

zaterdag 3 juli 2010

# 18<sup>e</sup> Triatlon Didam

**deelnemersinformatie**

## 18° Triatlon Didam

Gedurende vele jaren namen veel triatleten vanuit Didam en omstreken deel aan de halve van Kruiningen. Deze wedstrijd viel altijd vroeg in het nieuwe seizoen en was voor velen een eerste indicatie van 'hoe sta ik ervoor?' Toen de organisatie van Kruiningen vorig jaar te kennen gaf niet verder te willen gaan met deze triatlon, was onze eerste gedachte 'Waarom organiseren wij in Didam geen halve?'. Het prachtige groene parcours ligt er al en de organisatie beschikt over vele jaren ervaring. Daarnaast denken wij dat er aan een halve triatlon in Nederland behoefte bestaat, daar er maar weinig wedstrijden over deze middenafstand worden georganiseerd. Dat onze gedachte juist was, bevestigt het grote aantal inschrijvingen. Medio mei hebben zich al meer dan 160 triatleten ingeschreven op deze afstand en we hebben nog anderhalve maand te gaan.

Naast de start van de midden afstand organiseren wij ook weer de 1/16° jeugd- en scholierentriatlonwedstrijd, de kwarttriatlon, de éénachtste triatlon individueel en voor trio's. De voorinschrijvingen voor deze onderdelen verlopen ook voorspoedig. Daarvoor zijn wij jullie dankbaar.

De organisatie doet opnieuw haar best om er voor de triatleten een mooie wedstrijddag van te maken. Zo krijgen de deelnemers op de middenafstand de mogelijkheid hun eigen favoriete muziek aan de organisatie door te geven. De bedoeling van de muziek is de triatlon een extra dimensie te geven en atleten die er een beetje door zitten van nieuwe motivatie te voorzien. Niet de beste nummers aller tijden zullen voorbij komen, maar inspirerende en motiverende nummers die de triatleten prikkelen tot het uiterste te gaan. Mocht dit niet genoeg zijn dan hebben wij onze vaste speaker Mark Krus nog die iedereen weer zal voorzien van een oppepper.

Wij hebben verder extra aandacht besteed aan het wisselzone. De routing is sterk verbeterd, waardoor kruisingen van zwemmers met fietsers en fietser met lopers tot een minimum zijn teruggebracht. De ChampionChip zorgt opnieuw voor de tijdsregistratie.

Om de wedstrijd ook voor gezinnen met of zonder kinderen, familie en fans zo aantrekkelijk mogelijk te maken, zullen start en finish goed zichtbaar blijven. Diverse kraampjes, waar (sport)kleding en drankjes worden verkocht, zullen het geheel opvrolijken. Een springkussen voor de kinderen is een extra reden om met het hele gezin te komen. STD wil een wedstrijd organiseren waar atleten, publiek, sponsors en bestuur nog vele jaren met plezier op terug kunnen kijken.

Een evenement als de 18° triatlon is een samenspel van een aantal factoren. Niet alleen de steun van de gemeente Montferland, maar ook organisatie en sponsors zijn belangrijke ingrediënten om de triatlonwedstrijd te laten slagen. Van een niet te onderschatten waarde is ook de groep vrijwilligers. Ruim honderd meisjes, jongens, vrouwen en mannen helpen op de wedstrijddag mee aan het welslagen van de triatlon. Tel daarbij de (sport)verenigingen, EHBO-ers, fotografen, NTB-juryleden, politie en talloze andere instanties en individuen en u begrijpt dat het succesvol organiseren van een dergelijk evenement veel werk met zich meebrengt. Het bestuur STD is er dan ook trots op om met al deze mensen te mogen samenwerken en wil hen daarvoor ook dankzeggen.

Tot slot rest ons u succes toe te wensen met uw laatste voorbereiding op deze wedstrijd en u te begroeten op zaterdag 3 juli aanstaande.

