

Programmaboekje

Rijntocht & NK Crosstriatlon

RZC

26 augustus 2017





Inhoudsopgave

Welkom in Renkum	3
Welkom bij de Rijntocht & Crosstriatlon.....	4
Van toen naar nu	6
Locatie	8
Tijdschema-Dagschema per onderdeel.....	9
Tijdschema-Dagschema chronologisch	11
Algemeen.....	13
Triatlon wisselzone / parc-fermé	16
Kaartje Wisselzone en routing op terrein	17
Overzichtskaart evenement en de zwemstarts.....	18
Zwemmen.....	19
Mountainbiken	20
Parcours mountainbiken	22
Lopen.....	23
Parcours lopen grote ronde (5,5 km)	24
Parcours lopen kleine (2,5 km) ronde (1/16e en NK12+).....	25
Teamtriathlon.....	26
Reglement	27
Wat neem ik mee naar zwemtocht of triatlon?	28
Checklist	30
Eregalerij Renkumse Crosstriatlon	31
Voorlopige Deelnemerslijst Triathlon	32
Schwalbe Cross Series	41
De Rijntocht & Crosstriatlon is mede mogelijk dankzij	42



Welkom in Renkum

Beste deelnemers,

Vorig jaar schreef ik in het voorwoord dat 'wij in Renkum met onze bossen, de Rijn en de stuwwal het perfecte decor hebben voor de Rijntocht en Crosstriathlon'. Een beetje chauvinistisch natuurlijk maar als wethouder mag je dat best wel eens zijn.

We zijn overigens ook oprecht trots op onze mooie omgeving. Dat we een perfect decor hebben voor een crosstriathlon is nu ook onderkend door de Nederlandse Triathlon Bond. Het Nederlands Kampioenschap crosstriathlon is namelijk toegewezen aan de Renkumse Zwem- en Poloclub (RZC). Dus naast de Rijntocht en de Renkumse crosstriathlon voor alle dappere deelnemers is er nu een heus Nederlands Kampioenschap in Renkum.

Zo'n kampioenschap krijg je natuurlijk niet zomaar toegewezen. Als organisatie moet je hebben bewezen een goed evenement te kunnen organiseren. Dat heeft RZC gedaan de afgelopen jaren. Stap voor stap is de organisatie geprofessionaliseerd. Ze zijn niet overhaast te werk gegaan en uit de overleggen die ik met ze heb gehad was goed te merken dat aan elk detail aandacht wordt besteed.

Dus naast de trots voor onze mooie omgeving zijn we ook trots op zo'n actieve en professionele vereniging als RZC! Het wordt ongetwijfeld een prachtige dag en we hopen natuurlijk op een zeer spannend Nederlands Kampioenschap.

Ik wens alle deelnemers, aan de Rijntocht en de crosstriathlon, een buitengewoon mooie dag toe met hopelijk veel mooie individuele en gezamenlijke prestaties!

Jasper Verstand
Wethouder Sport
Gemeente Renkum

Welkom bij de Rijntocht & Crosstriatlon

Van harte welkom bij de Rijntocht en het NK-Crosstriatlon.

De Renkumse zwem- en poloclub RZC organiseert de Rijntocht nu voor de 7e keer en de Crosstriatlon voor de 4e keer. De 'Renkumse Rijntocht & Crosstriatlon' is uitgegroeid tot een schitterend jaarlijks evenement.

Na de geslaagde edities van voorgaande jaren heeft de Nederlandse Triathlon Bond (NTB) het vertrouwen uitgesproken dat RZC ook het NK kan organiseren. RZC is trots om het NK Crosstriatlon in en om Renkum mogelijk te kunnen maken.

Met veel enthousiasme en passie organiseren de vele vrijwilligers de 'Renkumse Rijntocht & Crosstriatlon'. Een evenement dat niet kan plaatsvinden zonder de prettige samenwerking met de Gemeente, Parenco, Staatsbosbeheer, Zinzia Zorggroep (Landgoed Oranje Nassau's Oord) Rijkswaterstaat, Reddingsbrigade en NTB en de bijdragen van sponsors. Aan allen, die aan deze editie van de 'Renkumse Rijntocht en Crosstriatlon' hebben meegewerkt, veel dank!

Ook dank aan de deelnemers voor het inschrijven, immers zonder deelnemers geen geslaagd evenement. Het aantal inschrijvingen is dit jaar wederom toegenomen!

De door RZC aangeboden zwemclinic in de maanden juli en augustus was een succes. Deelnemers aan de Rijntocht & Crosstriatlon hebben, onder deskundige leiding, hun zwemtechniek en zwemconditie op peil gebracht. Dat schept verwachtingen...

De triatlon-afdeling van RZC is het afgelopen jaar gegroeid. Zowel in aantal leden als in trainingsvormen. De komst van het nieuwe zwembad, zal ook op deze afdeling een positieve uitwerking hebben. De triatlonleden kunnen nu voor eigen publiek laten zien dat de trainingsarbeid niet voor niets is geweest.

Van alle deelnemers verwachten wij een sportieve strijd en houding. En het is vanzelfsprekend dat deelnemers en toeschouwers respect tonen voor elkaar en voor de schitterende natuur waarin het evenement gehouden wordt.

In dit programmaboekje is alle informatie opgenomen. U wordt aangeraden om dit programmaboekje goed door te lezen. Extra aandacht wordt gevraagd voor het opgenomen tijdschema want dat is in verband met het NK anders en uitgebreider dan voorgaande jaren.

Wij wensen de deelnemers veel succes en de toeschouwers een mooie dag.

Namens het bestuur RZC,
Voorzitter,
Werner Koch

Organisatieteam en contact

rijntocht@rzcrenkum.com

Geert van Duinhoven:	06-22530125
Alef van Brakel:	06-46285720
Bart Jan de Lorijn:	06-21541482
Joost Christiaans:	06-24506119
Manon Vaal:	06-41822126
Nicole Voet	
Martijn Steenbergen	
Eric Kuijt	

Meer info:

<http://www.rzcrenkum.com/triatlon/>

en

<https://www.facebook.com/Renkumse-Rijntocht-Crosstriathlon-221231161411489/>

Van toen naar nu

De Rijntochten

Op de Olympische Spelen van 1928 in Amsterdam was er veel aandacht voor de zwemsport, er werd een aantal medailles behaald door de Nederlandse zwemsters. Zo groeide de belangstelling voor het zwemmen in het hele land. In Renkum werd een stichting opgericht om een zwembad in de gemeente te realiseren. Al in 1929 kwam er een zwembad in het rivierwater van de Rijn. In korte tijd bracht een badmeester een groot aantal inwoners uit Renkum het zwemmen bij. In 1931 werd zwemvereniging RZC opgericht. Onder de hoede van de badmeester werd er stevig getraind en al heel gauw was er een poloteam en een zwemafdeling die ook aan wedstrijden deelnamen.



Naast het poloën en zwemmen kwam men op de gedachte een zwemwedstrijd in de rivier de Rijn te organiseren. Er kwam een wedstrijd van 1 kilometer en dat was zo'n groot succes dat men besloot ook een 5 kilometer wedstrijd te houden. Daaraan deden zwemmers uit heel Nederland mee. Velen kwamen al een dag eerder, ze kampeerden op de dijk en wachtten daar op de boot die ze de volgende dag 5 kilometer stroomopwaarts zou brengen. De dames startten het eerst en tien minuten later mochten de heren het water in. De tijdwaarnemers stonden bij het zwembad met een duivenklok klaar. De zwemmers werden ieder jaar aangemoedigd door honderden mensen!

De laatste 5 kilometer wedstrijd in de Rijn vond in 1959 plaats. Het rivierwater was zo ernstig vervuild, dat het niet meer verantwoord was om er in te zwemmen. Zo kwam er niet alleen aan de jaarlijkse wedstrijd, maar ook aan het zwembad in de Rijn een einde.



Ter ere van het tachtigjarig jubileum organiseerde RZC, net als vele jaren geleden, in september 2011 opnieuw een zwemtocht in de Rijn. Sindsdien organiseert de vereniging elk jaar de zwemtocht over de Rijn, op de laatste zaterdag van augustus.

De zoektocht naar geschikt zwembad

De zwemvereniging ging na het verdwijnen van het zwembad in de Rijn een slapende periode tegemoet tot 1969. In dat jaar ging een groot aantal vrijwilligers voor het eerst zwemlessen geven in het Sportfondsenbad Wageningen. RZC had toen zo'n 500 leden die met een pendelbus naar Wageningen en terug werden gebracht. Totdat in de jaren zeventig het twintigmeterbad Aquarijn werd gebouwd in Renkum. Eind oktober 2017 wordt het multifunctionele sportcentrum Doelum opgeleverd met een prachtig zwembad van 25 meter. Het nieuwe thuisbad van RZC!

Nieuwe loten: crosstriatlon en zwemwedstrijd!

In 2013 is als proef met ongeveer 30 pioniers een eerste crosstriatlon gehouden. Dit idee sloeg zo aan dat we in 2014 besloten een echte crosstriatlon te houden, waaraan zo'n 90 mensen deelnamen. Vanaf 2015 is er naast de lange afstand ook een korte afstand geïntroduceerd. Sindsdien groeit het evenement elk jaar in kwalitatief en kwantitatief opzicht, op natuurlijke wijze, maar ook door inspanningen van het organisatieteam en andere enthousiaste vrijwilligers!

In 2017 mag RZC voor het eerst het Nederlands Kampioenschap Crosstriatlon organiseren. Natuurlijk een grote eer en we gaan er ook een mooi feestje van maken voor deelnemers en publiek.

Een triatlonafdeling

Laatste wapenfeit is dat als pay-off van al dit moois RZC in 2016 gestart is met een triatlonafdeling. Met een heren-triatlonteam nemen we dit seizoen deel aan de landelijke teamcompetitie in de 4^e divisie met mooie nieuwe RZC-kleding. We hopen dat deze afdeling, net als de Rijntocht & Crosstriatlon zich kwalitatief en kwantitatief ontwikkelt op de RZC manier. Aan RZC, Doelum en de enthousiaste leden zal dat niet liggen en we gaan dan ook vol goede moed de toekomst tegemoet!

