

BRIEFING Zwemloop by Trisport MnK



1. Algemeen

Op **ZATERDAG 11 maart '23** organiseert onze club Trisport MnK reeds de zesde editie van een recreatieve zwemloop voor alle leeftijdscategorieën!

- De wedstrijd zal plaatsvinden in en rond het 25-meterbad van **Aquadroom Maaseik, Sportlaan 12, 3680 Maaseik – het wedstrijdsecretariaat is vanaf 12.00u. klaar om jullie te ontvangen!**
- Daginschrijving is NIET meer mogelijk.
- Wat heb je nodig om deel te nemen? ... zwemkledij, zwembril, badmuts, T-shirt en loopschoenen eventueel een racebelt voor je borstnummer.
- Toeschouwers zijn niet toegelaten in het zwembad → maar kunnen wel supporteren vanuit de tribune.
- Voor de jeugdreksen geven we de toelating aan één begeleider om mee te gaan in het zwembad voor de zwemproef. Vraag dit even na aan het wedstrijdsecretariaat. Max 2 begeleiders per 8 deelnemers.
- Regels van Triatlon Vlaanderen zijn van toepassing en lees je [hier!](#)

2. Op de wedstrijddag

- Parkeren: er is voldoende parkeerruimte aan het zwembad of op de parking van de plaatselijke sporthal “Steengoed Arena”, Sportlaan 12 3680 Maaseik of op de parking van voetbalclub Maaseik (200m-verder doorrijden)
- Aanmelden: kom je eerst aanmelden aan het wedstrijdsecretariaat in de inkomhal van het zwembad. Hier ontvang je een enveloppe borstnummer en timing-chip voor het loopgedeelte. Opgelet: timing-chip verliezen – is een kost van 20,00 euro.
- Omkleden: - doorloopleedkamers van het zwembad
- Zwemmen: in 25-meterbad, 5 banen ter beschikking.
- Lopen: volledig verkeersvrij parcours met voorloper(s) – fietsers voor de jeugdreksen.
- Podium per leeftijdscategorie (meisjes-jongens) direct na de wedstrijd.
- Deze wedstrijd kadert in het Ironkids/jeugdcup circuit. Ironkids voorziet voor alle kinderen een t-shirt & medaille.
- Prijzengeld “open reeks”
 - Naturaprijzen 1-2-3 dames/heren
 - Podium 30,00 euro – 20,00 euro – 10,00 euro

3. Wedstrijdverloop

- **BELANGRIJK OM TE WETEN:** de zwemproef en de loopproef zijn **NIET aaneensluitend**.
- De zwemproeven zullen we per categorie laten starten volgens het tijdsschema. Zie beneden in deze **briefing ook de baanindeling per categorie** met het juiste startuur. De baanindeling zal ook te raadplegen zijn via onze website. <https://www.trisportmnk.com/zwemloop> en in de loop van de raceweek per mail worden verzonden.
- Het zwemmen zal doorgaan in het 25-meterbad, alle deelnemers van dezelfde categorie leggen hun zwemproef af, per reeks van maximum 15 zwemmers. Nadat **alle deelnemers van een categorie** hebben gezwommen zal op basis van je zwemtijd een line-up worden gemaakt om het loopnummer te starten.
- Er is dus **geen wisselzone** en de deelnemers kunnen zich na het zwemmen rustig klaarmaken voor het looponderdeel, ze gebruiken hiervoor de individuele kleedkamers voorzien in het zwembad.
- Je start vervolgens de loopproef op **basis van je zwemtijd “line-up”** die we zullen maken na het zwemonderdeel. Vergeet je timing-chip en borstnummer niet.
- Je begeeft je tijdig naar de start voor het lopen. **(minstens 10 minuten voor de start).**
- En.... racen maar!

Zwemloop by Trisport MnK

zaterdag 11 maart 2023

Om alles zo vlot mogelijk te laten verlopen, zouden we willen vragen om de onderstaande timing zo goed mogelijk te respecteren. Alvast bedankt voor jullie medewerking.

