

ATHLETES GUIDE



**DM DRAFT SERIE FINALE,
ELITE DRAFT SPRINT RACE,
MOTIONSTRIATLON
OG
BØRNETRIATLON 2023**

LØRDAG DEN 9. SEPTEMBER 2023





KONTAKTINFORMATIONER

Arrangør: Aarhus 1900 Triathlon

Stævneleder: Marian Just Borsinski, marian.borsinski@outlook.com (+45 22454511)

Teknisk Delegeret: Frank Friis (Mobil: +45 30731796)

Hjemmeside: <https://www.1900tri.dk/>

Facebook: <https://www.facebook.com/aarhusbay>

Instagram: <https://www.instagram.com/aarhusbay/>

Foto: Line Borsinski, Aarhus Bay Triathlon 2022

Indhold

4

VELKOMMEN

5

TIDSPLAN

9

GENERAL INFORMATION

11

RUTER

14

TAK TIL VORES SPONSORER OG SAMARBEJDSPARTNERE

15

VI SES I AARHUS!

VELKOMMEN

Aarhus 1900 Triathlon byder dig velkommen til en festlig triatlondag ved Tangkrogen i Aarhus C. Dagen starter med en hyggelig børnetriatlon for børn og unge i alderen 8-13 år.

Det er en perfekt triatlon for nybegyndere. Børnene skal bare kunne svømme 100m i åbent vand og have en cykel. Alle deltagerne bliver belønnet med en flot medalje for gennemførelse samt en goodiebag.

Efterfølgende bliver der skruet op for farten og finalestævnet af Triatlon Danmarks DM Draft Triatlon Serien. Denne bliver afviklet for aldersgrupperne 12-13 år, 14-15 år, 16-17 år og 18-21 år.

Dagen slutter med kåringen af den samlede vinder af DM Draft Triatlon Serien. Tusind tak til alle vores frivillige forældre og klubmedlemmer som er med til at gøre det muligt at afholde et sikkert stævne for deltagerne.



TIDSPLAN

Den samlede tidsplan kan ses her. Tidsplanen for de enkelte race bliver uddybet yderligere længere nede i atletes guide. Vær obs på de gulmarkerede linjer hvor cykler kan tjekkes ind. Dette er **ikke** muligt på andre tidspunkte grundet aktivt race.

TIDSPUNKT	EVENT	LOKATION
08.00-09.50	Indregistrering Aarhus Bay Børnetriatlon og DM Draft Serie 16-17 år	Stævneplads/Skiftezone
08.00-11.50	Indregistrering for Motionstriatlon, DM Draft Serie 18-39 år og elite	Stævneplads/Skiftezone
08.30-09.50	Indtjekning af cykler	Skiftezone
08.30-09.00	Mulighed for gennemgang af cykelrute for alle	Skiftezone
09.00-09.15	Race-briefing børnetriatlon	Stævneplads
09.30-09.45	Racebriefing DM Draft Serie 14-17 år	Stævneplads
09.50	Skiftezone lukker for børnetriatlon og ungdom	Skiftezone
09.50	Børn 8-13 år samles ved start	Svømmestart
10.00	Start Aarhus Bay Børnetriatlon	Svømmestart
10.40-10.55	Cykles må fjernes fra skiftezone og indtjekning af cykler	Skiftezone
10.50	Ungdom 14-15 år samles ved start	Svømmestart
11.00	Start DM Draft Serie Ungdom 14-15 år	Svømmestart
11.40-11.55	Cykles må fjernes fra skiftezone og indtjekning af cykler	Skiftezone
11.15-11.30	Racebriefing Aarhus Bay Motionstriatlon	Stævneplads
11.50	Ungdom 16-17 år samles ved start	Svømmestart
12.00	Start DM Draft Serie Ungdom 16-17 år	Svømmestart
12.30-12.45	Racebriefing elite	Stævneplads
12.40-12.55	Cykles må fjernes fra skiftezone og indtjekning af cykler	Skiftezone
12.50	Deltagere 18+, samles ved start	Svømmestart
13.00	Start Aarhus Motionstriatlon og DM Draft Serie 18-39 år	Svømmestart

