

Zondag 20 juli '25 – Triathlon Aarschot

**PLAS
TRI
ATH
LON**

10:00



**START-TO
TRIATHLON**

10:15



**HAGELAND
POWER
TRIATHLON**

11:00

Wedstrijdsecretariaat & locaties

Secretariaat: Schaluin 80, 3200 Aarschot

Open: zaterdag 19 juli '25 van 17u00 tot 20u00

zondag 20 juli '25 van 7u00 tot 18u00

!! om tijdig aan de start te geraken:

→ aanmelden voor de Plas triathlon en start-to **vóór 9u**

→ aanmelden voor de Power Triathlon **vóór 10u**

Vermijd de drukte/stress op zondagochtend en kom al op zaterdag je deelnamepakket ophalen

Kleedkamers : Sportcentrum Demervallei , Demervallei 8, 3200 Aarschot (open van 10u30 tot 17u00)

Parking: Sportcentrum, Demervallei 8, Aarschot

Het is **verboden te parkeren op de parking aan de August Reyerslaan** . Deze ligt nu op het fietsparcours en men kan de straat niet in of uit tijdens de wedstrijd.

Programma

	Plastriathlon 1/8e		Start-to-triathlon		Hageland Powertriathlon 1/3e	
Start	10u00	Surfstrand	10u15	Surfstrand	11u00	Surfstrand
Swim	750m	1 ronde	230m	1 kleine ronde	1500m	2 rondes
Bike	27km	Aanloop + 1 ronde	11km	Aanloop	60km	Aanloop + 3 rondes
Run	5km	1 ronde	1,7km	1 kleine ronde	15km	3 rondes

Zwemstart: vindt plaats op domein Ter Heide (surfzone) te Rotselaar op 11km van de finishzone en transitie 2 (T2).

LIMIETTIJD: Het parcours is verkeersvrij tot 16u. Deelnemers moeten de laatste loopronde aanvatten vóór 15u30.

Bewakingsuren T2

- T2 Plas triathlon zal tot maximaal 13u30 bewaakt
- T2 Power triathlon zal tot maximaal 17u bewaakt zijn

Daarna begint de afbraak door onze vrijwilligers. Kom je fiets graag tijdig ophalen!

Wetsuit pickup:

Wetsuit kunnen opgehaald worden na de wedstrijd (zie verder), verwacht vanaf ~12u tot 17u