Timing event zwemloop By Trisport MnK

Categorie	Aanmelden wedstrijd- secretariaat vanaf	Toegang tot zwembad vanaf	Startuur zwemmen	Startuur lopen
Reeks 1: 6-7 jarigen 50m/500m	12:15u.	12:40u.	13:00u.	13:30u.
Reeks 2: 8-9 jarigen 100m/750m	12:20u.	12:50u.	13:10u.	13:45u.
Reeks 3: 10-11 jarigen 150m/1000m	12:30u.	13:00u.	13:20u.	14:15u.
Reeks 4: 10-11 jarigen 150m/1000m	12:30u.	13:10u.	13:30u.	14:15u.
Reeks 5: 12-13 jarigen 200m/1500m	13:10u.	13:20u.	13:40u.	14:45u.
Reeks 6: 12-13 jarigen 200m/1500m	13:10u.	13:30u.	13:50u.	14:45u.
Reeks 7: 14-15 jarigen 250m/2000m	13:30u.	14:00u.	14:00u.	15:15u.
Reeks 8: 14-15 jarigen 250m/2000m	13:30u.	14:10u.	14:10u.	15:15u.
Reeks 9: 16+ open reeks 500m/4000m	13:45u.	14:00u.	14:25u.	16:00u.
Reeks 10: 16+ open reeks 500m/4000m	13:45u.	14:00u.	14:45u.	16:00u.
Reeks 11: 16+ open reeks 500m/4000m	13:45u.	14:00u.	15:00u.	16:00u.
Reeks 12: 16+ open reeks 500m/4000m	13:45u.	14:00u.	15:15u.	16:00u.

5. Loopparcours

- Reeks 1 (6-7 jarigen) - start om 13u30 - 500 meter lopen 1 ronde van 500m
- Reeks 2 (8-9 jarigen) - start om 13u45 - 750 meter lopen 1 ronde van 750m
- Reeks 3-4 (10-11 jarigen) - start om 14u15 - 1000 meter lopen 2 rondes van 500m
- Reeks 5-6 (12-13 jarigen) - start om 14u45 - 1500 meter lopen 2 rondes van 750m
- Reeks 7-8 (14-15 jarigen) - start om 15u15 - 2000 meter lopen 2 rondes van 1000m
- Reeks 9-10-11-12 (16+) - start om 16:00u. - 4000 meter lopen 4 rondes van 1000m

De details van de loopparcours kan je vinden hier beneden.

De zwemreeksen per leeftijdscategorie zullen op voorhand worden bekendgemaakt via de racebriefing en op onze website: www.trisportmnk.com (info: zwemloop)

Laatste versie van de reeksindeling en racebriefing zal ook via mail verstuurd worden naar alle deelnemers op **woensdag 9 maart 2022**.

Plan loopparcours 500m

- Reeks1 (6-7 jarigen) – 1 ronde van 500m
- Reeks 3-4 (10-11 jarigen) 2 rondes van 500m