13.40-13.55	Cykles må fjernes fra skiftezone	Skiftezone
13.50	Elite deltagere samles ved start	Svømmestart
14.00	Elite Draft Sprint (dame og herre fællesstart)	Svømmestart
	Sidste cykler må fjernes efter sidste elite atlet er i T2	Skiftezone
15.30-16.00	Præmieoverrækkelse for alle race undtaget børnetriathlon	Stævneplads

TIDSPLAN BØRNETRIATHLON

08.00-09.00	Indregistrering på stævneplads
08.30-09.50	Indtjekning af cykler i skiftezone
08.30-09.00	Mulighed for gennemgang af cykelrute med guide/træner
09.00-09.10	Racebriefing på stævneplads
09.50	Skiftezone lukker
09.50	Samles ved svømmestart
10.00	Start
10.40-10.55	Cykler må fjernes fra skiftezone
11.40-11.55	Cykler må fjernes fra skiftezone
12.40-12.55	Cykler må fjernes fra skiftezone
13.40-13.55	Cykler må fjernes fra skiftezone

TIDSPLAN DM DRAFT SERIE 14-15 ÅR

08.00-09.50	Indregistrering på stævneplads
08.30-09.50	Indtjekning af cykler i skiftezone
08.30-09.00	Mulighed for gennemgang af cykelrute med guide/træner
09.30-09.50	Racebriefing på stævneplads
09.50	Skiftezone lukker
10.50	Samles ved svømmestart
11.00	Start
11.40-11.55	Cykler må fjernes fra skiftezone
12.40-12.55	Cykler må fjernes fra skiftezone
13.40-13.55	Cykler må fjernes fra skiftezone
15.30-16.00	Præmieoverrækkelse Aarhus Bay Triathlon og samlet DM Draft Serie Ungdom



TIDSPLAN DM DRAFT SERIE 16-17 ÅR

08.00-09.50	Indregistrering på stævneplads
08.30-09.50	Indtjekning af cykler i skiftezone
08.30-09.00	Mulighed for gennemgang af cykelrute med guide/træner
09.30-09.50	Racebriefing på stævneplads
09.50	Skiftezone lukker
11.40-11.55	Indtjekning af cykler i skiftezone
11.50	Samles ved svømmestart
12.00	Start
12.40-12.55	Cykler må fjernes fra skiftezone
13.40-13.55	Cykler må fjernes fra skiftezone
15.30-16.00	Præmieoverrækkelse Aarhus Bay Triathlon og samlet DM Draft Serie Ungdom

TIDSPLAN FOR DM DRAFT TRIATLON SERIE 18-39 ÅR OG AARHUS MOTIONSTRIATLON

For voksendeltagerne er det muligt at registrere sig på flere forskellige tidspunkter og tjekke cykler ind. Vær opmærksom på de specifikke tidspunkter. Det vil ikke være muligt at komme ind i skiftezone på andre tidspunkter.

08.30-09.00	Mulighed for tidlig gennemgang af cykelrute med guide/træner
08.00-11.50	Indregistrering på stævneplads
08.30-09.50	Mulighed for tidlig indtjekning af cykler i skiftezone
10.40-10.55	Mulighed for tidlig indtjekning af cykler i skiftezone
11.15-11.30	Racebriefing på stævneplads
11.40-11.55	Sidste mulighed for indtjekning af cykler i skiftezone
12.50	Samles ved svømmestart
13.00	Start
13.40-13.55	Cykler må fjernes fra skiftezone Resten af cyklerne må fjernes når sidste eliteatlet er kommet i mål.
15.30-16.00	Præmieoverrækkelse Aarhus Bay Triathlon og samlet DM Draft Serie

OBS: I DM Draft Triatlon Serien og Aarhus Motionstriatlon er det ikke tilladt at deltage med enkeltstarts- eller triatloncykel.

TIDSPLAN FOR ELITE DRAFT SPRINT

For eliteatleterne er det muligt at registrere sig på flere forskellige tidspunkter og at tjekke cykler ind. Vær opmærksom på de specifikke tidspunkter. Det vil ikke være muligt at komme ind i skiftezone på andre tidspunkter.

