

Inleiding

Beste atleet,

Nog even en jij duikt het Weerwater in. Klaar voor jouw avontuur. Jouw wedstrijd van het jaar. Jouw Challenge Almere-Amsterdam!

Het duurt niet lang meer voor we los gaan met de 2023 Europe Triathlon Championships Long Distance Almere-Amsterdam. Dat is meteen ook de 42e editie van onze wedstrijd: onze race is de oudste Long Distance van Europa en de op-een-na oudste ter wereld. Ik kan niet beschrijven hoe trots ik ben dat jij daar dit jaar (weer) deel van uitmaakt!

Dit jaar zijn we echt weer een beetje terug bij 'het oude normaal'. Dat betekent dat je je kunt opmaken voor een wedstrijd met duizenden deelnemers, maar ook tienduizenden toeschouwers langs de kant. Iedereen zal jou aanmoedigen op weg naar de finish. Op weg naar een moment om nooit te vergeten. Zorg dat je er gedurende de wedstrijddag ook écht van geniet: finishen in Almere is memorabel en is iets dat je hopelijk nooit van je leven meer vergeet. Wij kijken alvast uit naar alle prachtige sportprestaties die in het tweede weekend van september geleverd gaan worden.



Zoals altijd is Challenge Almere-Amsterdam een event verspreid over meerdere dagen en verschillende side-events. Naast de Long Distance en Middle Distance staan er ook dit jaar weer een RABO Business Relay, Family Relay, No-Limit & Senior Challenge en Junior Challenge op het programma. Challenge Almere-Amsterdam is van iedereen en voor iedereen. En wordt gedragen door de stad Almere. Een jaar lang hebben wij - ons organisatieteam en honderden vrijwilligers - hard gewerkt om weer een prachtig evenement neer te zetten. Dat doen we met passie, met bevologenheid en met liefde. Jij - als atleet - zal tijdens het wedstrijdweekend centraal staan. Het draait om jou. Dit wordt jouw weekend. Dit wordt jouw race!

Als Race Director wil ik van deze gelegenheid gebruikmaken om je (nogmaals) te bedanken voor je deelname aan de 2023 Europe Triathlon Championships Long Distance Almere-Amsterdam. Jouw deelname aan ons evenement - en jouw verblijf in onze mooie stad - wordt zeer op prijs gesteld. Door ons als organisatie en zeker door de honderden vrijwilligers die klaar zullen staan om jullie een onvergetelijke dag te bezorgen

Ik zou je willen vragen deze Atletengids aandachtig door te lezen, want je vindt er alle informatie die je nodig hebt tijdens de 2023 Europe Triathlon Championships Long Distance Almere-Amsterdam, maar ook in de dagen voor het evenement. Mocht je nog vragen hebben, dan weet je ons natuurlijk te vinden. Voor nu wil ik je veel succes wensen met je laatste voorbereidingen en veel plezier tijdens de 2023 Europe Triathlon Championships Long Distance Almere-Amsterdam.

We zien je in september!

Namens alle bestuurders, overige vrijwilligers, sponsors en gemeente Almere,
Richard Belderok,
Race Director

2023 Europe Triathlon Championship Long Distance Almere-Amsterdam

Inhoudsopgave

Inhoud

Team CHALLENGEALMERE-AMSTERDAM	6
Contact information	7
Local Organizing Committee	7
Europe Triathlon	7
Europe Triathlon Team + Head Officials	7
Emergency numbers	7
Hotels	7
Taxi	7
Luchthavens	8
Introductie	9
Informatiebalie	9
Gevonden voorwerpen	9
Ticket desk	9
Graveren medailles	9
Schema	10
Donderdag 7 september	10
Vrijdag 8 september	10
Zaterdag 9 september	11
Zondag 10 september	11
Evenementenlocatie	12
Locatiekaart	12
Bereikbaarheid Almere	12
Openbaar vervoer	12
Met het vliegtuig	13
Met de auto en parkeren	13
Gratis parkeren	13
Huur een auto	13
Taxi	14
Op de fiets	14
Expo	15
Food and drinks	15
Fietsenwinkel en onderhoud	16
Massage en medische informatie	16
Massage	16
Medisch	16
Tijdens de wedstrijd	16
Verzekering	16
Ziekenhuisinformatie	16
Voeding	17
Powerbar	17

Regels en straffen	19
Uniform Regels	19
Kaarten	19
Antidoping	19
Waterkwaliteit (binnenland)	20
Trainingsopties	21
Testen Zwemparcours	21
Fiets Parcoursverkenning	21
Loop Parcoursverkenning	22
Startersgids	22
Registratie / pakket afhalen	23
Tijdslot	23
Briefings	23
Timing	24
Racepakket	24
Wisseltassen	25
Check-in fiets en uitrusting	26
Lange Afstand Triathlon	27
Lange Afstand Triathlon	27
Cut-off tijden	27
Zwemparcours	28
Cut-off tijden zwemmen	29
Fietsen	30
Fietsparcours	30
Fiets Verzorgingspost	31
Cut-off tijden fietsen	31
Lopen	32
Loopparcours	32
Loop Verzorgingspost	33
Littering Zone	33
Cut-off tijden lopen	33
Lange Afstand Aquabike	34
Midden Afstand Triathlon	34
Cut-off tijden	34
Zwemparcours	35
Zwemstart procedure	35
Cut-off time swim	36
Wisselen van zwemmen naar fietsen	36
Fietsen	37
Fietsparcours	37
Fiets Penalty Boxen	38
Fiets Verzorgingspost	38
Littering Zone	38
Cut-off tijden fietsen	38
Wisselen van fietsen naar lopen	39

2023 Europe Triathlon Championship Long Distance Almere-Amsterdam

Lopen	39
Loopparcours	40
Littering Zone	41
Cut-off tijden hardlopen	41
Midden Afstand Aquabike	41
Na de wedstrijd verzorging	43
Massage	43
Transition Zone Check-Out	43
Inleveren timing chip	43
Opgeven	43
Prijzengeld en punten	44
Elite	44
Snelste lokale atleten	44
Age groups	44
Award Ceremony	45
Finish foto's en resultaten	45
Gevonden voorwerpen	45
Voor toeschouwers	47
LIVE	47
LIVE resultaten	47
Jarigen	47
Slotwoorden	48



De wedstrijdleiding bestaat uit Richard Belderok (40, race director), Jefry Visser (36, event director) en Jort Vlam (40, commercial director). Ze zijn alle drie opgegroeid in Almere, op jonge leeftijd begonnen met de triathlonsport en hebben als triatleet allen één of meerdere keren de Lange Afstand in Almere volbracht. In 2013 hebben zij, in samenwerking met het bestuur van de stichting, de overgang van Holland Triathlon naar **CHALLENGEALMERE-AMSTERDAM** begeleid. Zij zijn ook betrokken bij de organisatie van **CHALLENGEFAMILY** en de wedstrijden van TRI HARD Series en Stichting Start2Finish in Nederland



2023 Europe Triathlon Championship Long Distance Almere-Amsterdam

**Team 2023 Europe Triathlon Championships Long Distance
Almere-Amsterdam wishes good luck to all athletes!**

2023 Europe Triathlon Championship Long Distance Almere-Amsterdam

Team CHALLENGEALMERE-AMSTERDAM

De organisatie van CHALLENGE ALMERE-AMSTERDAM draait voornamelijk op vrijwilligers met een driekoppig bestuur dat een team van managers aanstuurt. Deze managers sturen elk een groep vrijwilligers aan op hun eigen vakgebied. Voorafgaand aan het evenement zijn er, het hele jaar door, diverse vrijwilligers bezig met de voorbereidingen. Zo komen de managers elke zes tot acht weken bij elkaar om organisatorische zaken te bespreken en nemen ze twee weken vrij om het evenement op te bouwen en af te breken. De wedstrijdleiding en het secretariaat zijn het hele jaar door wekelijks aan het werk in het **CHALLENGEALMERE-AMSTERDAM** kantoor. Meer dan 700 vrijwilligers helpen tijdens het evenement.

Managers	Function
Richard Belderok	Race Director
Jort Vlam	Commercial Director
Jefry Visser	Event Director
Tim Moria	PR & Marketing
Jolanda Felix	Eventmanager Esplanade & Kunstlinie
Matthijs Wubs	Eventmanager Parcoursen
Niels van Mourik	Eventmanager Esplanade
Corry Aarts	Secretariaat / Info stand
Debby van Dongen	Office manager/ Registratie
Lianne van Dijk	Secretariaat / Info Stand
Bart Bockhoudt	Motards
Arthur Lambregts	Motards
Boudewijn Vlam	Waterbeveiliging
Carina Graman-van der Koogh	Groene tassen & massages
Debby Angenent	Vrijwilligersadministratie
Derek Haenen	Loopparcours
Frank Veltman	Start procedure
Gertjan Steltman	Accommodatie & VIP
Harm-Anton Kiefte	Fietsparcours
Henri Jacobs	Verkeerscontrole
Jelle Wiebenga	Fietsparcours

2023 Europe Triathlon Long Distance Almere-Amsterdam

Jeroen Fakkeldij	Transition Area
Judith Ettema	Atletenverzorging
Marjan van Aken	Junior Challenge
Marjelke Paré	Atletenverzorging
Marlous Droog	Medische dienst
Shanna Weterings	Magazijn en Logistiek
Richard Treffers	Corporate ambassador / sponsor affairs
Roy Philip	Food court
Walter Hubers & Hennie Mahn	Security & Event Control

2023 Europe Triathlon Championship Long Distance Almere-Amsterdam

Contact information

Local Organizing Committee

Wat	Contact
Race Director	Richard Belderok
Informatie telefoonnummer	+31(0)36 – 534 59 31
Informatie e-mail	info@challenge-almere.com

Europe Triathlon

Wat	Contact
Europe Triathlon Office	
Informatie telefoonnummer	+32 478825456
Informatie e-mail	etu_hq@etu.com

Europe Triathlon Team + Head Officials

Voornaam	Achternaam	Rol	Contact
Fritz	Schwarz	Europe Triathlon Technical Delegate	f.schwarz.aut@gmail.com
Hans	Geerts	Europe Triathlon Assistant Technical Delegate	
Dora	Rozsa	Europe Triathlon Head Referee	

Emergency numbers

Wat	Telefoonnummer
Algemeen noodnummer	112
Politie (geen speed, wel politie)	+31(0)900 – 8844
Huisartsenpraktijk centrum	+31(0)900 – 203 0 203

Hotels

Wat	Telefoonnummer
Leonardo Hotel Almere City Center	+31(0)36 – 527 45 00
Leonardo Hotel Lelystad City Center	+31(0)320 – 242 444
Best Western Hotel Almere	+31(0)36 – 303 62 00

2023 Europe Triathlon Championship Long Distance Almere-Amsterdam

Van der Valk Hotel Almere*	+31(0)36 – 800 08 00
Holiday Inn Almere	+31(0)36 – 205 70 00
Ibis Hotel Almere	+31(0)36 – 200 22 44
Bastion Hotel Almere	+31(0)36 – 536 77 55
NH Hotel Bussum	+31(0)35 – 695 99 11
Centerparcs De Eemhof	+31(0)36 – 522 91 00
Camping Waterhout	+31(0)36 – 547 06 32

Shuttle Service

*Op zaterdagmorgen, 9 september 2023 is er een shuttle service van Hotel Van der Valk naar het start-finish/terrein. De eerste shuttle om 05.30, verder ieder half uur, met als laatste shuttle om 08.30 uur. De kosten bedragen € 6.- per persoon.

Opgeven kan via de mail aan info@challenge-almere.com.

Taxi

Wat	Telefoonnummer
Flevotax	+31(0)36 – 545 09 09
Taxi Exclusief	+31(0)36 – 525 47 64

Luchthavens

Wat	Telefoonnummer
Schiphol	+31(0)900 – 0141
Rotterdam The Hague Airport	+31(0)10 – 446 34 44

Voor vragen over uw vlucht of onboard-services, kunt u contact opnemen met uw luchtvaartmaatschappij.

[Klik hier voor meer informatie over luchtvaartmaatschappijen.](#)



Algemene informatie over evenementen

Introductie

Deze deelnemersinformatie is van belang bij het voorbereiden op je wedstrijd. De belangrijkste onderdelen uit deze gids zijn:

- Contactgegevens
- Algemene evenement informatie
- Informatie voorafgaand aan de wedstrijd
- Wedstrijddag informatie
- Informatie na de race

Het wordt sterk aanbevolen om de racebriefing in de schouwburg bij te wonen. Voor deelnemers aan het EK is het bijwonen van de briefing verplicht. Hier vind je de meest actuele informatie over het parcours en over de regels en richtlijnen.

De informatie in deze deelnemersinformatie is van toepassing op alle deelnemers aan de 2023 Europe Triathlon Championship Long Distance Almere-Amsterdam en alle nevenactiviteiten in dezelfde week.

De belangrijkste informatie is voor de 2023 Europe Triathlon Championship Long Distance Almere-Amsterdam. Als er andere informatie is die alleen van toepassing is op de open serie in plaats van op de Europe Triathlon Long Distance Championship series, wordt dit vermeld.

Informatiebalie

Mocht je na het lezen van deze Atletengids nog vragen hebben, neem dan contact op met onze informatiebalie. Deze is te vinden in het Theater tijdens de 2023 Europe Triathlon Championship Long Distance, open series Lange Afstand en Midden Afstand Almere-Amsterdam.

In de weken voorafgaand aan de Europe Triathlon Championship Long Distance 2023 kun je mailen naar info@challenge-almere.com of bellen naar +31(0)36 – 534 59 31.

Voor vragen over het wedstrijdreglement kunt u contact opnemen met de technisch afgevaardigde (contact hierboven).