Hugo Boschker,  
Voorzitter Stichting Triatlon Didam



[www.triatlondidam.nl](http://www.triatlondidam.nl)

## voor de wedstrijd

**fietsend fit**

Tweewieler WINKEL VAN HET JAAR

**de Pedaleur**  
WIELERHUIS

Doetinchemseweg 71 Doetinchem (0314) 33 09 21 [www.pedaleur.nl](http://www.pedaleur.nl)

### Registratie

U meldt zich uiterlijk drie kwartier voor de start bij de registratie. De registratie bevindt zich nabij het parc-fermé en is vanaf 8:30 uur geopend voor de Midden afstand en de jeugd- en scholieren triatlonwedstrijd en voor de deelnemers van de overige afstanden vanaf 9:30 uur. Elke deelnemer ontvangt een genummerde enveloppe met 1 badmuts, 1 startnummer, 1 fietssticker en eventueel een ChampionChip met klittenband. **Mocht uw inschrijving/machtiging op 28 juni a.s. niet bij ons binnen zijn, dan dient u op de wedstrijddag alsnog contant te betalen.** Het eventueel teveel betaalde inschrijfgeld zal daarna z.s.m. worden teruggestort op uw rekening.

### Verdere gang van zaken

U dient uw fiets in het parc-fermé neer te zetten op de plaats die overeenkomt met uw startnummer. Elke deelnemer heeft zijn eigen plek. De fiets zal door de NTB worden gecontroleerd op stuur, remmen en loszittende of uitstekende delen. In het parc-fermé wordt op uw bovenarm het startnummer aangebracht. U dient vijf minuten voor de start van het zwemmen klaar te staan.

### Afmelden

Mocht u onverhoopt niet mee kunnen doen, dan stellen wij het op prijs dat u zich bij het wedstrijdsecretariaat afmeldt. Voor 27 juni: (0316) 240743, of op de dag zelf: (06) 42533289

### Programma

|                                    |                  | z      | f      | l      |
|------------------------------------|------------------|--------|--------|--------|
| Middenafstand                      | <b>10:00 uur</b> | 2 km   | 80 km  | 20 km  |
| Jeugd- en scholierentriatlon       | <b>10:10 uur</b> | 0,2 km | 7,5 km | 2,5 km |
| Kwarttriatlon                      | <b>11:00 uur</b> | 1 km   | 40 km  | 10 km  |
| Eénachtste triatlon, indiv. + trio | <b>11:30 uur</b> | 0,5 km | 20 km  | 5 km   |

Het geheel speelt zich af in en rondom recreatiegebied 'De Nevelhorst'.

**Ton Hageman** assurantiëkantoor



Assurantiën Hypotheken  
Pensioenen Zorg en Inkomen

Eekhegstraat 2 T +31 (0) 316 223858  
6942 GK Didam F +31 (0) 316 226918  
Postbus 74 info@tonhageman.nl  
6940 BB Didam www.tonhageman.nl



**STUDIO 103**

de laegte 36  
7251 vm vorden  
tel 0575 469449

info@studio-103.nl  
www.studio-103.nl

grafisch werktekenen en vormgeven

# BOUWEN OP ZEKER

- woningbouw
- utiliteitsbouw
- burgerbouw
- renovatie
- onderhoud
- timmerfabriek
- projectontwikkeling

## De Veluwezoom Didam



Bouwonderneming De Veluwezoom bv  
Parallelweg 7/Postbus 2, 6940 BA Didam  
Tel. 0316 - 221845 Fax 0316 - 227224  
E-mail: veluwezoom@volkerwessels.com



Bouwonderneming De Veluwezoom bv maakt deel uit van Koninklijke Volker Wessels Stevin nv

## *Wij doen aan Triatlon, doet u aan Gilde?* *Gilde wenst de deelnemers aan de Triatlon Didam succes*



*Gilde Groep biedt met het HandSoft Systeem een bedrijfsomvattende automatisering voor o.a. schilders, dakdekkers en installateurs; van tekenwerk, calculatie en offertes tot projectbeheer, planning, barcoding, facturering en financiële administratie.*

### **Gilde Software**

Automatiseringsoplossingen voor projectmatig werkende en dienstverlenende bedrijven

Postbus 119 - 6900 AC Zevenaar  
Tel 0316-345050 - Fax 0316-345458 - [www.gildesoftware.nl](http://www.gildesoftware.nl)

## reglement algemeen

Deelnemen houdt in het op de hoogte zijn van en akkoord gaan met het wedstrijdreglement. Iedere deelnemer dient er rekening mee te houden dat op verzoek moet kunnen worden getoond: een geldige legitimatie + NTB-atleten-licentie (alleen voor NTB-leden).

