



TRIATHLON EPE

24 AUG 2025

ATHLETE GUIDE

WWW.TRIATHLONEPE.NL



INHOUD

ATHLETE GUIDE TRIATHLON EPE 2025

FJØRD 4.0
by deboer

/ Voorwoord Triathlon Inside 3

/ Programma & cut off tijden 4

Parcours
Cut off tijden

/ Parkeren / bereikbaarheid 6

Adressen start en finish
Openbaar vervoer
Parkeren
Registratie
Wedstrijdbriefing

/ Voor de wedstrijd 8

Wisselzones:
Wisselzone 2 – fietsen naar lopen – marktplein Epe
Wisselzone 1 – zwemmen naar fietsen – Kievitsveld Emst
Timingchips en niet finishen
Fiets check-out
Gevonden voorwerpen

/ De wedstrijd 10

Zwemmen
Wissel 1: Zwemmen - Fietsen
Fietsen
Wissel 2: Fietsen – Hardlopen
Lopen
Verzorgingsposten

/ Na de wedstrijd 14

Finish
Prijsuitreiking
Resultaten
Medische hulpverlening
Kleedkamer en douches

/ Relay teams 16

Informatie

Voorwoord

Allereerst ontzettend tof dat jij aan de start staat van onze eerste triathlon in Epe. Voor mij persoonlijk een droom die ik al enkele jaren heb, om in de stad waar ik al heel wat trainingsuren heb afgewerkt, een triathlon te organiseren. Epe is een van de mooiste gemeentes op de Veluwe met een prachtige bosrijke omgeving en een pittoresk centrum. Kortom: een fantastische plek voor een triathlon.

We hebben een prachtig parcours voor je uitgezet, waarbij we zwemmen in 't Kievitsveld, fietsen in een bosrijke omgeving en lopen door het centrum van Epe. Na de race ben ik ervan overtuigd dat je zelden een triathlon hebt gedaan in zo'n mooie omgeving.

De laatste maanden hebben wij er alles aan gedaan om het voor jullie als atleten een zo fijn mogelijke race neer te zetten. Het belooft voor jou als atleet een fantastische dag te worden. Vergeet niet dat de wedstrijd het toetje is van de vele trainingsuren die je er op hebt zitten om hier in Epe een zo goed mogelijk resultaat te behalen. Geniet van de dag en van het publiek die er zijn om naar de finish te schreeuwen. Ik kijk er enorm naar uit en hoop jullie allemaal te zien bij de finishlijn!

ARE YOU READY FOR THIS?!

Wesley de Does
organisatie Triathlon Epe



Programma & cut off tijden

Zaterdag 23.08.2025

Van	Tot	Wat
12:00u	17:00u	Registratie kwart en halve
15:30u	16:30u	Briefing kwart en halve

Zondag 24.08.2025

Van	Tot	Wat
07:00u	09:00u	Registratie kwart en halve
07:00u	09:00u	Wisselzone 2 open (nabij finish)
08:00u	09:45u	Wisselzone 1 open (nabij zwemstart)

10:00u 18:00u Halve Triathlon Epe

10:45u 14:30u Kwart Triathlon Epe

11:00u	18:00u	Expo op de markt
12:45u		Finish Winnaar kwart Triathlon Epe
14:00u		Finish Winnaar halve Triathlon Epe
15:00u	18:30u	Fiets check-out
17:00u		Huldiging 1-2-3 kwart en halve triathlon Epe
18:00u		Laatste finisher
15:00u	20:00u	Feest op de markt met muziek en artiest

Let op!

Voor de kwart triathlon geldt dat de wisselzone tot 10.30u opengesteld blijft. Echter dient de fiets wel uiterlijk 09.45u ingecheckt zijn. Houd hier rekening mee.