Gevonden voorwerpen

Als je een voorwerp hebt gevonden, kun je dit afgeven bij de informatiebalie in het theater. Ben je iets kwijt, meld je dan altijd bij de informatiebalie. Hier worden alle spullen gebracht.

Ticket desk

Bij de ticket desk in het theater kun je de volgende tickets aanschaffen:

Parkeertickets, €6,50 voor een dagpas.

Extra Carbo loading party tickets (€17,50 onder 12 jaar / €25 voor volwassenen)

Graveren medailles

Bij de ticket desk is er de mogelijkheid om je aan te melden voor het graveren van de medailles. De kosten voor deze service bedragen €15.00.



2023 Europe Triathlon Championship Long Distance Almere-Amsterdam



QUALIFY NOW!
19 May 2024
www.thechampionship.de



Schema

Donderdag 7 september

Tijd	Evenement	Plaats
11:30	Registratie & Bike check-in open Junior Challenge	Theater & Transition Area
14:00	Start Junior Challenge (Elite Junior)	Esplanade
14:02	Start Junior Challenge (Rolling start)	Esplanade
15:00	Parcoursverkenning zwemmen	Esplanade strand
15:00	Registratie & Bike check-in open Business & Family Relay	Theater & Transition Area
15:30	Prijsuitreiking Junior Challenge	Stadion
17:00	Start Family & Business Relay	Esplanade strand
19:30	Prijsuitreiking Family & Business Relay	Stadion

Vrijdag 8 september

Tijd	Evenement	Plaats
08:30	Start Senior & No-Limit Challenge	Van Rheeën Sport
11:00	Registratie & Bike check-in Lange afstand	Theater & Transition Area
12:00	Briefing Lange afstand, inclusief EK (Engels)*	Theater
13:00	Briefing Midden afstand (Engels)*	Theater
13:30	Registratie & Bike check-in Midden Afstand	Theater & Transition Area
14:00	Briefing Lange afstand (Nederlands)*	Theater
16:00	Briefing Midden afstand (Nederlands)*	Theater
16:30	Start Kidsrun 500 meter	Esplanade
16:40	Start Kidsrun 1000 meter	Esplanade
17:00	Start Kidsrun 2000 meter	Esplanade
17:00	Registratie & Uniform Check Elite EK	Theater
17:30	Briefing Elite EK	Theater
17:30	Start Carbo loading Party	Theater
18:30	Persconferentie EK Elite	Theater

2023 Europe Triathlon Championship Long Distance Almere-Amsterdam

20:00	Sluiting registratie	Theater
20:30	Sluiting Transition Area	Transition Area
21:30	Eind Carbo loading Party	Theater

*inclusief relay & aquabike briefing

Zaterdag 9 september

Tijd	Evenement	Plaats
06:00	Transition Area open	Transition Area
06:30	Last minute registratie MD only	Theater
07:00	Sluiting Transition Area voor Lange Afstand Triathlon	Transition Area
07:10	Start Lange Afstand Triathlon- Elite Women	Esplanade strand
07:25	Start Lange Afstand Triathlon - Elite Men	Esplanade strand
07:27	Start Lange Afstand Triathlon - Para Triathlon (AG + Open)	Esplanade strand
07:30	Start Lange Afstand Triathlon - Age-groups EC Men 18-44 (Mass Start)	Esplanade strand
07:35	Start Lange Afstand Triathlon - Age-groups EC Men 45+ (Mass Start)	Esplanade strand
07:40	Start Lange Afstand Triathlon - Age-groups EC Women (Mass Start)	Esplanade strand
07:50	Start Lange Afstand Triathlon - Open Series (Mass Start)	Esplanade strand
07:52	Start Lange Afstand Triathlon - TriTogether & Lange Afstand Aquabike	Esplanade strand
08:30	Sluiting Inschrijving midden afstand	Theater
09:15	Sluiting Transition Area voor Midden Afstand Triathlon	Transition Area
09:35	Start Midden Afstand Triathlon - Para Triathlon	Esplanade strand
09:40	Start Midden Afstand Triathlon - AG Men, AG Women, Relay & Midden Afstand Aquabike (Rolling Start)	Esplanade strand
15:10	Eerste finish Elite Men Long Distance European Championship	Finish Stadion
16:00	Eerste finish Elite Women Long Distance European Championship	Finish Stadion
23:20	Laatste finisher	Finish Stadion

Zondag 10 september

Tijd	Evenement	Plaats
11:00 - 13:00	Prijsuitreiking Lange & Midden Afstand Triathlon & Aquabike	Finish Stadion

2023 Europe Triathlon Championship Long Distance Almere-Amsterdam

Evenementenlocatie

Locatiekaart



Bereikbaarheid Almere

De Esplanade is de evenementenlocatie voor de 2023 Europe Triathlon Championships Long Distance. Alle evenementen vinden plaats op of rond dit terrein: Esplanade 10, 1315 TA Almere.

De Transition Area bevindt zich in het Lumière park, op 750 meter van de Esplanade.

Openbaar vervoer

Almere is een Groene Stad. Dat betekent dat we aan het milieu denken. Almere is zeer goed bereikbaar met het openbaar vervoer. Vanaf elk station in Nederland is er een zeer snelle en frequente verbinding naar 'Almere Centrum'. Reis je binnen Europa, bekijk dan de reismogelijkheden met de trein.

Vanaf station Almere Centrum is het slechts 10 minuten lopen naar de Esplanade.

Uiteraard is de evenementenlocatie ook per bus bereikbaar. De dichtstbijzijnde bushalte is 'Passage' of 'Flevoziekenhuis'.

Kijk op <https://9292.nl/> voor informatie over het openbaar vervoer van en naar Almere Stad. **Voor de bus zijn dagkaarten verkrijgbaar.**

De bus dagkaarten zijn te koop bij de Ticket desk, maar ook in de allGo app, bij de kiosk of bij de automaten in Almere centrum, haltes Passage, Stadshuisplein en Flevoziekenhuis. De prijs is € 6,-

Met het vliegtuig

Almere ligt op slechts 25 minuten rijden van Amsterdam. De dichtstbijzijnde luchthaven is Schiphol. Deze internationale luchthaven biedt aansluitende vluchten naar verschillende bestemmingen. Almere is vanaf Schiphol goed bereikbaar met de trein, met meerdere vertrekken per uur.

Met de auto en parkeren

Uiteraard is Almere ook goed bereikbaar met de auto. **Let op:** in grote delen van Almere geldt betaald parkeren. Overnacht je in één van de vele hotels, vakantieparken of elders, vraag dan naar de parkeermogelijkheden bij deze locatie.

De evenementenlocatie is met de auto het beste te bereiken via de A6, afrit 5 richting Almere Stad. Onderaan de afrit ga je linksaf de Veluwedreef (S103) op en volg de borden Almere Stad (Centrum). Volg daarna de borden naar "Centrum" en sla linksaf de Cinemadreef op. Sla dan voor het rode gebouw linksaf richting 'Centrum Zuid'. Je bevindt je nu in het centrum van Almere Stad.

Gebruik voor een navigatiesysteem 'Stadhuisgarage' of 'Hennepveld' in Almere Stad. Het advies is om de laatste 500 meter naar P4 of P5 de parkeerinstructies van de gemeente te volgen. Deze parkeergarages bevinden zich op ongeveer 300 meter van de Esplanade. Gelieve de parking Hospitaalg garage/Hospitaal terrein niet te gebruiken om te parkeren.

LET OP: Er is betaald parkeren in Almere Centrum, tot € 11,00 per dag. Er is echter beperkte capaciteit in de verschillende parkeergarages. Kortingskaarten voor parkeren zijn te koop voor € 6,50 bij de Ticket desk in het theater.

Gratis parkeren

Wil je gratis parkeren en verzekerd zijn van een parkeerplaats, dan raden wij het volgende aan.

Parkeer bij het Fanny Blankers-Koen Sportpark (Marathonlaan 10, 1318 EE, Almere) of voetbalclub Almere City (Competitieweg 20, 1318 EA, Almere).

Nabij deze parkeerplaatsen vind je de bushalte FBK Sportpark. Vanaf hier reis je in 10 minuten naar de Esplanade met buslijn M2. **Voor de bus zijn dagkaarten verkrijgbaar.** Meer informatie over de dagkaarten vind je op de pagina: <https://www.allgobus.nl/nl-nl/vervoerbewijzen/kaartjes-e-tickets>

Het reisschema voor deze bushalte is te vinden op de website van Keolis:

https://www.allgobus.nl/en-gb?_ga=2.215564244.257351288.1657701501-469071724.1657701501

Huur een auto

Wil je een auto huren voor één of meerdere dagen, dan is dit ook mogelijk. Als je vanaf Schiphol reist, zijn er verschillende autoverhuurbedrijven op Schiphol Plaza.

Wil je een auto huren in Almere, dan kun je contact opnemen met een van onderstaande bedrijven:

Rental company	Website	Phone number
Diks Autoverhuur	www.diks.net	+31 (0)36 – 763 06 60
Autoradam	www.autoradam.nl	+31 (0)88 – 035 12 12
Sixt	www.sixt.nl	+31 (0)36 – 545 26 16
Bo-rent	www.borent.nl	+31 (0)36 – 534 50 40
Hertz	www.hertz.nl	+31 (0)36 – 549 77 88

2023 Europe Triathlon Championship Long Distance Almere-Amsterdam

Taxi

Wil je liever opgehaald worden door een taxi? Download de Uber-app. Een Uber bestellen is eenvoudig:

- Open de app en geef aan waar je heen wilt
- De app gebruikt je locatie, zodat chauffeurs weten waar ze je kunnen ophalen
- Je ziet een foto van de chauffeur, de details van het voertuig en je kunt op de kaart zien waar de chauffeur zal aankomen.
- Je kan betalen met creditcard, Android Pay, PayPal en meer.
- Je ontvangt een betalingsbewijs per e-mail



[Download Uber via de App Store](#)



[Download Uber via de Google Play Store](#)

Naast Uber zijn er ook andere taxibedrijven die klaar staan om je te vervoeren. Wil je zeker zijn dat er een taxi beschikbaar is, reserveer dan vooraf door te mailen of te bellen.

Taxi

Wat	Telefoonnummer
Flevotax	+31(0)36 – 545 09 09
Taxi Exclusief	+31(0)36 – 525 47 64

Op de fiets

Als je in Almere bent aangekomen, geniet en pak de fiets! De evenementenlocatie is zeer goed per fiets te bereiken. Daarnaast beschikt Almere over mooie fietspaden, waardoor je geen last hebt van ander verkeer.

Expo

Tijdens de 2023 European Triathlon Championships Long Distance is er natuurlijk ook een expo. Zoals alle voorgaande jaren vindt deze expo plaats op het evenemententerrein op de Esplanade. Diverse merken en leveranciers zullen met een stand aanwezig zijn. Bij al deze merken kun je terecht met vragen over de nieuwste producten, die je in veel gevallen ook kan testen en/of aanschaffen. Veel plezier!

Openingstijden:

Dag	Datum	Plaats	Van	Tot
Donderdag	7 september	Esplanade	14:00	19:30
Vrijdag	8 september	Esplanade	11:00	20:30
Zaterdag	9 september	Esplanade	07:00	20:30

Food and drinks

Dit jaar zal er naast de Expo ook een 'food & drink' court aanwezig zijn. Hier kun je de wedstrijd via een livestream volgen op een groot scherm, terwijl je geniet van het eten en drinken van de food trucks.

In onze food court vind je verschillende soorten eten, van Italiaanse gerechten tot grill en barbecue.

We maken in verband met duurzaamheid gebruik van herbruikbare bekken. Je betaalt de eerste keer dat je drinken haalt een borg voor de beker. Deze kun je later weer inleveren.



2023 Europe Triathlon Championship Long Distance Almere-Amsterdam

Fietsenwinkel en onderhoud

Mochten er voor de wedstrijd nog reparaties of aanpassingen aan de fiets nodig zijn, dan verwijzen we je graag door naar fietsenwinkel **Van der Linde**: de lokale fietspartner. www.vanderlindealmere.nl. Bij het inchecken van de fiets zal een fietsmonteur aanwezig zijn. In de Transition Area zijn pompen beschikbaar. Op het parcours is geen technische assistentie, dus neem je eigen gereedschap mee.



Massage en medische informatie

Massage

Na de wedstrijd, op 9 september, kunnen atleten zich laten masseren. Uiteraard dien je dan wel eerst gedoucht te hebben.

Medisch

Tijdens de wedstrijd

Schrijf je medische gegevens op de achterkant van je startnummer, zodat je snel geholpen kan worden als er hulp nodig is. Naast deze informatie op de achterkant van je startnummer, krijg je ook de mogelijkheid om je Safe-ID profiel aan te maken. Met de QR-code op de achterkant van je startnummer kunnen medische diensten de code snel scannen en snel toegang krijgen tot medische basisgegevens en allergieën die je hebt verstrekt om je de medische zorg te geven die je nodig hebt wanneer dat nodig is.



Als je op het parcours medische assistentie nodig hebt, meld je dan bij een Official of een vrijwilliger. De medische dienst heeft het recht om deelnemers door te verwijzen naar het ziekenhuis.

LET OP: De sporter is zelf verantwoordelijk hiervoor verzekerd te zijn.

Verzekering

Deelnemers aan het evenement verklaren dat ze een eigen aansprakelijkheids-, ongevallen- en ziektekostenverzekering hebben met de nodige dekking voor hun deelname aan het evenement. De Europe Triathlon en de LOC wijzen alle verantwoordelijkheid af in geval van ongeval, val, verlies, diefstal, enz. **LET OP: Atleten zijn verplicht om een ziektekostenverzekering te hebben voor medische kosten.**

Ziekenhuisinformatie

Mocht er onverhoopt een sporter naar het ziekenhuis moeten, dan gaat diegene naar het Flevoziekenhuis. Het ziekenhuis grenst aan de evenementenlocatie Esplanade.

