

32^e CROSS-DUATHLON

WAALWIJK (Run-ATB-Run)

WAALWIJK
ZONDAG 18 Februari 2024





Beste atleten,

Triathlon- en Loopvereniging De Langstraat, organiseerd voor de 32^e keer de Cross Duathlon Waalwijk (voorheen MAREZIA Cross Duathlon). Een evenement dus met een lange geschiedenis en met een zeer goede naam in de duursportwereld.

De Cross Duathlon worden al die jaren mogelijk gemaakt door de inzet van de vele vrijwilligers en de sponsors die de sport een warm hart toedragen.

Het inschrijfbureau voor afhalen startnummers in net als vorig jaren op ons eigen terrein aan de Drunenseweg 23, te Waalwijk. Het start- en finissterrein en Park Fermee is ook hier gesitueerd. Parkeren kunt u op P terrein aan de Vijverlaan, of Olympiabad aan Drunenseweg, of aan Eikendonkiaan. Alle elementen zijn weer aanwezig om er een spannende strijd van te kunnen maken. We hopen ook dit jaar weer veel enthousiaste deelnemers te mogen begroeten.

De jeugd zal om 10:00 uur het spits afbijten met hun Duathlon wedstrijd. Hierbij komen de categorieën Jeugd en Aspiranten aan de start.

(Om 10:30 is er nog een GO Waalwijk ATB prestatie tocht.)

Om 11:15 uur is de start van de Duathlon wedstrijd over resp. 8 km lopen, 20 km fietsen en 4 km lopen. Hierbij zijn ook recreanten-duo's welkom. We verwachten dat we ook nu weer een wedstrijd voorgeschoteld krijgen met mooie strijd, waarin reputaties worden gemaakt en gerelativeerd. De winnaar mag zich gaan rekenen tot een select gezelschap met namen als Roy Kortekaas, Arjen Kuper, Huub Maas, Rob Barel, Armand van der Smissen, Wim Nieuwkerk, Ingrid Lubek, Riikka Kelja etc. Deze wedstrijd maakt ook deel uit van het BelNed Cross Duathlon Circuit.

Om 12.15 uur zal het startschot klinken voor de korte Duathlon voor Junioren en Recreanten. Hun strijd gaat over de afstanden 4 km, 10 km en 2 km. De recreanten hebben het verkennen van hun eigen grenzen als belangrijkste doel. (waarbij het wedstrijdelement toch vaak niet vergeten wordt) Voor de junioren zal het wedstrijdelement zonder meer het belangrijkste zijn.

Wij hopen u opnieuw een fijn sportevenement te kunnen bieden en wensen iedereen daarbij veel succes en sportplezier toe. Aan het enthousiasme en de inzet van de vrijwilligers van binnen en buiten de gelederen van het TLV De Langstraat, de wedstrijdbegeleiding, alsmede de bijdrage en hulp van sponsors zal het niet liggen! Tot ziens op 6 maart,

Triathlon- & Loopteam Vereniging ,
De Langstraat

internet: <https://tlvdelangstraat.nl/wedstrijden/>

E-mail: tlvdelangstraat@home.nl

Voor nadere informatie:

Johan Sperber 06 - 53317167

Ad Schoonderbeek 06 - 46166088

Locatie: Drunenseweg 23 te Waalwijk.

Parkeren aan de Vijverlaan, 5143NH te Waalwijk. Vandaar is het 500 meter lopen naar het inschrijfbureau aan de Drunenseweg 23. Hier bevinden zich ook het start / finish terrein. Ook is er beperkte parkeerruimte aan de Drunenseweg, bij het zwembad of de overlaat.

Vanuit Breda/Rotterdam/Den Bosch (A59);

Afslag: "Waalwijk, Tilburg, Efteling".

Op afslag: "Waalwijk" rotonde driekwart rond, volgende rotonde rechtdoor en dan nog ca. 1 km rechtdoor, 500 meter verder de Vijverlaan op vindt u parkeerlocatie. **MAREZIA**-borden volgen.

Vanuit Tilburg (N261) richting Waalwijk.

Afslag "Waalwijk" op rotonde rechts, rotonde rechtdoor etc. (Zie verder hierboven)

De borden verwijzen naar de ruimschoots aanwezige parkeergelegenheid die voor de deelnemers beschikbaar is; volgt u hier de aanwijzingen van onze vrijwilligers.

Aanmelden:

Vanaf 9.00 uur is de inschrijfbureau aan de Drunenseweg 23 te Waalwijk geopend. **Uiterlijk een half uur voor uw starttijd dient u zich hier te melden** onder vermelding van uw startnummer (te vinden op internet). U ontvangt hier uw startbescheiden.