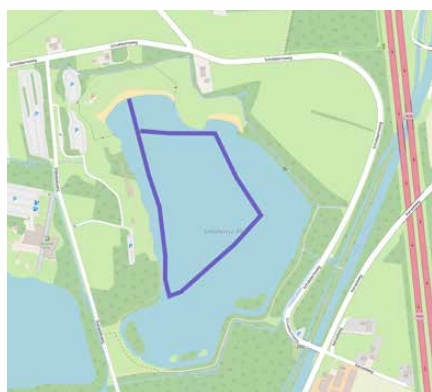
Zie ook www.triathlonepe.nl

Programma & cut off tijden

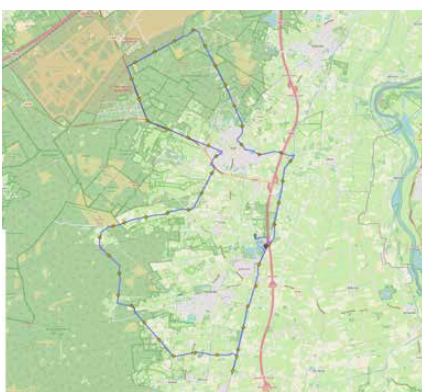
/ Parcours

Kwart triathlon = 1 ronde zwemmen (950m), 1 ronde fietsen (40 km) en 2 rondes hardlopen (10 km)

Halve triathlon = 2 rondes zwemmen met land lap (1900m), 2 rondes fietsen (90 km) en 4 rondes hardlopen (21 km)



ZWEMPARCOURS



FIETSPARCOURS



LOOPPARCOURS

/ Cut off tijden

Voor de Triathlon Epe gelden de volgende cut off tijden:

Zwemmen tot uiterlijk 11.25 uur

Wisselzone 1 tot uiterlijk 11.40 uur

Fietsen tot uiterlijk 15.00 uur (ingaan 2e ronde tot uiterlijk 13.15 uur)

Wisselzone 2 tot uiterlijk 15.15 uur

Hardlopen tot uiterlijk 18.00 uur

Totaal: 8.00 uur

Parkeren / bereikbaarheid

/ Adressen start en finish

De triathlon Epe kent twee wisselzones. De start en finish liggen ongeveer 5 kilometer van elkaar verwijderd.

Adres start recreatieplas Kievitsveld Emst:

Viskweekweg 3, Emst

Adres finish + registratie Epe: Marktpllein, Epe

/ Openbaar vervoer

Epe kent een aantal busverbindingen vanuit Apeldoorn en Zwolle. Epe kent géén treinstation.

Voor de actuele reisinformatie kun je de website

www.9292ov.nl raadplegen.

/ Parkeren

Je kunt parkeren op enkele parkeerplaatsen in de buurt van de finish en de registratie.

Op de zondag wordt geadviseerd te parkeren bij de Gamma. Dit is ongeveer 2 kilometer naar de registratie en wisselzone 2 (5 minuten fietsen en 20 minuten wandelen).

- Parkeerplaats Gamma (2km afstand) De Meent, Epe
- Parkeergarage Epe (200m afstand) Marktpllein, Epe
- Parkeerplaats St. Martinusplein (AH) (250m afstand)
- Parkeerplaats Ratelplein (Jumbo) (300m afstand)
- Parkeerplaats sportvelden (1,5km); Sportlaan 5, Epe

Bij de start is er parkeergelegenheid bij Sauna de Veluwe Bron, Viskweekweg 10 in Emst. Deze parkeergelegenheid is ingericht voor toeschouwers, gezien het voor de atleten praktischer is om te parkeren bij de hierboven genoemde parkeerplaatsen.

De finish is in het centrum van Epe en al jouw spullen uit wisselzone 1 worden door de organisatie verplaatst naar wisselzone 2 en kun je ophalen bij de bike check-out.

/ Registratie

Op het marktpllein Epe vind je de registratietent waar je jouw startbescheiden kunt ophalen. Zonder deze startbescheiden kun je niet starten aan de wedstrijd.

ZATERDAG 23.08.2025 VAN 12:00 – 17:00 UUR

ZONDAG 24.08.2025 VAN 07:00 – 09:00 UUR

Belangrijk: Advies is om al op zaterdag je startbescheiden op te halen en de wedstrijdbriefing bij te wonen. Op zondagochtend kunnen er langere wachtrijen zijn. De start en wisselzone 1 zijn ongeveer 5 kilometer van de registratie verwijderd.

Belangrijk: de vrijwilligers bij de registratie vragen om je te identificeren met een geldig ID (rijbewijs, ID kaart of paspoort). Je kunt alleen je startnummer krijgen als deze op jouw naam staat! Meedoen op naam van iemand anders is niet toegestaan!