LET OP: Het is noodzakelijk dat de persoon verzekerd is voor vervoer per ambulance.

2023 Europe Triathlon Championship Long Distance Almere-Amsterdam

Voeding

Powerbar

Powerbar: de officiële voedingspartner van de 2023 Europe Triathlon Championships Long Distance / **CHALLENGEALMERE-AMSTERDAM**. Atleten op de Lange Afstand Triathlon en op de Midden Afstand kunnen zowel op het fiets- als het loopparcours gebruikmaken van Powerbar gels en iso drinks.



Powerbar loopt al dertig jaar voorop als het gaat om het leveren van hoogwaardige sportvoeding binnen de triathlonwereld. Dit zijn de producten/smaken die we tijdens de race aanbieden:

- Energize Advanced Raspberry
- Energize Advanced Hazelnut Choco
- Energize Original Banana Punch
- Energize Original Cookies & Cream
- PowerGel Original Lemon Lime
- PowerGel Original Black Currant
- PowerGel Original Strawberry-Banana
- PowerGel Hydro Mojito
- ISOACTIVE Lemon

2023 Europe Triathlon Championship Long Distance Almere-Amsterdam



Achieve distance through power

In a wetsuit, on a saddle or with running shoes – no matter what you do: For maximum power you need maximum energy. Perform even better with Powerbar and get the ultimate performance boost from our bars, gels and more.

powerbar.eu



Powerbar®
Evolving mindsets

#gofurtherttogether

2023 Europe Triathlon Championship Long Distance Almere-Amsterdam

23

Regels en straffen

De 2023 Europe Triathlon Championships Long Distance Almere-Amsterdam is gesanctioneerd door de World Triathlon Competition Rules. Het is de verantwoordelijkheid van de atleet om bekend te zijn met de wedstrijdregels. Klik [HIER](#) om de World Triathlon Competition Rules te bekijken.

Klik [HIER](#) om de veel gestelde vragen over de World Triathlon competitie regels te bekijken.

Neem contact op met de Technical Delegate om eventuele regels te verduidelijken. Eventuele vragen kunnen per e-mail worden gesteld via de contact details die eerder in deze Atletengids zijn vermeld.

Uniform Regels

Bij de 2023 Europe Triathlon Championship Long Distance Almere-Amsterdam moeten alle atleten voldoen aan de goedgekeurde kleur/formaat van het uniform van de Nationale Federatie. Het uniform moet voldoen aan de regels van het World Triathlon-uniform. Petten, helmen en nummerbanden met logo's zijn toegestaan. Voor meer informatie, zie Bijlage F van het World Triathlon Competition Rules.

Kaarten

Kaarten		Europe Triathlon Championships Long Distance & Midden Afstand
Gele kaart		1 minuut tijdsraf voor Long Distance / 30 seconden voor Midden Afstand
Blauwe kaart		5 minuten tijdsraf *
Rode kaart		diskwalificatie

(*) 3 blauwe kaarten = diskwalificatie

Antidoping

Antidopingregels zijn, net als wedstrijdregels, sportregels die de voorwaarden scheppen waaronder sport wordt beoefend. Atleten en andere personen die bij het evenement betrokken zijn, accepteren deze regels als een voorwaarde om deel te nemen. Alle atleten zijn onderworpen aan de Competition Testing door World Triathlon, de Athlete's Nationale Federatie, Anti-Doping Organisaties of enige andere organisatie die evenementen in triathlon promoot.

**** Alle atleten moeten ervoor zorgen dat ze hun officiële identificatie (foto-ID) bij zich hebben****
Zorg ervoor dat je het in je after-racetas (groene tas) doet.

Meer informatie over de antidopingregels vind je [HIER](#).

Als atleet van een leeftijdsgroep die deelneemt aan de Europe Triathlon Multisport Championship, bent u onderworpen aan dopingcontrole.

Als u bent geselecteerd voor Dopingcontrole, zal iemand u benaderen om dit te melden. Het kan zijn dat u al voor de wedstrijd gevraagd wordt om naar de dopingcontrole te gaan, bijvoorbeeld na het ophalen van uw registratiepakket of bij het inchecken van uw fiets in de wisselzone. De dopingcontrolebegeleider en/of -functionaris zal u de procedure uitleggen.

Een anti-doping Age-Group Q&A is beschikbaar:

https://www.triathlon.org/multimedia/video/age_group_anti_doping_qa1

2023 Europe Triathlon Championship Long Distance Almere-Amsterdam

Waterkwaliteit (binnenland)

Het meer waarin gezwommen wordt, is een zoetwatermeer in het binnenland, zonder open riooluitgangen.

Exacte details over de waterkwaliteit volgen binnenkort. De waterkwaliteitscontroles in juli lieten een zeer goede waterkwaliteit zien: (E.coli <500 of Enterokokken <200) zonder potentiële visuele vervuiling tijdens sanitaire controle of voorspelde zware regen.

Bekijk hier het zwemwaterprofiel van het Weerwater:

[http://www2.zuiderzeeland.nl/data/gmaps/zwemwater/zwemwaterprofiel Weerwater2014.pdf](http://www2.zuiderzeeland.nl/data/gmaps/zwemwater/zwemwaterprofiel>Weerwater2014.pdf)

Informatie voorafgaand aan de wedstrijd

Trainingsopties

Testen Zwemparcours

Er is één moment waarop het officiële zwemparcours kan worden getest en er bewaking aanwezig is op het zwemparcours :

Datum	Starttijd	Plaats
7 september	15:00 uur	Zwemstart, Esplanade, Weerwater

Buiten deze zwemtest is er geen bewaking aanwezig en is het zwemmen op eigen risico, er varen boten in de vaargeul en zwemmen buiten deze tijd wordt afgeraden.

Fiets Parcoursverkenning

Omdat een groot deel van het fietsparcours plaatsvindt op wegen die voor fietsers zijn afgesloten, is het niet alleen gevaarlijk om op het parcours te rijden omdat auto's niet verwachten dat je daar fietst, het is ook illegaal en je riskeert een boete voor fietsen op deze wegen. Respecteer a.u.b. de verkeersregels!

Het is mogelijk om het parcours te rijden op de nabijgelegen fietspaden. De route is:

<https://afstandmeten.nl/index.php?id=3438912>

(deze kan worden geëxporteerd naar een gpx- of kml-bestand door op de export-knop aan de linkerkant van de pagina te klikken)

Op **zondag 27 augustus** wordt de TRI2One Coaching fietsparcoursverkenning gereden. Om 10:00uur wordt er verzameld bij fietswinkel Van der Linde in Almere Stad. Na de eerste 15 kilometer in één groep gefietst te hebben, wordt de groep gesplitst in drie groepen/ snelheden: een snelle groep (35+km per uur), een middelniveau groep (30km per uur) en de rest. Een verzorgingspost is halverwege aanwezig.



Op **woensdag 6 september** wordt er gezamenlijk een ronde gefietst om de meest technische passages van het fietsparcours te verkennen. Er wordt rustig gereden. De ronde zal 35 - 45 kilometer zijn. Om 10:00uur wordt er verzameld bij fietswinkel Van der Linde in Almere Stad.

Het is ook mogelijk om het parcours te ervaren op Rouvy:

<https://www.rouvy.com>

- 35km: <https://my.rouvy.com/virtual-routes/detail/93995>
- 54km: <https://my.rouvy.com/virtual-routes/detail/82276>



2023 Europe Triathlon Long Distance Almere-Amsterdam

Loop Parcoursverkenning

Het loopparcours is het hele jaar toegankelijk en kan verkend worden. De route is hier te vinden:

<https://afstandmeten.nl/index.php?id=3344802>

(deze kan worden geëxporteerd naar een gpx- of kml-bestand door op de export-knop aan de linkerkant te klikken van de pagina)

Op **donderdag 7 september** wordt er gezamenlijk een ronde van het loopparcours gelopen. Er wordt rustig gelopen zodat iedereen de kans heeft om het parcours goed te bekijken. Om 10:00uur wordt er verzameld bij fietswinkel Van der Linde in Almere Stad.

Startersgids

Is dit je eerste triathlon of ben je simpelweg op zoek naar handige tips om een betere atleet te worden? De internationale triathlonwebsite Triathlon Today maakte, in samenwerking met Challenge Family, een aantal startersgidsen over de triathlonsport. Daarin vind je per onderdeel tips en tricks. Je kunt ze gratis downloaden via de volgende link! <https://www.challenge-family.com/starter-guides/>

Registratie / pakket afhalen

Alleen geregistreerde sporters mogen hun pakket ophalen op het aangegeven tijdstip.

Fietsen zijn **niet** toegestaan in de Kunstlinie en kunnen, op eigen risico maar onder toezicht, geparkeerd worden in de tijdelijke fietsenstalling op de Esplanade. Fietsen op of in de auto laten staan wordt afgeraden.

Open series

Als je geen licentie van de nationale federatie hebt, heb je bij je inschrijving betaald voor een daglicentie. Dit is geen tastbaar bewijs en hoef je dus **niet** mee te nemen. Toon de Active.com bevestigingsmail die zal worden her-/verzonden in de dagen voor het evenement. Eén lid van het TriTogether-team mag de items voor het team verzamelen. Indien het team heeft aangegeven deel te nemen onder een triathlonlicentie, dan dient in ieder geval die licentiehouder aanwezig te zijn.

LET OP: Houd je identiteitsbewijs en eventueel een federatielicentie bij de hand. De vrijwilligers zoeken je startnummer op door je bevestigingsmail te scannen, je krijgt een polsbandje met dit nummer. Vervolgens worden de inschrijvingsgegevens gecontroleerd en ontvang je een envelop met je wedstrijdbenodigdheden en de wedstrijdtassen.

Tijdslot

Registratie vindt plaats op basis van een tijdslot in de garderobe van de grote zaal in het Theater. Het schema hiervoor is:

Datum	Van	Tot	Evenement	Plaats
7 september	11:00	13:00	Registratie Junior Challenge	Theater
	13:00	15:00	Registratie Senior & No Limit Challenge	Theater
	15:00	16:30	Registratie Business & Family Relay	Theater
8 september	11:00	20:00	Registratie Lange Afstand Agegroup & Open (Triathlon&Aquabike)	Theater
	13:30	20:00	Registratie Midden Afstand (Triathlon&Aquabike)	Theater
	17:00	17:30	Registratie Elite Lange Afstand (zaal Overgooi)	Theater
9 september	06:30	08:30	Registratie Midden Afstand (Triathlon&Aquabike)	Theater

Er is geen mogelijkheid voor de Lange Afstand atleten om het registratiepakket op de wedstrijddag op te halen.

Briefings

Briefings zullen dit jaar weer live worden gegeven in de Grote Zaal van het Theater. Het schema is als volgt:

Tijd	Evenement	Plaats
12.00	Briefing Lange afstand (Engels)*	Theater
13.00	Briefing Midden afstand (Engels)*	Theater
14.00	Briefing Lange afstand (Nederlands)*	Theater

2023 Europe Triathlon Long Distance Almere-Amsterdam

16.00	Briefing Midden afstand (Nederlands)*	Theater
17.30	Briefing Elite EK (zaal Overgooi)	Theater

*inclusief briefings Aquathlon & Relays

Timing

Tijdens de race worden je tussentijden bijgehouden met een MyLaps ProChip. Deze is bevestigd aan een zachte band en vastgemaakt met klittenband. De chip moet tijdens alle onderdelen van de race op de linkerenkel worden gedragen. Bij het registreren wordt standaard de MyLaps ProChip meegeleverd.

Je ontvangt de chip in je envelop met wedstrijdbenodigheden.

LET OP: Bij de check-out van de Transition Area moet je deze chip inleveren. Zonder chip is het niet mogelijk om je spullen terug te halen! Bij inleveren van de chip op een andere locatie of bij verlies van de chip wordt een bedrag van 25 euro in rekening gebracht.



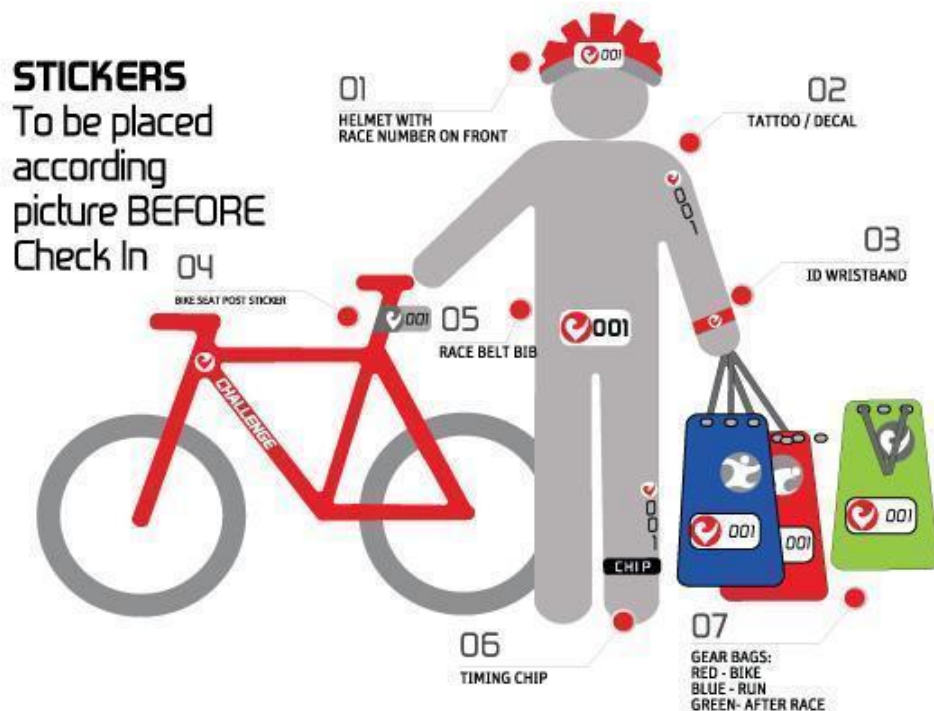
Racepakket

Tijdens de registratieprocedure ontvang je alle race-items die je nodig hebt tijdens het raceweekend:

Items	Elite	Para	Age-Group Triathlon	Open (LD+MD)	Opmerkingen
Startnummer	1	1	1	1	Verplicht tijdens fiets- en loopsegment
Stickers 3x helm 1x fiets 1x tas 3 reserve voor tassen	1 set	1 set	1 set	1 set	Helm: voorkant en zijanten Fiets: zadelpen onder het zadel
Lichaamsstickers	2x	2x	2x	2x	1 arm / 1 been
Categorie sticker	-	-	1x	-	Op de achterkant van de kuit aanbrengen
Badmuts	1x	1x	1x	1x	Verplicht tijdens zwemsegment
Wisseltassen	1x Rood 1x Blauw 1x Groen	1x Rood 1x Blauw 1x Groen	1x Rood 1x Blauw 1x Groen	1x Rood 1x Blauw 1x Groen	Rood - fietsspullen Blauw - hardloopspullen Groen – spullen voor na het evenement
Personal Needs Bags	Deze tassen worden op verzoek uitgedeeld bij de bike check-in tent. Wit = fiets Personal needs / Oranje = loop Personal needs				
Accreditatie	Wristband	Wristband	Wristband	Wristband	Geen toegang tot de locatie zonder
Veiligheidsspelden	Opt.	Opt.	Opt.	Opt.	