08.30-09.00	Mulighed for gennemgang af cykelrute med guide/træner
08.00-11.50	Mulighed for indregistrering på stævneplads
08.30-09.50	Mulighed for indtjekning af cykler i skiftezone
10.40-10.55	Mulighed for tidlig indtjekning af cykler i skiftezone
12.30-12.45	Racebriefing på stævneplads
11.40-11.55	Indtjekning af cykler i skiftezone
12.40-12.55	Sidste mulighed for indtjekning af cykler i skiftezone
13.50	Samles ved svømmestart
14.00	Start
	Cykler må fjernes efter sidste eliteatlet er kommet ind i T2.
15.30-16.00	Præmieoverrækkelse



GENERAL INFORMATION

STÆVNEOMRÅDE

Stævnepladsen er placeret på Tangkrogen i Aarhus C langs havnefronten ved Strandvejen.

Adresse: Marselisborg Havnevej 2, 8000 Aarhus C.

PARKERING

Der er mulighed for at parkere direkte ved siden af stævnepladsen. Der er parkeringsbåse langs Marselisborg Havnevej og der er mulighed for at holde på Tangkrogen Parkeringsplads.

Lokation: <https://goo.gl/maps/iZdvCizMQBxQsDWD8>

RACE-PACKAGE & REGISTRERING

Udlevering af race-package vil foregå på stævnepladsen. Det vil være muligt at registrere sig og afhente sin race-package på forskellige tidpunkter i løbet af dagen, lørdag den 9. september 2023. Se tidsplanen for detaljer.

I din race-package vil du modtage dit startnummer og klistermærker til cyklen. Du får udleveret din race-package ved at oplyse dit navn og det race som du er tilmeldt. Atleterne får skrevet startnumre på overarm og underben og behøver ikke at bære startnummer under racet. Det er vigtigt at startnummeret gemmes, da det skal bruges til at få adgang til skiftezone og få udleveret sin cykel.

STÆVNELEDELSE OG INFO-POINT

Stævneledelsen kan findes i samme telt, som du afhenter dit startnummer. Vi vil rigtig gerne hjælpe dig med dine spørgsmål.

SIKKERHED

Der vil ikke være nogen ekstra tiltag i form af sikkerhedspersonale omkring skiftezone. Atleter hæfter selv for deres cykler. Skiftezone er afgrænset vha. hegn og cykler må kun fjernes fra skiftezone, hvis der fremvises startnummer. Der vil være en enkelt frivillig til stede som holder øje med skiftezone, hele dagen. Cykler kan kun afhentes i de angivne tidsrum i tidsplanen. Der er kun adgang for atleter, ungdomstrænere med akkreditering og forældre til deltagere i børnetriathlon.

FØRSTEHJÆLP

Der vil være mulighed for førstehjælp i stævneområdet af medicinsk personale i løbet af dagen.

Samaritter: Shiva Leisner (M: +45 51184224)

Nærmeste hospital: Aarhus Universitetshospital

Nødnummer: Lægevagten (7011 3131) eller ved alvorlig tilskadekomst (112).

KONKURRENCEREGLER

Stævnet følger Triatlon Danmarks konkurrenceregler. Disse kan findes via følgende link: https://www.competition.com/wp-content/uploads/2023/05/Konkurrenceregler_for_Triatlon-Danmark_2023_12_05.pdf

RACE – BRIEFING

- Race-briefing for Aarhus Børne Triathlon fra kl. 09.00-09.15 på stævnepladsen.
- Race-briefing for DM Draft Serien 14-17 år fra kl. 09.30-09.45 på stævnepladsen.
- Race-briefing for DM Draft Serien 18-39 år og motionstriathlon fra kl. 11.15-11.30 på Stævnepladsen.
- Race-briefing for DM Draft Sprint Elite fra kl. 12.30-12.40 på stævnepladsen.

TIMING CHIPS

Ved check-in får alle atleter udleveret en timing chip. Denne skal bæres på anklen og afleveres direkte i mål. Atleten hæfter selv for sin chip og der opkræves et gebyr ved manglende aflevering.

RESULTATER OG LIVE TRACKER

Resultater vil blive uploadet på <https://my.raceresult.com/>. Der vil være mellemtider inden T1, efter T1, inden T2, efter T2 og efter hver omgang på løb, samt i mål.

AKKREDITERING

Alle danske ungdomstrænere har/vil modtage et skilt i løbet af sæsonen, som giver adgang til skiftezone. Uden disse skilte er det ikke muligt at få adgang til skiftezone.

