

## Triatlon

1. Per OSSO/onderwijsinstelling is het mogelijk om maximaal 5 mannen als maximaal 5 vrouwen in te schrijven voor deelname voor de triatlon.
2. De deelnemers van een OSSO mag uitsluitend bestaan uit studenten die voldoen aan de voorwaarden als gesteld in hoofdstuk 1 van het evenementen reglement van de SSN. Bij overtreding van deze regel verlies het team alle wedstrijden.
3. Als er een ongerechtigde deelnemer meedoet aan het GNSK, wordt er een boete van €200,- in rekening gebracht bij de OSSO voor welke die deelnemer uitkomt. Ook zullen de resultaten van het desbetreffende team worden geschrapt.

### Algemene regels

1. Je recht op een startplaats vervalt als je je startbewijs niet 30 minuten voor de start van de wedstrijd hebt afgehaald.
2. Je startplaats is persoonlijk en kan niet worden overgedragen aan een andere deelnemer.
3. Deelnemers dienen de gehele wedstrijd het startnummer duidelijk zichtbaar te dragen. Bij het fietsen het nummer op de rug, bij het lopen het nummer op de buik.
4. Alle aanwijzingen gegeven door de, organisatie aangestelde medewerkers, dienen te worden opgevolgd.
1. De totaaltijd van de triatlon is geldend, d.w.z. Vanaf het starten van het zwemmen tot en met de finish van het lopen. Dus tijdens omkleden en wisselen van onderdelen loopt de tijd door.
2. Hulp van derden is niet toegestaan.
3. Bij slechte weersomstandigheden of omstandigheden van bijzondere aard behoudt de organisatie zich het recht de wedstrijd niet door te laten gaan, in te korten, te veranderen in een duathlon, dan wel vroegtijdig te beëindigen.
4. Daar waarin dit reglement niet heeft voorzien, beslist de wedstrijdleider.
5. Het niet naleven van één van de in dit reglement genoemde punten kan diskwalificatie tot gevolg hebben.
6. Deelname geschiedt geheel voor EIGEN RISICO. De organisatie kan niet aansprakelijk worden gesteld voor vermissing en/of door de deelnemers geleden materiële of immateriële schade.
7. Bij het voortijdig stoppen van de wedstrijd dit zo spoedig mogelijk melden bij de wedstrijdleiding of jury.
8. De finish van de atleten is de lijn aan het eind van het fietsparcours. De finish vindt plaats zodra de band van het voorwiel de verticale lijn boven de rand van de finishlijn bereikt heeft. De tijd gemeten op dit punt is de finishtijd.
9. EINDTIJD = FINISHTIJD minus TIJD STARTSERIE.

### Zwemmen 1/8e triatlon

1. Het dragen van een badmuts welke door de organisatie uitgereikt wordt, is verplicht.
2. Aangezien het zwem onderdeel van de triatlon plaats zal vinden in een zwembad is het gebruik van een wetsuit niet toegestaan.
3. Er worden 20 banen van 25 meter gezwommen om de 500 meter te voltooien.
4. Er wordt gestart vanuit het water, elke deelnemer dient aan de kant te hangen tot het start signaal af is gegaan.

5. Inhalen is toegestaan.

#### Fietsen 1/8e triatlon

1. Er zullen 8 rondes van 2,5 km gefietst worden om de 20 km te voltooien.
  1. De fiets dient na het inschrijven en afhalen van het startnummer te worden geplaatst bij het corresponderende startnummer in de wisselzone/Parc Fermé.
  2. Na het volbrengen van het fietsgedeelte dient de fiets weer op deze plaats te worden teruggezet.
  3. Na afloop van de wedstrijd kan de deelnemer op vertoon van zijn startnummer weer zijn fiets ophalen.
  4. De uitgereikte sticker met startnummer dient zichtbaar te zijn aangebracht op de zadelpen en de helm.
  5. Het startnummer dient op de rug te zijn aangebracht op een wijze waarop dit tijdens het fietsen duidelijk zichtbaar is.
  6. De fiets dient in optimale staat te verkeren. Bij eventuele gebreken kan men van deelname worden uitgesloten.
  7. Het dragen van een goedgekeurde helm is verplicht. De kwaliteit van de helm wordt gecontroleerd bij het plaatsen van de fiets in de wisselzone. Bij eventuele gebreken kan men van deelname worden uitgesloten.
  8. Zet in de wisselzone eerst je helm op, maak deze vast en pak dan pas je fiets. Loop hier mee naar de uitgang van de wisselzone voor de start van het fietsparcours.
  9. Stap na de opstap balk op je fiets.
  10. Stap voor de afstap balk bij de wisselzone van je fiets. fietsen in de wisselzone is niet toegestaan. Als dit toch gebeurd wordt er een tijdstraf van 5 minuten gegeven.
  11. Hang je fiets eerst op en doe dan pas je helm af.
  12. De GNSK Triatlon is een non stayer wedstrijd. Dit houdt in dat er tijdens het fietsen een minimale afstand van 10 meter tussen de fietsers moet zitten. Houd een deelnemer zich hier niet aan dan volgt er een tijdstraf van 5 minuten.
  13. Inhalen kan alleen in de inhaal zones. Het inhalen moet dan binnen een tijdsbestek van 20 seconden gebeuren.
  14. Indien door externe omstandigheden het fietsen geen doorgang kan vinden wordt het evenement een zwemloop en vervalt het fietsonderdeel dus.

#### Hardlopen 1/8e triatlon

1. Er zullen 2 rondes van 2,5 km gerend worden om de 5 km te voltooien.
2. Het startnummer dient tijdens het lopen duidelijk zichtbaar op de borst bevestigd te zijn.
3. De looproute is met pijlen, linten en hekken aangeduid.
4. Na de finish is het niet toegestaan in de buurt van de finish en de matten te verblijven.
5. Indien door externe omstandigheden het lopen geen doorgang kan vinden wordt het evenement een zwem-fiets evenement en vervalt het looponderdeel dus.