Controleer in bovenstaand schema of deze zaken daadwerkelijk aanwezig zijn en meld afwijkingen bij de registratiebalie.

2023 Europe Triathlon Long Distance Almere-Amsterdam



Wisseltassen

Bij de registratie ontvang je verschillende kleuren wisseltassen:

Rode tas: Bevat alle losse fietsaccessoires (alle onderdelen die niet aan de fiets bevestigd kunnen worden). In de wisselzone mogen geen losse spullen bij de fiets worden achtergelaten. Deze tas hang je aan de kapstok bij je startnummer in de wisseltent. De rode tas hangt aan de onderste haak. Na de wissel hang je de tas terug op zijn oorspronkelijke plaats.

Blauwe tas: bevat alle benodigdheden voor hardlopen. Het is niet toegestaan om deze naast je fiets te zetten. Deze tas hang je boven de rode tas in de wisseltent. Na de wissel hang je hem weer op dezelfde plek.

Groene tas: Hierin stop je schone, droge kleding en andere dingen die je nodig hebt na de finish. **Deze tas lever je vlak voor de start in bij de zwemstart op het strand vlak voor de toegang tot de startvakken** en mag NIET aan de kapstok gehangen worden. Losse groene zakken worden verwijderd. Het inleveren van een fietspomp in de groene tas is **VERBODEN**. Deze kunt je apart achterlaten bij de groene tas drop-off, en samen met je groene tas na de wedstrijd ophalen. Het achterlaten is op eigen risico. Advies: gebruik je extra 'supporter' sticker om je fietspomp te markeren.

Na de wedstrijd zijn de groene tassen verkrijgbaar in het theater. De rode en blauwe tassen kunnen na afloop worden opgehaald in de wisseltent.

Personal needs tassen en locatie

Alleen voor de Lange Afstand zijn Personal needs tassen beschikbaar.

Witte tas: Personal needs voor op het fietsparcours

Oranje tas: Personal needs voor op het loopparcours

Op verzoek worden de Personal Needs tassen uitgedeeld bij de bike check-in tent en weer ingeleverd bij de groene tassen drop-off, daarna gaan ze naar het Personal needs station (nabij coach post/aid station 1) voor fietsen (vóór de

2023 Europe Triathlon Championship Long Distance Almere-Amsterdam

Havenkom Almere Haven - kilometer 8 en 94) en het Personal need station (nabij coach post) voor hardlopen (bij het eind van de Esplanade na de verzorgingspost/aid station).

Personal needs worden aangegeven met borden en georganiseerd volgens startnummer.

Houd er rekening mee dat de tassen na het evenement niet worden geretourneerd.

Check-in fiets en uitrusting

Verplicht voor ELITE, PARA, AGE-GROUP en OPEN Serie Lange Afstand (inclusief Aquabike) en sterk aanbevolen voor Midden Afstand

Plaats: Transition Area

Datum en tijd: Vrijdag 8 September 2023 - 11:15 - 20:30 uur

Meebrengen:

- Helm met sticker, op je hoofd
- Fiets met sticker – let op er is geen fiets check-in op de wedstrijddag
- Trisuit
- Rode tas – fietsspullen
- Blauwe tas – hardloopspullen

Al het bovenstaande, behalve je uniform/trisuit, moet in de wisselzone blijven.

Timingchips zitten in de envelop met wedstrijdbenodigdheden, behalve voor Elite-atleten die deze op de wedstrijddag samen met hun badmuts ontvangen. Fietshoezen zijn 's nachts toegestaan, tenzij dit door de windconditie verboden wordt.

Wedstrijddag informatie

Lange Afstand Triathlon

Let op: dit jaar bevindt de Transition area zich in het Lumièrepark. Dit park ligt aan het Weerwater en bevindt zich 750 meter van de zwemstart. Houd er rekening mee dat je op tijd vertrek vanuit de Transition Area naar de zwemstart.

Lange Afstand Triathlon

Cut-off tijden

Wedstrijd	Zwem	Fiets	Loop
Lange Afstand	Na 2 uur en 15 minuten (van je officiële start)	14:05 ronde 1 17:50 ronde 2	22:05 (start laatste lap) 23:20 (finish)

WEDSTRIJDDAG TRANSITION CHECK IN **(GEEN FIETS CHECK-IN)**

Fietsen worden NIET toegelaten tot de wisselzone op de wedstrijdochtend.

Je mag je fiets niet uit de wisselzone halen tot het begin van het fietsgedeelte van de wedstrijd.

Fietstechnici en fietspompen zullen op de wedstrijdochtend beschikbaar zijn in de wisselzone.

Op de wedstrijddag vindt een laatste controle van het uniform (trisuït), wetsuït en body decals plaats bij aankomst in de wisselzone.

Voor de last minute voorbereidingen heb je toegang tot de wisselzone en de wisseltent.

Het wordt aangeraden om alle voedingsartikelen die je mee wilt nemen op de ochtend van de wedstrijd mee te nemen en deze aan uw wisseltassen toe te voegen in plaats van deze 's nachts achter te laten.

Plaats: Transition Area

Datum en tijd: Lange Afstand Triathlon - zaterdag 9 September 2023 - 06:00 - 07:00 uur

Meenemen

- Zwemuitrusting
- Uniform en body decals check
- Timing chip
- Groene tas – street-wear
- Personal needs tassen
- Alle voeding/vloeistof die je op de fiets wilt laten
- Alle voeding/vloeistof die je in je Personal needs tas wilt stoppen

Age-Group atleten moeten hun street-wear (groene) tas deponeren bij het drop-gebied voordat ze naar het startgebied gaan.

Atleten mogen pas terugkomen in de transition area voor het ophalen van hun spullen na 17:30 uur.

Alleen geregistreerde atleten met ID-polsbandjes of accreditatiekaarten mogen de wisselzone betreden.

Brillen

2023 Europe Triathlon Long Distance Almere-Amsterdam

Brillen moeten gelabeld zijn met het startnummer van de atleten. Er zal een tafel zijn voor de brillen bij de zwemstart en uitgang. Indien mogelijk willen we atleten aanmoedigen om hun bril in de wisseltas te laten, om te voorkomen dat de bril zoek raakt of breekt tijdens transport. Als alternatief kun je ook een reservebril in je wisseltas stoppen, mocht er iets misgaan bij het achterlaten van je bril bij de zwemstart. Evenementorganisatoren en vrijwilligers zijn niet verantwoordelijk voor het verlies, diefstal of beschadigde brillen.

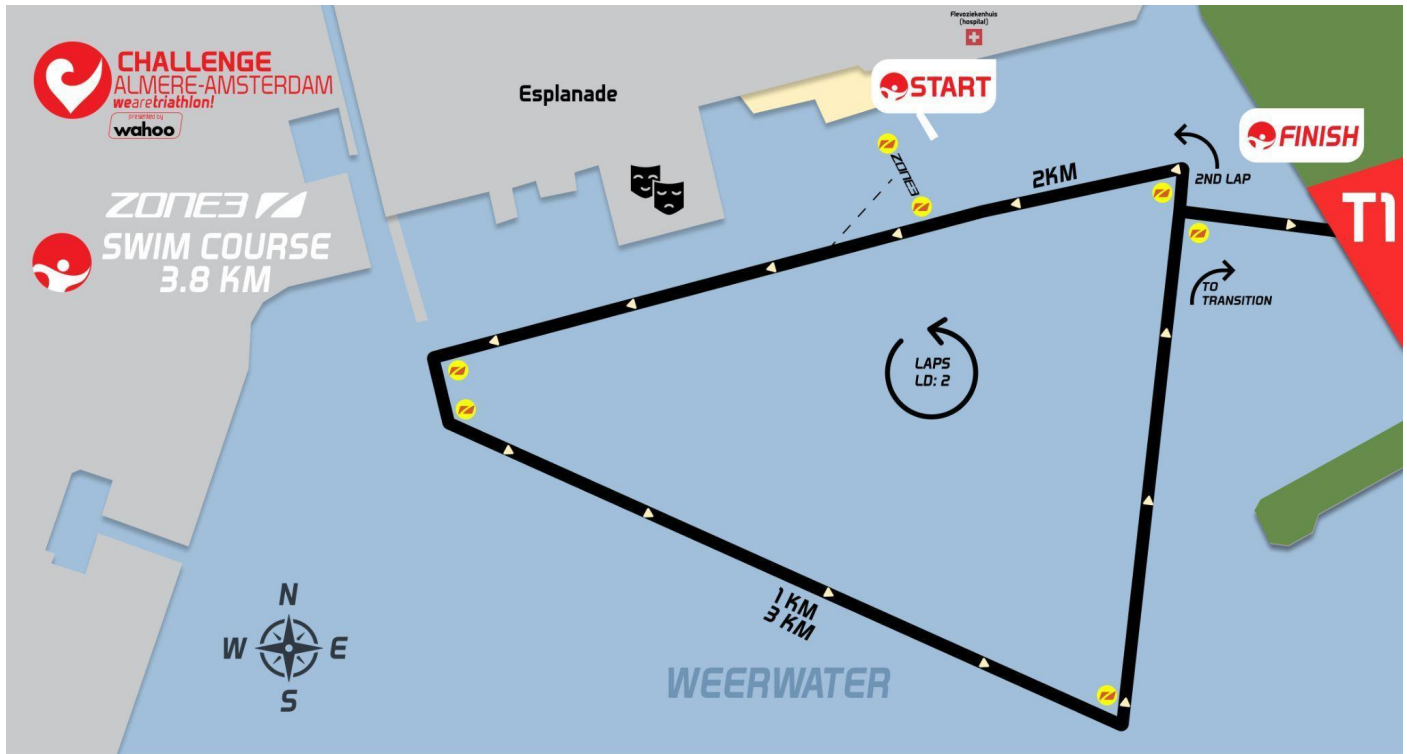
De parcoursen

Zwemmen: 2 laps - 3.8km

Fietsen: 2 laps – 180km

Hardlopen: aanloopstuk (1800 meter) + 4 laps - 42.2km

Zwemparcours



Zwem warm-up

Er is geen zwem warm-up mogelijk.

Zwemstart procedure

Elite Lange Afstand (water start)

- 1) Alle Elite-atleten worden opgeroepen om het water in te gaan in volgorde van startnummer.
- 2) Atleten worden verzocht in het gebied achter de startlijn te blijven, dat bestaat uit bodyboards.
- 3) Zodra het starthoorgeweer klinkt, draaien de bodyboards weg en is de start vrij.
- 4) De start vindt plaats in de richting van theater en is tegen de klok in.

Age-Group / Open wave (massa start)

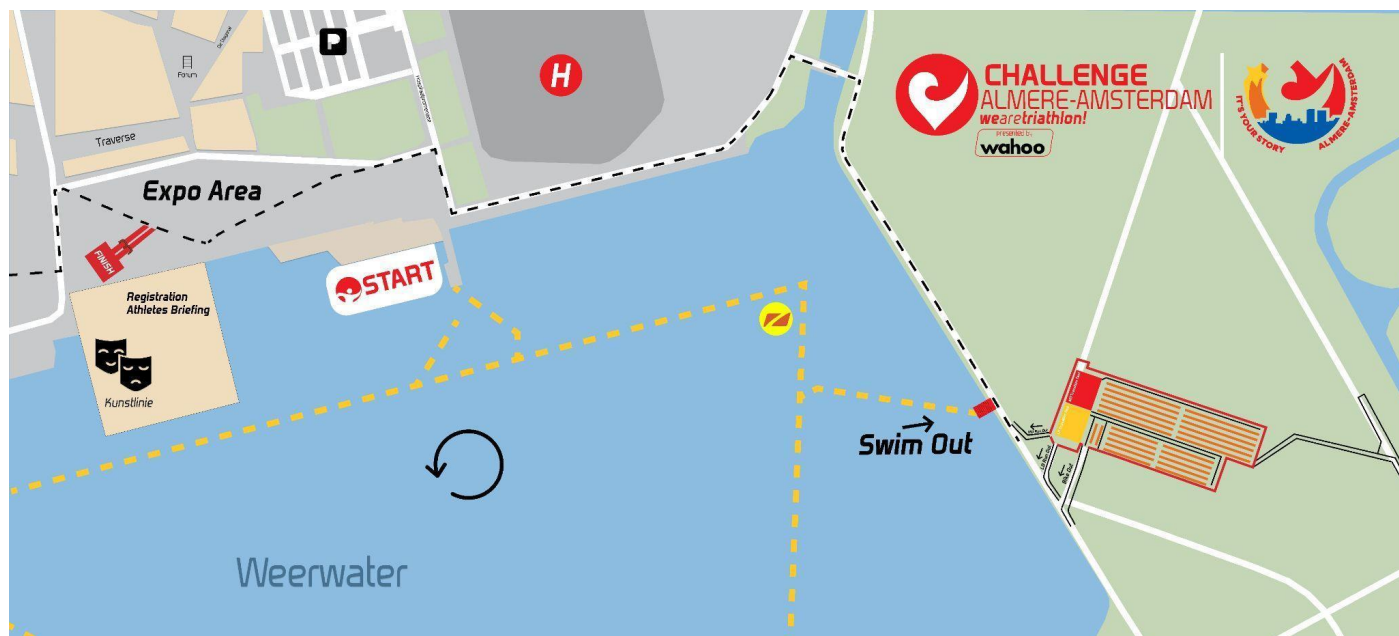
- 1) Toegang tot de het startgebied via Esplanade
- 2) Atleten moeten 10 minuten voor hun start hun specifieke calling room/startruimte betreden.
- 3) Voordat je het water ingaat, passeer je een MyLaps-mat om je aanwezigheid te registreren.