Alle atleter får et startnummer, og dette skal afleveres, når atleten vil have sin cykel med ud af skiftezone igen. Der bliver holdt øje med skiftezone indtil kl. 15.30. Der er ikke adgang for forældre undtagen når atleter til børnetriathlon laver check-in.

FORPLEJNING

Der vil være mulighed for at købe mad- og dessertpandekager, is kage og kaffe.

RUTER

Fra kl. 08.30–09.00 er der tilbud om at kunne cykle cykelruten. En omgang sammen med en ungdomstræner, og mulighed for en ekstra runde alene. Dette anbefales til alle atleter, da cykelruten er en krævende og teknisk rute. Der må ikke cykles på ruten udenfor det angivne tidsrum.

SVØMME- OG LØBERUTE

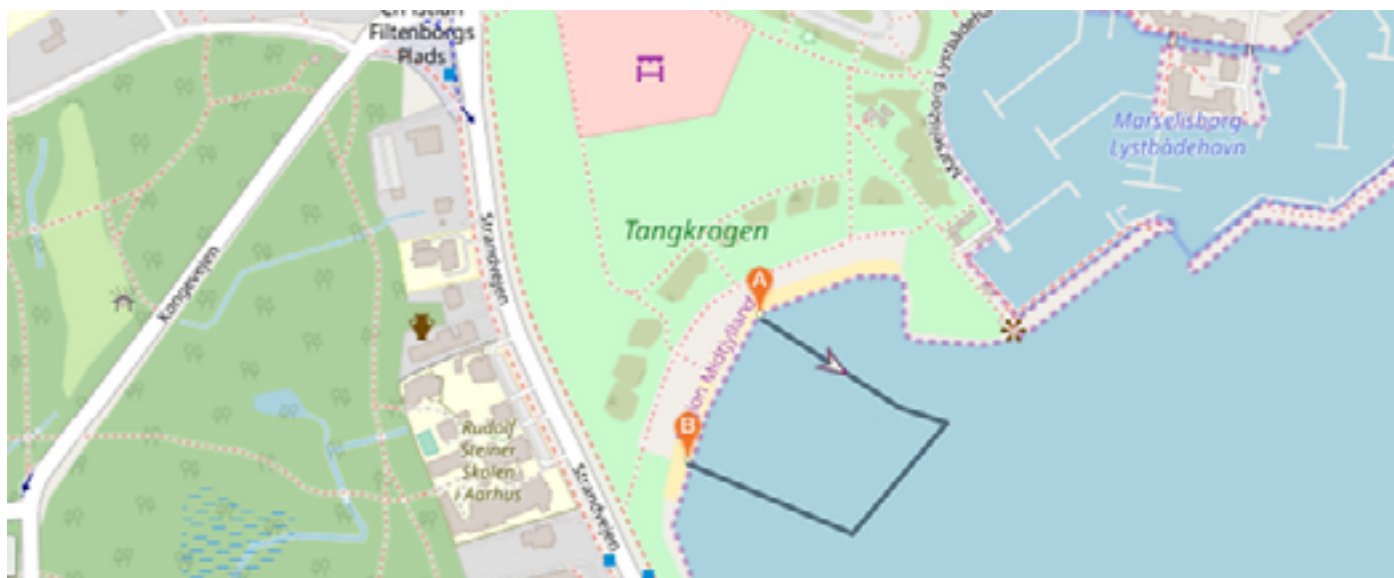
Deltagerne i Aarhus Børne Triatlon svømmer en rundstrækning på 200m.

Der vil være strandstart og atleterne skal forberede sig på at vandet er meget fladt de første meter af svømme ruten.

I DM Draft Serien og Aarhus Motionstriatlon svømmes der på en rundstrækning på 375m. Der er er 175m ud til første bøje. Der vil være strandstart og atleterne skal forberede sig på at vandet er meget fladt de første meter af svømme ruten.

Elite Draft Sprint svømmer på samme rundstrækning, men svømmer to runder, samlet 750. Der vil være Australian-exit, hvor atleterne skal løbe hen over stranden halvvejs.

Der vil være strandstart og atleterne skal forberede sig på, at vandet er meget fladt de første meter af svømmeruten.



Figur 1: Svømmerute på 200m eller 400m

Skiftezone kommer til at være placeret lige ved siden af cykelstarten på græsarealet. Der skal løbes cirka 300m fra svømme ruten til skiftezone.