De Rijntocht en crosstriatlon in 2017

Het evenement bestaat dit jaar uit:

- Olympische Afstand Crosstriatlon 1,5 km zwemmen, 30 km fietsen, 11 km hardlopen. Voor licentiehouders (NK 20+)
- Olympische Afstand Crosstriatlon 1,5 km zwemmen, 30 km fietsen, 11 km hardlopen. Voor niet-licentiehouders, recreatief
- 1/8 Crosstriatlon 750 meter zwemmen, 17,5 km fietsen, 5,5 km hardlopen. Zowel NK 16+ als recreatief
- 1/16 Crosstriatlon 375 meter zwemmen, 11,5 km fietsen en 2,5 km hardlopen. Recreatief12+ en NK12+,
- Zwemtocht over de Rijn: 750 meter, 2,5 km en 5 km.

Locatie

Locatie van het zwem-, fiets-, en loopparcours.



Locatie Veerstoep en parkeerplekken auto's en fietsen.

Autonavigatie parkeerplek auto's: Fabriekstraat, Renkum



Tijdschema-Dagschema per onderdeel

Olympische Afstand Crosstriatlon 1,5 -- 30 -- 11 km

Licentiehouders (OD) (NK 20+)

8.45	Inschrijving/wisselzone open
9.45	Briefing licentiehouders NK
10.00	Boarding licentiehouders NK
10.15	Vertrek licentiehouders NK
12.15-13.15	Finish licentiehouders NK
14.30	Prijsuitreiking NK overall /Agegroups OD 40+ t/m 70+

Olympische Afstand Crosstriatlon 1,5 -- 30 -- 11 km

Recreatief / niet-licentiehouders

8.45	Inschrijving/wisselzone open
10.30	Briefing niet-licentiehouders OD
10.45	Boarding niet-licentiehouders OD
11.00	Vertrek niet-licentiehouders OD
13.15-15.15	Finish niet-licentiehouders OD
14.30	Prijsuitreiking overall OD recreatief

1/16 Crosstriatlon 375 -- 11,5 -- 2,5

(NK 12+ / Recreatief 12+)

10.00	Inschrijving/wisselzone open
11.00	Briefing NK12+/recreatief 1/16
11.30	Boarding NK12+/recreatief 1/16
11.45	Vertrek NK12+/recreatief 1/16
12.45-13.30	Finish NK12+/recreatief 1/16
14.30	Prijsuitreiking overall NK12+/ overall recreatief 12+

Rijntocht 750m

(NB: zelfde afvaart als NK12+ / recreatief 1/16)

10:30	Inschrijving open
11.15	Briefing Rijntocht 750m
11.30	Boarding Rijntocht 750m
11.45	Vertrek Rijntocht 750m
12.15-12.45	Aankomst Rijntocht 750m

1/8 Crosstriatlon 750 -- 17,5 -- 5,5 km

(NK 16+ / recreatief 1/8)

11.30	Inschrijving/wisselzone open
12.30	Briefing NK16+/recreatief 1/8
12.45	Boarding NK16+/recreatief 1/8
13.00	Vertrek NK16+/recreatief 1/8
14.15-15.45	Finish NK16+/recreatief 1/8
14.30	Prijsuitreiking NK16+ / overall 1/8 recreatief

Rijntocht 2,5 en 5 km

12:30	Inschrijving open
13.15	Briefing Rijntocht 2,5 en 5 km
13.30	Boarding Rijntocht 2,5 en 5 km
13.45	Vertrek Rijntocht 2,5 en 5 km
14.45-15.45	Finish Rijntocht 2,5 en 5 km

Tijdschema-Dagschema chronologisch

8.45 Inschrijving / wisselzone open OD crosstriatlon NK / licentiehouders

8.45 Inschrijving / wisselzone open recreatief / niet-licentiehouders

9.45 Briefing OD crosstriatlon

10.00 Boarding OD crosstriatlon licentie

10.00 Inschrijving / wisselzone open 1/16 crosstriatlon

10.15 Vertrek OD crosstriatlon licentiehouders

10:30 Briefing OD recreatief/niet-licentiehouders

10:30 Inschrijving 750m open

10.45 Boarding OD crosstriatlon recreatief / niet-licentiehouders

11.00 Vertrek OD crosstriatlon recreatief / niet licentiehouders

11.00 Briefing 1/16 crosstriatlon

11.15 Briefing Rijntocht 750m

11.30 Boarding Rijntocht 750m

11.30 Boarding 1/16 crosstriatlon

11.30 Inschrijving / wisselzone open 1/8 crosstriatlon

11.45 Vertrek Rijntocht 750m

11.45 Vertrek 1/16 crosstriatlon

12.15 (-13.15) Finish OD crosstriatlon licentiehouders

12.15 (-12.45) Aankomst Rijntocht 750m

12:30 Inschrijving open 2,5 en 5 km zwemmen

12.30 Briefing 1/8 crosstriatlon

12.45 Boarding 1/8 crosstriatlon

12.45 (-13.30) Finish 1/16 crosstriatlon

13.00 Vertrek 1/8 crosstriatlon

13.15 (-15.15) Finish OD crosstriatlon niet- licentiehouders

13.15 Briefing Rijntocht 2,5 en 5 km

13.30 Boarding Rijntocht 2,5 en 5 km

13.45 Vertrek Rijntocht 2,5 en 5 km

14.15 (-15.45) Finish 1/8 crosstriatlon

14:30 Centrale Prijsuitreiking alle afstanden en categorieën triatlon

14.45 (-15.45) Aankomst / Finish Rijntocht 2,5 en 5 km

16:30 Sluiting wisselzone



Algemeen

Voorzieningen op het terrein

- Toiletten (en een eenvoudige omkleedruimte voor dames)
- Geen douches
- Drinkwater
- Catering met eten en drinken. Met gratis thee en koffie voor alle deelnemers vanuit RZC
- Terras van lunchroom Luzona

Parkeren

- Het terrein is niet toegankelijk voor auto's en fietsers
- Auto parkeren op parkeerterrein Parenco, route aangegeven met bebording op aanpalende wegen. (Navigeer Fabrieksstraat Renkum, stoplicht Rijksweg aan westzijde van Renkum, dan rechtsaf (Voor autobedrijf Delsink) via tunnel onder provinciale weg). Het is dan ongeveer 15 minuten lopen naar de Veerweg via de Dorpsstraat-winkelstraat)
- Fiets parkeren op grasveld bij de stoplichten aan de Veerweg

Rijntocht zwemdeelnemers

- Op de veerstoep meld je je bij de inschrijfbalie. Zie het tijdschema voor de openingstijden. Je krijgt daar een startpakket dat bestaat uit o.a. een genummerde badmuts en een genummerde kledingzak voor op de boot. Controleer je pakket op de juiste inhoud!
- Een briefing met korte instructie zal gegeven worden op het terrein van de veerstoep, 15 minuten voordat het boarden van de boot begint en deze vertrekt.
- De (warme) kleren die je op de boot nog aan hebt, kun je in de genummerde plastic zak stoppen. Die zakken gaan met de boot terug.
- Na afloop van de zwemtocht liggen de plastic zakken met kleding van de boot op een centrale plek op het terrein (maar NIET in wisselzone triathlon) verzameld en zijn daar op te halen na doorgeven van je startnummer welke ook op de zak staat.
- Zwem alleen tussen de boeien en de kant, dit i.v.m. scheepvaart en algemene veiligheid, en volg aanwijzingen van de reddingsbrigade altijd op!

Triatlondeelnemers

- LET OP: NK deelnemers moeten een geldige licentie en ID-kaart of paspoort kunnen tonen!
- Leden van de KNWU en KNZB hoeven geen daglicentie te betalen als zij kunnen aantonen dat ze een startvergunning voor een van deze bonden hebben. KNWU-leden hebben hun pasje, KNZB-leden moeten een bewijsje opvragen bij de KNZB.
- Op de veerstoep meld je je bij de inschrijfbalie. Zie het tijdschema voor de openingstijden. Je krijgt daar een startpakket dat bestaat uit o.a. een startnummer, stuurbordje, tie-wraps, spelden, genummerde badmuts, genummerde kledingzak voor op de boot en een chip indien je een huurchip hebt besteld. Controleer je pakket op de juiste inhoud!

- Hierna leg je al je spullen klaar in de wisselzone/ Parc Fermé. Bij de ingang van de wisselzone wordt je startnummer, fiets en fietshelm gecontroleerd, zet deze alvast op, zodat het inchecken vlot gaat!
- Het startnummer bevestig je met de spelden aan een startband (brede elastiek om je middel, dit moet je zelf mee te nemen!). Tijdens het fietsen heb je het nummer op de rug en bij de wissel draai je de band naar voren zodat het nummer tijdens het lopen zichtbaar is op je buik. Met de tie-wraps bevestig je het stuurbordje aan je stuur, zodat de voorzijde zichtbaar is.
- Voor de registratie van de zwem-, fiets- en looptijden wordt gebruikgemaakt van MyLaps tijdwaarnemingsstelsel. Iedere deelnemer heeft een chip en een enkelbandje, indien gehuurd krijg je deze van de organisatie, indien eigen chip moet je dit zelf verzorgen.
- Bevestig de chip met het bandje om je enkel, eventueel extra geborgd met een veiligheidsspeld, ook verkrijgbaar bij de inschrijfbalie. Maak je deel uit van een team, dan geef je de chip aan elkaar door in de wisselzone.
- Een gehuurde chip en enkelband moet je na de wedstrijd bij het verlaten van de wisselzone inleveren bij de organisatie. Bij verlies of het niet inleveren van de transponder wordt achteraf een vergoeding geïncasseerd.
- De starttijden voor licentie/NK en de niet-licentiehouders bij de Olympische triatlon zijn verschillend: zie het tijdschema.
- Tijdens de triatlon kun je je spullen in de wisselzone achterlaten. De (warme) kleren die je op de boot nog aan hebt, kun je in de genummerde plastic zak stoppen. Die zakken gaan met de boot terug. Neem zo min mogelijk spullen mee op de boot!
- 15 minuten voordat het boarden van de boot begint, is er een korte briefing met de laatste instructies.
- Voorafgaand aan de triatlon kun je vanaf 8.00 uur het fietsparcours en het loopparcours verkennen. Het is niet toegestaan om het loopparcours met de fiets te verkennen! Dit is afgesproken met de terreineigenaren!
- De wedstrijdleiding is in handen van Frank van der Velden (NTB).