Bij de registratie ontvang je het volgende:

- Startnummer + veiligheidsspeldjes;
- Stickervel (helmsticker, fietssticker, taslabel streetwear);
- Swimcap;
- Timingchip met bijbehorende enkelband;
- Vuilniszak met jouw startnummer ten behoeve van de swimwear in wisselzone 1;
- Atletentas (alleen voor atleten aan de halve triathlon)

STARTNUMMER

Het startnummer moet gedragen worden tijdens het fiets- en het looponderdeel. Tijdens het fietsen draag je het startnummer op de rug (verplicht) en tijdens het lopen draag je het startnummer op de buik (verplicht).

Parkeren / bereikbaarheid

STICKERVEL

Alle deelnemers ontvangen een stickervel met stickers voor op de fiets, de helm en voor op de tas.

- Bevestig de **fietssticker** aan de zadelpen met het nummer wijzend naar achter. Het nummer moet duidelijk zichtbaar zijn vanaf de linker- en rechterzijde. Verwijder de fietssticker niet voordat je bent uitgecheckt uit de wisselzone. Bij het inchecken en uitchecken in de wisselzone wordt gecontroleerd of het nummer op je fiets overeenkomt met je startnummer.
- Plak de **helmsticker** op de linker- en rechterkant van de helm.
- Bevestig de **taslabel** aan je streetwear tas en stop al je persoonlijke bezittingen die je tijdens de race niet nodig hebt in je tas. Deze tas geef je af op een centraal punt tussen wisselzone 1 en de zwemstart. Deze tas wordt gebracht naar wisselzone 2 en kun je weer ophalen bij de bike check-out. De organisatie kan niet verantwoordelijk gehouden worden voor vermiste persoonlijke eigendommen die niet met de triathlon te maken hebben (zoals kleding, telefoon, auto-sleutels e.d.).

SWIMCAP

Tijdens het zwemonderdeel is het verplicht de swimcap van de organisatie te dragen. Het is toegestaan om een eigen badmuts te dragen maar die mag alleen ONDER de swimcap van de organisatie zitten en niet zichtbaar zijn.

TIMINGCHIP

Bij de registratie ontvang je een chip met enkelband voor de tijdswaarneming. Deze timingchip draag je om je om je LINKER enkel (zodat ie niet tegen de ketting van je fiets kan komen). Het is belangrijk dat je de chip niet ergens anders draagt, omdat de tijdregistratie in dat geval kan weigeren door een te grote afstand van de chip tot de mat. Individuele deelnemers houden de timingchip gedurende de hele wedstrijd om. Zorg ervoor dat je je chip op de juiste manier om je enkel

bevestigt met het bandje. Vraag bij twijfel aan een mede atleet of vrijwilliger hoe je de chip goed aan je enkel bevestigt.

Deelnemers in een estafette team ontvangen één timingchip per team die doorgegeven moet worden na elk onderdeel.

Belangrijk: de chip én enkelband moet na de race worden ingeleverd. Je levert je chip en de enkelband in bij de bike check-out. Bij een kwijtgeraakte chip - op welke manier dan ook - moet er direct € 25,- afgerekend worden bij de coördinator van de wisselzone bij de uitgang.

VUILNISZAK MET STARTNUMMER

Ook ontvang je een vuilniszak met jouw startnummer. Deze zak is bedoeld voor jouw swim wear en accessoires als je wisselt van het zwem- naar het fietsonderdeel. Deze zak laat je bij jouw plek in de wisselzone. Vrijwilligers zorgen dat deze tas van wisselzone 1 naar wisselzone 2 wordt gebracht en kun je ophalen bij de bike check-out.

/ Wedstrijdbriefing

Op zaterdag vindt de wedstrijdbriefing plaats op het marktplein in Epe nabij de registratietent en de finish. In de wedstrijdbriefing worden de regels en overige zaken nog eens in detail doorgelopen zodat je zonder problemen en veilig aan de wedstrijd kunt deelnemen. Ook kun je die dag je startbescheiden ophalen, zodat je in alle rust kunt voorbereiden op de wedstrijd. De wedstrijdbriefing zal ook digitaal beschikbaar zijn via Youtube.

Voor de wedstrijd

/ Wisselzones

De triathlon Epe kent twee wisselzones en de start ligt ongeveer 5 kilometer van de finish en wisselzone 2 vandaan. Zorg dan ook dat je op tijd bent en dat je in alle rust je spullen kunt klaarleggen in beide wisselzones en je fiets kunt inchecken.

