



Deelname Reglement

Afstanden

De wedstrijd bestaat uit ruim 5,4 km hardlopen (2 ronden van 2,7 km), circa 25 km mountainbiken en tenslotte weer 2,7 km hardlopen (1 ronde). Zowel het hardloopparcours als het fietsparcours is deels verhard / onverhard. Door weersomstandigheden kan het fietsparcours flink glad en modderig zijn. Ook dient er rekening te worden gehouden met een veelheid aan (onverwachte) obstakels zoals bomen, barrières, waterpassages, boomstronken, bulten en kuilen etc.

Solo en Duo

Deelname is mogelijk als Individueel atleet of als Duo team. Bij een Duo team neemt één deelnemer het lopen en de ander het fietsen voor zijn rekening. Een Duo team mag uit elke man/vrouw combinatie bestaan.

Afstanden

Er vinden 2 wedstrijden plaats:

Korte afstand: alleen voor jeugd van 12t/m 16 jaar.

Lange afstand: Deelnemers moeten 16 jaar of ouder zijn. Peildatum is de leeftijd op 1 november van het evenementjaar. Dit geldt ook voor teams. Beide deelnemers moeten 16 jaar of ouder zijn.

De deelnemers moeten de leeftijd met een geldig identificatiebewijs kunnen aantonen op de dag van het evenement. De organisatie heeft het recht om deelname te ontfeggen indien de leeftijd niet kan worden aangetoond.

Wedstrijdcategorieën

De wedstrijd is een recreatieve wedstrijd. Er wordt een klassement opgemaakt in de volgende categorieën:

Korte afstand start 11.15

Jeugd: 12 t/m 16 jaar meisjes

Jeugd: 12t/m 16 jaar jongens

Lange afstand: start 11.00 uur

Individueel heren, alle leeftijden

Individueel dames, alle leeftijden

Teams, alle samenstellingen

Bedrijventeams

Gestreefd wordt om binnen een uur na de eerste finishers een ceremonie protocollair te houden voor de eerste 3 finishers per categorie.

Het klassement wordt vastgesteld door de wedstrijdleader op basis van de geregistreeerde chip-tijd, rekening houdend met eventuele tijdsstraffen en kwalificaties. Over de uitslag kan niet worden gecorrespondeerd.

Gezondheid

U bent zelf verantwoordelijk voor uw conditie en uw gezondheid en de gevolgen daarvan bij deelname. Wij raden elke deelnemer aan de website sportzorg.nl te bekijken of een sportkeuring wordt geadviseerd of niet.

Tijdslijm

De tijdslijm voor alle categorieën is 2,5 uur. Voor de korte afstand (jeugd) geldt een tijdslijm van 1,5 uur.



Wedstrijdfiets

Het fietsonderdeel wordt afgelegd op een MTB/ATB (26", 27,5" of 29" inch)/de bandbreedte dient minimaal 1.90 te zijn voor alle bandenmaten. Het dragen van een goedgekeurde helm is verplicht. Cyclo, cross hybrides en fietsen met hulpmotoren zijn van deelname uitgesloten. De fiets dient in een goede technische staat verkeren. De fiets wordt op enkele punten gecontroleerd bij de ingang van het Parc-Fermé. Indien de fiets naar oordeel van de controleurs niet voldoet, kan de deelnemer niet meedoen. Er vindt dan geen restitutie plaats van het deelnemersgeld. Bij de ingang wordt ook de helm gecontroleerd, de deelnemer dient deze op te hebben bij de controle. De fiets dient te worden voorzien van een sticker met daarop het startnummer. Tijdens de wedstrijd mag niet van fiets gewisseld worden en mag de helm niet worden afgezet. Tijdens de wedstrijd mag er geen hulp worden aangenomen.

Parc-Fermé

In het Parc-Fermé worden uitsluitend deelnemers en officials toegelaten. Toegang tot het Parc-Fermé is slechts mogelijk binnen bepaalde tijdvakken en op vertoon van het startnummer. Gelieve voorzichtig te zijn tijdens het plaatsen en ophalen van de fietsen aangezien er de hele dag wedstrijden aan de gang zijn. Na afloop van de wedstrijd wordt het Parc-Fermé afgesloten gehouden. Om de andere deelnemers niet te hinderen kunnen de wedstrijdfietsen pas uit het Parc-Fermé worden meegenomen nadat de laatste deelnemer het fietsparcours heeft verlaten.

