

# Briefing Zwemloop Leuven 30.04.2023

by Marmotta Triathlon Tribe

## 1. Algemeen

Op **ZONDAG 30 April 2023** organiseert Marmotta Triathlon Tribe haar tweede zwemloop op en rond de Sportoase, Philipssite 6, 3000 Leuven. Deze zwemloop is voor alle leeftijdscategorieën toegankelijk en zal plaatsvinden van 10u tot 13u.

- Adres: Sportoase Leuven → Philipssite 6, 3000 Leuven
- Opening wedstrijdsecretariaat: 8.00u
- Deadline inschrijvingen: 28.04.2023
- Toeschouwers zijn toegelaten (tribune zwembad), bij 6-7 & 8-9 jarigen is 1 begeleider toegestaan in het zwembad.

## 2. Aanmelden secretariaat

- Meld je tijdig aan bij de inschrijvingen (in de inkomhal van Sportoase)
- Breng je ID en/of licentie mee om je inschrijving na te kijken
- Dit krijg je van ons: badmuts, zakje voor in de wisselzone, chip voor tijdsregistratie, extra begeleidende brief voor de dag zelf.
- Polsbandje voor de begeleider voor kinderen t/m 11j en teamcoaches
- Wacht op je bodymarking

## 3. Zelf mee te nemen material

- Identiteitskaart of licentiekaart voor aan het wedstrijdsecretariaat
- Zwemkledij/triatlonpak
- Zwembril
- Handdoek
- T-shirt, evt voor bij lopen
- Loopschoenen
- Evt douchemateriaal.

## 4. Afstanden en startuur (voorlopig)

Opmerking 1. Bij de 6-7j mag een ouder/begeleider meezwemmen of mogen hulpmiddelen (plankje/bandjes/zwemgordel) gebruikt worden.

Opmerking 2. Bij de jongste reeksen mag telkens 1 begeleider/ouder mee in het zwembad. Mogen we vragen dat teams zich laten ondersteunen door 1 coach.

Start - Reeks	Secretariaat	Aanmelden Wisselzone - Kleedkamernummer	Aanwezig in zwembad	Startuur	Afstanden
<b>Reeks 1</b>					
F/M 6-7j	8.00-9.10	9.30 - KK	9.50	10.00	50m/500m
<b>Reeks 2</b>					
F 8-9j	8.00-9.10	9.40 - KK	10.00	10.10	100m/750m
<b>Reeks 3</b>					
M 8-9j	8.00-9.30	9.50 - KK	10.10	10.20	100m/750m
<b>Reeks 4</b>					
F 10-11j	8.00-9.40	10.00 - KK	10.20	10.30	150m/1150m
M 10-11j	8.00-9.40	10.00 - KK	10.20	10.30	150m/1150m
<b>Reeks 5</b>					
F 12-13j (Jeugd C)	8.00-9.50	10.10 - KK	10.30	10.40	200m/1700m
<b>Reeks 6</b>					
M 12-13j (Jeugd C)	8.00-10.10	10.30 - KK	10.50	11.00	200m/1700m
<b>Reeks 7</b>					
F 14-15j (Jeugd B)	8.00-10.30	10.45 - KK	11.05	11.15	250m/2100m
M 14-15j (Jeugd B)	8.00-10.30	10.45 - KK	11.05	11.15	250m/2100m
<b>Reeks 8</b>					
F 16-17j (Jeugd A)	8.00-10.40	11.00 - KK	11.20	11.30	500m/5000m
F 18-23j (Junioren - MU23)	8.00-10.40	11.00 - KK	11.20	11.30	500m/5000m
F 24-39j (Senioren)	8.00-10.40	11.00 - KK	11.20	11.30	500m/5000m
F 40+j (Masters)	8.00-10.40	11.00 - KK	11.20	11.30	500m/5000m
<b>Reeks 9</b>					
M 16-17j (Jeugd A)	8.00-11.00	11.20 - KK	11.40	11.50	500m/5000m
M 18-23j (Junioren - MU23)	8.00-11.00	11.20 - KK	11.40	11.50	500m/5000m
M 24-39j (Senioren)	8.00-11.00	11.20 - KK	11.40	11.50	500m/5000m
F 40+j (Masters)	8.00-11.00	11.20 - KK	11.40	11.50	500m/5000m
M 40+j (Masters)	8.00-11.00	11.20 - KK	11.40	11.50	500m/5000m
<b>Reeks 10</b>					
M 16-17j (Jeugd A)	8.00-11.00	11.40 - KK	11.50	12.00	1000m/10000m
M 18-23j (Junioren - MU23)	8.00-11.00	11.40 - KK	11.50	12.00	1000m/10000m
M 24-39j (Senioren)	8.00-11.00	11.40 - KK	11.50	12.00	1000m/10000m
F 40+j (Masters)	8.00-11.00	11.40 - KK	11.50	12.00	1000m/10000m
M 40+j (Masters)	8.00-11.00	11.40 - KK	11.50	12.00	1000m/10000m