Wisselzone 2

FIETSEN NAAR LOPEN – MARKTPLEIN EPE

Wisselzone 2, de wisselzone waar je van het fietsen naar het hardlopen gaat, bevindt zich op het marktplein in Epe, dichtbij de finish en de registratietent. Deze wisselzone is open tussen 7.00 en 9.00 uur en hier zorg je dat jouw hardloopspullen bij jouw startnummer worden gelegd.

Wisselzone 1

ZWEMMEN NAAR FIETSEN – KIEVITSVELD EMST

Wisselzone 1, de wisselzone waar je van het zwemmen naar het fietsen gaat, bevindt zich bij recreatieplas

Kievitsveld in Emst. Dit is ongeveer 5 kilometer van de finish en de registratie.

Tip!

Zorg dat je de streetwear spullen én je vuilniszak met startnummer voor de swimwear in een rugzak met je meedraagt op de fiets naar wisselzone 1.

De bike check-in kan tussen 8.00 en 9.45 uur voor zowel de halve triathlon als de kwart triathlon. Zorg ervoor dat je hier op tijd bent om je fiets in te checken en je fietsspullen klaar te leggen. Atleten aan de kwart triathlon hebben nog toegang tot wisselzone 1 tot en met 10.30 uur. Wel wordt gevraagd om de atleten aan de halve triathlon niet te hinderen in hun wedstrijd.



Voor de wedstrijd

/ Fiets check-in

Voorafgaand aan de wedstrijd plaats je al je benodigde spullen in de wisselzone op de daarvoor gereserveerde plaats corresponderend met jouw startnummer.

Denk bij het inchecken van je spullen aan het volgende:

- Zorg dat de benodigde stickers zijn aangebracht op helm en fiets;
- Draag bij het betreden van de wisselzone je helm;
- Draag bij het betreden van de wisselzone zichtbaar je startnummer;
- Je fiets en helm worden gecontroleerd op veiligheid.

Tip!

Visualiseer goed waar jouw fiets in de wisselzone hangt, zodat je tijdens de wedstrijd je fiets snel kunt vinden.

Extra belangrijke informatie fiets check-in

- Je fiets, helm en de streetwear tas zijn voorzien van stickers corresponderend met je startnummer;
- De vuilniszak met startnummer voor de swimwear leg je bij jouw fiets;
- Draag je startnummer zichtbaar;
- Draag je helm met het veiligheidsriempje gesloten;
- Je helm hang je aan je fiets in de wisselzone of leg je naast je fiets;
- Zelf meegebrachte fietspompen zijn toegestaan in de wisselzone; zorg ervoor dat je ze zichtbaar markeert met jouw startnummer en lever je fietspomp in waar je ook je streetwear tas inlevert. Vrijwilligers zorgen dan dat de fietspomp naar wisselzone 2 wordt gebracht, zodat je deze kunt ophalen bij de bike check-out. De organisatie is niet verantwoordelijk voor eventuele vermissing;
- Officials van de Nederlandse Triathlon Bond (NTB) én onze vrijwilligers checken of je fiets voldoet aan de wedstrijdvoorwaarden;
- Stal je fiets bij je eigen racenummer.

/ Timingchips en niet finishen

- Je ontvangt jouw timingchip met enkelband bij de registratie;
- De chip draag je aan je linker enkel. Het dragen van de timingchip is verplicht.
- Het gebruik van een eigen timingchip is niet toegestaan. Atleten zijn verantwoordelijk voor de timingchips die door de organisatie worden uitgereikt;
- Je levert de timingchip weer in bij de fiets check out;
- Atleten die hun timingchip verliezen voor de start, moeten zo snel mogelijk een nieuwe chip halen bij de coördinator van het zwemmen Erik Schopman;
- Atleten die niet finishen of uit de wedstrijd stappen, moeten dit zo snel mogelijk doorgeven aan een NTB official.

/ Fiets check-out

Op vertoon van je startnummer en timingchip kun je na de finish je fiets en de wisseltassen ophalen in de wisselzone, waarna je de timingchip met enkelband inlevert bij de fiets check-out.

Na de wedstrijd / fiets check-out

- De fiets én wisseltassen worden op de wedstrijddag opgehaald. Dit kan tussen 15.00u en 18.30u;
- Je fiets en wisseltassen kunnen worden meegenomen bij vertoon van je startnummer en timingchip;
- De timingchip met enkelband lever je in bij de uitgang van de wisselzone waarna je de wisselzone verlaat.