NB: Je krijgt jouw fiets alleen terug op vertoon van het startnummer en het inleveren van de gehuurde chip!

LET OP: Dit is ter bescherming van jouw eigendommen, zorg ervoor dat je genoemde zaken bij je hebt!

Parc-Fermé in een notendop:

- De fiets dient geplaatst te worden aan de fietsenrekken, deze zijn genummerd op startnummer
- Na afloop dient de fiets te worden opgehaald bij het parc fermé.
- De deelnemers dienen hun fiets op te halen vóór 15.00 uur.
- Het Parc-Fermé wordt vanaf 15.00 uur afgebroken en niet meer bewaakt.
- De deelnemer is zelf verantwoordelijk voor diefstal beveiliging van zijn fiets.

Inschrijven en inschrijfbureau

Het inschrijfbureau is op de wedstrijddag geopend vanaf 8.30 uur.

Locatie van het inschrijfbureau is op:

Atletiek Vereniging Haaksbergen
Clubgebouw 'n Diek en atletiekbaan:
Scholtenhagenweg 39
Haaksbergen

Na-inschrijving mogelijk op de dag zelf tot uiterlijk 45 minuten voor aanvang van uw wedstrijd indien het maximum aantal deelnemers van 200 nog niet is bereikt. Eventuele annulering van de voorinschrijving is kosteloos tot 2 weken voorafgaand aan de wedstrijd, hierna zal het volledige inschrijfgeld geïncasseerd worden.

U bent verplicht gebruik te maken van de huurchip. Indien de chip niet wordt teruggegeven aan de organisatie wordt € 30,00 in rekening gebracht. U krijgt een envelop met een startnummer, huurchip en fietssticker.



Deelnamegeld.

- a. Individu - € 15.00
- b. Teams (duo's) - € 20.00
- c. Jeugd - € 2,50
- d. Bedrijventeams
- d. na-inschrijving € 5,00 extra

Prijzen zijn exclusief borg en huur van een chip.

Wedstrijdsecretariaat

Voor inlichtingen kunt u mailen naar runbikerunhaaksbergen@gmail.com

Wijziging inschrijving

Wijzigingen in de inschrijving (zoals naam, adres, chipnummer, onderdeel) kunt u t/m 15 november doorgeven via runbikerunhaaksbergen@gmail.com

Eigen risico en verantwoording

Iedere deelnemer doet mee aan de Run-Bike-Run Haaksbergen op eigen risico en verantwoording. De organisatie aanvaardt ten opzichte van de deelnemers geen enkele aansprakelijkheid, van welke aard dan ook.

Omkleden, massage en douches

Op het evenemententerrein zijn geen douches aanwezig, kleedkamers slechts in beperkte mate.

Medische begeleiding

Bij de start en finish is EHBO aanwezig in de vorm van het Rode Kruis.

Verzorging

Op het loopparcours is een verzorgingspost met water en sportdrank van het merk Sponsor. Na de finish is water, sportdrank en fruit verkrijgbaar.

Parcours

Het loop- en fietsparcours vindt plaats op de openbare weg en is NIET verkeersvrij. De deelnemers moeten zich derhalve aan de geldende verkeersregels en normen houden. Het parcours voor zowel lopen als ATB is voorzien van richtingsborden. De aanwijzingen van de verkeersregelaars dienen opgevolgd te worden. Er zijn enkele wegversmallingen en verkeersdrempels op het parcours let hier extra op!

Het ATB-parcours betreft onverharde wegen en paden en bevat veel off-road onderdelen en soms single-tracks. Blijf op de gebaande paden en breng geen schade toe aan de natuur. Laat geen afval achter en ga respectvol om met vrijwilligers, mede-deelnemers en andere parcoursgebruikers. U heeft geen voorrang op de route.

Wisselprocedure voor duo's

De wissel tussen lopen en fietsen vindt plaats in het parc fermé. Voor teams geldt dat de fietser vlak buiten het parc ferme op de looper staat te wachten. Er wordt gewisseld d.m.v. het overdragen van de chip. De fietser haalt zijn fiets op en verlaat lopend het Parc Fermé aan de andere zijde. Buiten het Parc Fermé mag pas worden opgestapt. Het is verplicht om een helm te dragen tijdens het fietsen(ook in het Parc Fermé!). Na het fietsen stapt de fietser buiten het Parc Fermé af en loopt het Parc Fermé in. Hij zet zijn fiets weg en loopt naar de wisselplaats buiten het Parc Fermé. De fietser draagt de chip over aan de looper in de aangegeven wisselzone.