U dient zelf te zorgen voor bevestigingsmiddelen (spelden, elastische band, etc.) van uw startnummer.

**Startprocedures:**

Cross Duathlon

U dient uw fiets, die door u vooraf is voorzien van een startnummerplaat, tussen 30 en 15 minuten voor uw start, af te leveren in het parc-fermé. (de benodigde startnummerplaat zit bij uw startbescheiden)

Bij de inname zullen uw fiets en uw fietshelm — ook hier natuurlijk verplicht — worden gekeurd.

Uw fietshelm, loopschoenen en eventuele overige benodigdheden kunnen bij de fiets achtergelaten worden.

U zorgt er voor, vanaf 10 minuten voor uw start in het startvak aanwezig te zijn.

Wisselprocedures Duathlon

Na het lopen neemt u zelf, zonder andere deelnemers daarbij te hinderen, uw fiets uit de stalling van het parc-fermé. Na het fietsen hangt u zelf uw fiets weer in de stalling terug en kunt u aan het laatste onderdeel beginnen. **Fietsen in het parc-fermé is verboden.**

Wisselen bij de duo's geschiedt door het doorgeven van het startnummer in parc fermé

Afhalen fietsen

Uiterlijk 15 minuten na afloop van uw wedstrijd dient u uw fiets te hebben opgehaald aan de ingang van het parc-fermé waarbij uw startnummer als eigendomsbewijs moet worden getoond. Aspiranten en Jeugd dienen tevens hun gekleurde helmcap in te leveren.

Prijsuitreiking

Circa ½ uur na afloop van de afzonderlijke wedstrijd-onderdelen worden de prijsuitreikingen gehouden. Dit gebeurt in de kantine van de Paardenvriend.

Uitslagenlijst

De uitslagen zijn te bekijken via internet op onze homepage. <http://www.tlvdelangstraat.nl> en/of www.uitslagen.nl. Voor correcte tijdregistratie is het duidelijk zichtbaar dragen van uw startnummer is een vereiste. Tijdens het fietsen fietsplaatje voor op fiets (het startnummer op de rug), en tijdens het lopen duidelijk zichtbaar op de borst.

➤ **Cross Duathlon - Jeugd en Aspiranten wedstrijd:**

Voor de jonge atleten is de start om 10:00 uur. Op een ingekort jeugdparcours worden de volgende rondes afgelegd: (Één ronde lopen is 1 km, één ronde fietsen is 2,1 km)

- Aspiranten D/H 00/08 (groene cap) 1 ronde lopen, 1 ronde fietsen en ten slotte 1 ronde lopen
- Aspiranten D/H 10/12 (rode cap) 2 rondes lopen, 2 rondes fietsen en ten slotte 1 ronde lopen
- Jeugd D/H 14 (blauwe cap) 2 rondes lopen, 3 rondes fietsen en ten slotte 2 rondes lopen

Door de organisatie zal steeds tijdig worden geprobeerd aan te geven hoe de jonge atleten de wedstrijd moeten vervolgen. Als hulpmiddel hiervoor gebruiken we de kleurcode op het startnummer en de helmcap.

➤ **GO Waalwijk Kids ATB toer**

GO Waalwijk ATB start om 10:30 uur

➤ **Cross Duathlon – Wedstrijd (& Recreantenduo's):**

De wedstrijd start om 11.15 uur met 4 loopronden (ca. 8 km). Vervolgens worden er 4 rondes gefietst (ca. 20 km) en wordt de wedstrijd besloten met 2 loopronden (ca. 4 km).

➤ **Cross Duathlon – Recreanten en Juniorenwedstrijd:**

Deze groep start om 12.15 uur. Gestart wordt met twee rondes lopen (ca. 4 km). Vervolgens wordt het fietsparcours twee maal afgelegd (ca. 10 km) en tot slot nog één ronde gelopen.

Het Parcours

Voor een nader kennismaking met het parcours verwijzen wij naar onze website:

<https://tlvdelangstraat.nl/wedstrijden/maresia-cross-duathlon/>

Vanwege het cross-karakter, waarbij wij afhankelijk zijn van weersomstandigheden zijn kleine parcourswijzigingen uiteraard altijd mogelijk.