### **Leeftijden**

Voor de midden- en kwartafstand geldt een minimumleeftijd van 16 jaar.

### **Eigen risico**

Iedere deelnemer is verzekerd. Buiten deze verzekering doet u mee opeigen risico. De organisatie aanvaardt geen enkele vorm van aansprakelijkheid welke kan voortvloeien uit deelname aan deze triatlon.

### **Wedstrijdleiding, vrijwilligers en EHBO**

U dient alle aanwijzingen van wedstrijdleiding en vrijwilligers stipt op te volgen. De wedstrijdleiding houdt zich het recht voor deelnemers uit de wedstrijd te nemen of in te grijpen in het wedstrijdverloop als medische redenen of overtreding(en) van het reglement daar aanleiding toe geven. Zowel op het fietsparcours als bij de finish is EHBO aanwezig.

### **Afstanden en tijdmeting**

U bent zelf primair verantwoordelijk voor het afleggen van de volledige zwem-, fiets- en loopafstand gedurende de triatlon. De tijdmeting vindt plaats op individuele basis, waarbij ook de tussentijden worden gemeten.

### **Verzorgers / begeleiders**

Er zijn geen verzorgers of begeleiders toegestaan op de parkoersen of in de wisselzone.

### **Uitvallen**

Als u gedurende de wedstrijd uitvalt, dient u zich zo spoedig mogelijk af te melden bij het wedstrijdsecretariaat



INSTALLATIETECHNIEK

**KREMER BV**

'S - HEERENBERG

**Installatietechniek Kremer**

Elektra / Domotica / Centrale verwarming / Loodgieterswerk  
Telefoon 0314 662445

**Industriële Automatisering Kremer**

System integrator / Project engineering / Paneelbouw / Veldmontage  
Telefoon 0314 675055

**Telematica Kremer**

Telecommunicatie / Beveiliging / Datacommunicatie / Audio & Video  
Telefoon 0314 675050

[www.kremer.nl](http://www.kremer.nl)

**Gigaset shop.nl**

De online shop voor  
al uw Siemens Gigaset  
telefoons en accessoires

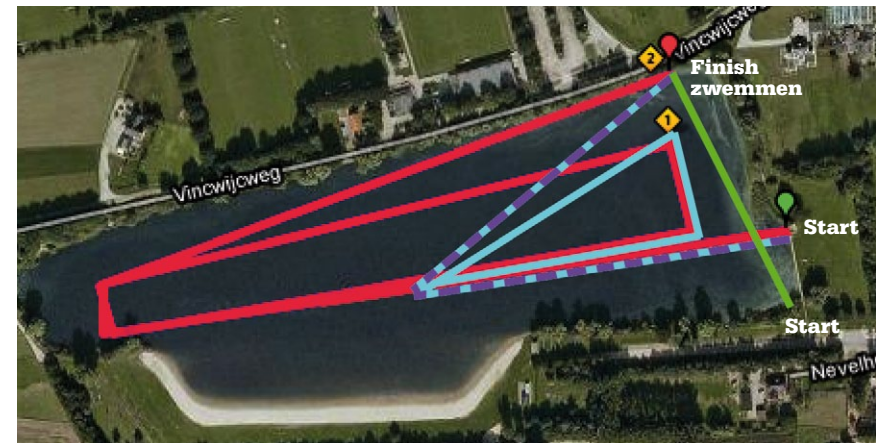
[www.gigasetshop.nl](http://www.gigasetshop.nl)

Powered by SDC Logistics BV



## reglement zwemmen

Het zwemmen vindt plaats in het open water van 'De Nevelhorst'. Bij een watertemperatuur van 14°C of minder is een wetsuit verplicht. Bij een watertemperatuur van 13°C of minder mag er niet worden gezwommen. De start vindt plaats vanuit het water. Let op: alleen op teken van de starter mag u vertrekken, te vroeg starten houdt diskwalificatie in. Snelheidsvermeerderende middelen zijn niet toegestaan.