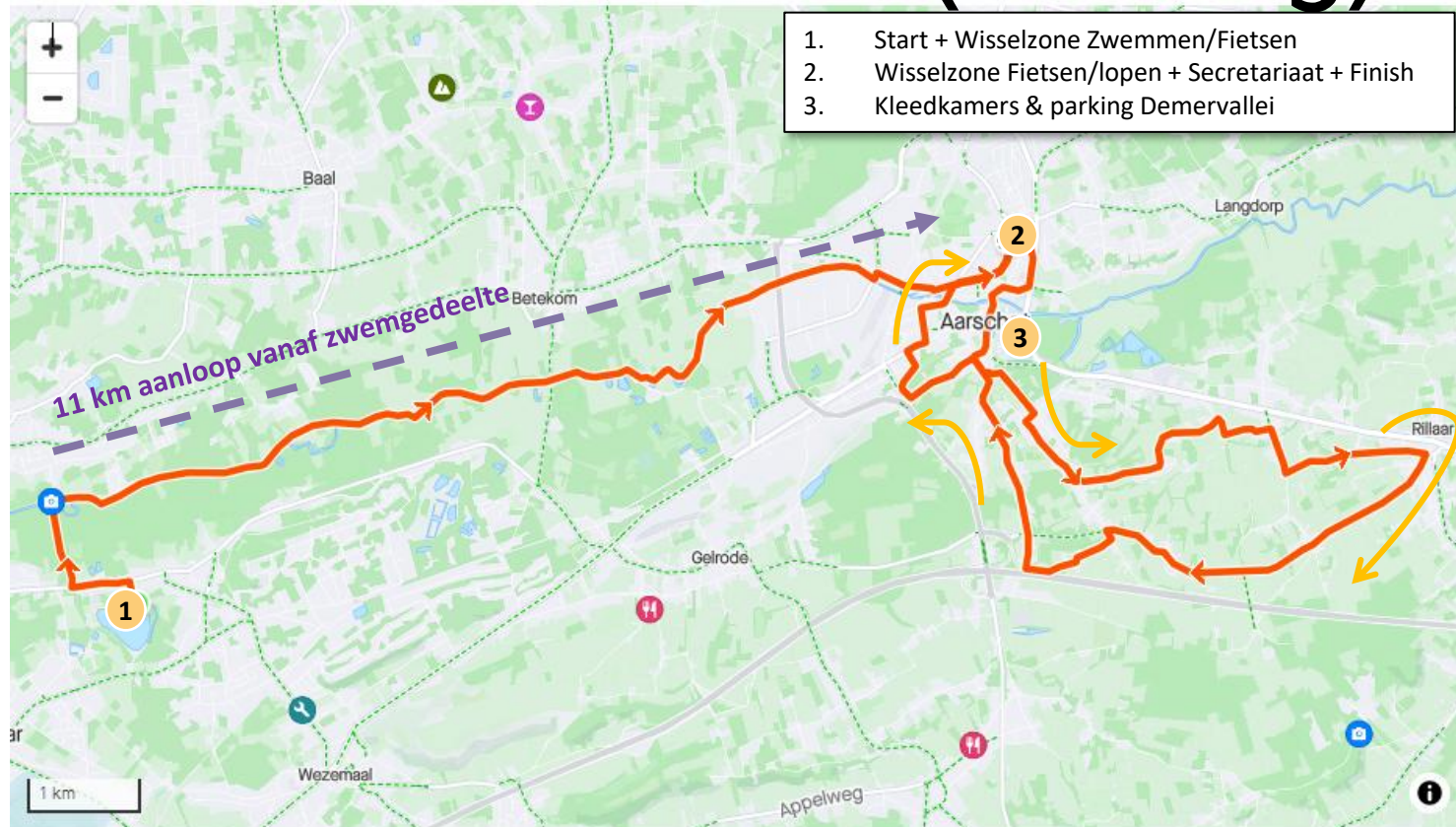
Parcours - Swim



- A: Strand start Hageland power triathlon (1/3, 11u00)**
- █ Zwemmen Hageland power triathlon 2 rondes en 1 maal landgang
 - █ Landgang Hageland power triathlon
 - █ Wisselzone Hageland power triathlon en start to triathlon
- B: Strand start Plas triathlon (1/8, 10u00) en start to triathlon (1/16, 10u15)**
- █ Zwemmen Plas triathlon, 1 ronde
 - █ ♂ Zwemmen start to triathlon, 1 ronde
 - █ Wisselzone Plas triathlon
 - █ Verlaten wisselzone : er mag hier nog niet gefietst worden
 - █ Fietsen



Parcours – Bike (volledig)



Plastriathlon: aanloop + 1 ronde

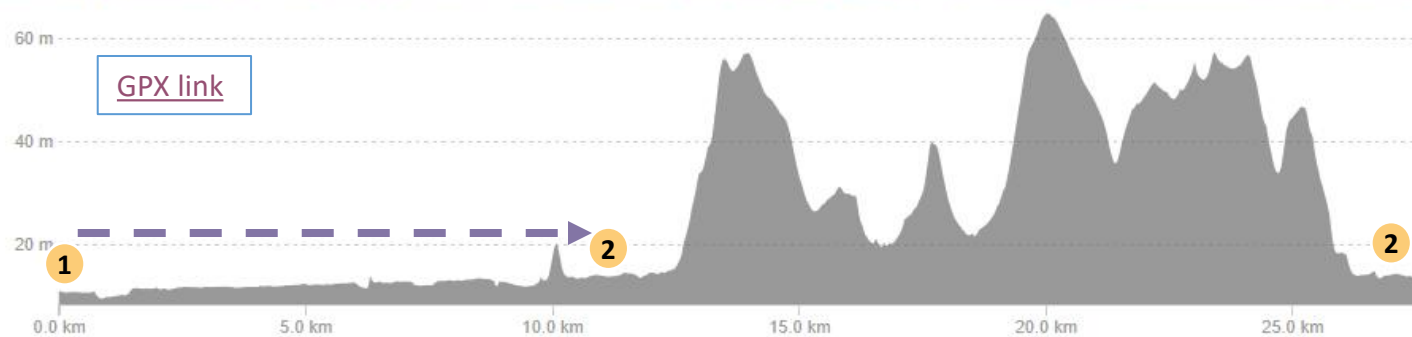
Hageland

Powertriathlon: aanloop + 3 rondes

Start-to-tri: Aanloop

Het fietsgedeelte van de zwemlocatie in Rotselaar tot centrum Aarschot over de Demerdijk is 11km

