan de ingang van het domein thv de Beenhouwerstraat.

Wist je dat...

- *Je de zwemmers volledig kan volgen tijdens hun race...*
- *Je de fietsers tot 10 x kan zien passeren zonder 10 meter te wandelen...*
- *Je de lopers 3 x kan zien passeren en finishen op dezelfde plaats*

Sanitair

Wij voorzien toiletten voor onze atleten en bezoekers. Gelieve hier geen misbruik van te maken en hou het netjes.

Er zijn DEFLOO toiletten voorzien:

- 2 op het centrale plein voor publiek
- 1 in de wisselzone voor atleten
- 1 op het loopparcours voor de atleten

+ toiletten in het hoofdgebouw

Douches en kleedkamers liggen achter in de gebouwen, ingang vooraan aan de loods.

REGLEMENTEN

De organisatie van dit event is een initiatief van BRO.GO Sportevents vzw i.s.m. de gemeente Willebroek, de lokale politie en de triatlonfederatie. Wij hanteren de BE3 reglementen van Triatlon Vlaanderen.

Wenst u de reglementen na te lezen, dan kan dat via volgende link:

- https://api.triatlon.vlaanderen/media/2024/02/09/be3_sportreglementen_ned_2024.pdf

START IRON BIKES TRIATLON

- Vanaf 12:30 uur
 - Wave 1: 12:30 uur
 - Wave 2 + 3: 12:32 uur
- De atleten verzamelen in hun startbox!
- Effectieve start:
 - De start is in het water, na het startschot van de hoofdscheidsrechter voor de FAST Wave
 - De start is vanop het ponton in golven voor de ROLLING start
 - Volg de richtlijnen van de officials
- Jullie zwemmen 2000 m in een rechthoek van 1000m: 450 m heen, 50 m naar rechts, 450 m terug en vervolgens terug 50 m naar rechts om aan de 2^e zwemronde te beginnen.
- Tijdens het zwemmen hou je de ZEROD BOEI STEEDS RECHTS
- Er is een motorboot en 5 kayaks voorzien voor jullie veiligheid.
- Aan de exit is dit jaar ook 1 trap voorzien. U kan zelf uit het water klauteren of de trap gebruiken.
- Supporters kunnen vanop de zijkant alles volgen.

ZWEMGEDEELTE: 2 KM: 2 x 1 KM

- Alle atleten dragen de badmuts die bestemd is voor hun reeks:
 - FAST Wave: GOUD
 - ROLLING Start: ROOD
 - TEAMS: GROEN
- U kan de watertemperatuur zien aan de inschrijving op de infowall. De hoofdscheidsrechter geeft de mogelijkheden weer bij inschrijving.
- De atleten zwemmen in lijn naar het keerpunt, BOEIEN STEEDS RECHTS HOUDEN
- Opgelet: de exit is via het ponton dat in het water ligt. Er is 1 trap voorzien. Wij helpen jullie wel uit het water mocht er een probleem zijn.
- De trio teams laten hun zwemmer starten met de chip rond het been.

FIETSGEDEELTE: 80 KM: 5 x 16 KM

- Fietsen is verboden in ontbloot bovenlichaam
- Startnummers op de rug dragen, door middel van een racebelt
- Het is een NON-DRAFTING event
- Tijdritfietsen en opzetsturen zijn toegestaan
- Stayeren is verboden, ten allen tijde. Hou de verplichte afstand van 10 m.
- De trio teams zorgen voor de chipwissel van zwemmen naar fietsen (de atleten doen dit zelf, in de wisselzone, aan de fiets van de atleet)
- **OPGELET: de fietsbrug (stelling) in Heffen centrum is aangepast. Deze is groter en vlotter bereikbaar. Jullie gaan via deze stellingbrug het jaagpad langs de Zenne op.**

LOOPGEDEELTE: 18 KM: 3 x 6 KM

- Lopen is verboden in ontbloot bovenlichaam
- Startnummers op de buikzijde dragen, door middel van een racebelt
- Bij het verlaten van de wisselzone is er een bevoorrading.
- Daarna lopen jullie 3 ronden met telkens 2 bevoorradingzones.
- De trio teams zorgen voor de chipwissel van het fietsen naar lopen (ook hier gebeurt dit in de wisselzone aan de fiets van de atleet)

EINDE VAN DE WEDSTRIJD

- Trio teams mogen niet samen over de finish lopen.
- Voor alle deelnemers is er een medaille voorzien, een 6D recoveryzone en een finishfoto.
- Alle atleten die de finishzone verlaten dienen eerst hun timingchip af te geven (wie dit niet doet zal achteraf 20 euro moeten betalen)
- De atletenzone is enkel voor atleten die deelgenomen hebben aan de wedstrijd.

Resultaten zijn live te volgen via de 3VL app en deze worden ook per mail doorgestuurd.