### Zwemparcoursen

|                                    |                    |                      |
|------------------------------------|--------------------|----------------------|
| Middenafstand                      | Rood               | 2 km (2 ronden)      |
| Kwarttriatlon                      | Blauw (gestippeld) | 1 km (2 ronden)      |
| Eénachtste triatlon, indiv. + trio | Paars (gestippeld) | 0,5 km (1 ronde)     |
| Jeugd- en scholierentriatlon       | Groen              | 0,2 km (rechte lijn) |

Er zijn duikers, kano's en een boot aanwezig in en op het water. Geef in geval van nood de aanwezige begeleiders duidelijk een teken met uw armen boven uw hoofd. Maak een pompende beweging of trek op andere wijze de aandacht.

Na het zwemmen gaat u naar de wisselzone in het parc-fermé om met de fiets het parcours te vervolgen. De zwemmers van de trioteams geven in de daarvoor bestemde trio-wisselzone hun ChampionChip door aan de fietsers die vervolgens hun fiets pakken en het parcours vervolgen.

## reglement fietsen



**Signnovation**<sup>®</sup>  
INTERNATIONAL

Op het parcours bent u een gewone verkeersdeelnemer met de ook voor u geldende verkeersregels. Wees voorzichtig bij het oversteken van kruisingen en voorrangswegen voor uw eigen veiligheid en die van anderen.

U bent verplicht eerst uw helm op te zetten, pas daarna mag u vertrekken. Zorg er eveneens voor dat uw startnummer op uw rug zit! Uw startnummer a.u.b. niet dubbelvouwen i.v.m. sponsoring. U loopt met de fiets aan de hand door het parc-fermé. Pas na de balk mag u op de fiets stappen.

Let op: het dragen van een HELM IS VERPLICHT!

Niet toegestaan zijn stayeren, jojoën, begeleiding met fiets, brommer of auto of andere overtredingen van het wedstrijdreglement. NTB-juryleden op motoren zullen hierop controleren. De NTB-reglementen gelden voor deelnemers aan alle afstanden. Bij pech onderweg moet u zelf een oplossing zoeken. Hulp van derden is niet toegestaan.

### Fietsparcoursen (zie kaart hiernaast)

Deelnemers aan de scholientriatlon fietsen drie kleine ronden, de overige deelnemers rijden het hele parcours volgens onderstaand schema:

|                                    |                               |        |
|------------------------------------|-------------------------------|--------|
| Middenafstand                      | 4 ronden (paarse route)       | 80 km  |
| Kwarttriathlon                     | 2 ronden (paarse route)       | 40 km  |
| Eénachtste triatlon, indiv. + trio | 1 ronde (paarse route)        | 20 km  |
| Jeugd- en scholientriatlon         | 3 ronden ( <b>rode</b> route) | 7,5 km |

Na afloop van het fietsen moet u zelf de fiets wegzetten. **Pas daarna mag u uw helm afzetten** en kunt u aan het looponderdeel beginnen. Deelnemers aan de triotriatlon geven in de trio-wisselzone de ChampionChip door aan de loper van het team (ook dit wordt gecontroleerd).

## reglement **lopen**

Na het fietsen gaat u vanaf de wisselzone het loopparcours op. Deelnemers aan de kwart-, éénnachtste en scholierentriatlon lopen het rode parcours (2,5 km). Deelnemers aan de middenafstand lopen het blauwe parcours (5 km) volgens, waarbij men in de lus **links** dient te lopen. Het aantal ronden per afstand is als volgt:

|  |                         |       |
|--|-------------------------|-------|
| Middenafstand                            | 4 ronden (blauwe route) | 20 km |
| Kwarttriathlon                           | 4 ronden (rode route)   | 10 km |
| Eénnachtste triatlon, individueel + trio | 2 ronden (rode route)   | 5 km  |