Tijdens de zwemtocht en triatlon

- De wedstrijdleiding of organisatie heeft het recht om, na overleg met het Rode Kruis / EHBO, een deelnemer op medische gronden of wegens overtreding van de reglementen uit de wedstrijd te halen.
- De wedstrijdleiding of organisatie heeft het recht om in bijzondere omstandigheden het parcours te wijzigen in lengte of in parcoursverloop.
- Voor alle overige wedstrijdbepalingen en reglementen dienen de deelnemers zich te houden aan de door de Nederlandse Triathlon Bond (NTB) bepaalde regels.
- De beslissingen van de wedstrijdleiding of jury zijn bindend. In gevallen waarin het wedstrijdreglement niet voorziet, beslist de wedstrijdleiding.
- Mocht je door omstandigheden voortijdig stoppen met je deelname, geef dat dan zo snel mogelijk door aan de organisatie door dit te melden bij een NTB-gedelegeerde en/of tijdwaarneming.

Na afloop

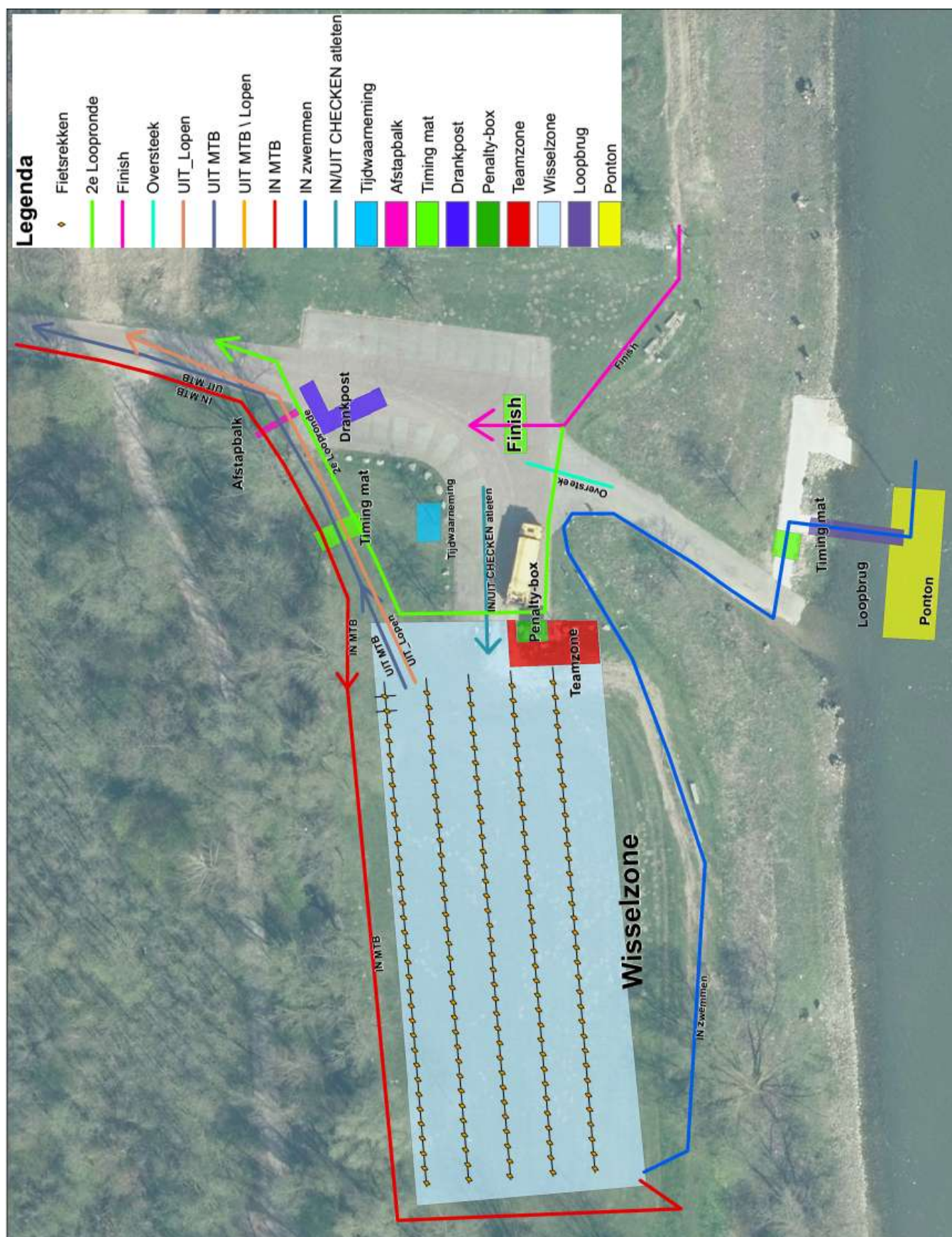
- Na afloop van de wedstrijd kun je op vertoon van je startnummer en na inlevering van je stuurnummerbord en eventueel je huurchip, je fiets, wedstrijdspullen en kledingzak meenemen uit de wisselzone.
- Voor alle deelnemers is er na afloop fruit, snoep en water beschikbaar.
- Zie voor het tijdstip van de medaille-uitreikingen het tijdschema.
- De genummerde plastic zakken met kleding van de boot liggen voor de triatleten verzameld in een hoek in de wisselzone en zijn daar af te halen op vertoon van je startnummer. Voor de zwemmers ligt deze kledingzak op een centrale plek op het terrein.
- Er zijn geen douches op het terrein. Je kan/mag je na afloop afspoelen bij het ponton, maar niet meer in de Rijn gaan zwemmen!

Triatlon wisselzone / parc-fermé

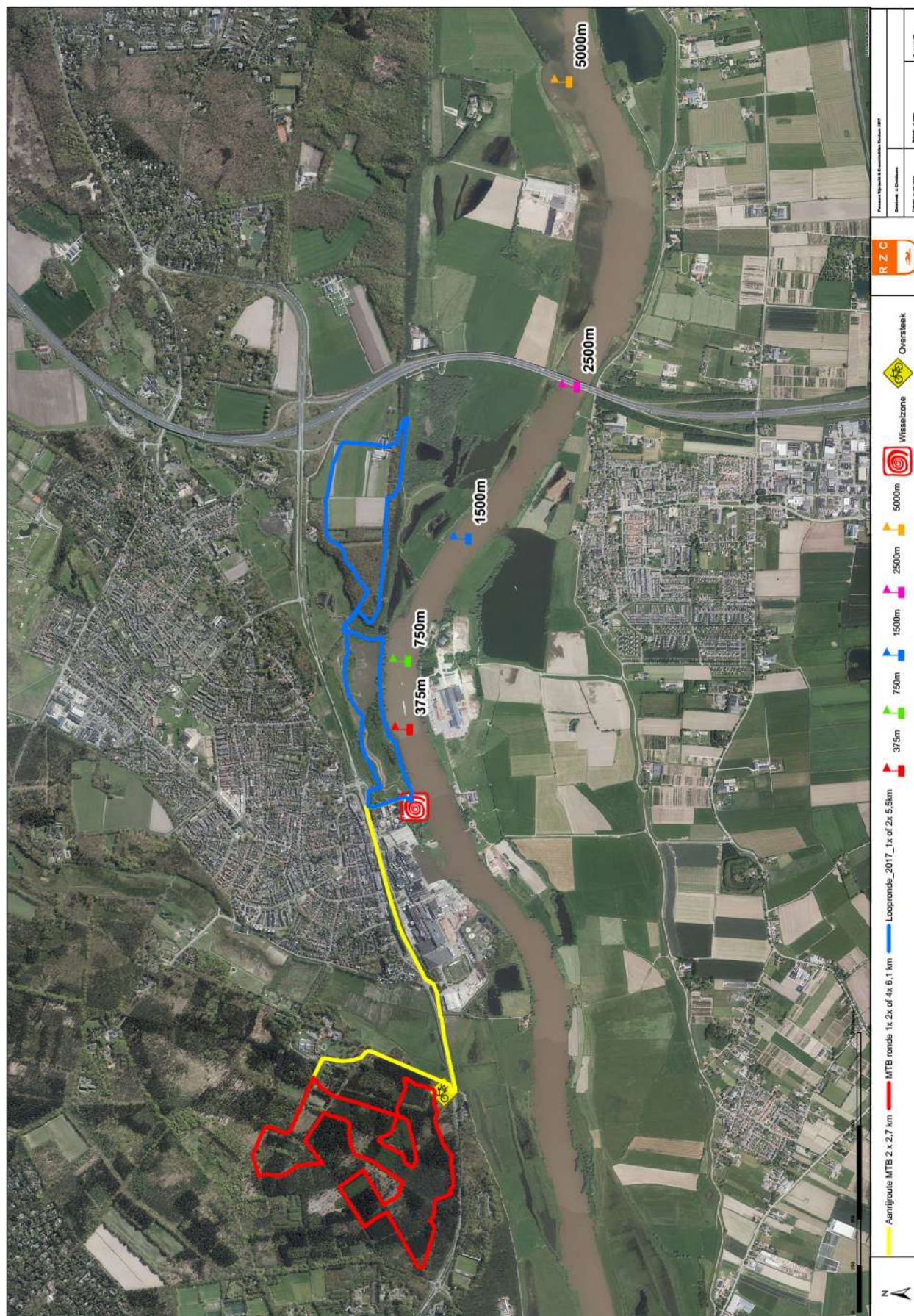
- De wisselzone is voor en na je wedstrijd alleen toegankelijk via de CHECK IN.
- Inchecken in de wisselzone voordat de briefing van je afstand start bij de CHECK IN.
- Draag je startnummer en zet je helm goed op om het inchecken te bespoedigen.
- De wisselzone is alleen toegankelijk voor de organisatie en voor atleten die een startnummer zichtbaar dragen, vanwege de veiligheid van deelnemers en hun bezittingen.
- Voor de teams is er een apart gedeelte binnen de wisselzone. De deelnemer van het volgende onderdeel kan hier klaar gaan staan om de chip en startnummer over te nemen.
- De fietsen worden met het achterwiel tegen het hek gestald, zowel voor als tijdens de wedstrijd! 2 fietsen per zijde, officials zullen hierop toezien. Er zijn geen toegewezen plaatsen, behalve een indeling voor de verschillende afstanden.
- Je mag in de wisselzone niet fietsen, niet voor en niet tijdens de wedstrijd.
- Alleen directe wedstrijdbenodigdheden mogen op de wisselplek aanwezig zijn.
- Alleen op vertoon van startnummer en na inname van het stuurbord en de chip kun je na afloop je fiets en overige spullen meenemen uit de wisselzone.
- Deelnemers kunnen na afloop van hun wedstrijd hun spullen ophalen. Hierbij mogen zij de deelnemers die nog bezig zijn met de wedstrijd op geen enkele manier hinderen en dienen ze alle instructies van organisatie en jury op te volgen.
- Let dus altijd op in de wisselzone!
- De wisselzone is bewaakt tot 16:30 uur.