Løberuten foregår på en ude-hjem rute på Tangkrogen. Der løbes på fast grus. En omgang er 1,25 km. Løberuten er tydelig markeret med kegler og frivillige på ruten.

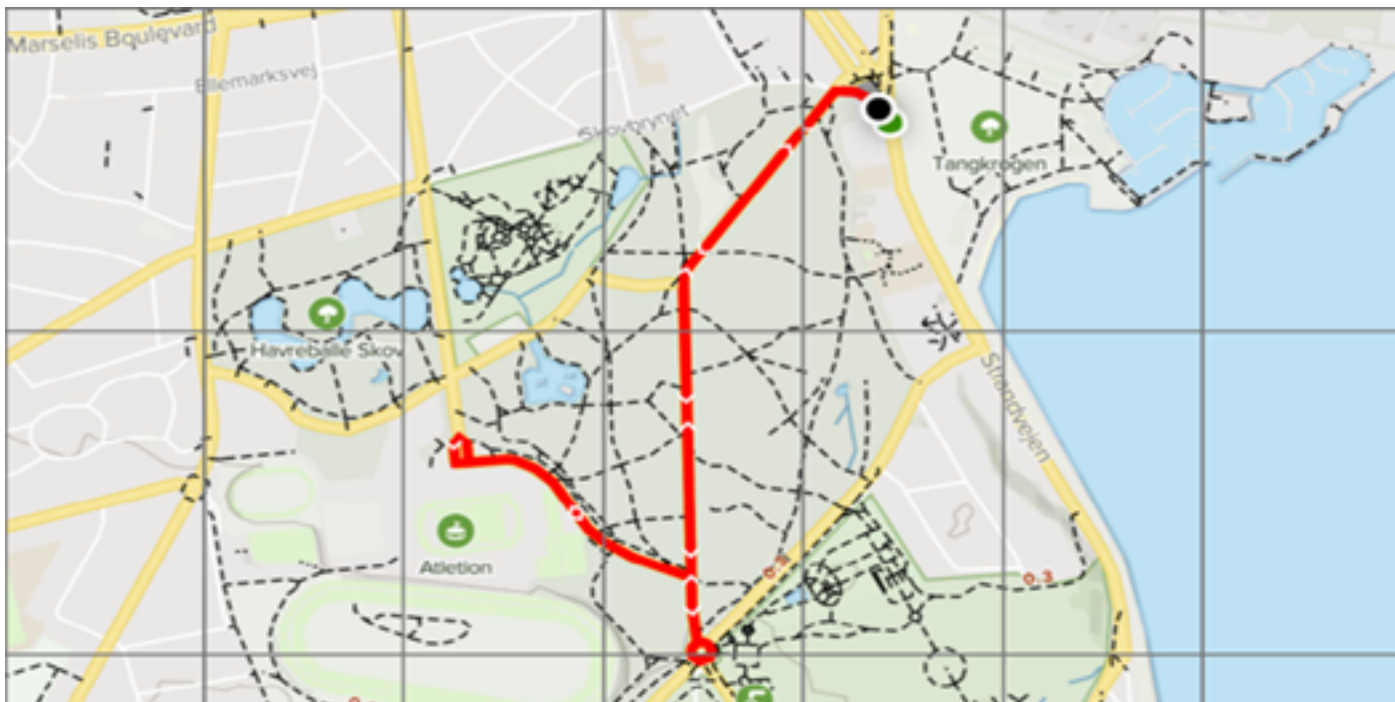
Deltagerne i Aarhus Børne Triatlon løber en enkelt omgang = 1,25 km.
Deltagerne i DM Draft Serien og Aarhus Motionstriatlon løber to omgange = 2,5 km.
Deltagerne i eliteracet løber fire omgange = 5 km.