2023 Europe Triathlon Long Distance Almere-Amsterdam

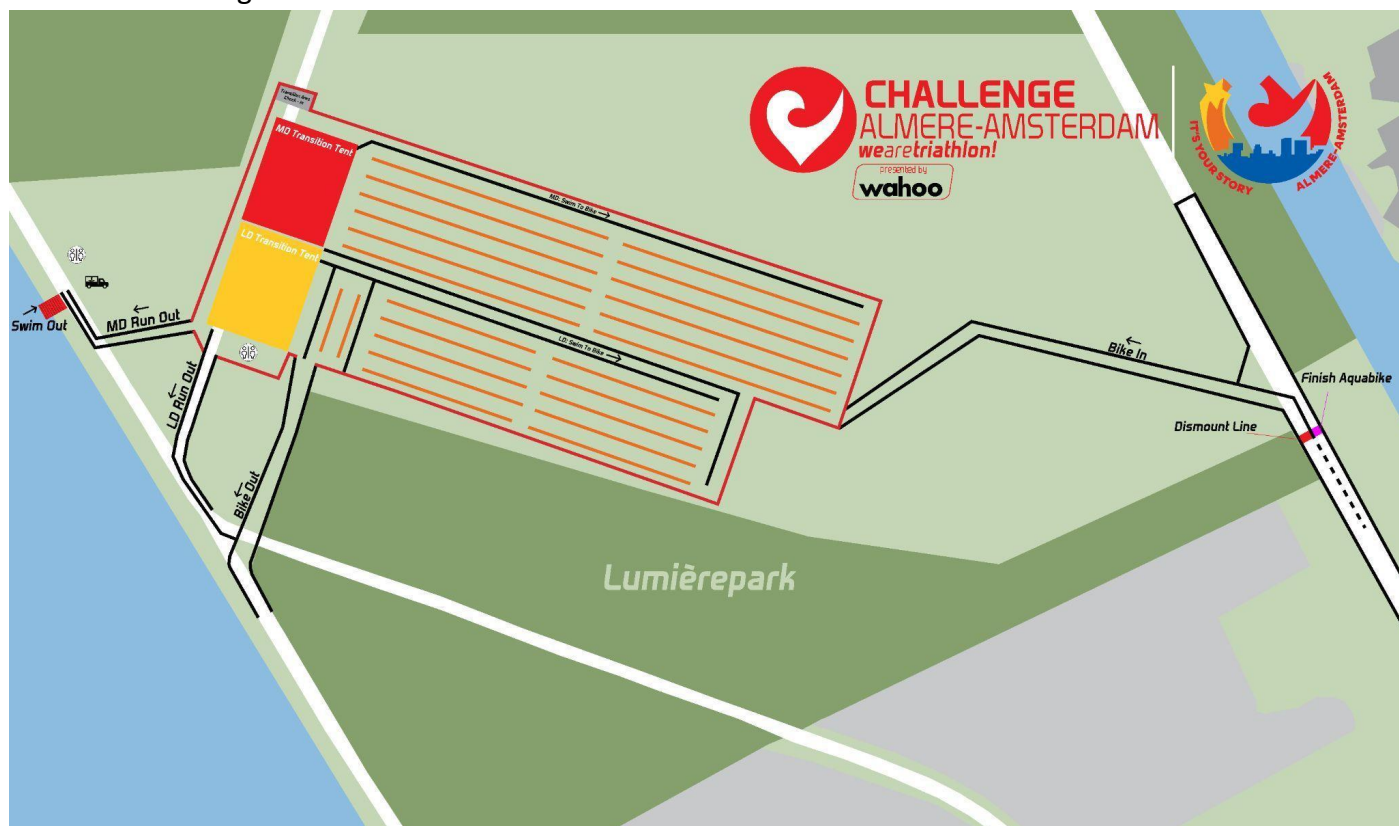
Cut-off tijden zwemmen

Race	Zwemmen
Lange Afstand	Na 2 uur en 15 minuten (vanaf je officiële start tijd)

Wisselen van zwemmen naar fietsen



Overzichtstekening wisselzone



2023 Europe Triathlon Championship Long Distance Almere-Amsterdam

Fietsen

Het fietsparcours bestaat uit een ronde van 90 kilometer die met de klok mee wordt gereden.

Deelnemers aan de Long Distance en Aquabike rijden deze ronde twee keer (180 km).

Een gedetailleerde kaart en GPX-bestanden voor uw GPS-apparaat vindt u op deze link:

<https://afstandmeten.nl/index.php?id=3438912>

(klik op de knop Exporteren aan de linkerkant om het parcours te exporteren naar gpx of kml)

Houd er rekening mee dat de route (deels) over wegen gaat die normaal niet toegankelijk zijn voor fietsers. Fietsen op deze wegen is alleen toegestaan op de wedstrijddag! Op andere dagen dient gebruikgemaakt te worden van de (naastgelegen) fietspaden.



Fiets Penalty Boxen

Er zijn 2 Bike Penalty Boxen langs het parcours: op km 50 en op km 90.

Het is belangrijk dat als je een blauwe of gele kaart krijgt tijdens het fietssegment, je moet stoppen bij de **VOLGENDE** penalty box.

Fiets Verzorgingspost

Elke fietsronde heeft vier verzorgingsposten. Op het plaatje van het fietsparcours kun je zien waar de verzorgingsposten zich bevinden. Ze liggen ongeveer 22,5 kilometer uit elkaar.

De voeding wordt in de volgende volgorde geleverd:

FOOD : Halve bananen, Powerbar Energize bar

GEL : Powerbar EnergyGel

ISO : Sports drink; Powerbar Isoactive Citroen - Bidon 750ml

WATER : 750ml Bidon



Elke verzorgingspost heeft een toilet, zowel op het fiets- als loopparcours.

Vrijwilligers op de verzorgingsposten dragen hesjes bij het product dat ze verstrekken.

Coachgebied

Het coachgebied op het fietsparcours bevindt zich ongeveer een kilometer voor de Havenkom in Almere Haven. Het coachgebied is te bereiken met de OV-bus (buslijn M1 richting Haven Centrum). Het coachgebied is aangegeven met borden. Alleen binnen dit gebied mogen coaches de eigen voeding aan de Elite atleten aanbieden. Voor Age Group atleten is hier dichtbij een Personal Needs gebied ingericht.

Littering Zone

Houd er rekening mee dat afval slechts 200 meter voor en na een verzorgingspost mag worden weggegooid. Vervuil de rest van het parcours niet met jouw afval. Als je materialen zoals bekers, sponzen, waterflessen of lege verpakkingen weggooit, riskeer je diskwalificatie. Deze regel geldt voor zowel het fiets- als het hardloopparcours.

Cut-off tijden fietsen

Race	Bike
Lange Afstand	14:05 lap 1

2023 Europe Triathlon Long Distance Almere-Amsterdam

Relays

Relay teams op de Open Midden en Open Lange Afstand kunnen zich omkleden in de wisseltent.

Lopen

Het loopparcours bestaat uit een aanloopstuk van 1800 meter, gevolgd door 4 ronden van 10,1 kilometer rond het Weerwater in Almere. De ronde wordt vier keer gelopen door de deelnemers aan de Lange Afstand. Het tellen van de rondes is de verantwoordelijkheid van de atleten zelf. De volledige loopronde is verhard.

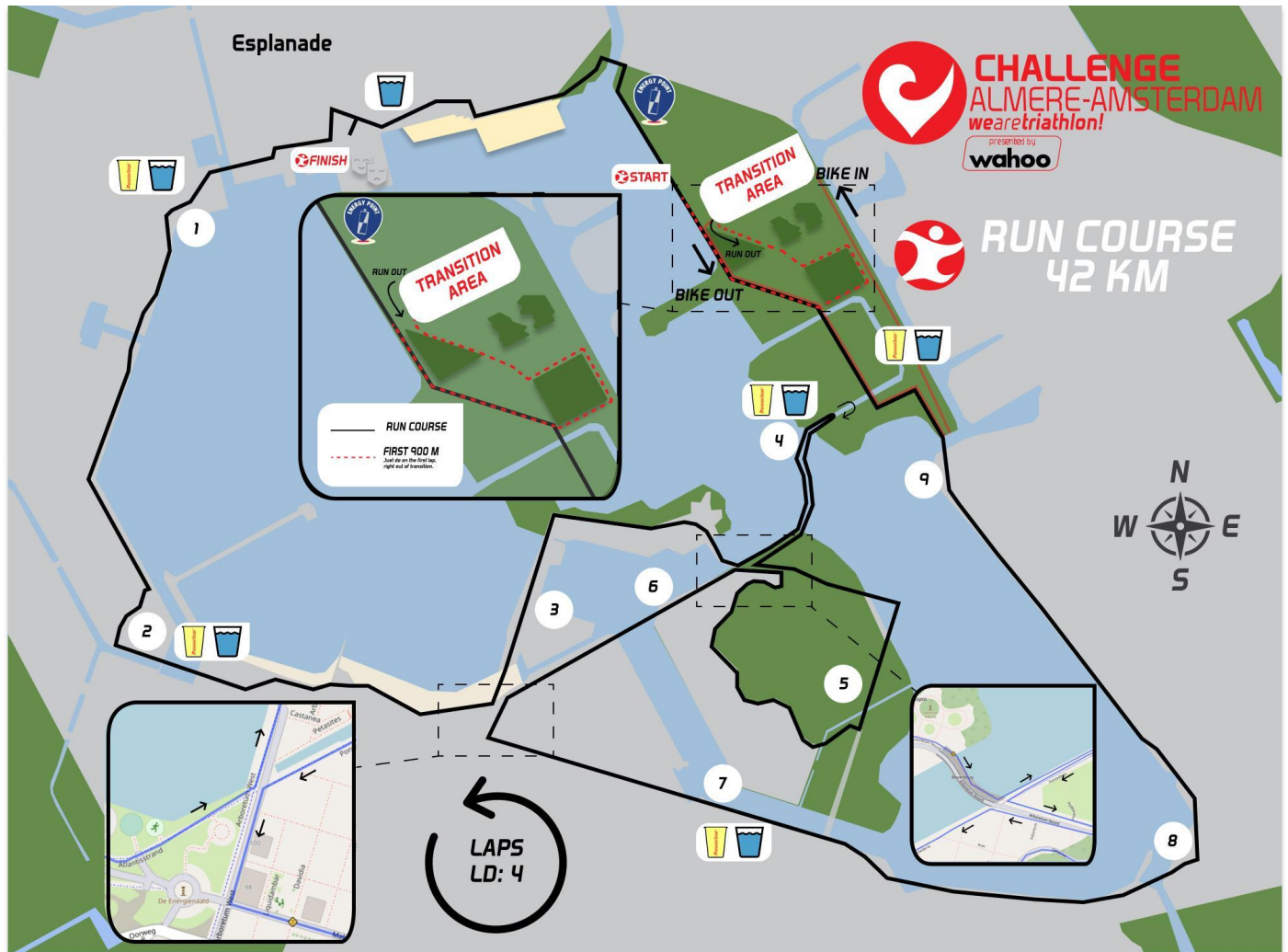
Een gedetailleerde kaart en GPX-bestanden voor uw GPS-apparaat vindt u op deze link:

<https://afstandmeten.nl/index.php?id=3344802> (ronde exclusief aanloopstuk)

(deze kan worden geëxporteerd naar een gpx- of kml-bestand door op de export-knop aan de linkerkant te klikken van de pagina)

Let op het aanloopstuk bestaat uit een korte ronde van 900 meter in het Lumièrepark, gevolgd door 900 meter naar het stadion. Na deze 1800 meter begin je met het tellen van je 4 ronden.

Loopparcours



Run Penalty Box (Alleen voor ELITE & Para triathlon)

2023 Europe Triathlon Championship Long Distance Almere-Amsterdam

De Run Penalty Box bevindt zich op de Meeresteinkade, aan het einde van de loopronde, net voor de Esplanade.

2023 Europe Triathlon Championship Long Distance Almere-Amsterdam

41

Loop Verzorgingspost

Het loopparcours heeft vijf verzorgingsposten, ongeveer 1,6 kilometer uit elkaar.

