

Briefing Deelnemers

DGI Winterduatlon – Zondag 22 maart 2026

SP&O Triatlon Mechelen dankt je voor jouw deelname aan onze DGI Winterduatlon. In deze briefing vind je belangrijke informatie met betrekking tot het verloop van de wedstrijddag. We vragen je deze grondig door te nemen.

De Kidsduatlon is een onderdeel van de 3VL Kids toer. Kom zeker je stempel en/of kaart halen aan het secretariaat. De solo duatlon is deel van de 3VL Callant Insurance Cross Duatlon Series 2025-2026

Check zeker onze socials ([Facebook](#) & [Instagram](#)) voor de laatste updates!

SP&O wenst je verder een fijne & sportieve dag toe! Via deze weg willen we ook alvast alle sponsors bedanken voor hun steun aan dit evenement.



Podiumprijzen met dank aan



1. Bereikbaarheid

Onze wedstrijdsite bevindt zich op het domein van **Sport Vlaanderen Hofstade**: Tervuursesteenweg z/n, 1981 Hofstade (Zemst).

Volg de E19 Antwerpen/Brussel en neem afrit 11 (Zemst / Hofstade / Planckendael). Het Sport Vlaanderen domein staat vanaf dan aangegeven.

Door werken is de gebruikelijke parking B niet toegankelijk dit jaar. De sportweide is wel vlot bereikbaar vanaf **parking D** (parking aan kruispunt met Robert Schumanlaan). Parking D is betalend (enkel betaling met bankkaart). Mobilhomes kunnen (gezien de beperking in hoogte) enkel parkeren op parking A (gratis). De wedstrijdsite is gelegen op enkele minuten wandelen.

Het wedstrijdsecretariaat, de catering en de start, aankomst en wisselzone bevinden zich op de sportweide ter hoogte van het sporthotel in het domein.

Let op: betaling bij het buitenrijden kan enkel met Bancontact/Maestro-kaart, niet met cash.



2. Wedstrijd

De wedstrijden zijn officiële Cross Duatlon-wedstrijden waardoor het reglement van Triatlon Vlaanderen van toepassing is. Het volledige reglement vind je [hier](#).

Het Sport Vlaanderen domein, inclusief het wedstrijdparcours, blijft open voor het publiek tijdens de wedstrijden. Op het wedstrijdparcours kan je dus wandelaars tegenkomen! We doen ons best om met stewards het parcours op cruciale plaatsen te beveiligen. Hou steeds rekening met ieders veiligheid.

Het is voor atleten niet toegestaan om het loop- en fietsparcours te verkennen terwijl de kids, jeugd of duo-atleten aan hun wedstrijd bezig zijn. We verwachten dat het fietsparcours vrij is voor verkenning van 10u15 tot 10u45 (duo) en van 12u45 tot 13u45 (solo). Gelieve dit te respecteren.

3. Planning

8u00	Secretariaat open voor Kids en Jeugd	Kids & Jeugd
8u15	Wisselzone open voor Kids en Jeugd	
8u50	Sluiten wisselzone voor Kids Duatlon	
8u55	Verzamelen kids aan start	
9u00	Start Kids Duatlon	
9u30	Sluiten wisselzone Jeugd Duatlon	
9u25	Verzamelen jeugd aan start	
9u40	Start Jeugd Duatlon	
10u30	Podium Jeugd Duatlon	Duo
10u00	Secretariaat open voor Duo Duatlon	
10u15	Wisselzone open voor Duo Duatlon	
10u50	Sluiten wisselzone voor Duo Duatlon	
10u55	Briefing Duo aan start	
11u	Start Duo Duatlon	Solo
12u45	Prijsuitreiking Duo Duatlon	
12u30	Secretariaat open voor Solo Duatlon	
13u	Wisselzone open voor Solo Duatlon	
13u50	Sluiting wisselzone	
13u55	Briefing Solo aan start	
14u	Start Solo Duatlon	
16u	Prijsuitreiking Solo Duatlon	
16u45	Einde bewaking wisselzone	

4. Aanmelden

Elke deelnemer ontvangt een deelnamepakket tijdens de inschrijving op het secretariaat. Duo's dienen zich beiden aan te melden aan het secretariaat. In het deelnamepakket zal je volgende zaken terugvinden:

- een **nummerbordje**, te bevestigen aan het stuur (niet voor kids en jeugd);
- een **borstnummer** (2 stuks voor duo's), vooraan te dragen bij het lopen, achteraan tijdens het fietsen;
- een **elektronische chip** te bevestigen rond de linkerenkel
 - o Ben je niet in het bezit van een **timingbandje** voor deze chip? Dan kan je dit nog ter plekke aankopen als je dit niet bij inschrijving hebt aangegeven.
- een **polsbandje** (2 voor duo's) voor identificatie van fiets met atleet.
 - o Kids & Jeugd bevestigen het polsbandje aan de fiets.