Let op dat de chip aan de enkel wordt bevestigd!

Algemeen gedrag

Aan de Run Bike Run Haaksbergen nemen atleten deel op verschillende niveaus. Ook begeven zij zich op een parcours op de openbare weg en in de natuur waar ook andere verkeersdeelnemers, mensen en dieren zich ophouden.

Deelnemers moeten:

- Zich houden aan de uitgezette route om schade aan de natuur te voorkomen!
- Geen afval achterlaten;
- Zich te allen tijde sportief opstellen naar andere deelnemers, organisatie en toeschouwers;
- Hun eigen veiligheid in acht nemen. Iedere deelnemers is verantwoordelijk voor zijn eigen veiligheid en de veiligheid van anderen;
- Het wedstrijdreglement, verkrijgbaar bij het secretariaat, kennen en begrijpen;
- Zich aan de verkeersregels en instructies van officials en vrijwilligers houden;
- Andere deelnemers, officials, vrijwilligers, toeschouwers, verkeersdeelnemers en passanten beleefd en met respect behandelen;
- Geen gebruik maken van grove of beledigende taal naar wie dan ook;
- Niet schreeuwen naar elkaar of naar andere verkeersdeelnemers;
- De wedstrijd- en gedragsregels naleven. Bij bewuste overtreding van de regels, geconstateerd door, of gemeld aan een wedstrijdofficial, kan worden besloten om de atleet niet te laten starten, uit de wedstrijd te halen of te diskwalificeren;
- Bij terugtrekking uit de wedstrijd dient een deelnemer de wedstrijdleiding hiervan op de hoogte te stellen bij start/finish;
- Het dragen van oordopjes (t.b.v. mp3 spelers) is niet toegestaan.

Loopregels

- Deelnemers dienen het startnummer op de borst te dragen.
- Deelnemers mogen niet met een ontbloot bovenlijf lopen.
- Deelnemers mogen geen headset of glaswerk bij zich dragen.
- Deelnemers moeten zich aan het aangegeven parcours houden.
- Om de wedstrijd veilig te laten verlopen is er een tijdslimiet ingesteld. Voor individuele deelnemers geldt dat er na 2 uur niet meer mag worden begonnen aan de tweede Run, voor teams is deze tijdslimiet gesteld op 1 uur en 45 minuten.

Fietsregels

- Deelnemers moeten met gepaste snelheid fietsen. De route is niet verkeersvrij en is voornamelijk off-road. Dit betekent dat er op het hele parcours potentieel gevaarlijke situaties zijn te verwachten zonder dat dit aangegeven wordt door de organisatie!
- Deelnemers dienen het startnummer op de rug te dragen.
- Het dragen van een helm met gesloten kinband is tijdens de race verplicht. Dus ook in het parc fermee.
- Op smalle wegen is fietsen aan één zijde van de weg verplicht. Hierdoor is inhalen voor snellere deelnemers mogelijk.
- Bij een waarschuwing moet de deelnemer zich melden bij de official en begeven naar een veilige plek. De official geeft vervolgens aan wanneer de deelnemer de wedstrijd weer mag voortzetten.
- Deelnemers mogen niet met ontbloot bovenlijf fietsen.
- In de wisselzone mag niet worden gefietst.
- In de wisselzone mogen geen deelnemers worden belemmerd in hun voortgang.

**Eigen Risico,**

Deelnemers doen volledig op eigen risico mee, en kunnen de organisatie of organisatiemedewerkers op geen enkele wijze aansprakelijk stellen voor schade in welke vorm dan ook. Door het inschrijven aan het evenement aanvaard de deelnemer dit reglement en het volledige eigen risico.

Diskwalificatie

Iedere handeling welke in strijd is met het deelnamereglement kan diskwalificatie als gevolg hebben. Enkel de wedstrijdleiding heeft hier zeggenschap over. Er vindt geen restitutie plaats van het deelnemersgeld als gevolg van een diskwalificatie.

Overige

In situaties waarin niet wordt voorzien in dit reglement beslist het bestuur van de Stichting Duursport Haaksbergen.