Kaartje Wisselzone en routing op terrein



Overzichtskaart evenement en de zwemstarts



Zwemmen



Zwemmen in de Rijn is geweldig, maar we hebben wel enkele belangrijke veiligheidsregels. Iedereen gaat met de boot stroomopwaarts naar de startlocatie. Op het sein van de jury mag je in het water springen. De deelnemers aan de zwemtocht kunnen direct verder zwemmen.

Voor de deelnemers aan de triatlons is dit nog niet de start van de wedstrijd. Maak dus geen haast met het springen en geef elkaar de ruimte! Als je in het water ligt, zwem je rustig naar de startlijn tussen de twee startboeien in. Als iedereen in het water ligt, achter de startlijn, zal de start plaatsvinden onder leiding van de jury.

De zwemroute is gemarkeerd met gekleurde boeien. Je moet rechts van deze boeien blijven zwemmen, dus tussen de boeien en de oever. Het is niet toegestaan aan de linkerkant van de boei te zwemmen omdat dit erg gevaarlijk is vanwege de scheepvaart op de Rijn. De jury kan de betreffende zwemmer diskwalificeren. Reddingsbrigades varen mee en houden de veiligheid in de gaten.

Bij het ponton bij de veerstoep eindigt het zwemmen. Let bij het uit het water gaan goed op: door de stroming kun je tegen het ponton aan gedrukt worden en het kan glad zijn op het ponton. Naast het ponton staat nog een extra aanmeerpaal. Zorg dat je daar niet tegenaan zwemt! Er staan vrijwilligers klaar om je uit het water te helpen.

- 15 minuten voor vertrek is er een korte briefing.
- Bij een watertemperatuur van 22° of meer is het gebruik van een wetsuit verboden. De watertemperatuur wordt door de wedstrijdleiding tijdig bekend gemaakt.
- Het is verplicht om tijdens het zwemmen de door de organisatie uitgereikte badmuts zichtbaar te dragen.
- Alle triatleten moeten voor de start in het water te zijn, achter de aangewezen startboei(en). Eerder zal geen start plaatsvinden! Hou hierbij rekening met de stroming.
- Zwem tussen de boeien en de oever.
- Volg de aanwijzingen van de reddingsbrigade en/of organisatie altijd op.
- Klim rustig en in volgorde van aankomst uit het water.
- Als je tijdens het zwemmen in de problemen komt, steek je een arm in de lucht. Je wordt dan zo spoedig mogelijk geholpen door de begeleiders op het water.

Mountainbiken



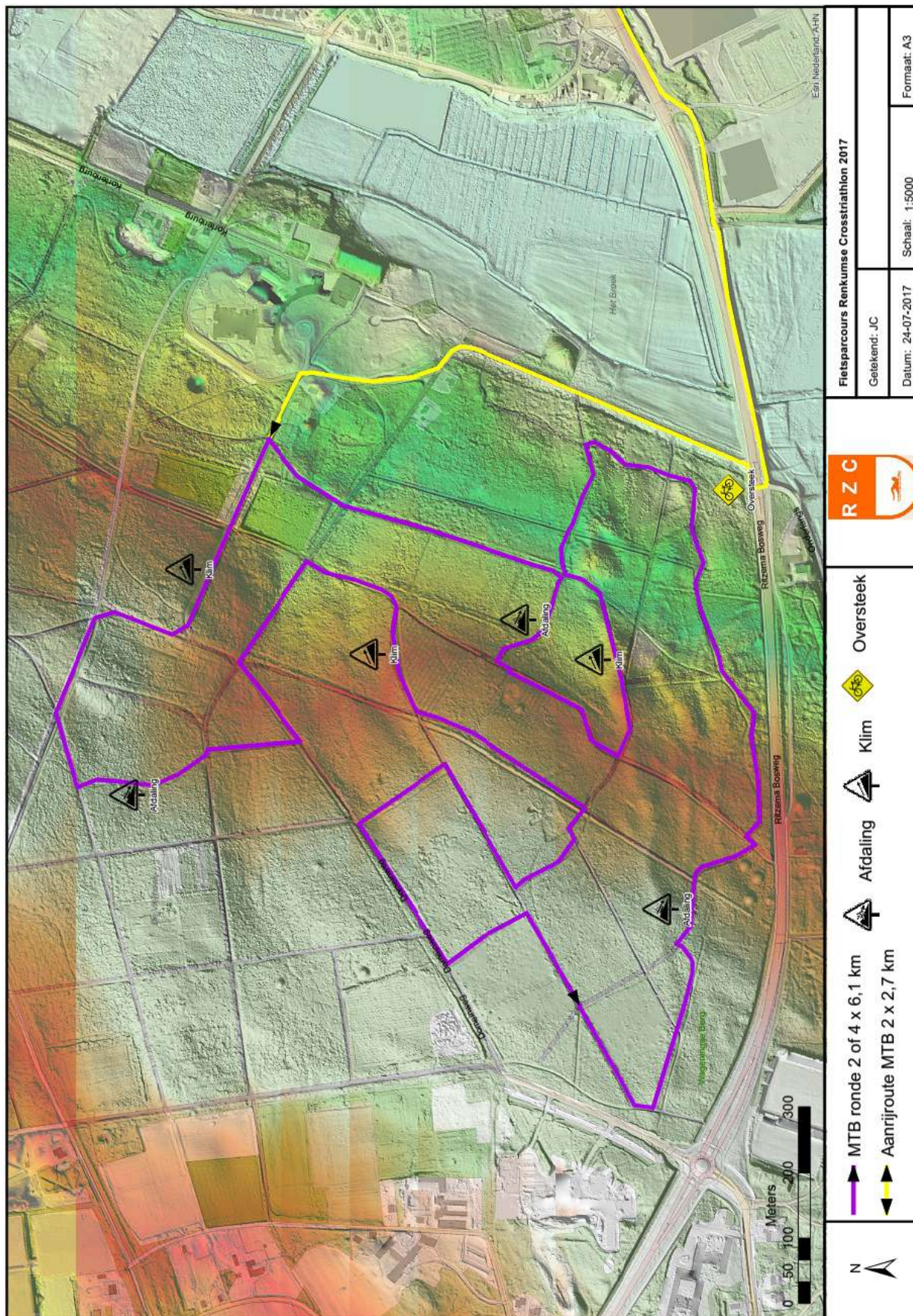
Na het zwemmen ga je via de routing naar de wisselzone die je helemaal achterin binnenkomt. Pas als je je helm op hebt mag je de fiets aanraken of meenemen, dit geldt ook voor het stallen na je fietsonderdeel. In de wisselzone mag je niet fietsen. Pas als je met de fiets over de balk bent, mag je gaan fietsen. De aanrijroute naar het fietsparcours is op de openbare weg (fietspad). Let hier goed op de andere weggebruikers! Het fietspad is niet speciaal voor de wedstrijd afgesloten en dus niet verkeersvrij, bovendien kun je andere deelnemers als tegenligger hebben. Er is na ongeveer 1,5km een oversteek over de provinciale weg (80 km/h!) vlak voordat je het bos in gaat. Volg daar altijd de aanwijzingen op van de aanwezige verkeersregelaars!

- Deelnemers aan de OD triatlon maken na de aanrijroute, vier ronden in het bos en fietsen dan via de aanrijroute in omgekeerde richting weer terug naar de finish.
- Deelnemers aan de 1/8e triatlon, maken na de aanrijroute, twee ronden in het bos en fietsen dan via de aanrijroute in omgekeerde richting weer terug naar de finish.
- Deelnemers aan de 1/16e triatlon, maken na de aanrijroute, één ronde in het bos en fietsen dan via de aanrijroute in omgekeerde richting weer terug naar de finish.
- Als je meedoet voor het NK / NTB-Cross Series klassement, dat wordt opgemaakt over de twee OD afstanden (en de 1/8e voor 60 en 70+) is een fiets anders dan een MTB niet toegestaan (dus geen hybrides, veldrijders). Tenzij je toestemming hebt van de organisatie/jury. Maximale wiel diameter is 29 inch, minimale doorsnede band is 1,5 inch. Zogenaamde (mid)-fatbikes zijn wel toegestaan. Een weg- of racestuur is niet toegestaan. Voor elke stuur geldt dat de uiteinden afgedicht moeten zijn door middel van stureinddoppen.
- De fiets dient technisch in orde te zijn. Zorg dat je geen gevaar bent voor jezelf en anderen!
- Het door de organisatie verstrekte startnummer moet volledig zichtbaar worden gedragen. Bij het fietsen moet dit nummer op de rug worden gedragen, bij het lopen aan de voorzijde. Gebruik hiervoor een elastiek/startnummerband.
- Het verstrekte stuurbord moet duidelijk zichtbaar voor op het stuur van de fiets worden bevestigd en mag op geen enkele wijze worden aangepast.
- Er mag in de wisselzone niet gefietst worden.