De voeding wordt in de volgende volgorde verstrekt:

GEL : Powerbar EnergyGel

FOOD : krentenbollen, bananen, sinaasappels, Powerbar Energize bar

ISO : Sports drink; Powerbar Isoactive Citroen – papieren beker

COLA : Cola – papieren beker

WATER : Water – papieren beker

Een zesde verzorgingspost is gesitueerd op de Esplanade en serveert alleen water.

Elke verzorgingspost heeft een toilet, zowel op het fiets- als loopparcours.



Vrijwilligers op de verzorgingspost dragen hesjes bij het product dat ze verstrekken.

Coachgebied

Het coachgebied voor het loopparcours bevindt zich op de Koetsierbaan, onder het Leonardo hotel.

Het coachgebied is duidelijk aangegeven met borden. Alleen binnen dit gebied mogen coaches de eigen voeding van de ELITE atleten aanbieden. Dit is niet toegestaan op andere locaties.

Voor Age Group atletes is hier dichtbij een Personal Needs gebied ingericht.

Littering Zone

Houd er rekening mee dat afval slechts 200 meter voor en na een verzorgingspost mag worden weggegooid. Vervuil de rest van het parcours niet met jouw afval. Als je materialen zoals bekers, sponzen, waterflessen of lege verpakkingen weggooit, riskeer je diskwalificatie. Deze regel geldt voor zowel het fiets- als het hardloopparcours.

Cut-off tijden lopen

Race	Run
Lange Afstand Triathlon	22:05 (start last lap) 23:20 (finish)

Lange Afstand Aquabike

Voor de Aquabike is voor het zwemmen en fietsen de informatie en de parcoursen gelijk aan de Lange afstand Triathlon.

Bij het fietsen is er vlak voor de wisselzone een splitsing, op de linker weghelft stappen de deelnemers van de triathlon voor de afstapstreep af. Op de rechter weghelft is de finish van de Aquabike; deze is met beachflags gemarkeerd. Na de finish kun je jouw fiets in de wisselzone wegzetten en vervolgens naar de finish lopen op de Esplanade. Hier kun je onder de rode boog finishen (je tijd stopt al meteen na het fietsen) en hier krijg je jouw T-shirt en medaille uitgereikt.

Lange Afstand Relay

Deelnemers aan de Relay wisselen in de wisseltent. Hier is een speciale wachtruimte ingericht waar deelnemers kunnen wachten tot hun zwemmer / fietser terug komt van hun onderdeel. Bij het wisselen dient de chip te worden overgegeven en om de enkel te worden gedaan van de volgende atleet. Deelnemers aan de Relay hebben gedurende de hele dag toegang tot de wisseltent, wel wordt gevraagd goed op te letten om geen andere deelnemers te hinderen.

Teams kunnen gezamenlijk finishen, bij de brug tegenover het theater, net voor het stadion kunnen de zwemmer en fietser zich aansluiten bij de loper en de laatste honderd meter gezamenlijk afleggen.

Midden Afstand Triathlon

Cut-off tijden

Race	Swim	Bike	Run
Midden Afstand	Na 1 uur en 25 minuten (van de laatste start)	16:00	19:00

WEDSTRIJDDAG WISSELZONE CHECK-IN

Fietstechnici en fietspompen zullen op de wedstrijdochtend beschikbaar zijn in de wisselzone.

Voor de last minute voorbereidingen heb je toegang tot de wisselzone en de wisseltent.

Plaats: Wisselzone

Datum en tijd: Midden Afstand Triathlon - Zaterdag 9 september 2023 - 06:30 - 9:15 uur

Meebrengen

- Helm met sticker, op je hoofd
- Fiets met sticker
- Uniform
- Rode tas – fietsspullen
- Blauwe tas – loopspullen
- Groene tas – street-wear
- Zwemuitrusting
- Alle voeding/vloeistof die je op je fiets wilt laten

Age-group atleten moeten hun street-wear-tas (groen) deponeren bij het drop-gebied voordat ze naar het startgebied gaan.

Middle Distance Atleten mogen pas om 16:00 uur terug in de wisselzone om hun fiets op te halen.

Alleen geregistreerde atleten met polsbandjes mogen de wisselzone betreden.

2023 Europe Triathlon Championship Long Distance Almere-Amsterdam

2023 Europe Triathlon Championship Long Distance Almere-Amsterdam

44



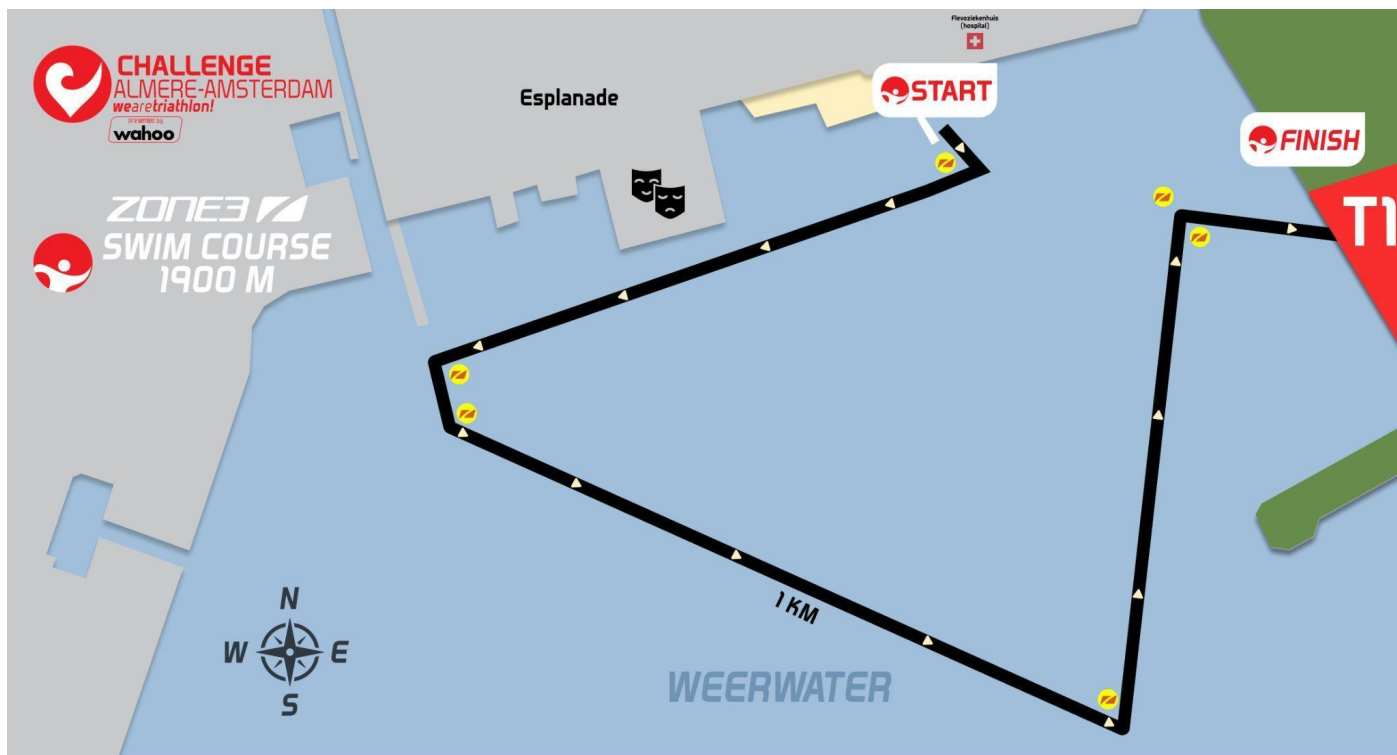
De parcoursen

Zwemmen: 1 ronde – 1.9 km

Fietsen: 1 ronde – 94 km

Lopen: Aanloopstuk 900 meter + 2 ronden – 21.1 km

Zwemparcours



Zwem warm-up

Een Zwem warm-up is niet mogelijk voor de start.

Zwemstart procedure

Age-Group / Open serie (rolling start)

- 1) Toegang tot het startgebied via Esplanade
- 2) Atleten moeten 10 minuten voor hun start hun specifieke calling room/startruimte betreden.
- 3) Voordat je het water ingaat, passeer je een MyLaps-mat waarna je tijd start.

Start	Block#	Format	Verwachte zwemtijd
9:35		Paratriathlon	
9:40	1	MD Triathlon & Aquabike	Minder dan 30 min
9:50	2	MD Triathlon & Aquabike	30-34 min

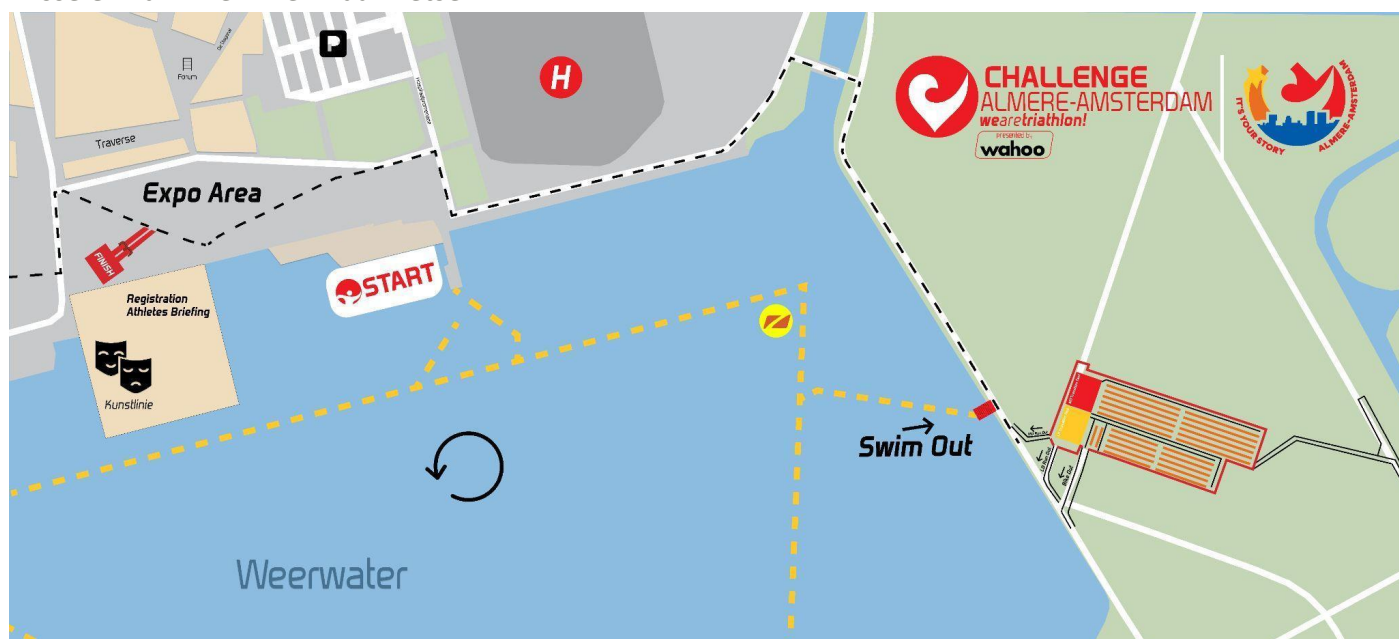
2023 Europe Triathlon Championship Long Distance Almere-Amsterdam

10:00	3	MD Triathlon & Aquabike	35-40 min
10:10	4	MD Triathlon & Aquabike	Meer dan 40 min

Cut-off time swim

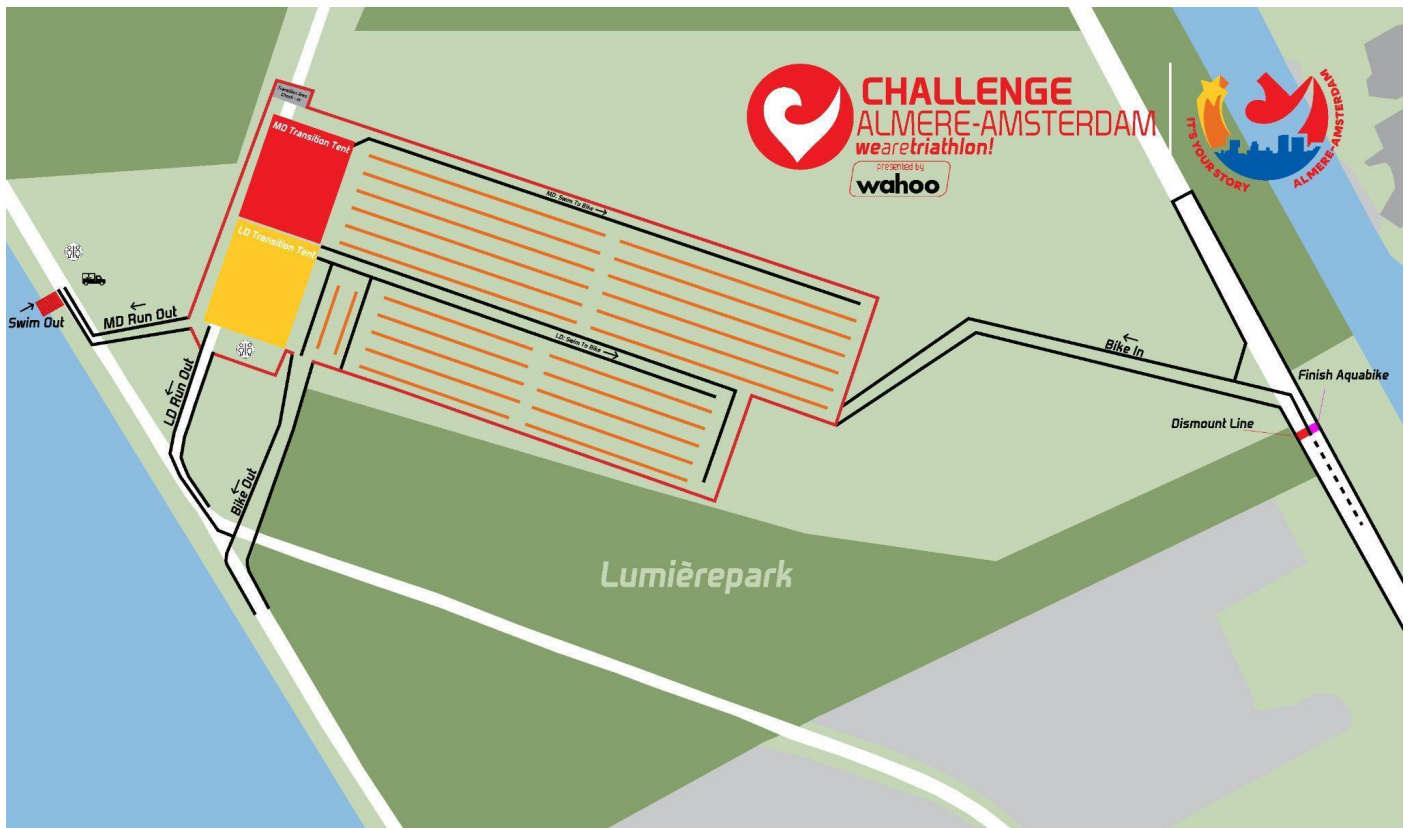
Race	Zwemmen
Midden Afstand	Na 1 uur en 15 minuten (van de laatste start)

Wisselen van zwemmen naar fietsen



Overzichtstekening wisselzone

2023 Europe Triathlon Championship Long Distance Almere-Amsterdam



2023 Europe Triathlon Championship Long Distance Almere-Amsterdam

Fietsen

Het fietsparcours bestaat uit een ronde van 94 kilometer die met de klok mee wordt gereden. Deelnemers aan de Midden Afstand rijden deze ronde één keer (94km).