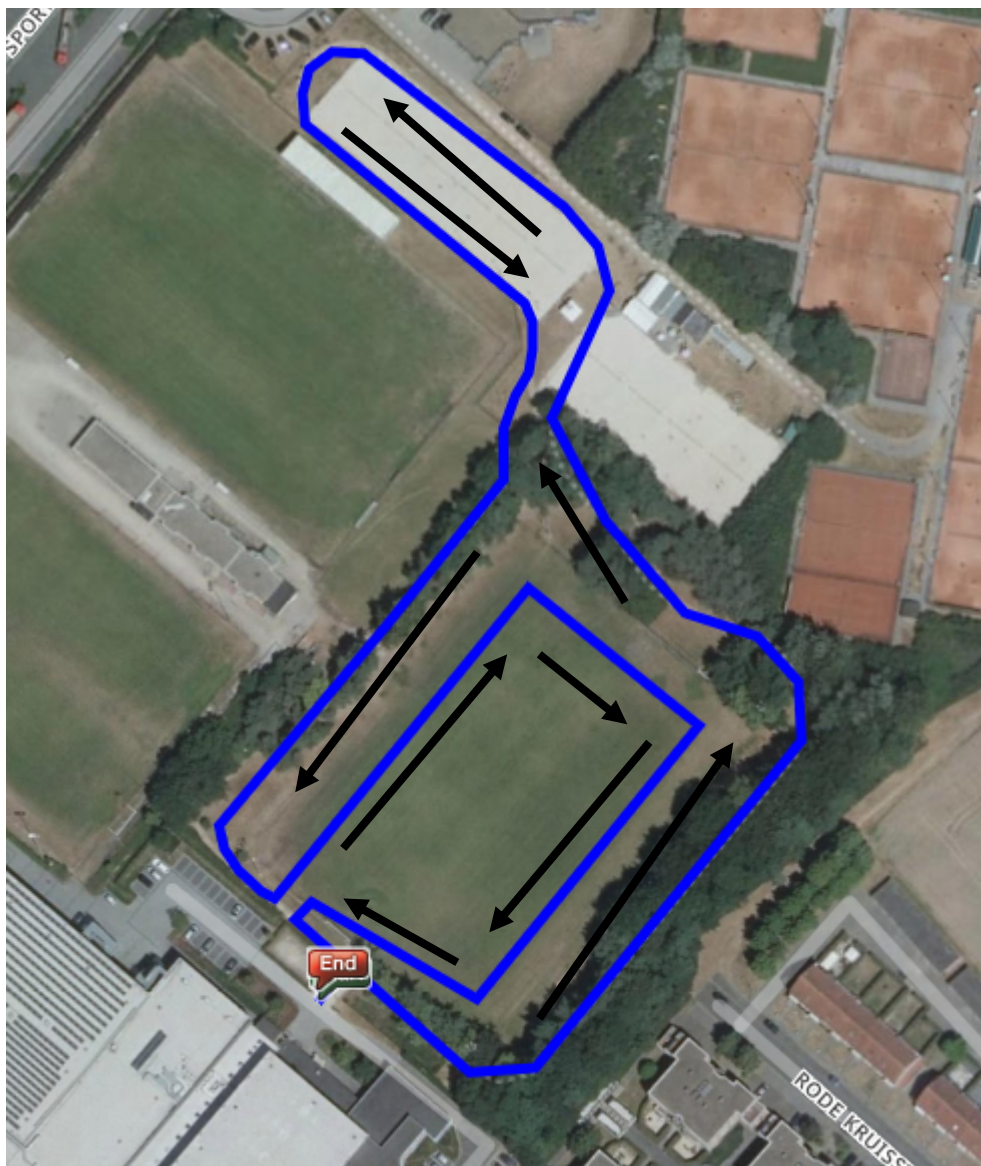
Plan loopparcours 750m

- Reeks 2 (8-9 jarigen) – 1 ronde van 750m
- Reeks 5-6 (12-13 jarigen) – 2 rondes van 750m



Plan loopparcours 1000m

- Reeks 7-8 (14-15 jarigen): 2 rondes van 1000m
- Reeks 9-10-11-12 (16+): 4 rondes van 1000m



**TRISPORT MnK wenst je alvast veel
zwem- en loopplezier toe!**

www.trisportmnk.com

Reeksindeling zwemloop BY Trisport MnK zaterdag 11 maart 2023



De zwemreeksen per leeftijdscategorie zullen op voorhand worden bekendgemaakt via de racebriefing en op onze website: www.trisportmnk.com (info: zwemloop)

Definitieve reeksindeling op basis van jullie opgegeven 500m zwemtijd voor de open reeks!

Er kunnen geen wissels meer doorgevoerd worden. – De baanindeling is telkens maximaal benut.

Baanindeling per reeks

Reeks 1 - Geboortejaar 2016-2017 (6-7 jaar) –

Toegang zwembad: 12:40u.

Zwemstart: 13.00u. – afstand 50m

BAAN 1	BAAN 2	BAAN 3	BAAN 4	BAAN 5

Reeks 2 - Geboortejaar 2014-2015 (8-9 jaar) –

Toegang zwembad: 12:50u.

Zwemstart: 13:10u. – afstand 100m

BAAN 1	BAAN 2	BAAN 3	BAAN 4	BAAN 5

Reeks 3 - Geboortejaar 2012-2013 (10-11 jaar) –

Toegang zwembad: 13:00u.

Zwemstart: 13:20u. – afstand 150m

BAAN 1	BAAN 2	BAAN 3	BAAN 4	BAAN 5

Reeks 4 - Geboortejaar 2010-2011 (12-13 jaar)

Toegang zwembad: 13:20u.

Zwemstart: 13:40u. – afstand 200m

BAAN 1	BAAN 2	BAAN 3	BAAN 4	BAAN 5

Reeks 5 - Geboortejaar 2008-2009 (14-15 jaar)

Toegang zwembad: 13:40u.

Zwemstart 14:00u. – afstand 250m

BAAN 1	BAAN 2	BAAN 3	BAAN 4	BAAN 5

***Definitieve reeksindeling op basis van jullie opgegeven 500m zwemtijd voor de open reeks!
Er kunnen geen wissels meer doorgevoerd worden. – De baanindeling is telkens maximaal benut.***

Reeks 6 - OPEN reeks vanaf geboortejaar 2007 (16+)

Toegang zwembad: 14:00u.

Zwemstart 14:25u – afstand 500m

BAAN 1	BAAN 2	BAAN 3	BAAN 4	BAAN 5