Resumé Programma

Tijd		Afstanden	Ronden
10:00 uur	Duathlon D00/H00 en D08/H08	1 – 2,1 - 1 km	1 – 1 - 1 (kleine) rondes
	Duathlon D10/H10 en D12/H12	2 – 4,2 - 1 km	2 – 2 - 1 (kleine) rondes
	Duathlon D14/H14	2 – 6,3 - 2 km	2 – 3 - 2 (kleine) rondes
11:15 uur	Duathlon Wedstrijd	8 - 20 – 4 km	4 – 4 - 2 rondes
	Duathlon Recreanten Duo's	8 – 20 – 4 km	4 – 4 – 2 rondes
12:15 uur	Duathlon Recreanten Kort	4 - 10 – 2 km	2 – 2 - 1 rondes
	Duathlon D16/H16 en D18/H18	4 – 10 – 2 km	2 – 2 - 1 rondes

Reglement:

- Jurering vindt plaats conform de NTB-reglementen.
- Het bijhouden van het aantal afgelegde ronden is voor eigen verantwoording van de atleet. Door de wedstrijdleiding wordt wel gecontroleerd, maar worden geen aanwijzingen gegeven.
- **Voor de wedstrijd** zijn toegestaan: ATB's en Mountainbikes. De maximale banddiameter is 29 inch, de minimale breedte afmeting is 1,5 inch (599-40) wat inhoudt dat het dikste deel van de band niet kleiner mag zijn dan 40 mm. Niet toegestaan zijn racestuur, opzetstuur en beachstuur; bar-ends zijn wel toegestaan.
Overige fietsen (bijv. veldrijfietsen) alleen in overleg toegestaan en buiten mededinging. Dit, i.v.m. de eerlijke competitie. Voor recreanten en voor de D00/H00 t/m D12/H12 is de fietskeuze vrij.
- U ontvangt slechts één startnummer en één fietsnummer. Het startnummer draagt u tijdens het lopen op de borst en bij het fietsen op de rug. **Duo's wisselen in park Ferme hun start nummer.** Startnummer en fietsplaatjes dienen na wedstrijd ingeleverd te worden voor afhalen fiets.
- Op openbare wegen dient u zich als verkeersdeelnemer te gedragen. Aanwijzingen van de organisatie dienen onverwijld te worden gevolgd. Deelname is geheel voor eigen risico en verantwoording.

<u>Prijzenschema</u>		<u>Ereprijzen</u>	<u>Geldprijzen</u>
Duathlon D00/H00 en D08/H08	Jongens/Meisjes	1, 2, 3	
Duathlon D10/H10 en D12/H12	Jongens/Meisjes	1, 2, 3	
Duathlon D14/H14	Jongens/Meisjes	1, 2, 3	
Duathlon D16/H16 en D18/H18	Jongens/Meisjes	1, 2, 3	
Duathlon Recreatief	Heren/Dames overall	1, 2, 3	
Duathlon Recreatief Duo's	Duo	1, 2, 3	
Duathlon Wedstrijd	Heren/Dames senioren	1, 2, 3	
Duathlon Wedstrijd D40/H40	Heren/Dames veteranen	1, 2, 3	
Duathlon Wedstrijd D50/H50	Heren/Dames veteranen	1, 2, 3	
Duathlon Wedstrijd D60/H60	Heren/Dames veteranen	1, 2, 3	
Duathlon Wedstrijd Duo's	Duo	1, 2, 3	
Duathlon Wedstrijd	Heren/Dames overall	1, 2, 3	€50, €25, €12,50

Categorieën Duathlon

D/H00	2016 en 2018	(die in 2024 7 jaar worden of jonger zijn)
D/H08	2014 en 2015	(die in 2024 8 en 9 jaar worden)
D/H10	2012 en 2013	(die in 2024 10 en 11 jaar worden)
D/H12	2010 en 2011	(die in 2024 12 en 13 jaar worden)
D/H14	2008 en 2009	(die in 2024 14 en 15 jaar worden)
D/H16	2006 en 2007	(die in 2024 16 en 17 jaar worden)
D/H18	2004 en 2005	(die in 2024 18 en 19 jaar worden)
D/H20	1984 tm 2003	(die in 2024 20 jaar tot 39 jaar worden)
D/H40	1974 tm 1983	(die in 2024 40 jaar tot 49 jaar worden)

D/H50 1964 tm 1973 (die in 2024 50 jaar tot 59 jaar worden)

D/H60 en ouder 1900 tm 1963 (die in 2024 60 jaar of ouder worden)

Onze verenigingssponsor en alle sub-sponsors die dit evenement mede mogelijk maken, willen we via deze weg namens organisatie en deelnemers nogmaals bedanken voor hun bijdrage:

Bedankt!



Interieur & exterieur, van ontwerp tot uitvoering!