Een gedetailleerde kaart en GPX-bestanden voor uw GPS-apparaat vindt u op deze link:

<https://afstandmeten.nl/index.php?id=3438914>

(klik op de knop Exporteren aan de linkerkant om de cursus te exporteren naar gpx of kml)

Houd er rekening mee dat de route (deels) over wegen gaat die normaal niet toegankelijk zijn voor fietsers. Fietsen op deze wegen is alleen toegestaan op de wedstrijddag! Op andere dagen dient gebruikgemaakt te worden van de (naastgelegen) fietspaden.



Fiets Penalty Boxen

Er zijn 2 fiets Penalty Boxen op het parcours: op 50 en op 90 km.

Het is belangrijk dat als je een blauwe of gele kaart krijgt tijdens het fietssegment, dat je moet stoppen bij de **VOLGENDE** penalty box.

Fiets Verzorgingspost

Elke fietsronde heeft vier verzorgingsposten. Op het plaatje van het fietsparcours kun je zien waar de verzorgingsposten zich bevinden. Ze liggen ongeveer 22,5 kilometer uit elkaar.

2023 Europe Triathlon Long Distance Championships Almere-Amsterdam

De voeding wordt in de volgende volgorde geleverd:

FOOD : Halve bananen, Powerbar Energize bar

GEL : Powerbar EnergyGel

ISO : Sports drink; Powerbar Isoactive Citroen - Bidon 750ml

WATER : 750ml Bidon

Elke verzorgingspost heeft een toilet, zowel op het fiets- als loopparcours.

AID STATION BIKE



Vrijwilligers op de verzorgingsposten dragen hesjes bij het product dat ze verstrekken.

Coachgebied

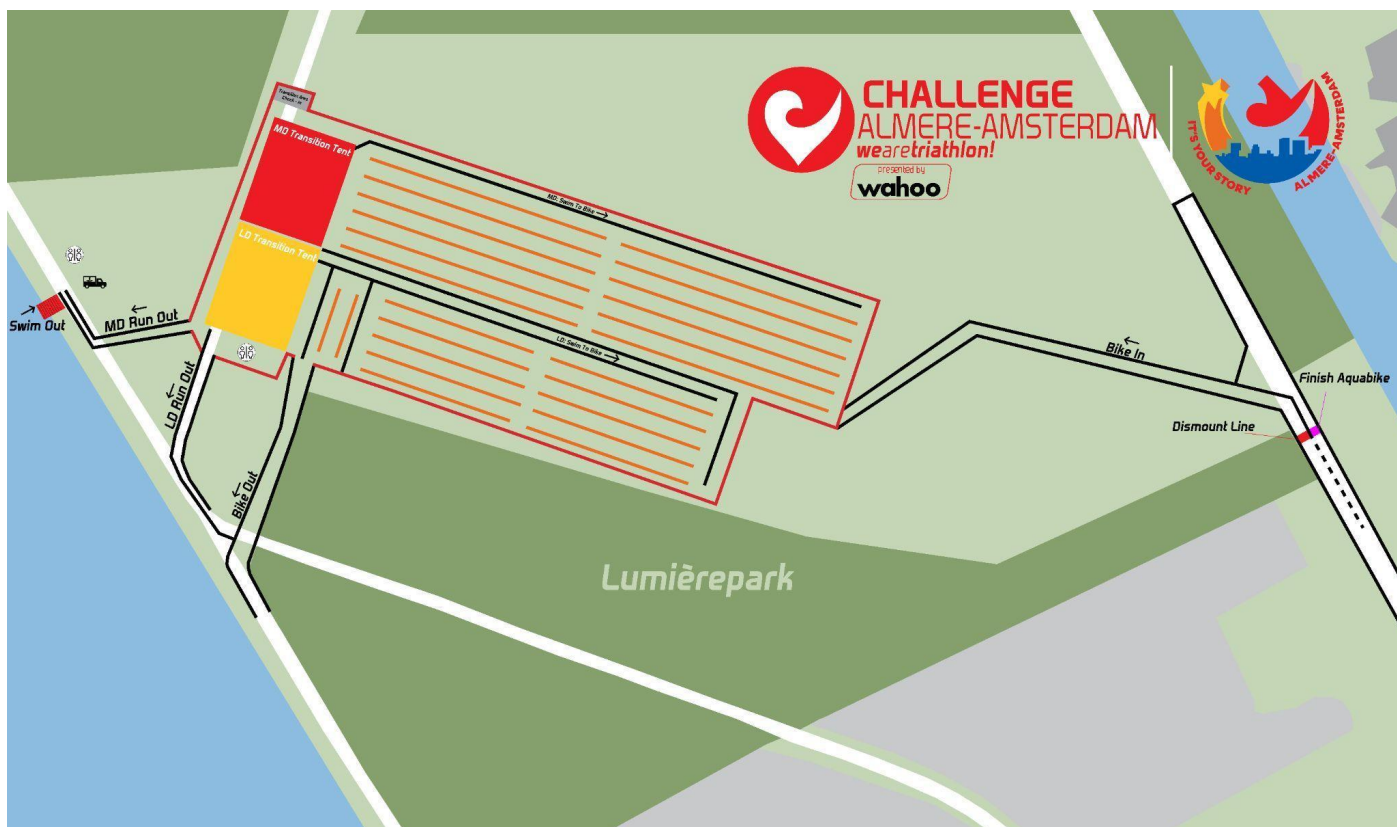
Het coachgebied op het fietsparcours bevindt zich ongeveer een kilometer voor de Havenkom in Almere Haven. Het coachgebied is te bereiken met de OV-bus (buslijn M1 richting Haven Centrum). Het coach gebied is aangegeven met borden. Alleen binnen dit gebied mogen coaches de eigen voeding aan de atleten aanbieden.

Littering Zone

Houd er rekening mee dat afval slechts 200 meter voor en na een verzorgingspost mag worden weggegooid. Vervuil de rest van het parcours niet met jouw afval. Als je materialen zoals bekers, sponzen, waterflessen of lege gels weggooit, riskeer je diskwalificatie. Deze regel geldt voor zowel het fiets- als het hardloopparcours.

Cut-off tijden fietsen

Race	Fietsen
Midden Afstand	16:00



Lopen

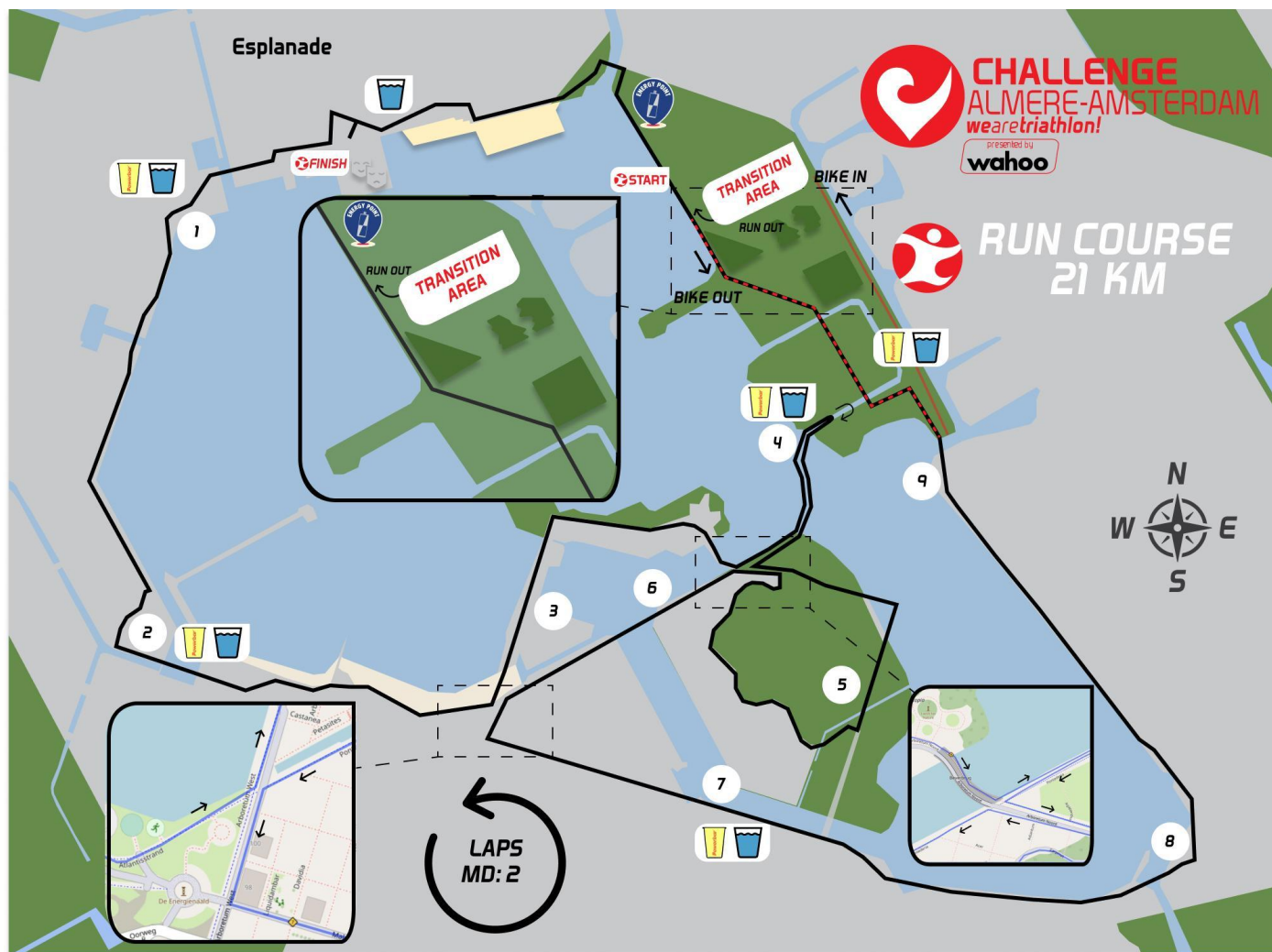
Het loopparcours bestaat uit een aanloopstuk naar de Esplanade (900meter) gevolgd door twee rondes van 10,1 kilometer rond het Weerwater in Almere. De ronde gaat tegen de klok in en voert door het moderne centrum van de stad en over het voormalige Floriade-terrein. De ronde wordt twee keer gelopen door de deelnemers aan de Midden Afstand. Het tellen van de rondes is de verantwoordelijkheid van de atleten zelf. De volledige loopronde is verhard.

Een gedetailleerde kaart en GPX-bestanden voor uw GPS-apparaat vind je via deze link:

<https://afstandmeten.nl/index.php?id=3344802>

(klik op de knop Exporteren aan de linkerkant om de cursus te exporteren naar gpx of kml).

Loopparcours



Loop Verzorgingspost

Het loopparcours heeft vijf verzorgingsposten, ongeveer 1,6 kilometer uit elkaar.
De voeding wordt in de volgende volgorde verstrekt:

GEL : Powerbar EnergyGel

FOOD : krentenbollen, bananen, sinaasappels, Powerbar Energize bar

ISO : Sports drink; Powerbar Isoactive Citroen – papieren beker

COLA : Cola – papieren beker

WATER : Water – papieren beker

AID STATION RUN



DIRECTION

Een zesde verzorgingspost is gesitueerd op de Esplanade en serveert alleen water.
Elke verzorgingspost heeft een toilet, zowel op het fiets- als loopparcours.

Vrijwilligers op de verzorgingspost dragen hesjes bij het product dat ze verstrekken.

Coach gebied

Het coach gebied voor het loopparcours bevindt zich op de Koetsierbaan, onder het Apollo/Leonardo hotel.
Het coach gebied is duidelijk aangegeven met borden. Alleen binnen dit gebied mogen coaches de eigen voeding van de atleten aanbieden. Dit is niet toegestaan op andere locaties.