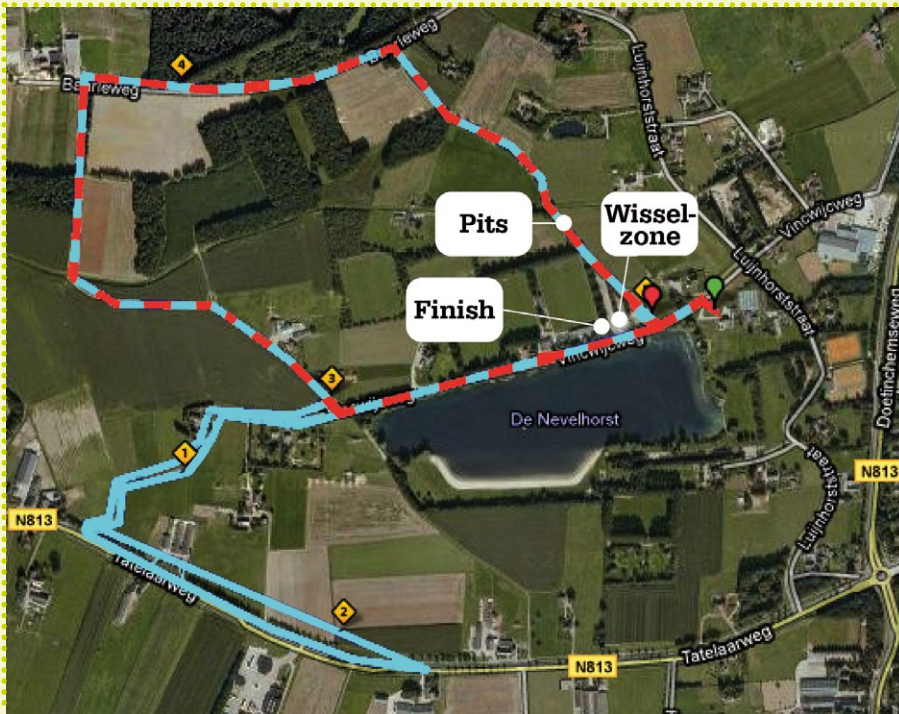
Het is de deelnemer niet toegestaan zich tijdens het lopen te laten begeleiden of zich schuil te houden achter een niet-deelnemer. U finisht op het finishterrein. Hier wordt van iedere deelnemer een finishfoto wordt gemaakt.

Het door de organisatie verstrekte startnummer dient volledig zichtbaar op de borst of buik te worden gedragen. Bij het lopen dient de deelnemer een broek en bovenkleding of triatlonpak te dragen. Lopen met ontbloot bovenlijf is niet toegestaan.

### Verzorging

Op het loopparcours zal er verzorging voor de deelnemers zijn. Voor de atleten op de middenafstand zullen er o.a. stukjes ontbijtkoek, banaan, appel, sinaasappel en bekertjes sportdrink en water beschikbaar zijn. Voor de sporters op de kwart-, éénnachtste en scholierentriatlon zal er onderweg water beschikbaar zijn. Na de finish is er voor alle deelnemers fruit, koek, water en sportdrink aanwezig.

Deelnemers aan de triotriatlon dienen gezamenlijk te finishen. Daartoe is op ca. 200 meter voor de finish een 'pits' ingericht van waaruit de overige teamleden hun looper naar de finish vergezellen. De teamleden dienen er zelf voor te zorgen daar op tijd aanwezig te zijn. De pits is vanaf het finishterrein te bereiken (zie ook plattegrond finishterrein op 3 juli).



### MUZIEKCAFÉ EN PARTYCENTRUM

**plok**

Dijksestraat 52 - 6942 GD Didam  
T (0316) 226058 - [www.plok.nl](http://www.plok.nl)

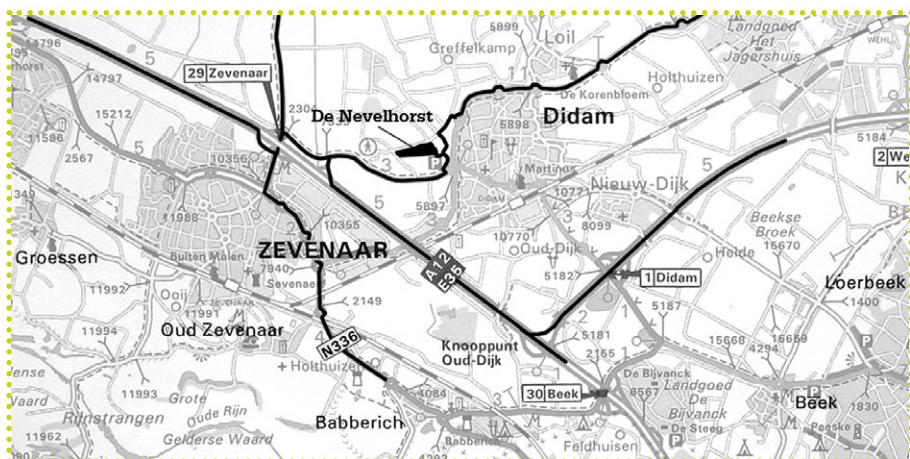
**PARTYCENTRUM**  
**Dieckse Heeren**

Smallestraat 33 - 6942 HA Didam  
T (0316) 220041  
[www.dieckseheeren.nl](http://www.dieckseheeren.nl)