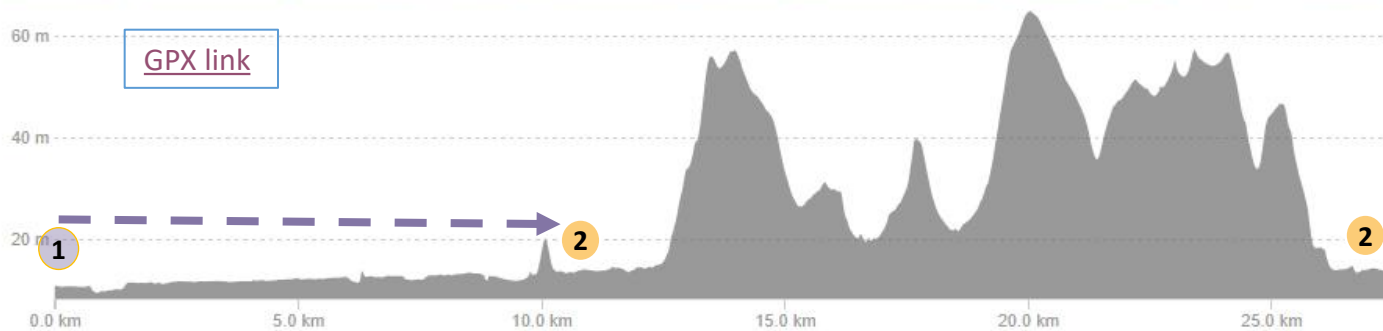
—▶ Aanloop na swim
—▶ Fietsronde





Parcours – Bike (lokale ronde)

11 km aanloop
vanaf
zwemgedeelte
----->



Plastriathlon: 1 ronde

**Hageland
Powertriathlon: 3 rondes**

Start-to-tri: Aanloop

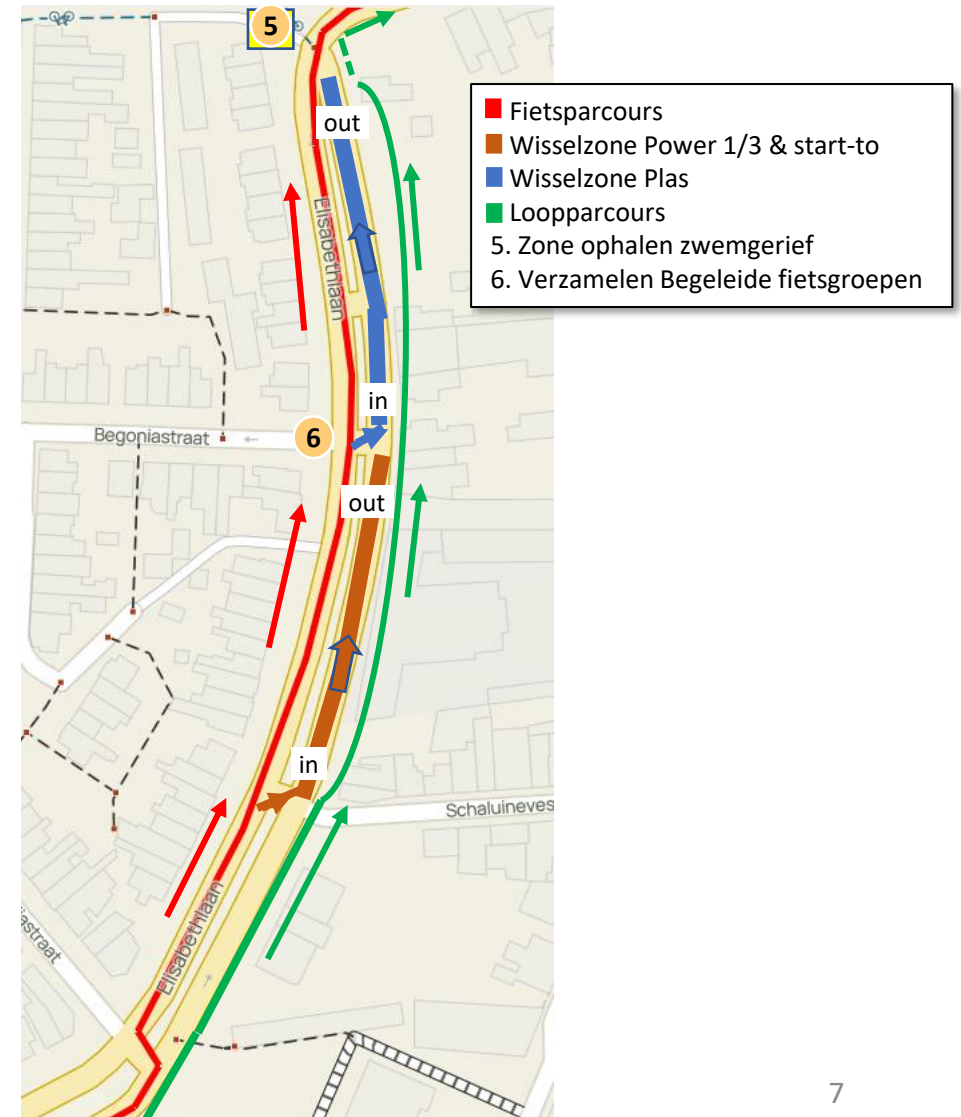
Het fietsgedeelte van de zwemlocatie in Rotselaar tot centrum Aarschot over de Demerdijk is 11km (hier is slechts een klein deel afgebeeld)

—▶ Aanloop na swim
—▶ Fietsronde

Transitiezone 2 – wissel fietsen-lopen

Het loopparcours gaat dit jaar terug in wijzerzin (= dezelfde richting van het fietsparcours).