Belangrijk: Uw ID-kaart (of licentie) wordt gecontroleerd. Breng deze dus zeker mee!

5. Wisselzone

Na een korte inspectie van de helm en de mountainbike door de aanwezige scheidsrechters, mag je je materiaal op de genummerde plaats opstellen. Het gebruik van een **plastic bak** is **VERPLICHT** in de wisselzone (met afmetingen van ongeveer 50cm x 30cm). Deze **plastic bakken worden NIET voorzien vanuit de organisatie** en dienen door de atleet zelf meegebracht te worden!

Gelieve rekening te houden met de volgende regels:

- Bij aanvang van de wedstrijd:
 - Fietsschoenen mogen op de fiets of naast de bak opgesteld staan
 - Loopschoenen mogen naast de bak opgesteld staan
 - Helm, bril,... aan de fiets
 - Verder mag er niets achterblijven op de genummerde plaats. In de dropzone aan de zijkant van de wisselzone kunnen tassen etc. worden achtergelaten.
- Na het fietsen:
 - Fietsschoenen op de fiets of IN de bak
 - Helm, bril,... IN de bak
 - **Er mag niets meer los buiten de bak liggen!**

Een fiets die in de wisselzone werd geplaatst, mag deze niet meer verlaten vóór de start van de wedstrijd.

Voor de duo's gebeurt de wissel tussen fietser en loper na de loopronde en fietsronde op de genummerde plaats in de wisselzone. **De Duo-deelnemers dienen op hun genummerde plaats te wachten tot de fietser of loper de elektronische chip**

doorgeeft aan de loper of fietser. Zorg dat je tijdens het wachten en bij de wissel van de chip geen andere deelnemers hindert. Opwarmen in de wisselzone is niet toegelaten.

6. Afstanden - Parcours

	Run 1	Bike	Run 2
Kids	600m (1 kids ronde)	2,3km (1 kids ronde)	600m (1 kids ronde)
Jeugd	1,7km (1 kleine ronde)	5,3km (1 kleine ronde)	1,7km (1 kleine ronde)
Duo - Solo	3,4km (1 grote ronde)	24,6km (3 grote rondes)	3,4km (1 grote ronde)

a. Lopen

i. Duo en Solo: 3,4 km (1 grote ronde)

De loopstart vindt plaats op de sportweide. Je dient uw nummer vooraan te dragen. Je loopt in run 1 en run 2 telkens **1 ronde rond de grote vijver**. De loopronde wordt aangegeven door middel van oranje vlagjes en linten. Lopers lopen **NIET** door de carrousel (zie fietsparcours). Begeleiding van de loper is **niet** toegestaan.

Het parcours kan je [hier](#) raadplegen.

ii. Lopen Jeugd: 1,7 km (1 kleine ronde)

Je loopt in run 1 en run 2 telkens **1 kleine ronde**. De loopronde wordt aangegeven door middel van linten. Lopers lopen **NIET** door de carrousel op het einde van de ronde. Begeleiding van de loper is niet toegestaan.

Het parcours kan je [hier](#) raadplegen.

iii. Lopen kids: 0,6 km (1 kids ronde)

Je loopt in run 1 en run 2 telkens **1 kids ronde rond de sportweide**. De loopronde wordt aangegeven door middel van linten. Begeleiding van de loper is toegestaan, maar de atleet dient zelf de wedstrijd af te leggen. De begeleider mag geen andere atleten hinderen en slechts 1 begeleider is toegelaten per atleet.

Het parcours kan je [hier](#) raadplegen.

b. Mountainbiken

Vooraleer je de fiets neemt, dien je je helm vast te gespen. Je begint pas te fietsen vanaf de uitgang van het fietsenpark en **niet in** het fietsenpark. Tijdens het fietsen dien je je nummer **achteraan** te dragen. **Drafting is toegestaan.**

i. Duo en Solo: 24.6 km (3 grote rondes)

Het fietsparcours loopt over **3 rondes**, aangegeven door linten. Op het eind van elke ronde wordt **voor de wisselzone een carousel gereden**, op het grasveld alvorens de volgende ronde aan te vangen. Na ronde 1 en 2 rijd je rechts na de carousel. Na de 3^{de} ronde rijd je links richting de wisselzone. Na 3 rondes fietsen, stap je af **aan de ingang** van het fietsenpark en loop je naast de fiets naar jouw plaats. Je mag je helm **niet** openen of afzetten vooraleer je aan je plaats bent.