/ Gevonden voorwerpen

Gevonden voorwerpen worden tijdens de wedstrijd verzameld bij wisselzone 2 op het punt waar je ook je wisseltassen kunt ophalen. Hier wordt een "Lost and Found" ingericht en kunnen de spullen worden opgehaald.

De wedstrijd

/ Zwemmen

- De kwart triathlon zwemt één ronde, de halve triathlon zwemt twee ronden en heeft een land lap;
- De oranje boeien houd je aan je rechterkant;
- Het dragen van de door de organisatie uitgereikte badmuts is verplicht;
- Het is een landstart. Dit betekent dat iedereen zich opstelt bij de startlijn op het strand en wacht tot het startschot klinkt en dan het water in rent om te starten met het zwemonderdeel;
- Er wordt gestart met een massastart;
- Je draagt de timingchip met enkelband om je linkerenkel (en onder je wetsuit);
- Alles wat wordt achter gelaten bij de zwemstart wordt weggegooid door de organisatie;
- Indien je om welke reden dan ook niet kunt starten of het zwemonderdeel niet kunt afronden, dien je je te melden bij een NTB official.

Extra informatie

Volgens het wedstrijdreglement van de NTB (artikel 4) wordt besloten om een wetsuit te verplichten of niet toe te staan. Een uur voor de wedstrijd wordt de watertemperatuur kenbaar gemaakt en kan tot inkorten of annuleren van het zwemonderdeel worden besloten.

KWART TRIATHLON

Watertemperatuur 22°C en erboven dan wetsuit verboden en 15,9°C en lager wetsuit verplicht.

HALVE TRIATHLON

Watertemperatuur 24,6°C en erboven dan wetsuit verboden en 15,9°C en lager wetsuit verplicht.



De wedstrijd

/ Wissel 1: Zwemmen - Fietsen

- Je kunt je omkleden bij je fiets in het rek;
- Je spullen van het zwemonderdeel stop je in de vuilniszak met startnummer; deze zak wordt door onze vrijwilligers naar wisselzone 2 gebracht, zodat je die kunt ophalen bij de fiets check-out;
- **Belangrijk:** spullen die niet in de vuilniszak zijn gedaan, worden naar de gevonden voorwerpen gebracht en raken mogelijk vermist;
- Als je in de wisselzone de fiets van het rek pakt moet het riempje van de helm gesloten zijn;
- Zorg ervoor dat je je startnummer op je rug draagt (gebruik bij voorkeur een startnummerband);
- Stap niet in de wisselzone op de fiets, je mag pas op je fiets stappen na de opstaplijn net buiten de wisselzone. De jury van de Nederlandse Triathlon Bond (NTB) ziet hierop toe.

/ Fietsen

- De kwart triathlon fietst één ronde; de halve triathlon fietst twee rondes;
- Het dragen van een helm is verplicht;
-  Het fietsparcours is aangegeven met zwarte pijlen met een oranje achtergrond;
- Stayeren is niet toegestaan. Je moet minimaal 12 meter achter je voorganger blijven. Inhalen mag uiteraard wel en moet binnen 25 seconden gebeuren;
- Tijdens de wedstrijd is het belangrijk dat je je houdt aan de aanwijzingen van de verkeersregelaars, de organisatie en eventuele hulpdiensten. Ook is het belangrijk dat je altijd aan de rechterzijde van de weg fietst, zodat een andere atleet je kan inhalen.
- Er is één penalty tent ingericht 50 meter voor wisselzone 2;
- Mocht je een blauwe kaart krijgen, dan zal een jurylid op de motor dit jou duidelijk aangeven;



- Tijdens het fietsen is één verzorgingspost ingericht voor de atleten van de halve triathlon; deze bevindt zich net na het ingaan van de tweede ronde waar de atleten van de kwart triathlon rechts afslaan richting de wisselzone;
- Op het fietsparcours zijn enkele drempels en wildroosters, deze worden aangeduid met slow down borden en met markeringen op de weg. Zorg ervoor dat je hier in snelheid teruggaat.