Bij buitenkomst van de wisselzone loop je langs de wisselzone door over het voetpad richting de Knoet/het secretariaat



Parcours - Run



Start-to-tri: 1 kleine ronde (1,7 km)



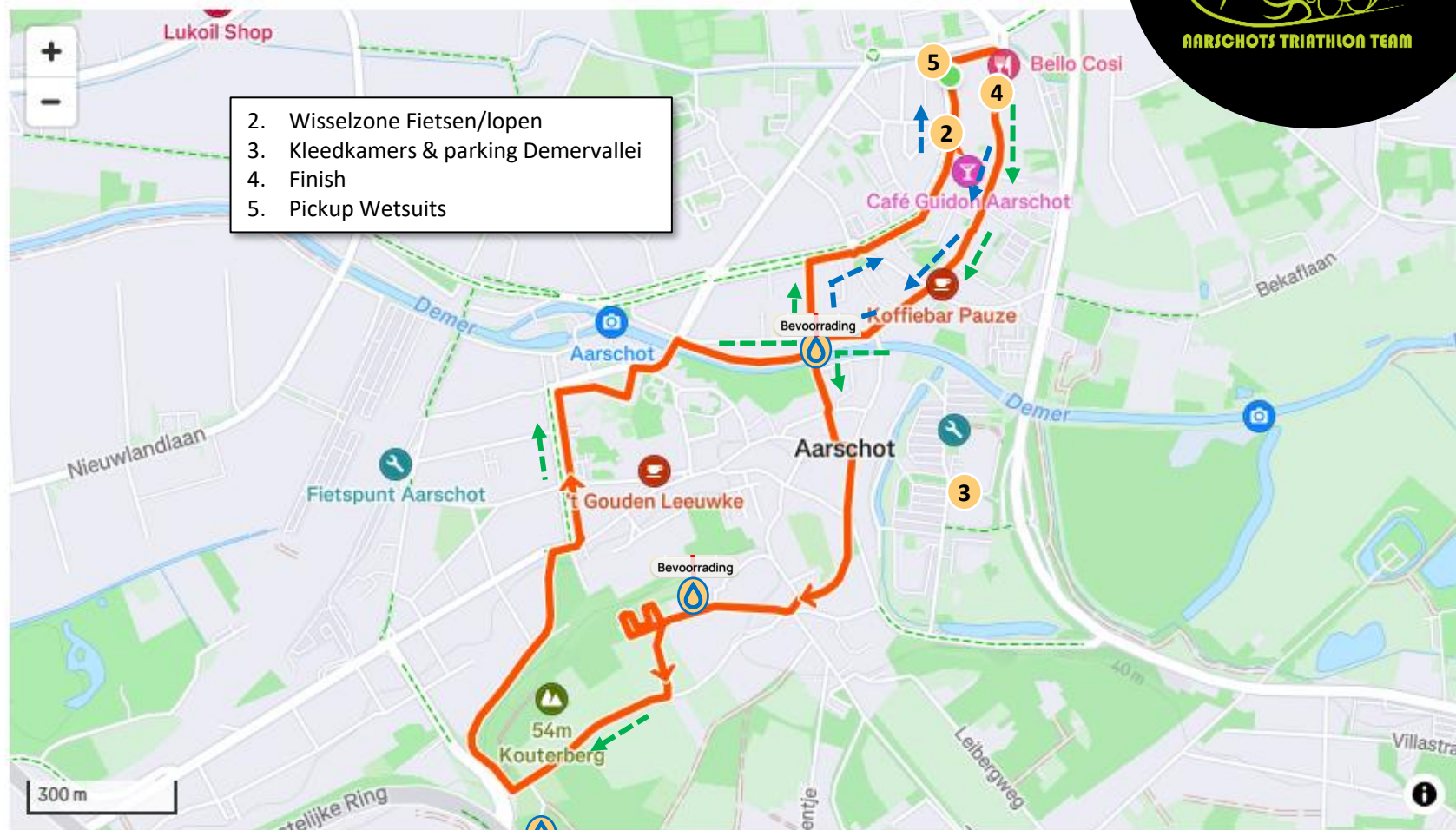
Plastriathlon: 1 ronde (5 km)



Hageland Powertriathlon: 3 rondes (15 km)

Kleine parcourswijziging:

Stadspark zal niet aangedaan worden, extra lusje boven aan de vernieuwde Orleanstoren