- Naast wedstrijddeelnemer ben je op de openbare weg ook verkeersdeelnemer, houdt je dus aan de geldende verkeersregels.
- De provinciale weg mag je alleen oversteken op de daarvoor ingerichte oversteek en op aangeven van de verkeersregelaars. Volg altijd hun aanwijzingen op!
- Je moet het parcours volgen en op de paden blijven.
- Stayeren is toegestaan, ook tussen geslachten. Er is echter een aparte start voor mannen en vrouwen, mede om georganiseerd/onsportief stayeren tussen geslachten en wedstrijdversvalsing tegen te gaan.
- Hulp van buitenaf tijdens de wedstrijd is verboden en kan leiden tot diskwalificatie. Dit betekent dat het aangeven van drank of voeding of het verlenen van technische assistentie dus niet mag! Een deelnemer mag wel hulp van een andere deelnemer accepteren, maar geen materialen als wielen of fietsen onderling wisselen.
- Bij terugkomst mag de helm pas worden losgemaakt en afgezet nadat de fiets is gestald.
- Het achterlaten van afval (bidons, lege gelletjes, etc.) op het parcours is verboden en kan leiden tot diskwalificatie. Respecteer de omgeving en de natuur! Stop het tijdelijk onder je broekspijp, pakje of in je shirt. Bij het volgende punt lees je waar je dit afval wel kwijt kan.
- Je mag wel afval deponeren binnen de met borden aangegeven afvalzones. Deze bevinden zich na de voedingsposten bij het lopen (2) en na de ronde doorkomst bij het mountainbiken. Ook mag in de wisselzone afval achtergelaten worden.



Parcours mountainbiken



Lopen

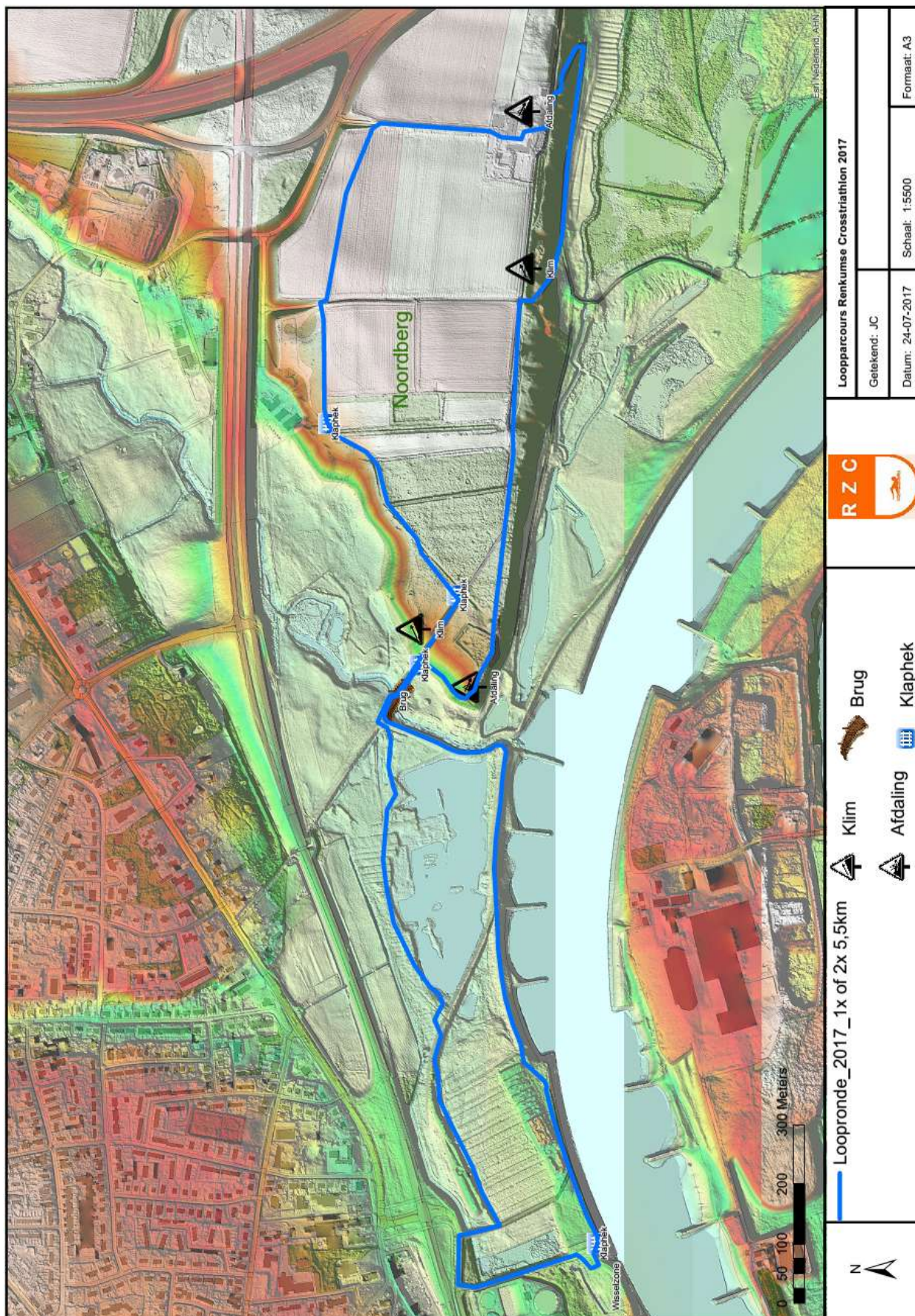


Het loopparcours is vrijwel geheel onverhard. Het eerste gedeelte van de route heeft een kleiige ondergrond. Bij droog weer is die erg hard en ongelijk. Let dus goed op je enkels. Bij nat weer is de klei heel glad. Halverwege de route is een waterpost bij de boerderij Veld & Beek evenals bij de eerste doorkomst op het veerstoep terrein. Zorg er zelf voor dat je voldoende drinkt.

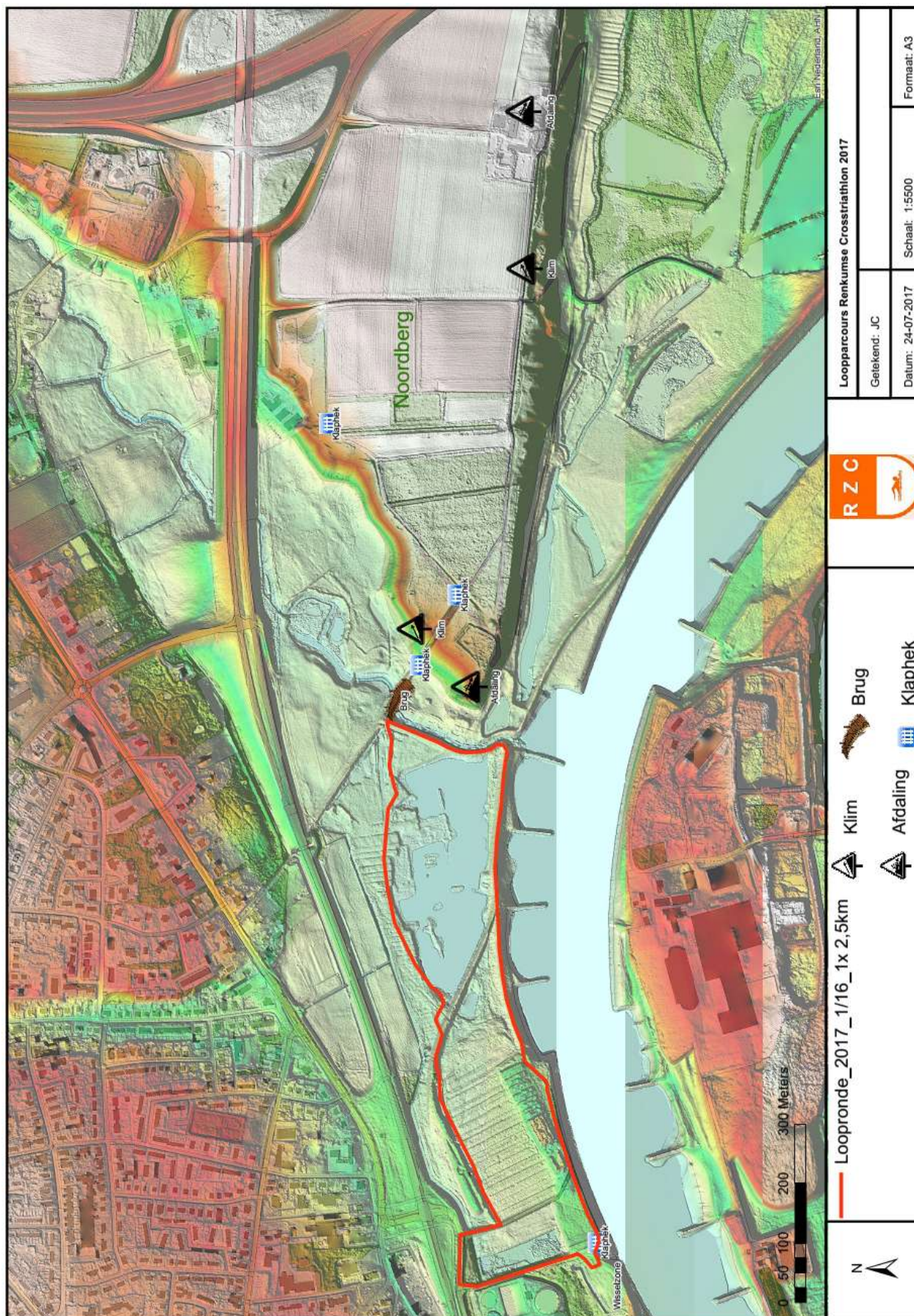
Het loopparcours ligt in een natuurgebied waar paarden en koeien rond trekken. Die kun je op je route tegenkomen. Sluit de klaphekken bij het betreden en verlaten van dit gebied.