EHBO + VERZEKERING

Alle deelnemers van onze wedstrijd zijn verzekerd voor lichamelijke schade en burgerlijke aansprakelijkheid. Na een ongeval dient de deelnemer aangifte te doen via de organisatie na bezoek van de EHBO post of arts.

Onze Rode Kruis EHBO post ligt net voor de loods, in de buurt van de finish.

OFFICIALS 3VL

Onze wedstrijd wordt aangestuurd door een team van officials van de triatlonfederatie. Deze mensen doen er alles aan om het event in goede en veilige banen te leiden. Zin om official te worden of heb je interesse... spreek ze aan!

In Willebroek bestaat hun team uit:

Hoofdscheidsrechter/CRO: Chris Vermeiren – Patrick & Dirk

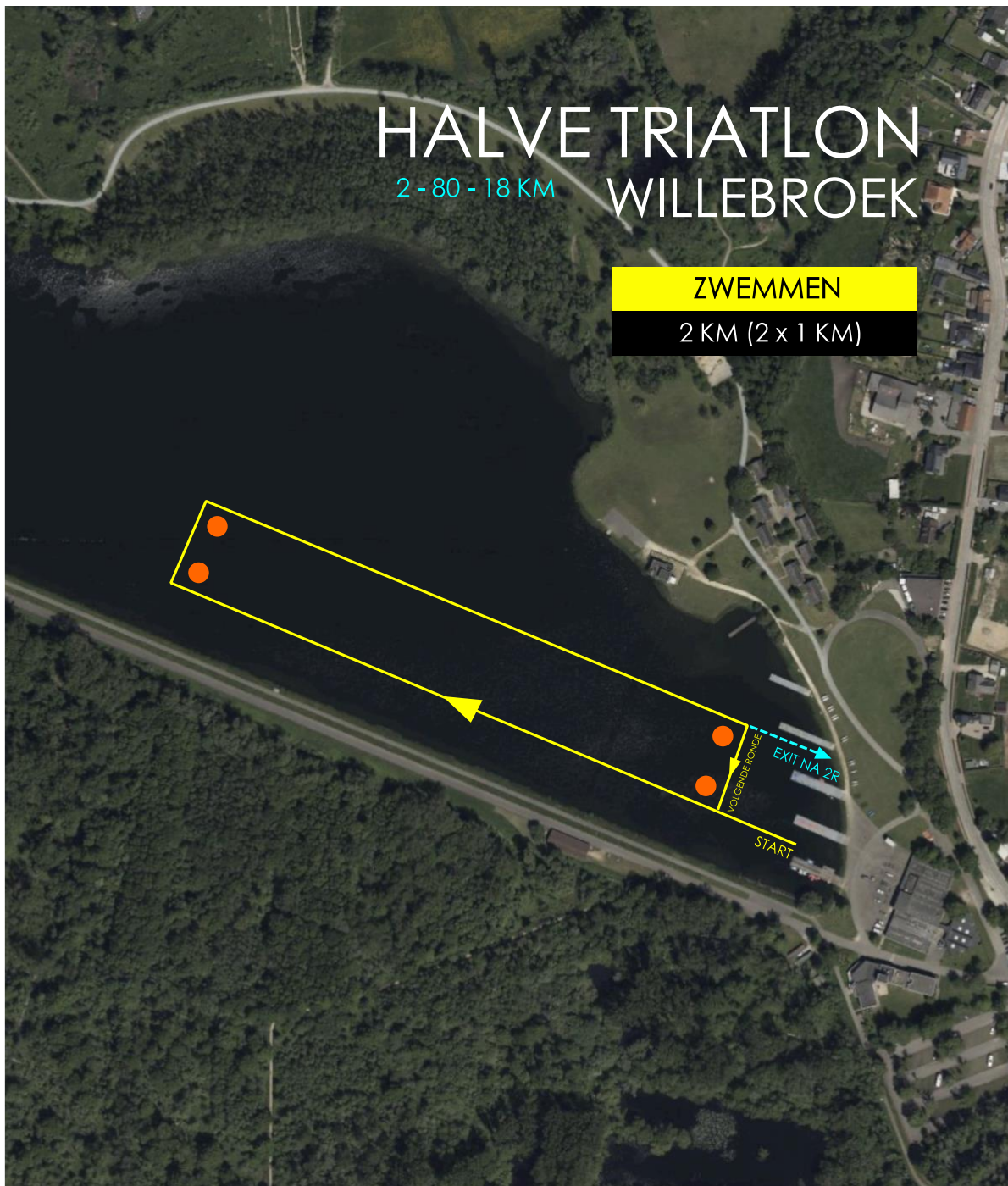
DOPING

Volgens de code van het World Anti-Doping Agency is doping niet toegelaten. Elke atleet dient op de hoogte te zijn van de reglementering en procedures van het Vlaamse dopingdecreet. Dopingcontrole op dit event is mogelijk. Meer info via www.dopinglijn.be

Er is een apart dopinglokaal in het hoofdgebouw.