2. Wisselzone Fietsen/lopen
3. Kleedkamers & parking Demervallei
4. Finish
5. Pickup Wetsuits



[GPX link](#)

Bevoorrading

Fietsen

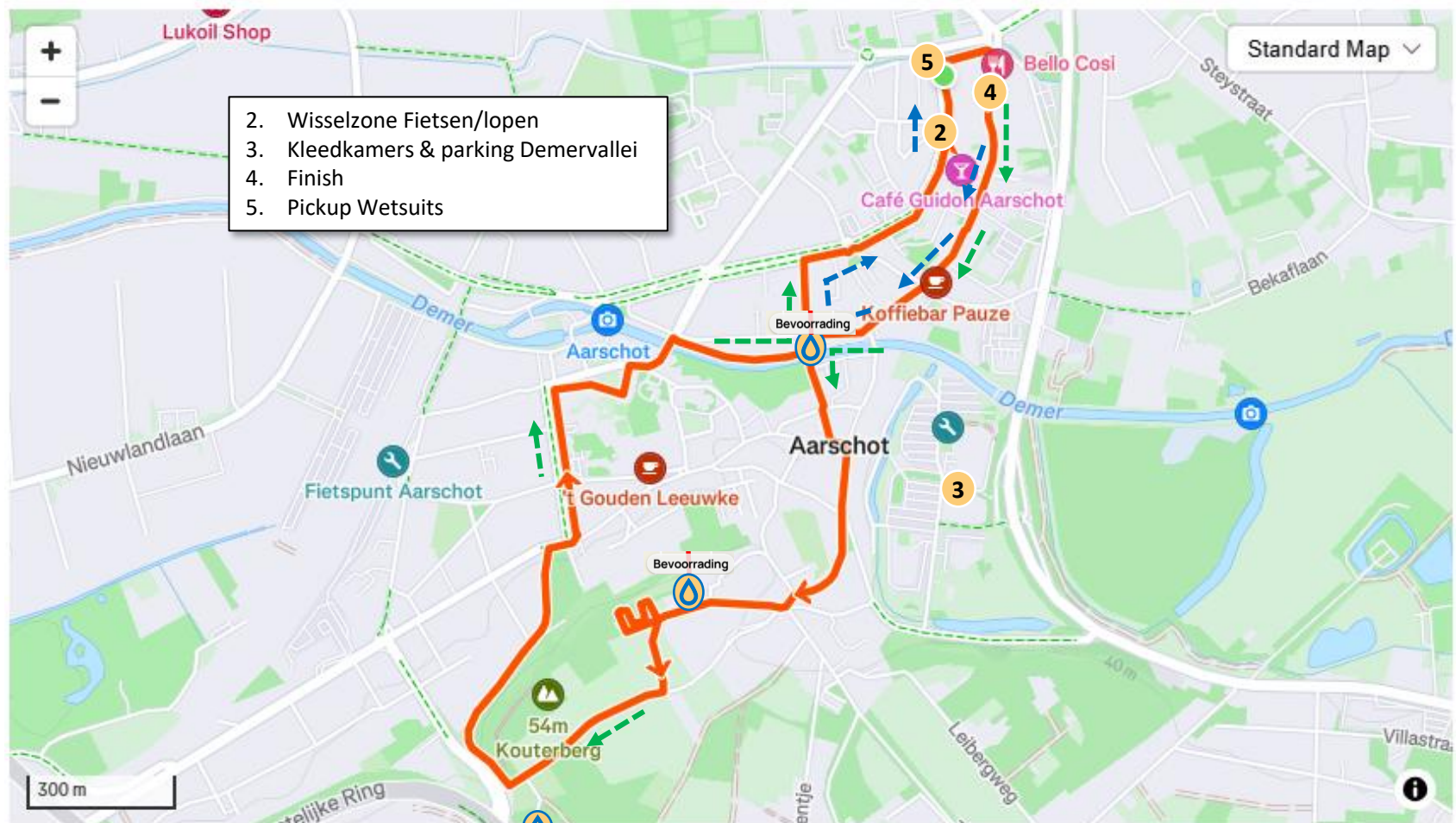
- Er is **geen bevoorrading door de organisatie tijdens het fietsen.** Zorg zeker zelf voor voldoende eten en drinken.

Lopen

- **3 bevoorradingpunten door de organisatie op de loopronde van 5 km.**



- 1 dubbel punt na ~ 1 km en ~4 km
- 1 punt bovenaan de klim na ~2km



Verplaatsing naar de start – per fiets

De afstand van de finishzone/wisselzone 2 naar de zwemstart bedraagt 11km.