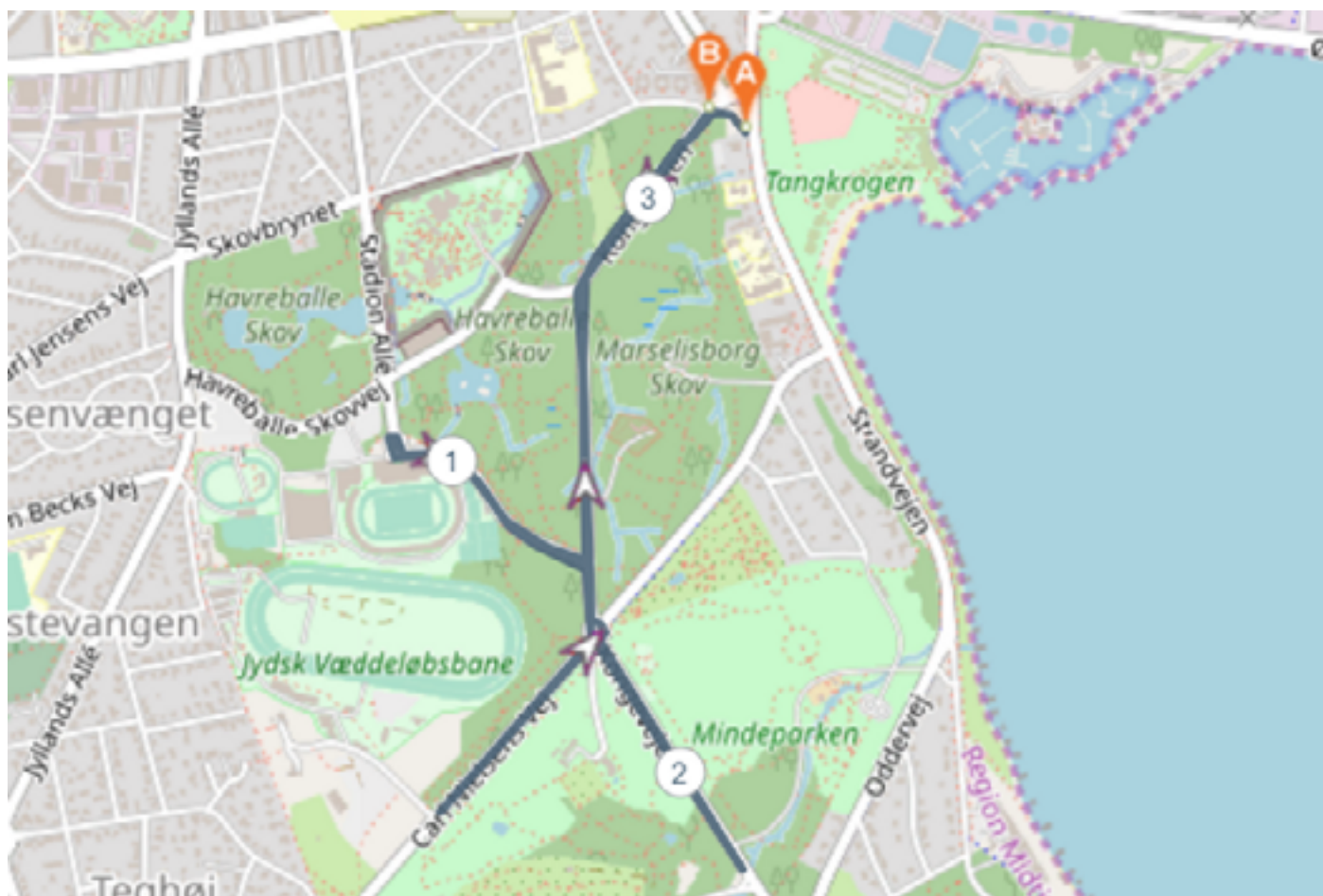
Løberute for elite, DM Draft, motionstriatlon og børnetriatlon.

CYKELRUTER

Deltagerne i **Aarhus Børne Triatlon** cykler en omgang på 3 km. Cykelruten er klar og tydelig markeret og der står hjælpere som viser vej. Ruten er primært flad og enkel at forstå.



Cykelrute for børnetriatlon



Cykelrute for elite, DM Draft og motionstriatlon

TAK TIL VORES SPONSORER OG SAMARBEJDSPARTNERE



LØBEREN

**TRANSITION
ZONE**



Vi ses i Aarhus!



Vi både glæder os og ser frem til at byde nybegyndere i sporten og mere erfarne atleter velkommen i Aarhus den 9. september.

Dagen vil være fyldt med spænding, fællesskab og sportslig udfoldelse. Vi vil gøre vores yderste for at skabe de mest optimale rammer for alle og vi er overbeviste om, at det bliver en fantastisk dag i triatlonens tegn.