## 5. Wisselzone (Kleedkamers zwembad)

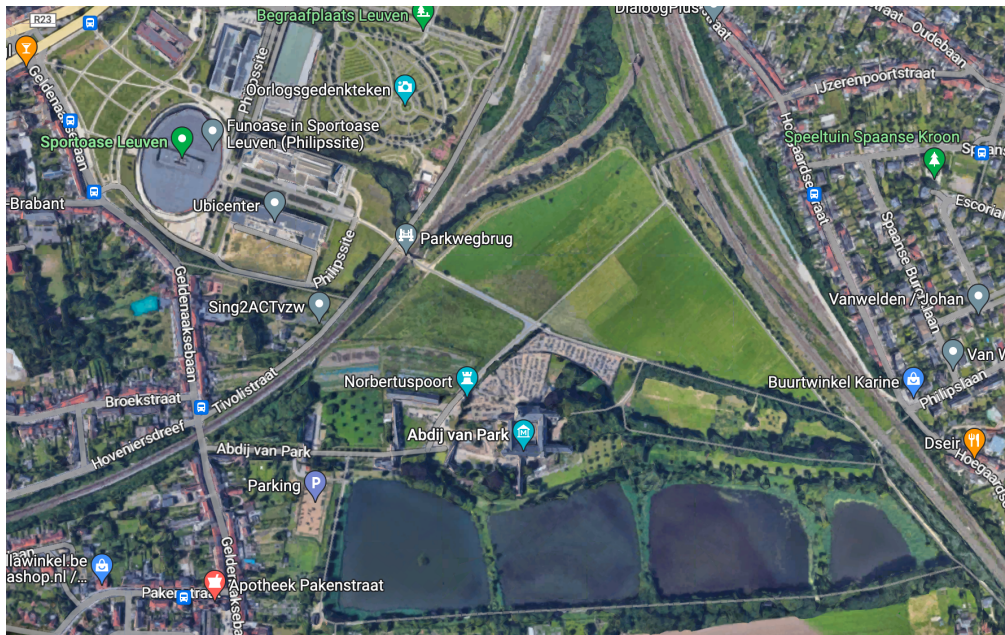
- Enkel toegang voor atleten (en evt begeleider bij kinderen t/m 11 jaar) -
- Hier leg je je loopschoenen, eventueel kledij, handdoek e.d. om meteen van het zwemmen door te kunnen gaan op het lopen.
- **In de wisselzone mogen geen andere waardevolle spullen worden achtergelaten.**

## 6. Wedstrijdverloop

- Aantrekken zwemkledij: Dit kan in de kleedkamer van de Sportoase, maar wij raden aan om je zwemkledij op voorhand al aan te doen.
- Zwemmen: 25-meterbad, aan elke baan is er een vrijwilliger die het aantal gezwommen lengtes bijhoudt, doch het blijft je eigen verantwoordelijkheid om de juiste afstand te zwemmen. Met een zwemplankje geeft hij aan wanneer de zwemmers klaar zijn. Er zal een antislipmat voorzien zijn voor de strook van het zwemmen tot de wisselzone
- Wisselzone: Deponeer hier je zwembril en badmuts in het bruine genummerde zakje van Louis Delhaize. Dit zakje wordt voor jou naar de finish gebracht door de waar je het kan oppikken. Hier staan je loopschoenen en/of loopkledij klaar. Wissel en stap/ naar buiten. **WEES VOORZICHTIG zowel binnen als buiten !!**
- Lopen: Parcours zal duidelijk aangegeven zijn met behulp van lint en seingevers. Zie alle parcours verderop dit document.
- Bevoorrading langs het parcours bij warm weer

- Bij de finish zal een vrijwilliger staan waaraan je je chip dient terug te geven
- Prijsuitreiking: Podium per categorie en per gender t/m Jeugd A, dadelijk na iedere wedstrijd. Voor de Open categorie is er 1 podium per gender.
- Goodie-bag: Elke deelnemer krijgt een goodie-bag vol leuke spulletjes aan de finish
- Douches: Na de wedstrijd kan je douchen in de Sportoase, dit zal ook duidelijk zijn aangegeven op het domein. De douches sluiten ten laatste om 14.00h.