Verplaatsing kan je best maken per fiets:

- **Aangeraden door organisatie** wegens het eenvoudigst
- **Begeleide fietsgroepen vanaf wisselzone 2 om 8u15, 8u40 en 9u15** (deze laatste uitsluitend voor 1/3^e afstand)
 - *Vertrek van de fietsgroepen = tussen beide T2 wisselzones (punt 6 op het kaartje)*
- De ideale opwarming!
- Kan ook zelfstandig:
 - **Vertrek niet later dan 9u15** anders kan je niet meer over het parcours (wegens start van de platriathlon om 10u)
 - Ben je toch later dan dien je om te rijden wegens het afsluiten van de Demerdijk. ([GPX link](#)). Deze route is ook afgepijld met witte pijltjes met vermelding 'start'.
- Door minimaal gebruik zal er geen busdienst voorzien worden dit jaar.



Inhoud deelnemerspakket

- **Wedstrijdaandenken**
- **Chip** (dragen aan linkerenkel)
- **Rugnummer** (achteraan dragen bij het fietsen, vooraan bij het lopen, nummerband zelf te voorzien)
- Genummerd **polsbandje** voor rond de **pols**
- Genummerd **polsbandje** voor aan de **fiets**
- Genummerde **sticker** voor op de **helm** (linkerzijde)
- Genummerde **sticker** voor op de **box**
- Genummerde **plastic zak** om je **materiaal** in te steken **na het zwemonderdeel**. Deze zak wordt door de organisatie naar de finishzone gebracht. Zorg er dus zeker voor dat al je spullen in deze zak zitten voor je aan het fietsen begint.
- Opgelet !! Sinds 2023 dient de atleet zelf een enkelbandje voor de timingchip te voorzien. Leden van Triatlon Vlaanderen krijgen dit via hun club of via de federatie. Heb je geen enkelbandje, dan kan je dit aankopen op ons wedstrijdsecretariaat aan €2. ([Triatlon Vlaanderen - Nieuwe procedure 3VL-timing](#)).
- De atleten die hun bandje bij de inschrijving hebben aangeschaft kunnen dit terug vinden in hun deelnemerspakket.



Enkel voor de Start-To:

Extra nummer + colsonbandjes voorzien: bevestig deze **VOORAAN** je fiets aan het stuur. Zo kunnen onze vrijwilligers jullie makkelijker herkennen en begeleiden naar de wisselzone.

Reglement

- De wedstrijd volgt het Be3 sportreglement 2025 van Triatlon Vlaanderen: [link](#)
- Zowel de Plastriathlon (1/8e) als de Hageland Powertriathlon zijn **niet-stayer wedstrijden**.
 - Tijdritfiets of opzetstuur is toegelaten (volgens de beschrijving in de UCI-reglementen voor tijdritten)
 - Zie hoofdstukken Drafting en Blocking in het internationale triathlonreglement voor non-drafting regels
- De hoofdscheidsrechter bepaalt de ochtend van de wedstrijd of wetsuits toegelaten zijn
- **Zwemmen in ontbloot bovenlijf is verboden**
- **Sinds 2024 is het gebruik van een box in de transitie zone VERPLICHT! Aangezien wij met 2 transitiezones werken geldt deze verplichting als volgt**
 - T1: geen box nodig: de organisatie zal een zak voorzien om je materiaal in op te bergen na transitie.
 - T2: **Box VERPLICHT!**
 - Waarschuwing van onze hoofdscheidsrechter: Er zal streng gecontroleerd worden op de aanwezigheid van de box. Zonder box GEEN toegang tot T2.
 - Meer info verder in de briefing.

Aandachtspunten



- Door werken op de onverharde linkeroever liggen er rijplaten op de soldaten brug (komende van de plas, net voor je de Demerdijk op draait met de fiets).

WEES VOORZICHTIG BIJ HET NEMEN VAN DE BOCHT!

PAS JE SNELHEID AAN!