De tijdmeting bij de 18<sup>e</sup> Triatlon Didam is in opnieuw in handen van ChampionChip. Elke individuele deelnemer en elk trio krijgen een chip die d.m.v. een bijbehorend klittenband om de enkel moet worden bevestigd. **Het is belangrijk de chip niet om de pols of ergens anders te dragen**, omdat de tijdsregistratie in dat geval kan weigeren door een te grote afstand van de chip tot de mat.

Voor deelnemers aan de triotriatlon geldt de chip als 'estafettestokje'; de zwemmer geeft de chip in de triowisselzone door aan de fietser, de fietser geeft de chip na het fietsen door aan de loper. Alle leden van het trioteam moeten de chip om hun enkel dragen. Individuele deelnemers houden de chip gedurende de hele wedstrijd om.

Na de finish kunt u de chip inleveren in de daarvoor aanwezige opvangbak na de finish of wanneer u uw fiets ophaalt uit het parc-fermé. Ook is het mogelijk de chip per post aan de Stichting Triathlon Didam te retourneren. **Deze moet dan uiterlijk 10 juli binnen zijn.** Let op! Wanneer een chip niet op 10 juli 2010 in het bezit van de organisatie is zal de ChampionChip als behouden door de deelnemer worden beschouwd en wordt de machtiging voor afschrijving van het aankoopbedrag à € 25,- effectief.



## Douche en massage

Op het terrein van voetbalvereniging DVC '26 kunt u gebruik maken van de douches. Tevens is er een massageruimte aanwezig, waar u zich na afloop tegen een vrije gift kunt laten masseren.

## Fietsbewaking

Het parc-fermé wordt tot 16.30 uur bewaakt. Op vertoon van uw startnummer kunt u uw fiets ophalen. Bij het verlaten van het parc-fermé wordt het fietsplaatje verwijderd en kunt u alsnog uw ChampionChip inleveren.

## Prijsuitreiking

De prijsuitreiking vindt zo snel mogelijk na de wedstrijd plaats nabij de finish. Voor de middenafstand zijn er voor de mannen en vrouwen geldprijzen te verdienen. Hierbij is een onderverdeling gemaakt naar diverse leeftijdscategorieën. Voor de andere afstanden zijn er voor de nummers 1, 2 en 3 overall prijzen, zowel voor de mannen als de vrouwen. Voor de jeugdcategoryen zijn er aparte prijzen, evenals voor de scholientriatlon. Niet afgehaalde prijzen worden niet nagestuurd!

## Uitslagen

Uitslagen en foto's zijn na de wedstrijd op [triatlondidam.nl](http://triatlondidam.nl) te vinden.

## Bereikbaarheid

Openlucht recreatiegebied 'De Nevelhorst' is te vinden even buiten de bebouwde kom van Didam, richting Zevenaar. De route naar 'De Nevelhorst' zal vanaf diverse richtingen worden aangegeven. 'De Nevelhorst' is gemakkelijk bereikbaar via de A12 (afslag Zevenaar, Didam). Vanaf daar wordt u via borden naar het terrein geleid. Een routekaartje vindt u op pagina hiernaast.

## Contactadressen

Sportpark 'De Nevelhorst'/sportcomplex DVC '26: (0316) 221919.  
Wedstrijdsecretariaat triatlon, De Els 12,6942 TK Didam, (0316) 240743.

Het is tijd om te sporten.

Het is tijd voor de Rabobank.



Rabobank

Euregio Rijn-Waal hecht grote waarde aan sport-evenementen met Duitse en Nederlandse deelnemers uit de lidgemeenten van de Euregio Rijn-Waal. Om dit te bevorderen heeft de Euregio Rijn-Waal de Stichting Triathlon Didam met een financiële bijdrage ondersteund om haar 18<sup>e</sup> triatlon te organiseren.