GRONDPLANNEN PARCOURS

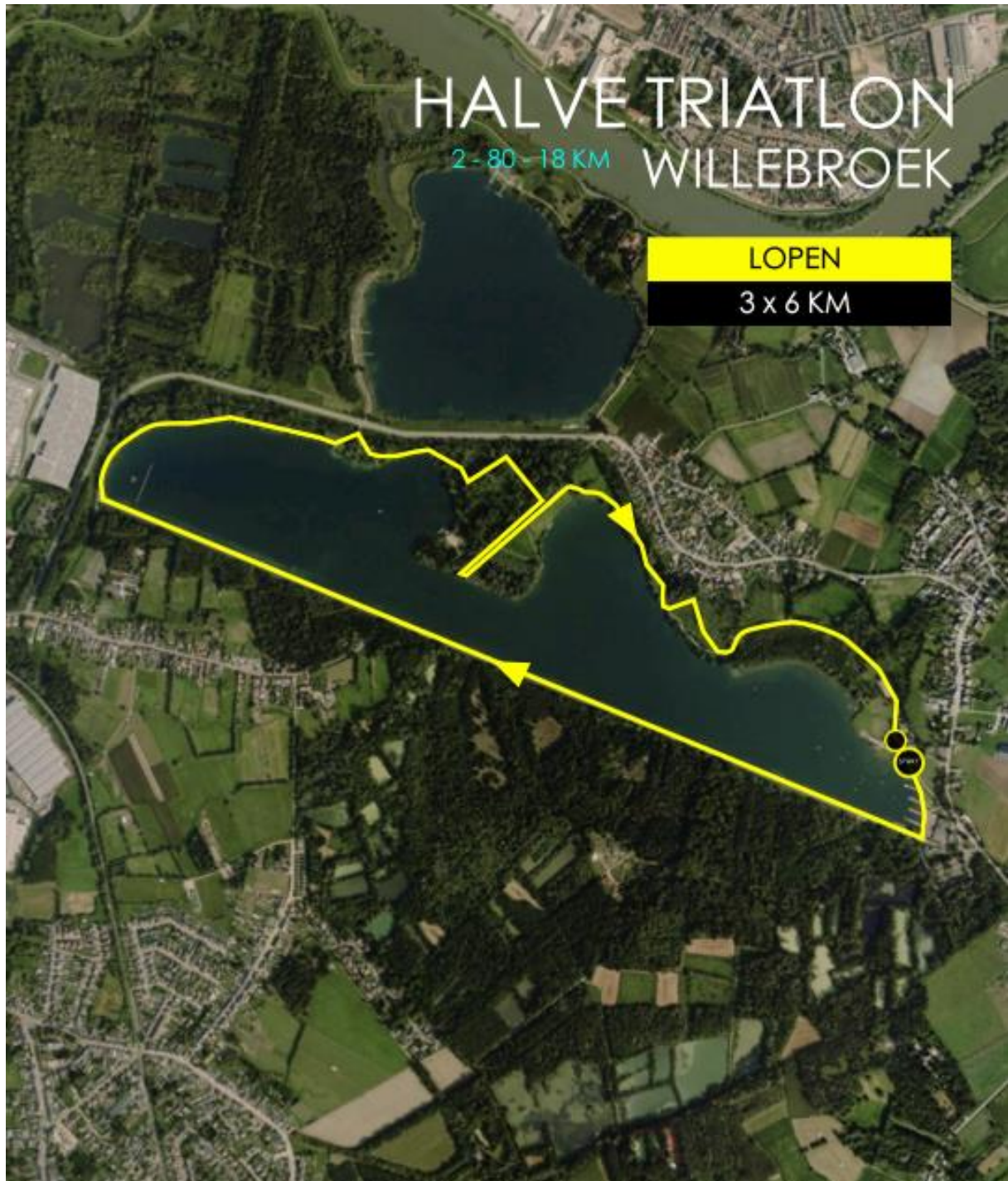
ZWEMMEN // 2 KM



FIETSEN // 5 x 16 KM



LOPEN // 3 x 6 KM



BEVOORRADING BIKE + BEVOORRADING RUN:



Extra uitleg:

- De bevoorradingen bestaan uit:
 - o Bike: bidon met water of bidon met isotone sportdrank (6D Sports)
 - o Run: water, isogels, isotone sportdrank
- Dropzone:
 - o Net voor de bevoorrading kan je op de rechterzijde een dropzone terugvinden. Hier kan je alles 'lossen' wat je niet meer nodig hebt. Wees wel voorzichtig en werp dit netjes langs de grond...

ORGANISATIEGEGEVENS

Website: www.brogo.be
Contact: 0486 33 13 88 (Sam)

E-mail: info@brogo.be
Contact: 0476 39 41 38 (Griet)