Let op: het gedeelte van het parcours onder de voetgangersbrug is beperkt in hoogte. Ga hier niet rechtstaan op de pedalen, maar blijf laag op het zadel zitten.

Ter info, uittreksel uit het wedstrijdreglement m.b.t. het fietsen (voor duo en solo duatlon):

- Het gebruik van de MTB is verplicht. Cyclocrossfietsen en gravelbikes zijn niet toegelaten
- De minimale bandafmetingen is 1,5 inch, wielen met verschillende diameter zijn toegelaten (26-29 inch)
- MTB-stuur is verplicht (horentjes aan de zijkant mogen, opzetsturen zijn niet toegelaten)
- Afhankelijk van de ondergrond zijn verschillende bandenprofielen (met of zonder noppen) mogelijk

Het parcours kan je [hier](#) raadplegen.

ii. Mountainbiken Jeugd: 5,3 km (1 kleine ronde)

Het fietsparcours voor de jeugd bestaat uit **1 kleine ronde van 5,4km**. Let op: het gedeelte van het parcours onder de voetgangersbrug is beperkt in hoogte. Ga hier niet rechtstaan op de pedalen, maar blijf laag op het zadel zitten. De jeugd rijdt eveneens door de carousel alvorens links naar de wisselzone te gaan en hun loopronde aan te vangen.

Het parcours kan je [hier](#) raadplegen.

iii. Mountainbiken kids: 2,3 km (1 kids ronde)

Het fietsparcours voor de kids bestaat uit **1 kidsronde van 2.3km**. Let op: het gedeelte van het parcours onder de voetgangersbrug is beperkt in hoogte. Ga hier niet rechtstaan op de pedalen, maar blijf laag op het zadel zitten. De kids rijden eveneens door de carousel alvorens naar de finishzone te gaan en hun loopronde aan

te vangen.

Begeleiding van de kids mag, maar de atleet dient wel zelf de wedstrijd af te leggen en de begeleider blijft steeds aan de zijkant van het parcours. De begeleider mag geen andere atleten hinderen en er is slechts 1 begeleider per atleet toegelaten.

Het parcours kan je [hier](#) raadplegen.

7. Na de wedstrijd

In de finishzone ontvang je een kleine versnapering en water. We recupereren de elektronische chip aan de aankomstlijn vooraleer je de finishzone verlaat. Zorg ervoor dat je de chip terug aan de organisatie bezorgd. **Voor niet ingeleverde chips zullen we een kost van 50 euro aanrekenen.**

- Kids en jeugd: Ga onmiddellijk je fiets halen in de wisselzone na aankomst.
- Duo: De fietser mag, na afgifte van stuurnummer én op vertoon van polsbandje, zijn/haar fiets uit de wisselzone halen. We stellen de wisselzone open als de laatste fietser terug in de wisselzone is. Voor een vlotte voorbereiding van de volgende wedstrijd, vragen we om onmiddellijk na je wedstrijd je fiets op te halen.
- Solo: Na aankomst kan je – na afgifte van je stuurnummer én op vertoon van je polsbandje - de fiets uit de wisselzone halen. We stellen de wisselzone open zodra de laatste fietser in de wisselzone is.

Er zijn kleedkamers en sanitair voorzien in de botenloods, aan de kant van het water. Er is catering, met soep en pannenkoeken, voorzien op de wedstrijdsite.

8. Podium

Er is enkel een podium voor de jeugdathleten. Voor kids en jeugd wordt er wel een uitslag per leeftijdscategorie opgesteld en deze telt eveneens mee voor de eindranking van de kids toer. Meer info vind je op <https://www.triatlon.vlaanderen/wedstrijden/circuits/3vl-kids-toer>.

Voor de duo en solo duatlon is er een podiumceremonie, deze volgt kort na de wedstrijd. Deelnemers aan de solo duatlon komen eveneens in aanmerking voor de eindranking in de crossduatlon series van 3VL, deze kan je terugvinden op: <https://www.triatlon.vlaanderen/callant-crossduatlonseries>.

Veel succes & Tot zondag!

Het SP&O Organisatieteam