## 7. Parking



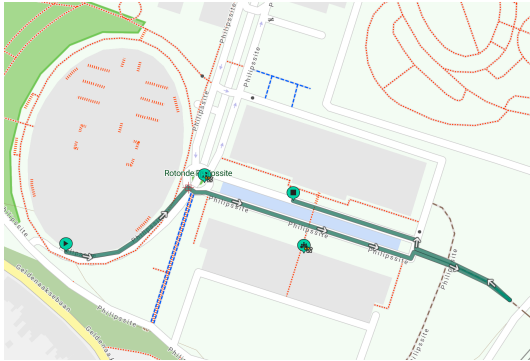
- Auto parking: Parking Philipssite
- Fietsparking: Meer dan voldoende aanwezig op de terreinen rondom Sportoase
- Bushalte: Halte Leuven Parkpoort
- Trein: Leuven station – 1,7 km wandelen of de bus nemen.

## Belangrijke wedstrijdlocaties

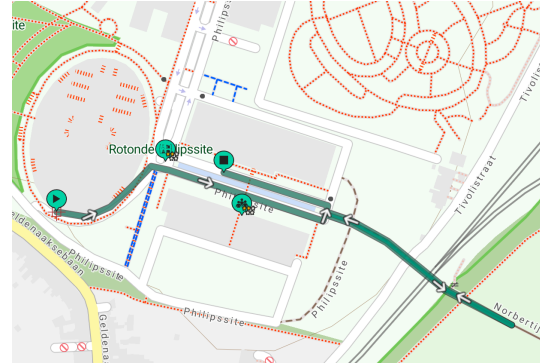
- Wedstrijdsecretariaat: Inkomhal Sportoase
- Kleedkamers: Sportoase
- Zwembad: Sportoase
- Wisselzone: voor het zwembad
- Aankomst lopen: Philipssite