- Deelnemers aan de OD triatlon lopen twee ronden, bij de eerste ronde lopen zij rechtdoor als zij de uiterwaarden uit komen, de tweede ronde slaan ze rechtsaf naar de finish zodra ze de uiterwaarden uit komen.
- Deelnemers aan de 1/8e triatlon, lopen één ronde en slaan rechtsaf naar de finish zodra ze de uiterwaarden uit komen.
- Deelnemers aan de 1/16e triatlon, lopen één verkorte ronde (de helft van de grote ronde) en slaan rechtsaf naar de finish zodra ze de uiterwaarden uit komen. Deze ronde gaat voor het bruggetje in de Jufferswaard rechtsaf en tijdens hun wedstrijd zal daarvoor een bord staan en geven vrijwilligers instructie.
- Het startnummer moet je volledig zichtbaar dragen, bij het lopen aan de voorzijde. Gebruik hiervoor een elastiek / startnummerband.
- Je mag niet met ontbloot bovenlijf of zonder schoenen lopen. Lopen met een helm op is ook niet toegestaan.
- Laat de klaphekken achter je dicht vallen.
- Verleen deelnemers die sneller lopen of voor je liggen zoveel mogelijk voorrang, ook bij de klaphekken waar je elkaar tegenkomt.
- Kijk uit voor de paarden en koeien, benader ze voorzichtig als ze op je pad lopen.
- Het achterlaten van afval (bidons, lege gelletjes, etc.) op het parcours is verboden en kan leiden tot diskwalificatie. Respecteer de omgeving en de natuur! Stop het tijdelijk onder je broekspijp, pakje of in je shirt. Bij het volgende punt lees je waar je dit afval wel kwijt kan.
- Je mag wel afval deponeren binnen de met borden aangegeven afvalzones. Deze bevinden zich na de voedingsposten bij het lopen (2) en na de ronde doorkomst bij het mountainbiken. Ook mag in de wisselzone afval achtergelaten worden.
- Er mogen geen fietsers op het loopparcours komen, dus ook niet van het publiek.

Parcours lopen grote ronde (5,5 km)



Parcours lopen kleine (2,5 km) ronde (1/16e en NK12+)



Teamtriatlon

Elk team krijgt één chip, een startnummer en stuurbord. De zwemmer geeft de chip door aan de fietser en die weer door aan de loper. De fietser geeft het startnummer óók door aan de loper. Voor de teams is er een apart gedeelte binnen de wisselzone. De deelnemer van het volgende onderdeel kan hier klaar gaan staan om de chip en startnummer over te nemen.

Bij uitvallen van zwemmer en/of fietser kan de volgende deelnemer van het team pas starten nadat de laatste deelnemer uit de betreffende startserie is vertrokken.



Reglement

De triatlonwedstrijd valt onder auspiciën en de regels van de Nederlandse Triathlon Bond. De regels kun je lezen op de site van de NTB. Hieronder enkele belangrijke regels en opmerkingen:

Algemeen:

- NTB, KNWU en KNZB-leden zijn verplicht hun geldige licentie te tonen voor de triatlon bij het secretariaat. Kan een geldige licentie niet getoond worden, dan is een extra afdracht verplicht voor een daglicentie voor de afstand waarop gestart wordt.
- NK deelnemers dienen tevens een in geldig Nederlands identiteitsbewijs te tonen (ID-kaart of paspoort wordt geaccepteerd).
- De wedstrijdleiding heeft het recht een deelnemer op medische gronden uit te sluiten van verdere deelname.
- Deelnemers die overtredingen begaan worden bestraft volgens NTB-richtlijnen.
- De wedstrijd moet individueel worden afgelegd. Begeleiding, assistentie en/of verzorging door derden van buiten de wedstrijd is niet toegestaan.
- Uitvallers dienen zich af te melden bij de tijdregistratie en jurylid en hun chip in te leveren (indien huurchip).
- Deelnemers die, hetzij zelf of hun materiaal, niet voldoen aan de regels mogen wellicht van de jury wel meedoen, maar doen niet mee voor de prijzen 1 t/m 3 en het NTB-Cross Series klassement of NK ranking.
- Een compleet overzicht van de geldende NTB-reglementen is te vinden op de website van de NTB.
- Deelname is geheel op eigen risico en op eigen verantwoordelijkheid van de deelnemer. De organisatie aanvaardt geen aansprakelijkheid voor letsel, schade, verlies of diefstal.
- Wees sportief en gun ieder ander ook zijn sportbeleving en competitie!



Wat neem ik mee naar zwemtocht of triatlon?

Een triatlon bestaat uit drie sporten: zwemmen, fietsen en lopen. Dit betekent dus dat je voor drie onderdelen materialen en kleding moet meenemen. Iets vergeten is dan snel gebeurd. Vandaar dat hier nog even op een rijtje wordt gezet wat je allemaal mee moet nemen voor een triatlon.

Zwemmen

Voor het zwemmen is eigenlijk een zwembroek of badpak al voldoende. Triathleten gebruiken meestal een trisuit, dit is een speciaal pak, waarin je alle onderdelen kunt doen, zonder je te hoeven omkleden en dus ook tijdswinst oplevert in de wisselzone. Een zwembril is altijd aan te raden. Een badmuts krijg je van de organisatie. Je bent verplicht om die badmuts te dragen. In wetsuit zwemmen is toegestaan zolang de temperatuur van het water niet meer dan 22 graden is. De zwemmers van de zwemtocht mogen alles dragen en gebruiken wat ze willen, gezien het een prestatietocht betreft.

Wisselzone

Het is prettig om bij je mountainbike in de wisselzone een handdoekje neer te leggen. Daarmee kun je je snel een beetje afdrogen of je voeten even schoonvegen voordat je in je (fiets)schoenen stapt. Je krijgt bij aanmelding een plastic zak met je startnummer erop waarin je op de boot spullen zoals slippers en badjas kunt doen. Die plastic zak kun je na afloop van de wedstrijd op vertoon van je startnummer weer ophalen in de wisselzone. Rijtocht-zwemmers kunnen deze kledingzak op een andere centrale locatie op het terrein afhalen.

Fietsen

Voor het fietsen heb je natuurlijk je mountainbike nodig. Wat je ook niet mag vergeten is een helm. Het dragen van een goedgekeurde helm is verplicht tijdens triatlons. Denk verder ook aan een bidon met wat drinken, een fietspompje/CO2patroon, en een klein (zadel)tasje met een reservebandje, bandenlichters en eventueel plakspullen. Tijdens een triatlon mag je geen hulp van buitenaf aannemen. Dus als je een lekke band krijgt, moet je deze zelf verwisselen of plakken. Het dragen van een zonnebril of sportbril is handig, want deze beschermt de ogen niet alleen tegen felle zon, maar ook tegen modder, vliegjes en laaghangende takken. Tijdens het fietsen kun je dragen wat je wilt: een T-shirt, hemdje, wielershirt, wielbroek of een sportbroekje. Het kan allemaal. De keuze wordt bepaald door het weer, draagcomfort of een snelle wissel. Je mag echter nooit met ontbloot bovenlijf fietsen. Bij kouder weer kan het verstandig zijn een wielershirt of een sportjack klaar te leggen, een lange broek is eigenlijk nooit nodig.

Lopen

Voor het looponderdeel kan het soms verstandig zijn een paar sokken klaar te leggen om blaarvorming op je voeten tijdens het lopen te voorkomen, zeker als je niet gewend bent om zonder sokken in je hardloopschoenen te lopen. Als je al voor het fietsen sokken hebt aangetrokken is dit natuurlijk niet meer nodig. Een schoenlepel kan helpen je hardloopschoenen snel aan te krijgen en elastieken snelveters om ze snel dicht te krijgen. Ook kun je je schoeisel aanpassen aan de (terrein)omstandigheden en dus schoenen aantrekken met meer of minder grip/profiel. Je kan in dezelfde kleren gaan lopen als waarmee je gefietst hebt. Een petje of zweetband neemt het zweet van je gezicht op. Een petje beschermt bovendien tegen de zon.

Wat heb je nog meer nodig?

Ben je lid van de Nederlandse Triathlon Bond: vergeet dan je licentie niet! Datzelfde geldt voor triatleten die lid zijn van de KNWU of KNZB. Lees van te voren dit programmaboekje goed door of print het uit en neem het mee naar de wedstrijd.

Tijdens de wedstrijd is een startnummerband of katoenen elastiek handig, waaraan je je startnummer kunt bevestigen. Je krijgt namelijk maar één startnummer dat je tijdens het fietsen op je rug en tijdens het lopen op de borst moet dragen. Met een nummerband kan je dat in één handomdraai doen. Neem voor alle zekerheid ook eigen veiligheidsspelden mee om het startnummer te bevestigen. Ze kunnen bovendien voorkomen dat er iets kapot gaat aan je kleding.

Het kan verstandig zijn je in te smeren met een zonnebrandcrème (waterproof!) met een hoge beschermingsfactor. Tijdens een zonovergoten triatlon en met weinig kleding aan verbrand je namelijk snel. (Voor kalende mannen: smeer je hoofd niet in voor het zwemmen want dan glijdt de badmuts tijdens het zwemmen af!!) Tot slot moet je natuurlijk de kleding die je voor of na de triatlon aan wilt trekken niet vergeten, zoals een trainingspak, een droog T-shirt, een sweater en een paar andere schoenen.