De wedstrijd

/ Wissel 2: Fietsen - Lopen

- Stap van de fiets af vóór de afstaplijn bij de ingang van de wisselzone. Fietsen in de wisselzone is niet toegestaan. De jury van de NTB ziet hierop toe;
- Plaats je fiets bij jouw startnummer in de wisselzone;
- De riem van je helm dient gesloten te blijven tot de fiets weer aan het rek hangt;
- Omkleden kan bij je fiets. Je legt jouw fietsspullen bij je fiets in de wisselzone en deze kun je ophalen bij de bike check-out;

/ Lopen

- De kwart triathlon loopt twee rondes; de halve triathlon loopt vier rondes;
- De route is uitgepijld met fluoriserend groene pijlen;
- Je bent zelf verantwoordelijk voor het afleggen van het juiste aantal rondes;
- Er zijn drie verzorgingsposten op het loopparcours, de eerste is net na het uitgaan van de wisselzone;
- Alleen net vóór of net na de verzorgingspost mag je lege gelletjes of ander afval weggooien (zodat onze vrijwilligers dit kunnen oprapen en weggooien). Op iedere andere plek op het parcours, dit geldt ook voor het fietsparcours, is dit niet toegestaan en kun je gediskwalificeerd worden.



De wedstrijd

/ Verzorgingsposten

De triathlon Epe kent meerdere verzorgingsposten, verzorgd door het sportmerk Amacx via onze partner Sportvoedingdirect. Zij zullen de atleten voorzien van gels, repen en isotone drink.

De verzorgingsposten staan op de volgende punten:

FIETSEN

Net na het ingaan van de 2e ronde fietsen voor de atleten aan de halve triathlon wordt een volledige verzorgingspost ingericht met onder andere repen, gels, ISO, cola, water, bananen en sinaasappels

LOPEN 1

Net na wisselzone komen alle atleten de eerste volledig verzorgde verzorgingspost tegen. De atleten aan de kwart triathlon passeren deze post twee keer en de atleten aan de halve triathlon vier keer.

LOPEN 2

Na ongeveer 1,5 km kom je een verzorgingspost met water, ISO, bananen en sinaasappels tegen op de officiersweg.

LOPEN 3

Op de Schotweg, bij recreatiepark het Eperwoud, na iets meer dan 4 km kom je een verzorgingspost met water, ISO, bananen en sinaasappels tegen.



Na de wedstrijd

/ Finish

Gefeliciteerd! Het moment waar je zo hard voor hebt getraind is aangebroken. Geniet ervan!

Je ontvangt een welverdiende medaille van onze vrijwilligers én een blikje Sea Water waarna je door kunt naar onze uitgebreide verzorgingspost.

Bij de finish maken we er met z'n allen een onvergetelijk feest van! Atleten én bezoekers kunnen gratis gebruikmaken van een verfrissend watertappunt. Daarnaast is er een verkooppunt waar je terecht kunt voor lekkere hapjes en drankjes. De muziek staat aan, de sfeer zit erin, en samen zorgen we voor een warm onthaal van alle atleten die hun geweldige prestatie volbrengen. Kom aanmoedigen, vieren en genieten bij de eerste editie van de Triathlon Epe!

univé
daar plukt ú de vruchten van

SEA
WATER

Andere belangrijke zaken

- Elektronische apparaten als iPods, mp3-spelers en mobiele telefoons (koptelefoons) et cetera zijn niet toegestaan tijdens de wedstrijd en leiden tot diskwalificatie;
- Met een deelnemer meefietsen of meelopen op het parcours is niet toegestaan en leidt tot diskwalificatie van de atleet;
- Vanwege veiligheidsredenen is het verboden om met vrienden, familie, kinderen op de arm te finishen. Mocht dit wel gebeuren staat daar een diskwalificatie tegenover.

/ Prijsuitreiking

- Om 17.00 uur vindt de prijsuitreiking plaats op het marktplein in Epe op het podium;
- Voor de overall winnaars van de wedstrijden worden er geldprijzen verstrekt. Deze zijn als volgt:

HALVE TRIATHLON

- 1e prijs - EUR 1.500,-
- 2e prijs - EUR 1.000,-
- 3e prijs - EUR 500,-

KWART TRIATHLON:

- 1e prijs - EUR 600,-
- 2e prijs - EUR 400,-
- 3e prijs - EUR 200,-

- De top 3 (man én vrouw) in elke age group ontvangen een award bij de huldiging op het podium. Hierbij gelden de volgende agegroups:

HALVE TRIATHLON

18-24, 25-29, 30-34, 35-39, 40-44, 45-49, 50-54, 55-59, 60-64, 65-69, 70-74 en 75+

KWART TRIATHLON

tot 40, 40+, 50+ en 60+

- Awards worden niet nagestuurd, zorg dat je bij de prijsuitreiking bent;

/ Resultaten

Uitslagen kunnen na de wedstrijd worden bekeken op www.triathlonepe.nl/uitslagen. Of scan de QR-code hiernaast.