## 8. Parcours + grondplan

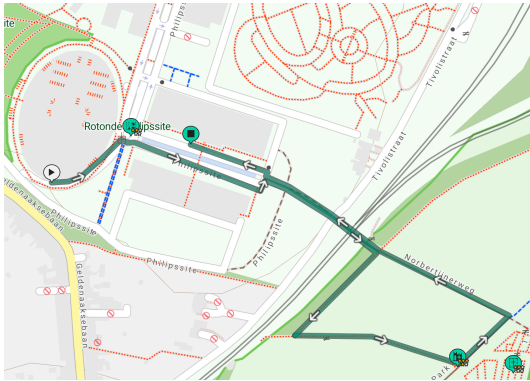
**Parcours 6-7j (500m)**



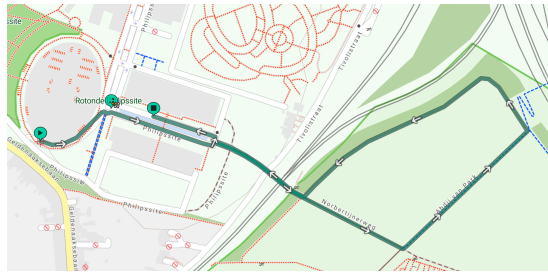
**Parcours 8-9j (750m)**



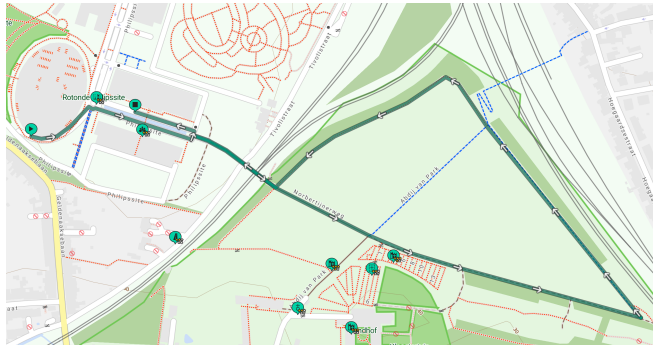
**Parcours 10-11j (1000m)**



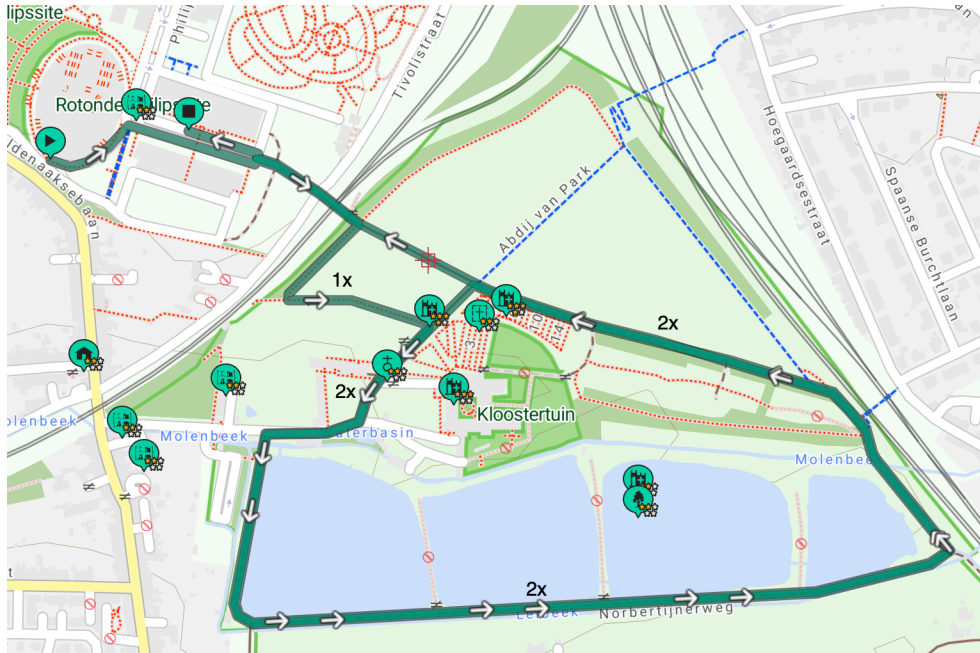
**Parcours 12-13j (1500m)**



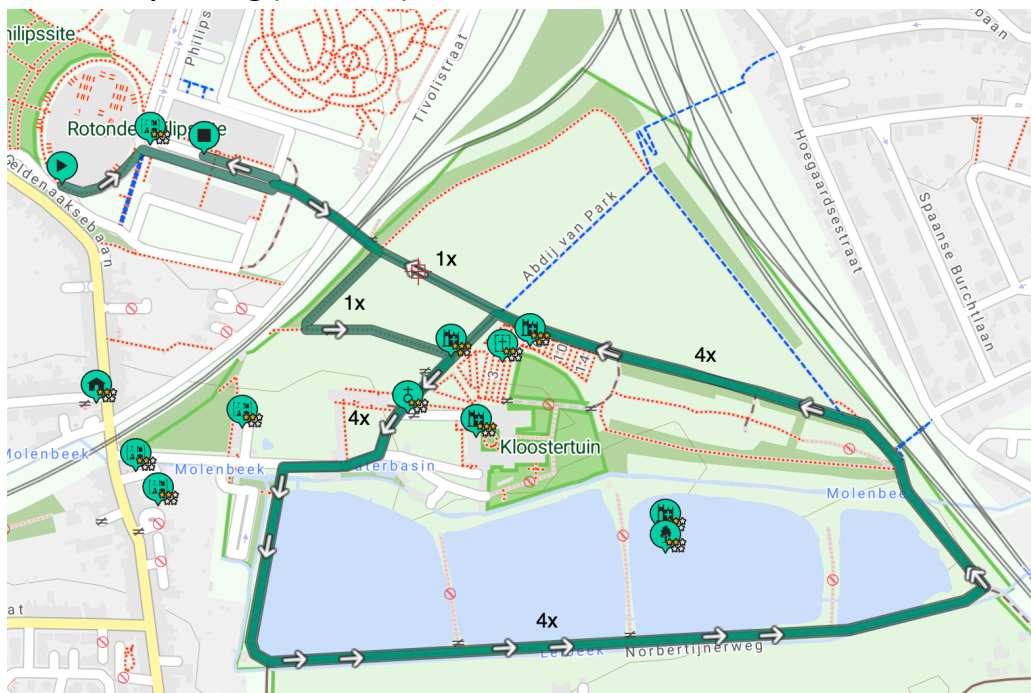
**Parcours 14-15j (2000m)**



### Parcours 16-17j (2x 2,5km) - Open kort (2x 2,5km)



### Parcours Open lang (4x 2,5km)



Voor meer vragen kan u contact opnemen met ons secretariaat via [info@marmottatribe.be](mailto:info@marmottatribe.be)

Vriendelijke groeten,

Organisatieteam Marmotta Triathlon Tribe