Er zijn geen douches aanwezig op het terrein. Wel is het toegestaan je af te spoelen in de Rijn achter het ponton bij de veerstoep, maar het is uitdrukkelijk niet de bedoeling dat je nogmaals gaat zwemmen!

N.B. Tijdens triatlonwedstrijden mag je tijdens het zwemmen, fietsen en lopen geen hoofdtelefoon of headset dragen! (en waarom zou je ook...)

Checklist

Zwemmen:

zwembroek/tritop/badpak/trisuit
zwembriljetje en badmuts
handdoekje
eventueel wetsuit

Fietsen:

fiets
fietshelm
bidon met drinken
fietspompje, reserve binnenband/tube, plakspullen, bandenlichters
(fiets)schoenen
fietsshirt
fietsbroek
sokken
sport- of zonnebril
fietshandschoenen

Lopen:

eventueel droog shirtje pet of zweetband
hardloopbroekje
T-shirt/hemdje
sokken
hardloopschoenen
petje/zweetband
schoenlepel

Algemeen:

trainingspak of gewone kleren, droog T-shirt of sweater
startnummerband
veiligheidsspelden
handdoek
programmaboekje
licentie NTB/KNZB/KNWU
contant geld (pinnen op terrein kan niet)
zonnebrandcrème

Eregalerij Renkumse Crosstriatlon

2014

Winnaars kwart

Arie de Jong en Silvia Brouwer

2015

Winnaars kwart

Joost Christiaans en Linda van Vliet

Winnaars 1/8e

Rorik Schouten en Anna Pauline Saßerath

2016

Winnaars kwart

Christiaan Solleveld en Silvia Brouwer

Winnaars 1/8e

Izar van Gool en Carola Bremer



Voorlopige Deelnemerslijst Triathlon

DEELNEMERSLIJSTEN NK STARTSERIES 14-08-2017

NK Crosstriathlon Mannen senioren

Voornaam	Tussenvoegsels	Achternaam	Woonplaats
Karim		Alders	Zoeterwoude
Klaas	Jan	Arkema	Zwolle
Ron		Band	Nieuwegein
Peter	van den	Bent	Vlaardingen
Tom		Berkouwer	Vlaardingen
John	van	Berne	Rosmalen
Manfred		Boogaard	Ede Gld
Jan		Bot	Akersloot
Aart	vd Breevaart	Bravenb	Numansdorp
Jos		Broeren	's-Hertogenbosch
Joost		Christiaans	Wageningen
Danny	van	Dam	Leiden
Jac		Derix	Waldfeucht
Ralph	van	Dijk	Apeldoorn
Frank		Hamelink	's-Gravenhage
Mark		Hamersma	Veenendaal
Ron		Hendriks	Wijchen
Ger	van	Henten	Velserbroek
Erwin	den	Hoed	Heelsum
Machiel		Ittmann	Hilversum
Dennis		Jansen	Sassenheim
Arie	de	Jong	Oosterwolde Fr
Ben		Kok	Amsterdam
Michael		Krijnen	Spanbroek
Peter		Kuin	Utrecht
Feike		Loots	Renkum
Leo		Meewisse	's-Gravenhage
Geert-Jan		Meewisse	Delft
Mark		Moesker	Schiedam
Marcel		Molendijk	Bennekom
Merijn		Mook	's-Gravenhage
Hans	van	Nispen	Breda
Van		Nuland	Bunnik
Ferdinand		Oldeman	Voorburg
Keesjan		Otto	Ede Gld
Robin	den	Oudsten	Mierlo
Kees		Rekelhof	Leimuiden
Mark		Rietveld	Bennekom
Michel	van	Schie	Delft
Christiaan		Solleveld	Hoek van Holland
Jan		Stehouwer	Leusden
Rens		Sterk	Barsingerhorn
Jan		Stoop	Voorburg
Vincent		Telgen	Tilburg

Mark		Waaijenberg	Dieren
Bart	van der	Wal	Zeist
Glenn		Wesseling	Almere
Hans	van	Wijk	Beneden-Leeuwen
Freek	van den	Wildenberg	Utrecht
Marco		Wolbers	Harderwijk
Rob	van	Zanten	Rijswijk Zh
Piet	van der	Zwaag	Rhenen

NK Crosstriathlon Vrouwen senioren

Voornaam	Tussenvoegsels	Achternaam	Woonplaats
Mireille		Baart	Wageningen
Silvia		Brouwer	Heerenveen
Simone		Hakenberg	Rossum Ov
Lenneke	van der	Heide	Heerenveen
Dagmar		Krijnen	Spanbroek
Ans		Oudejans	Santpoort-Noord
Laura		Oudenhoven	's-Gravenhage
Lynn		Peters	Hengelo Ov
Dieuwertje		Poort	Nijmegen
Thea		Segeren	Breda
Ricky		Stolk	Lisse
Linda	van	Vliet	Nijmegen
Jacoline		Zilverentant	Soest

NK Crosstriathlon Junioren/16+ jongens

Voornaam	Tussenvoegsels	Achternaam	Woonplaats
Joey	van 't	Verlaat	Spijkenisse
Roel		Linde	Capelle aan den IJssel

NK Crosstriathlon Junioren/16+ meisjes

Voornaam	Tussenvoegsels	Achternaam	Woonplaats
Lotte		Beckers	Echt
Zoe	van	Dijk	Apeldoorn
Linette		Linders	Deurne
Joëlle	de	Ruiter	Bovensmilde
Kim	van 't	Verlaat	Spijkenisse

NK Crosstriathlon Jeugd/12+ jongens

Voornaam	Tussenvoegsels	Achternaam	Woonplaats
Marc	de	Buck	Sprang-Capelle
Joost		Friderichs	Almere
Syb	de	Jong	Teteringen
Niels	van	Lanen	Elst Gld



Gerjan		Noeverman	Rijssen
Sam		Rietveld	Bennekom
Tom		Schellekens	Schijndel
Kay	van	Sleen	Steenwijk
Noel		Sterk	Barsingerhorn
Jeroen	van der	Zee	Spijkenisse

NK Crosstriathlon Jeugd/12+ meisjes

Voornaam	Tussenvoegsels	Achternaam	Woonplaats
Fleur		Beckers	Echt
Soo	Yin van	Noorloos	Wijk en Aalburg
Colet	de	Ruiter	Bovensmilde

DEELNEMERSLIJSTEN REGULIERE STATR SERIES 14-08-2017

Olympische Crosstriathlon Mannen

Voornaam	Tussenvoegsels	Achternaam	Woonplaats
Willem		Aangeenbrug	Renkum
Marcel	van	Bergen	Goirle
Wim		Beukhof	Ede Gld
Jelle		bisschops	Leiden
Joost	olivier	boelstra	Amsterdam
Hanc	de	Bokx	Delft
Rienco		Booij	Goirle
Armand		burgers	Winterswijk
Steven		Castelein	Beek-Ubbergen
Paul		Couvreur	Renkum
Philip		Dekkers	Voorburg
Sjoerd	van	Dijk	Veghel
Ulko		Dijkgraaf	Heteren
Noud		Doeleman	Gendt
Joslyn		Dresen	Vleuten
Frans		Dulfer	Oss
Matth		Ebing	Oosterbeek
Tom		Erpelinck	Hengstdijk
Guus		Franssen	Nijmegen
Xander	de	Gans	Driebergen-Rijsenburg
Vincent		gerdes	Huissen
Geert	van	Gerwen	Weert
Henk		Gierveld	Utrecht
Eric		Goorts	Veghel
Martijn		Groenendaal	Didam
Alfred	van	Groningen	Doornenburg
Sjon	de	Haan	Ballum
Tjalling	de	Haas	Bunnik
Sport-	en Beweegteam	Hans	Arnhem
Harold		Heering	Enter
Eddy	van der	Heiden	Amersfoort
Martin	van	Heteren	Kapel-Avezaath Buren
Michiel		Hoekstra	Veghel
Kees	van t	Hoog	Renkum
Ben	Rodrigo	Iglesias	Rosmalen
Marcel		Jacobi	Driel
Edward		Jacobs	Wageningen
Daan	de	Jager	Helmond
Jan	Willem de	Jong	Bunnik
Jasper	de	Jong	Amsterdam
Paul		Kampstra	Driebergen-Rijsenburg
Wouter		Kleijbeuker	Nieuwerkerk ad IJssel
Hugo		Knobel	Eindhoven

Frank		Koetsier	Austerlitz
Ronny		Kolenbrander	Wageningen
Harald		Kraaij	Hilversum
Rob		Kruiswijk	Mijdrecht
Sjaak		Kruiswijk	Wageningen
Thomas	van der	Lee	Nistelrode
Sander	van der	Linden	Austerlitz
Wietse		Lolkema	Hollum
Paul	Cees	Loon	Diemen
Sander		Loos	Gouda
Elio	Lazo	Lopez	Nieuw-Vennep
Ernesto	Lazo	López	Breda
Jacko		Maris	Renkum
Henk		Michiels	Reusel
Pieter		Moelker	Kloetinge
Timothy		ooms	Steenbergen Nb
Hubert		Peek	Zeist
Dirk		Peters	Veghel
Bart	van der	Ploeg	's-Gravenhage
Eric		Quak	Bennekom
Don		Rolfes	Schiedam
Arno	van	Schuijlenborgh	Arnhem
Mark		Slotboom	Ede Gld
Erik		Smid	Heelsum
Guus		Stevens	Veghel
Arjen		Struijk	Driebergen-Rijsenburg
Camiel		Swart	Kockengen
Jacco		Swillens	's-Gravenzande
Sander		Teeuwisse	Hoogland
Jorrit		Thiele	Driebergen-Rijsenburg
Ard		Tiberius	Apeldoorn
Adriaan		Tigchelaar	Doorwerth
Wim		Veenema	Groningen
Patrick		Vellinga	Heteren
Christian		Venmans	Sint-Michielsgestel
Bart		Verdeijen	Breda
Freddy		Vermeij	Renkum
Jur		Volkers	Wenum Wiesel
Arjen		Volkers	Culemborg
Robbert		wijers	Wageningen
Marcel		Wilmink	Wageningen
Frank		Wilschut	Bennekom
Gert	van	Zanten	Veenendaal