[www.euregio.org](http://www.euregio.org)



**Grimpeur  
wielersport**

[www.grimpeurwielersport.nl](http://www.grimpeurwielersport.nl)

Beekseweg 42a - 6909 DT Babberich - Telefoon (0316) 248080

## medewerkers / **sponsoren**

De organisatie van de 18<sup>e</sup> Triatlon Didam is veel dank verschuldigd aan:

*Co-sponsoren:*

Bouwonderneming De Veluwezoom, Didam  
Easy Running, Doetinchem

*Subsponsoren:*

Assurantiekantoor Ton Hageman, Didam  
Kremer Installatietechniek, Automatisering  
en Telematica, 's-Heerenberg  
Euregio Rijn-Waal, Kleve (D)  
Grimpeur Wielersport, Babberich  
Partycentrum 'Plok', Didam  
Wielershuis De Pedaleur, Doetinchem  
Gilde Software, Zevenaar  
Rabobank, Didam  
Derksen Beheer bv, Didam  
SDC Logistics BV, Doetinchem

*Ontwerp en realisatie:*

Studio 103, Vorden

*En verder:*

Drive4Wind, Steenderen  
Mobybikes.nl, Didam  
Schuurman Schoenen  
Sportsplanet, Westervoort  
Dumphuis, Doetinchem  
Gemeente Montferland  
Gemeente Doetinchem  
Gemeente Zevenaar  
Politie Didam  
EHBO afdeling Didam  
Voetbalvereniging DVC '26  
Duikvereniging O.S.V.D.  
Recreatieschap  
Achterhoek/Liemers  
Motorclub Zevenaar  
Tatelaar Brandstoffen  
Rensa, Didam

...en uiteraard alle vrijwilligers zonder wie de triatlon niet mogelijk zou zijn.

**Organisatie**

De organisatie van de triatlon is in handen van de Stichting Triathlon Didam. Deze stichting maakt deel uit van triatlonvereniging Triathliem uit Didam. Triathliem is een actieve vereniging met bijna 100 leden uit de Liemers en Achterhoek en verzorgt wekelijks drie zwemtrainingen, een looptraining op de atletiekbaan en in het zomerseizoen een fietstraining. Naast deze officiële trainingen zijn er fiets- en looptrainingen zonder begeleiding.

Geïnteresseerd? Kom eens geheel vrijblijvend meetrainen.  
Triatlonvereniging Triathliem - Martine Postema, tel. (0316) 229150,  
Gerard Heijnen, tel. (0316) 228613 of kijk op [www.triathliem.nl](http://www.triathliem.nl)



*Easy Running is tijdens de Triatlon Didam aanwezig met een stand vol triatlonartikelen. O.a. met sterk afgeprijsde tri-kleding en wetsuits (a.u.b. zoveel mogelijk gepast betalen). Ook kun je dan een afspraak maken voor bv. het passen van een wetsuit of een loopanalyse.*

Bij Easy Running vind je alles op het gebied van hardlopen en triathlon, voor zowel de beginnende recreant als de gevorderde wedstrijdporter. Naast een uitgebreide collectie loopschoenen verkopen wij ook meerdere merken functionele loopkleding. Maar ook accessoires zoals: hartslagmeters, sportvoeding en bottlebelts ontbreken niet.

### **Easy Running**

IJsselkade 3 - 7001 AN Doetinchem

Tel. 0314-390840 - [info@easy-running.nl](mailto:info@easy-running.nl) - [www.easy-running.nl](http://www.easy-running.nl)

## **En dan nog iets...**

Heb je al gestemd op je Favoriete muziek?  
Dat kan nog tot aan de wedstrijd, en wie weet word  
jou muziek wel gedraaid vlak voordat je je laatste  
ronde in gaat !



Ook kan je nog eventuele andere wetenswaardigheden  
t.b.v. de speaker (of bezwaren om te worden omgeroepen?)  
doormailen aan: [info@triatlondidam.com](mailto:info@triatlondidam.com), met in de onderwerpregel:  
'informatie t.b.v. speaker'