Littering Zone

Houd er rekening mee dat afval slechts 200 meter voor en na een verzorgingspost mag worden weggegooid. Vervuil de rest van het parcours niet met jouw afval. Als je materialen zoals bekers, sponzen, waterflessen of lege gels weggooit, riskeer je diskwalificatie. Deze regel geldt voor zowel het fiets- als het hardloopparcours.

Cut-off tijden hardlopen

Race	Run
Midden Afstand Triathlon	19:00

Midden Afstand Aquabike

Voor de Aquabike is voor het zwemmen en fietsen de informatie en de parcoursen gelijk aan de Midden afstand Triathlon.

Bij het fietsen is er vlak voor de wisselzone een splitsing, op de linker weghelft stappen de deelnemers van de triathlon voor de afstapstreep af. Op de rechter weghelft is de finish van de Aquabike, deze is met beachflags gemarkeerd. Na de finish kun je jouw fiets in de wisselzone weg zetten en vervolgens naar de finish lopen op de Esplanade, hier kun je onder de rode boog finishen (je tijd stopt al meteen na het fietsen) en hier krijg je jouw T-shirt en medaille uitgereikt.

Midden Afstand Relay

Deelnemers aan de Relay wisselen in de wisseltent. Hier is een speciale wachtruimte ingericht waar deelnemers kunnen wachten tot hun zwemmer / fietser terug komt van hun onderdeel. Bij het wisselen dient de chip te worden overgegeven en om de enkel te worden gedaan van de volgende atleet. Deelnemers aan de Relay hebben gedurende de hele dag toegang tot de wisseltent, wel wordt gevraagd goed op te letten om geen andere deelnemers te hinderen.

Teams kunnen gezamenlijk finishen, bij de brug tegenover het theater, net voor het stadion kunnen de zwemmer en fietser zich aansluiten bij de loper en de laatste honderd meter gezamenlijk afleggen.



3athlon.nl

Hét triathlonnieuws van Nederland

www.3athlon.nl

3athlon.nl wenst alle atleten veel succes! Na de wedstrijd vind je een uitgebreid verslag en interviews op onze website.

Na de wedstrijd informatie

Na de wedstrijd verzorging

Na de finish staan vele vrijwilligers klaar om je te begeleiden, indien nodig. Eerst ontvang je je medaille en je finishershirt. Als je op dat moment medische ondersteuning nodig hebt, staan er vrijwilligers voor je klaar om je naar de medische hulppost in het theater te begeleiden.

Binnen in het theater is er een buffet voor de sporters met diverse soorten eten en drinken.

De groene street-wear tas die je hebt klaargemaakt voor de wedstrijd is verkrijgbaar in het theater. Zorg ervoor dat je vooraf de sticker met je startnummer op de groene street-wear tas hebt geplakt.

Na de race lever je de timing chip in bij de bike checkout.

Massage

Na de wedstrijd op 9 september is er een mogelijkheid voor een massage. Uiteraard dienen atleten eerst te zijn gedoucht.

Transition Zone Check-Out

De fiets check-out vind je in het Lumièrepark. Na de race word je gevraagd je fiets op te halen bij de Transition Area. De TA is alleen toegankelijk voor sporters met een deelnemerspolsbandje. Je kunt je fiets alleen uitchecken als je je startnummer en je tijdregistratiechip bij je hebt.

Check-out vindt op zaterdag vanaf 16:00 uur voor de Midden Afstand (dit kan alleen eerder als alle fietsers al binnen zijn) plaats en vanaf 17:50 uur voor de Lange Afstand.

Inleveren timing chip

Je ontvangt een Pro chip voor de tijdwaarneming. Bij de Transition Area check-out, moet je deze chip weer inleveren. Zonder chip is het niet mogelijk om je spullen mee te nemen!

Bij inleveren van de chip op een andere locatie of bij verlies van de chip wordt een bedrag van 25 euro in rekening gebracht.

Atleten worden verzocht om behalve hun fiets tevens hun helm en de rode en blauwe tassen op te halen. Dit is mogelijk onmiddellijk nadat je klaar bent.

Opgeven

In het geval dat je je race niet hebt kunnen voltooien, ben je verplicht om zo snel mogelijk iemand van de organisatie of een technical official op de hoogte te stellen. Ook als je je terugtrekt tijdens de wedstrijd, mag je de fiets niet ophalen voor zaterdag 16:00 uur voor Midden Afstand of 17:50 uur voor Lange Afstand Triathlon.

Prijzengeld en punten

2023 - European Championship Long Distance prijzengeld en punten.

Rank	LD Triathlon	CHALLENGEFAMILY WORLD BONUS POINTS
1	€5.000,-	500
2	€4.000,-	450
3	€3.000,-	350
4	€2.000,-	250
5	€1.600,-	200
6	€1.400,-	150
7	€1.200,-	120
8	€800,-	90
9	€600,-	60
10	€400,-	30

Naast het prijzengeld van het evenement, wordt er aan het einde van het seizoen een [World Bonus](#) op basis van de ranglijst uitbetaald voor zowel mannen als vrouwen. De rangschikking wordt bepaald door middel van een puntensysteem op basis van behaalde plaatsingen.

Elite

De Top 3 mannen en vrouwen in het Europees Kampioenschap en de Top 3 mannen en vrouwen in het Nederlands Kampioenschap worden zo snel mogelijk na de finish van de derde atleet kort gehuldigd in het finishstadion op zaterdag 9 september.

Snelste lokale atleten

De snelste mannelijke en vrouwelijke atleten uit Almere op de Lange Afstand ontvangen respectievelijk de jaarlijkse [Ruud Graman award en de Joop Visscher-award](#).

Deze atleten worden gehuldigd zodra zij binnen zijn in het finishstadion op zaterdag 9 september.

Age groups

In de Long Distance European Championship serie, kunnen prijzen gewonnen worden in de volgende categorieën: 20-24, 25-29, 30-34 en verder per 5 jaar categorie.

Nederlandse deelnemers aan het Europees Kampioenschap komen ook in aanmerking voor de Age Group titels voor het Nederlands Kampioenschap.

In de Open Age Group kunnen prijzen worden gewonnen in de volgende categorieën op de Lange en Midden Afstand: <24, 25-29, 30-34 en verder 5 jaar categorie.

2023 Europe Triathlon Championship Long Distance Almere-Amsterdam

Bij de aquabike over de midden en lange afstand zijn er prijzen in de volgende categorieën:
<29, 30-39 en verder per 10 jaar categorie

Award Ceremony

De prijsuitreiking vindt plaats op de Esplanade op zondag 10 september om 11:00 uur.

Voor elke Age-Group wacht een prijs voor de top 3 finishers in deze categorieën. Challenge Almere-Amsterdam is een van de kwalificatieraces voor **CHALLENGEFAMILY THECHAMPIONSHIP**. In totaal zijn er in Almere 72 slots voor de 2023-editie van **THECHAMPIONSHIP** te verdienen.

Challenge Family Age Group atleten slots:

- Eén slot voor de zes snelste Age Group atleten in alle Age Group categorieën van de Challenge Family Long Distance en Middle Distance races
- Slots schuiven in alle categorieën door tot de twaalfde plaats.
- Gekwalificeerde atleten hebben vier weken om hun startbewijs te claimen
- Gekwalificeerde atleten ontvangen hun startbewijs na de race per mail

Challenge Family Professional atleten slots:

- Eén slot voor alle mannelijke atleten die top zes finishen bij de Challenge Family Long Distance en Middle Distance races
- Eén slot voor alle vrouwelijke atleten die top zes finishen bij de Challenge Family Long Distance en Middle Distance races
- Slots schuiven niet door

Ontdek meer over **THECHAMPIONSHIP**: <https://thechampionship.de/>

Als je de medailleceremonie niet kunt bijwonen, moet je teammanager of een van je teamgenoten je medaille aan het einde van de ceremonie ophalen.

Finish foto's en resultaten

Foto's worden gemaakt door Pix4U. Om de foto's van Pix4U te kunnen bekijken en kopen, kun je gebruikmaken van de volgende link: <https://pix4u.com/PixWeb/event/Challenge-Almere?lg=en>

De resultaten van de wedstrijd zijn te vinden op onze website: <https://challenge-almere.com/>

Gevonden voorwerpen

Als u een voorwerp gevonden hebt, maar de eigenaar niet kan vinden, kunt u dit afgeven aan de informatiebalie in het Theater. Als je iets kwijt bent, altijd melden bij de informatiebalie. Dit is waar alle gevonden voorwerpen worden gebracht.



VERGEET NIET TE LACHEN



**Een grote inspanning verdient een
geweldige herinnering.**

Pix4U zal er voor je zijn om je beste
momenten vast te leggen.



Voor toeschouwers

LIVE

De wedstrijd is de gehele dag te volgen op het Youtube kanaal van Challenge Almere-Amsterdam met engels commentaar van Belinda Granger.

Omroep Flevoland verzorgt de uitzending via hun regionale tv kanaal met Nederlands commentaar en is in heel Nederland live op TV te bekijken.

LIVE resultaten

LIVE split tijden kunnen gevolgd worden in de app en op de website: <http://live.challenge-almere.com>

Jarigen

In het wedstrijdweekend (7 t/m 10 september) vieren we de verjaardag van de volgende deelnemers:

7 september: Thorsten Kreutzer Markus Perolles Jeroen Van Hees Cosmo Vloedveld Kai Cepa Olivier Luijkx Tijn Hoendervangers Reinier Bunnik Egger Josef Isaac Martinez López	8 september: Hans Havinga Nico Verkade Koen Van Der Kouwe Christopher Batty Jim Simons Kevin Keijzer
9 september: Rinze Kramer Dave Schobben Hugo Heimendinger Sandra Griffon Patrick Kroonen Chris King Douglas Vieweg Warren Kilborn Michael Holland Marc Marc Koen Hondelink	10 september: Peter Lijten Kevin Heurckmans Ioanna Relf Robin Courtens Emile Schrijver Ewout Roeloffs

Slotwoorden

De organisatie, managers, officials en de ruim 700 vrijwilligers van de 2023 Europe Triathlon Championships Long Distance Almere-Amsterdam wensen iedereen een fantastische wedstrijd en veel (persoonlijke) records.

Tot ziens bij de finish!

RACE CALENDAR 2023/2024

	CHALLENGE LONDON ENGLAND, 6 AUG 2023	MIDDLE
	CHALLENGE DAVOS SWITZERLAND, 26 AUG 2023	MIDDLE
	CHALLENGE COQUIMBO-LA SERENA CHILE, 3 SEP 2023	MIDDLE
	CHALLENGE ISTANBUL TÜRKIYE, 3 SEP 2023	OLYMPIC
	CHALLENGE ALMERE-AMSTERDAM NETHERLANDS, 9 SEP 2023	LONG MIDDLE
	CHALLENGE SAMARKAND UZBEKISTAN, 17 SEP 2023	MIDDLE
	CHALLENGE SANREMO ITALY, 24 SEP 2023	MIDDLE
	CHALLENGE SANTA MARTA COLOMBIA, 8 OCT 2023	MIDDLE
	CHALLENGE BARCELONA TRIATHLON SPAIN, 8 OCT 2023	OLYMPIC
	CHALLENGE PEGUERA MALLORCA SPAIN, 14 OCT 2023	MIDDLE
	CHALLENGE VIEUX BOUCAU FRANCE, 21 OCT 2023	MIDDLE
	CHALLENGE EGNAZIA TRI ITALY, 21 OCT 2023	MIDDLE
	CHALLENGE FLORIANÓPOLIS BRAZIL, 19 NOV 2023	MIDDLE
	CHALLENGE CANBERRA AUSTRALIA, 26 NOV 2023	MIDDLE
	CHALLENGE SALINAS ECUADOR, 10 DEC 2023	MIDDLE
2024		
	INTEGRITY HOMES CHALLENGE WANAKA NEW ZEALAND, 17 FEB 2024	MIDDLE
	CHALLENGE MALAYSIA MALAYSIA, 3 MAR 2024	MIDDLE
	BCI CHALLENGE PUERTO VARAS CHILE, 17 MAR 2024	MIDDLE
	ANFI CHALLENGE MOGÁN GRAN CANARIA SPAIN, 20 APRIL 2024	MIDDLE
	CHALLENGE CERRADO BRAZIL, 21 APRIL 2024	MIDDLE
	CHALLENGE TAIWAN TAIWAN, 27 APRIL 2024	LONG MIDDLE
	CHALLENGE RICCIONE ITALY, TBC MAY 2024	MIDDLE
	EKOÏ CHALLENGE FRÉJUS FRANCE, MAY 2024	MIDDLE
	THE CHAMPIONSHIP SLOVAKIA, 19 MAY 2024	MIDDLE
	CHALLENGE ST PÖLTEN AUSTRIA, 26 MAY 2024	MIDDLE
	CHALLENGE GUNSAN-SAEMANGEUM KOREA, TBC JUN 2024	LONG MIDDLE
	OTSO CHALLENGE SALOU SPAIN, 2 JUN 2024	MIDDLE
	CHALLENGE WALES WALES, 9 JUN 2024	MIDDLE
	SKODA CHALLENGE GERAARDSBERGEN BELGIUM, TBC JUN 2024	MIDDLE
	LOTTO CHALLENGE GDAŃSK POLAND, 16 JUN 2024	MIDDLE
	CHALLENGE KAISERWINKL-WALCHSEE AUSTRIA, 23 JUN 2024	MIDDLE
	CHALLENGE VANSBRO SWEDEN, 29 JUN 2024	MIDDLE
	CHALLENGE CAGNES-SUR-MER FRANCE, 30 JUN 2024	MIDDLE
	DATEV CHALLENGE ROTH GERMANY, 7 JUL 2024	LONG
	CHALLENGE TURKU FINLAND, TBC 2024	MIDDLE

www.challenge-family.com #wearetriathlon #allabouttheathlete

ALL RACES ARE QUALIFICATION
RACES FOR THE CHAMPIONSHIP