Olympische Crosstriathlon Vrouwen

Voornaam	Tussenvoegsels	Achternaam	Woonplaats
Judith		Boer	Haarlem
Froukje	de	Boer	Ochten
Elvira	van	Bolhuis	Groningen



José	Koumans-van	Diepen	Wageningen
Annemarie		ebing	Oosterbeek
Nelleke		Ernsting	Amsterdam
Ingrid		Haas	Wageningen
Elize		Kleijbeuker	Nieuwerkerk ad IJssel
Mariska		Lagerweij	Amersfoort
Marijke		Mulder	Andelst
Catharina		Peekstok	Drunen
Bianca	de	Pooter	Nijmegen
Sanne		Rodenburg	Driel
Marlise		Sturzenegger	Drunen
Eva		Timmermans	Nijmegen
Jolanda	van der	Velden	Breda
Jeike		Wallinga	Arnhem
Rikje	van de	Weerd	Wageningen

Olympische Crosstriathlon Teams

Voornaam	Tussenvoegsels	Achternaam	Geslacht	Teamnaam	Naam deelnemer 2	Naam deelnemer 3
Georgette		Wortelboer	DAMES	The Aka Bella's	Vera Martens	Linde van Duinhoven
Frans		Boendermaker	HEREN	Parenco 2	Albert Balk	Reinier Voskuilen
Ton	de	Kruijf	HEREN	Parenco 1	Paul Arnoldussen	Dion Hummelink
Eile	van der	Gaast	HEREN	The Sporty Species	Marc Reijersen	Jeroen Doorenbos
John		Doelman	HEREN	Brew Crew	Javier Martin-Tereso	Marcel van Winssen
Marko		Schuring	HEREN	T.E.A.M	Eldert de Vries	Thijs Hiddink
Philipp		Kuntke	HEREN	Wetsus	Roel Meulepas	Prashanth Suresh Kumar
Albert	van	Kempen	HEREN	Federballverein Wageninge	Erik Heijmans	
Perry		Arentsen	HEREN	Hoelang BV	Pim Rodenburg	Maarten Nivo
Ronald		Neeleman	HEREN	De harde mannen	Bart Wasser	Martin Wilschut
Jeroen	de	Vries	MIXED	UFET	Christian Freeke	Rebecca Maal
Lisanne		Wildekamp	MIXED	De Wildekampjes!!	Wout Wildekamp	Marije Wildekamp

Achtste Crosstriathlon Mannen

Voornaam	Tussenvoegsels	Achternaam	Woonplaats
Twan		Aalbers	Weurt
Henk		Bakker	Ede Gld
Hans		Beijleveld	Renkum
Tijmen		Bexkens	Arnhem
Alexander		Biesma	Utrecht
Bert	de	Boer	Renkum
Richard		Broekman	Vlaardingen
Lars		Cramm	Maasland
Carlo	van	Dijk	Oldebroek
Stijn	van	Duinhoven	Groningen
Jim		Hagenstein	Weesp
Frits		Hallensleben	Schagen
Frank		Hengeveld	Nootdorp
Cornelis		Hogeveen	Amersfoort
Bert		Hollander	Nijmegen
Wico		Hopman	Deventer
Sander		Houthuizen	Ridderkerk
Gerhart		Jaspers	's-Gravenhage
Bas		Jennen	Amsterdam
Harald	ten	Katen	's-Gravenhage
Marco		Klaassen	Utrecht
Dirk	van der	Klok	Ede Gld
Jens		Kuitert	Groningen
Emiel	van	Leipsig	Wageningen
Jaap		Meijering	Roden
Marc		Muntjewerff	Arnhem
Niek		Olijslager	Ede Gld
Freark		Ouwkerk	Zwolle
Sido		Overdijk	Den Hoorn Texel
Jan-Willem		Pes	Renkum
Bert	de	Ruiter	Bovensmilde
Robin		Schalken	Waalwijk
Jan		School	Heteren
Michael		Schouten	's-Gravenhage
Pieter	van der	sluis	Neede
Henri		Smeenk	Amsterdam
Will		Tap	Hall
Michel		Tjeerdsma	Nunspeet
Jeroen	Richter	Uitdenboga	Wageningen
Jean-Paul	van	Velzen	Berg en Terblijt
Berry		Verkijk	's-Gravenhage
Erick		Vermei	Doorn
Filip		Verschoor	Bleiswijk
Anthony		Verschoor	Renkum
Johan		Visser	Nijmegen
Lammert	de	Vries	Arnhem
Thijs	de	Vries	Heusden gem Heusden

Eric		Wandel	Breda
Peter	van	Westering	Ede Gld
Oskar		Wols	's-Gravenhage
Bas	van de	Wouw	Breda
Jeroen		zuuring	Heelsum

Achtste Crosstriathlon Vrouwen

Voornaam	Tussenvoegsels	Achternaam	Woonplaats
Sylvia		Beijen	's-Gravenhage
Femke		Bos	's-Gravenhage
Carola		Bremer	Arnhem
Jacqueline		Brouwer	Buren Fr
Anneliek		Corten	Nijmegen
Karin		Dee	's-Gravenhage
Judith	van	derHorst	Nijmegen
Suzanne	van	Gessel	Kapel-Avezaath Buren
Saskia		Hofman	Arnhem
Heleen		Hoogeveen	Groningen
Wil		Jacobs	Oosterbeek
Henriette		Joanknecht	Millingen aan de Rijn
Rieneke		Kamphuis	Wolfheze
Lieke		Kempen	's-Gravenhage
Sandra		Kleijn	's-Gravenhage
Suzanne		Kok	Heusden gem Heusden
Els		Kooi	Duiven
Sarian		Kosten	Heelsum
Ingrid		LaFlamme	Bavel
Rebecca	van der	Linden	Doorwerth
Jaike		Loots	Renkum
Elske		Maas	Harderwijk
Anne-Gies		maessen	Oosterbeek
Suzanne		Maessen	Renkum
Terra		Muntjewerff	Arnhem
Tinka		Murk	Doorwerth
Mandy		Nagengast	Oosterbeek
Renate	van	Oosten	Rijswijk Zh
Jacqueline		Oosterwegel	Dieren
Lucy		Overbeek	Arnhem
Sandra		Schenk	's-Gravenhage
Sanny		Schoon	's-Gravenhage
Jolanda		Schouten	Zutphen
Carolien	van der	Sluis	Groningen
Maartje	de	Sonnaville	's-Gravenhage
Monique		Stoverinck	Arnhem
Esther		Strijker	Brummen
Marije		Stronks	Dieren
Melanie		Visser	's-Gravenhage
Keete		Voerman	Bennekom
Geke		Walpot	Oosterbeek
Josette	vd	Wildenberg	Utrecht



Agnes	Ziel	Oosterbeek
Simone	Zoet	Nunspeet
Sabine	Zuuring	Heelsum

Achtste Crosstriathlon Teams

Voornaam	Tussenvoegsels	Achternaam	Geslacht	Teamnaam	Naam deelnemer 2	Naam deelnemer 3
Jan	Willem	Worm	HEREN	Tri-Hards	Marcos Fraiha	Syed Zaidi
Martin		Laport	HEREN	Zwemschool M. Laport	Gerben Zeldenrust	Melvin Laport
Karin	van	Captain	MIXED	Captain Family	Arthur Captain	Ludo Roefs
Mireille		Empel	MIXED	#PoorChoices	Geoff Stephens	Nestor
Estella		Leentfaar	MIXED	The athletic animals	Hubert van Hees	Gutierrez
Stephan		Mantel	MIXED	Westlanders	Eric Jan van Dorp	Karin van Dorp - Wouters
Yvonne		Vermeer	MIXED	Three degrees	Therese de Vroomen	Lidwien Daniels

Crosstriathlon Jeugd/12+ jongens

Voornaam	Tussenvoegsels	Achternaam	Woonplaats
Hayke	van de	Bunt	Hoevelaken
Tim		Bongers	Renkum

Crosstriathlon Jeugd/12+ meisjes

Voornaam	Tussenvoegsels	Achternaam	Woonplaats
Zita	de	Bruin	Renkum
Manon		Sterk	Barsingerhorn
Eefke		Verschoor	Renkum

Schwalbe Cross Series

De crosstriatlon Renkum maakt deel uit van de Schwalbe Cross Series Triathlon. De Cross Series heeft als doel de prachtige crosssport (zowel Crosstriathlon als Run Bike Run) te promoten én nog aantrekkelijker te maken door het toevoegen van de extra dimensie van een klassement over meerdere wedstrijden. In 2017 bestaat de triathlonserie uit 4 Nederlandse Crosstriatlons. De NTB maakt na afloop van het circuit een eindklassement op van de deelnemende NTB-leden en belooft de besten overall en in hun categorie met een geld- en/of naturaprijs.

Samenstelling circuit		
17-06-2017	Beach Challenge Triathlon	Den Haag/Kijkduin
25-06-2017	OIT Crosstriathlon	Akersloot
26-08-2017	Rijntocht Crosstriathlon	Renkum
09-09-2017	Tri-Ambla Cross Triathlon	Ameland

Zie voor aanmelden, inschrijven en de puntentelling:
<http://triathlonbond.nl/Circuits/SchwalbeCrossSeries.aspx>

Partners Cross Series:



De Rijntocht & Crosstriatlon is mede mogelijk dankzij:







Tot 25 augustus 2018!