Via die link geeft het ook een live verslag van de wedstrijd en kunnen je supporters volgen hoe je het doet in de wedstrijd.

Na de wedstrijd

/ Medische hulpverlening

De organisatie heeft de beschikking over een professionele medische dienst. Op de parcoursen is medische zorg aanwezig en zij zijn herkenbaar voor de atleten. Ook na het passeren van de finish wordt voor de atleet gezorgd door het finishteam. Er is een dokter aanwezig om medische condities te controleren. Volg ten alle tijden de instructies van het medische team op. Mocht je na de wedstrijd klachten krijgen die te herleiden zijn naar de wedstrijd, dan vragen we je contact op te nemen met je eigen huisarts.

/ Noodnummer Triathlon Epe

Er kan onverhoopt altijd iets gebeuren tijdens de wedstrijd. Bij een levensbedreigende situatie bel altijd meteen 112 en vermeld zo duidelijk mogelijk de locatie.

Het medisch noodnummer van de Triathlon Epe is 06-48458261

/ Kleedkamer en douches

Atleten kunnen gebruik maken van kleedkamers en douches van sporthal PWA, Sportlaan 1 in Epe. Dit is ongeveer 1,5 kilometer van de finish af en wordt aangegeven met pijlen. Gebruik hiervan is op eigen risico. Laat hier dan ook geen waardevolle spullen achter.



Relay teams

/ Registratie

Ieder teamlid moet zich registreren en zij registreren zich in op één moment. Relay teams ontvangen: 3 startnummers en 1 timingchip met enkelband (bij registratie). Elk teamlid van de halve triathlon ontvangt een atletentas (bij registratie).

/ Fiets check-in

Relay teams checken hun fiets in op dezelfde wijze als individuele atleten.

/ Wisselzone

Relay teams hebben hun eigen locatie in de wisselzone aangegeven met het bordje 'Relay'.

/ Timingchip en startnummer

De timingchip en het startnummer worden doorgegeven op de teamlocatie in de wisselzone. De timingchip wordt doorgegeven van de zwemmer aan de fietser. De fietser draagt het startnummer al. In wisselzone 2 overhandigt de fietser de timingchip én het startnummer aan de loper. Relay deelnemers mogen wél samen finishen! Gevraagd wordt om wel rekening te houden met individuele finishers. Ook zij hebben recht op een mooi finishmoment.

/ Fiets check-out

De fiets check-out kan alleen gedaan worden met het startnummer én de timingchip. De fietser van het relay team draagt zorg voor de bike check-out en haalt zijn fiets op.

Een relay team bestaat uit 2 of 3 atleten. De beslissing welk teamlid zwemt, fietst en hardloopt kan uiterlijk tot de registratie gemaakt worden.



VRIJWILLIGERS BEDANKT !

Bedankt aan alle vrijwilligers die de eerste editie van Triathlon Epe ondersteunen. Zonder jullie is het evenement niet mogelijk en door jullie kunnen de atleten hun doelen bereiken. Jullie creëren een unieke ervaring door tijd, moeite en passie te investeren. Jullie zijn de kracht achter het evenement.

Mocht jij ook jouw bijdrage willen verlenen, stuur dan een mail naar info@triathloninside.com.





TRIATHLON EPE 2025

is mede mogelijk gemaakt door:

**TRIATHLON
INSIDE**


Gemeente Epe


**provincie
Gelderland**

deboer
PERFORMANCE WETSUITS

AG1


**TRIATHLON
WORLD**


LION CAPITAL GROUP


**SMALBRAAK
EPE**

HERMUS
INTERNATIONAL TRANSPORT

univé
daar plukt ú de vruchten van


**SPORT
VOEDING
DIRECT**

WWW.TRIATHLONEPE.NL





***HEEL VEEL
SUCCEES!***