Aandachtspunten



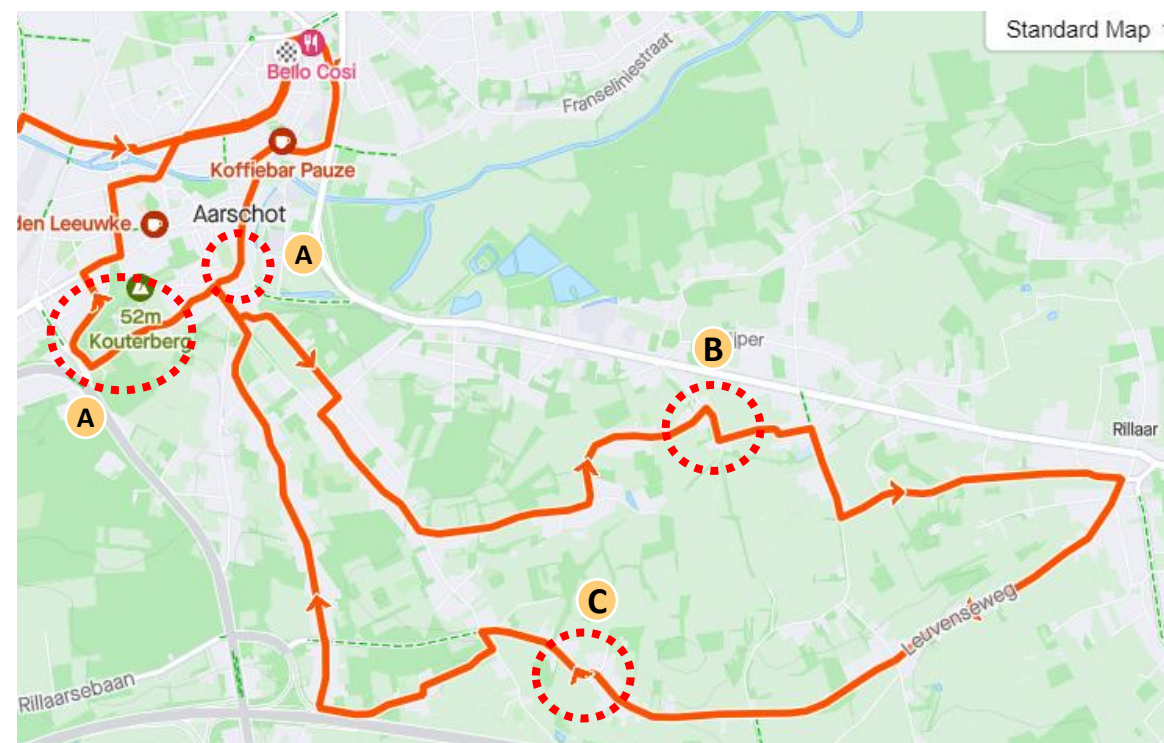
- Gevaarlijke punten op het lokale fietsparcours:

- A** Dubbel verkeer lopers en fietsers:
fietsers: blijf steeds links van de kegels!
lopers: blijf steeds rechts van de kegels
- B** Gevaarlijke bocht in de afdaling
- C** Blinde bocht in de afdaling met slecht wegdek

PAS JE SNELHEID AAN!

FIETS STEEDS VEILIG en

BLIJF BINNEN JE EIGEN MOGELIJKHEDEN!



Aandachtspunten: Box

Sinds 2024 is het gebruik van een box in de transitie zone VERPLICHT! Aangezien wij met 2 transitie zones werken geldt deze verplichting als volgt.

T1 (zwemmen-fietsen) in Rotselaar:

- **Geen box nodig:** de organisatie zal een zak voorzien om je materiaal in op te bergen na transitie.
- **Vóór de start:**
Enkel fietsschoenen naast de fiets (of op de fiets). Helm, bril, rugnummer OP de fiets.
AL het andere materiaal (bv. extra bevoorrading, handdoek, ...) dienen reeds IN de zak gestoken te worden. Klem de zak tussen je zadel en de transitiebar voor orde en makkelijke toegang.
- **Na het zwemmen:**
AL het materiaal dient **IN** de zak te belanden (wetsuit, zwembril,...). De organisatie zal zorgen voor vervoer van de zak naar de finishzone. Deze kan opgehaald worden na de wedstrijd. Als er toch materiaal naast de zak (of foute zak) zou belanden kan dit leiden tot penalties én kunnen wij als organisatie niet garanderen dat al je materiaal terug komt.

T2 (fietsen-lopen) in Aarschot:

- **BOX VERPLICHT!**
Elke atleet dient **zelf** een plastic box te voorzien (maximale grote L45x35x25 cm, zie reglement triatlon Vlaanderen)
Waarschuwing van onze hoofdscheidsrechter: Er zal streng gecontroleerd worden op de aanwezigheid van de box. Zonder box GEEN toegang tot T2.
- **Vóór de start:**
Enkel je loopschoenen mogen voor de box staan. **AL** het andere materiaal (bv. extra bevoorrading, handdoek, zonnecrème, petje,...) dienen **IN** de box te zitten.
- **Na het fietsen:**
AL je materiaal dient **IN** de box te zitten (inclusief: helm en bril). *(Fietsschoenen mogen ofwel in de box ofwel op de fiets blijven staan.)*

FIETS VEILIG?

