



Politie

**Lokale Politie
Politiezone Bredene/De Haan 5450**

Centrumplein 2
8450 Bredene
Tel. 059 33 33 16
Fax 059 56 45 15

Strandtriathlon De Haan

zaterdag 11 september 2010

Het betreft een evenement georganiseerd door de sportdienst van De Haan, waarbinnen een afzonderlijk klassement wordt voorzien voor politiediensten.

Info wedstrijd:

Plaats: start en aankomst op de "Rotonde" te Wenduine

Secretariaat: Wielingencentrum Graaf Jansdijk 18 te 8420 De Haan (Wenduine) - open vanaf 08,30 uur

Start wedstrijd 10.30 uur

Een spectaculaire en niet te onderschatten triathlon langsheen het strand van De Haan. Een echte uitdaging wordt het o.a. :

- **1000 meter "zee zwemmen":** - het zwemmen in zee gebeurt in waves (max 50 deelnemers per wave)
er wordt gestart vanuit een startbox op het strand (iets voorbij het einde Zeedijk-Wenduine richting Blankenberge). Na het startschot loopt men in zee en zwemt men naar de eerste reddingsboot. Vervolgens zwemt men 800 meter stroom meewaarts en evenwijdig met de waterlijn richting Rotonde. Aan de laatste reddingsboot zwemt men strandwaarts tot aan de aankomstvlag. Einde zwemproef.

Vervolg: men loopt naar de Rotonde (wisselzone zwemmen - fietsen)

- **26 km strandfietsen** (mountainbiken):
vanaf de Rotonde fietst men (buiten wisselzone) naar het strand om drie ronden langsheen het strand (laag water) te fietsen vanaf de Rotonde (westzijde strand Wenduine) richting Oostende tot De Haan.

Vervolg: na de fietsproef fietst men terug naar de Rotonde (wisselzone fietsen - lopen)

- **8 km strandloop:**
van de Rotonde loopt men terug naar het strand om twee ronden te lopen vanaf de Rotonde (oostzijde) richting Blankenberge tot Harendijcke – opgelet : in dit gedeelte liggen er een elftal golfbrekers.

Na de twee ronden, loopt men naar de Rotonde, alwaar de aankomst is gelegen.

Het belooft een harde wedstrijd te worden in een prachtig kader waar de natuurelementen de voornaamste tegenstander zal worden, golven, stroming, wind, zuigend zand, golfbrekers, etc ...

Het is een open wedstrijd voor zowel licentiehouders als recreatieve deelnemers (heren en dames) vanaf de leeftijd van 16 jaar.

Om andere atleten ook eens te laten proeven van het triatlonegebeuren, wordt de wedstrijd onderverdeeld in:

- Individuele strandtriathlon (de drie disciplines worden door één atleet afgelegd)
- Trio- strandtriathlon (drie deelnemers in een team welke elk één discipline voor hun rekening nemen)

N.B.:

Leden welke individueel deelnemen, zullen niet kunnen deelnemen aan één van de proeven bij de trios. Alle reeksen volgen elkaar op.

Indien er vrienden of familieleden (geen politiepersoneel) zijn, welke ook wensen deel te nemen, kunnen inschrijven (buiten klassement politiediensten) via de sportdienst van De Haan zie www.sportdienstdehaan.be

Inschrijving:

De inschrijvingen voor politiediensten kan gebeuren “**online inschrijving**” via de website van de politiezone Bredene / De Haan www.politiebredenedehaan.be/strandtriathlon

Uiterste inschrijvingsdatum: **donderdag 02 september 2010**

door het storten van:

individueel:

lid B.P.S.B. **15 euro**

geen lid B.P.S.B.: **20 euro**

Trios:

10 euro per persoon

op rekening nr. **979-4244605-84**

Afzonderlijk klassement politiediensten:

Op onze aanvraag wordt nog een afzonderlijk klassement opgemaakt voor Politiediensten, Tot nader bericht blijft het klassement identiek als deze van vorig jaar, nl.

Individueel:

Dames:

Heren:

Trios:

Eén klassement

Voor meer inlichtingen:

Patrick Ossieur

PZ Bredene / De Haan

patrick.ossieur@politiebredenedehaan.be

Inschrijving online via www.politiebredenedehaan.be/strandtriathlon

ofwel via bijgevoegd inschrijvingsformulier(en)

te faxen : 059/56.45.15

of op te sturen : Politiecommissariaat Bredene

t.a.v. Ossieur Patrick

Centrumplein 2 te 8450 Bredene

Commissaris

Patrick Ossieur

PROEF ZEEZWEMMEN 1.000 m

naam:

voornaam:

geboortedatum:

geslacht:

10 euro inschrijvingsgeld

**VERKLARING LICHAAMELIJKE GESCHIKTHEID OM DEEL TE NEMEN
AAN STRANDTRIATLON De Haan.**

(voorleggen van enig medisch attest, welke bevestigt dat je geschikt bent bevonden voor deelname aan)

Of hiernavolgende strook laten invullen door een geneesheer:

Ondergetekende verklaart hierbij dat voornoemde persoon onderzocht werd en dat hij/zij geschikt is om deel te nemen aan STRANDTRIATLON DE HAAN 2010

(*1000 m zeezwemmen,*)

op zaterdag 11 september 2010 te De Haan.

handtekening, datum en stempel

van de geneesheer.

Deze verklaring moet meegestuurd worden met de inschrijving.

PROEF MOUNTAINBIKEN 26 km

naam:

voornaam:

geboortedatum:

geslacht:

10 euro inschrijvingsgeld

VERKLARING LICHAAMELIJKE GESCHIKTHEID OM DEEL TE NEMEN AAN STRANDTRIATLON De Haan.

(voorleggen van enig medisch attest, welke bevestigt dat je geschikt bent bevonden voor deelname aan)

Of hiernavolgende strook laten invullen door een geneesheer:

Ondergetekende verklaart hierbij dat voornoemde persoon onderzocht werd en dat hij/zij geschikt is om deel te nemen aan STRANDTRIATLON DE HAAN 2010

(*26 km mountainbiken*)

op zaterdag 11 september 2010 te De Haan.

handtekening, datum en stempel

van de geneesheer.

Deze verklaring moet meegestuurd worden met de inschrijving.

PROEF STRANDLOPEN 8 km

naam:

voornaam:

geboortedatum:

geslacht:

10 euro inschrijvingsgeld

**VERKLARING LICHAMELIJKE GESCHIKTHEID OM DEEL TE NEMEN
AAN STRANDTRIATLON De Haan.**

(voorleggen van enig medisch attest, welke bevestigt dat je geschikt bent bevonden voor deelname aan)

Of hiernavolgende strook laten invullen door een geneesheer:

Ondergetekende verklaart hierbij dat voornoemde persoon onderzocht werd en dat hij/zij geschikt is om deel te nemen aan STRANDTRIATLON DE HAAN 2010

(8 km lopen)

op zaterdag 11 september 2010 te De Haan.

handtekening, datum en stempel

van de geneesheer.

Deze verklaring moet meegestuurd worden met de inschrijving.