TRIATLON
VLAANDEREN



Correct stallen van je fiets:

Plaats het voorste deel van het zadel vastgehaakt aan het fietsrek zodat het voorwiel wijst naar de doorstroomzone



Doorstroomzone

Checklist (chronologisch)

1. Algemeen:

- Neem deze briefing grondig door
- Kom je tijdig aanmelden en deelnemerspakket ophalen (TIP: doe dit al op zaterdagavond als je in de buurt woont)
- Kom op tijd op wedstriiddag! (Minimaal 2u voor de start van je wedstrijd)
- Geniet van je wedstrijd 😊

2. Voor de start: materiaal in T2 (Aarschot)

- Loopschoenen
- Box
- Eventuele extra benodigdheden voor het lopen
- Stal je fiets nog NIET in T2
- Laat geen materiaal achter dat je nodig hebt voor het zwemmen of fietsen
- Vertrek vóór 9u15 richting Rotselaar

3. Voor de start: materiaal in T1 (Rotselaar)

- Kleine rugzak om materiaal mee te nemen op de fiets (moet in de plastic zak passen)
- Plastic zak (voorzien door de organisatie)
- Nummer
- Nummerband (zelf te voorzien)
- Trisuit of zwem- + fietskleden
- Wetsuit (indien toegelaten)
- Zwembril + badmuts
- Fiets
- Helm
- Eten en drinken voor op de fiets of voor de start

4. Tijdens de wedstrijd: T1

- Sluit je helm VOOR je de fiets van het rek neemt
- Doe je nummerband om (nummer → achteraan)
- Plaats AL je materiaal in de zakken na het zwemmen

5. Tijdens de wedstrijd: T2

- Stal je fiets correct in T2
- Draai je nummerband om (nummer → vooraan)
- Plaats AL je materiaal in de box

6. Finish

- Kom op adem in de recoveryzone
- Geniet nog wat na op het terras van de Knoet
- Supporter enthousiast voor je collega-atleten
- Kom naar de podiumceremonie
- Haal je transitiezak op
- Ga douchen in de sporthal (Demervallei 8)

7. Dagen na de wedstrijd

- Wees trots op jezelf! You did it!
- Volg ons op facebook/instagram voor foto's
- Schrijf je in voor volgend jaar ;)

Prijzenpot Hageland Powertriathlon

Toekenning:

Prijzen worden enkel persoonlijk uitgereikt tijdens de podium ceremonie en kunnen niet achteraf opgehaald/verstuurd worden.

- **Algemene rangschikking** voor dames en voor heren:
 - Indien aantal deelnemers* > 100 is, dan zijn er 10 geldprijzen
 - Indien aantal deelnemers* tussen 50 en 100 ligt, zijn er 5 geldprijzen
 - Indien aantal deelnemers* tussen 10 en 49 ligt, zijn er 3 geldprijzen
 - Indien aantal deelnemers* < 10,
- **Nevencategorieën** (U23, Masters A, Master B, Masters C)
 Heren en Dames:
 - Indien aantal deelnemers van de categorie > 10 is, dan zijn er 3 geldprijzen
 - Indien aantal deelnemers van de categorie tussen 10 en 3 ligt, dan is er 1 geldprijs en 2 naturaprijzen

Trio's: naturaprijzen top 3 (één reeks, geen onderscheid dames/heren)

Algemene rang		Nevencategorieën	
1	€ 500	1	€ 50
2	€ 250	2	€ 40
3	€ 200	3	€ 25
4	€ 150		
5	€ 100		
6	€ 75		
7	€ 50		
8	€ 40		
9	€ 30		
10	€ 25		

Prijsuitreiking omstreeks 16u** op het terras van de Knoet aan de finish

* Totaal aantal ingeschreven deelnemers per geslacht op de dag van de wedstrijd

**Afhankelijk van het ter beschikking stellen van de officiële uitslag door de hoofdscheidsrechter.

Prijzenpot Plastriathlon en Start-to-triathlon

Plastriathlon

Naturaprijzen voor de top drie dames en heren:

- Algemeen
- U23
- Masters
- Trio's (één categorie, geen onderscheid dames/heren)

Start-to-triathlon

Naturaprijzen voor de top drie dames en heren

Prijzuitreiking omstreeks 12u30* op het terras van de Knoet aan de finish

*Afhankelijk van het ter beschikking stellen van de officiële uitslag door de hoofdscheidsrechter

Prijzen worden enkel persoonlijk uitgereikt tijdens de podium ceremonie en kunnen niet achteraf opgehaald/verstuurd worden.

Info voor supporters

Interessante plaatsen om te supporteren

- Grote markt (Fietsen & lopen)
- Finishzone Knoet (Fietsen & lopen)
- Braeckepoort (2x Fietsen & lopen)
- Zwemmen
 - Opgelet: voor de plastriathlon geraken supporters moeilijk op tijd terug voor de finish
 - Adres Plas Rotselaar: Vakenstraat 20A, 3110 Rotselaar (Parking Ter Heide)

Extra info



[Triathlon Aarschot | Facebook](#)



[AATT – home](#)



wedstrijd@aatt.be



HAGELAND
POWER
TRIATHLON

Met dank aan onze sponsors

