

THE BELGIAN DOUBLE TRIATHLON

PARCOURS BESCHRIJVING MINI LANG TRIATHLON

SECTION #1	SWIM	SAS TILDONK			
	START	PONTON			
		DISTANCE	=>		0,125Km x 2 = ONE (1) LOOP
		DIRECTION	=>		KAMPENHOUT
		TOTAAL	=>		0,250Km = ONE (1) LOOP
	FINISH	PONTON			
NOTE	SAFETY	ONE (1) RIB ONE (1) DIVER NINETEEN (19) BUOYS ONE (1) KEERBOEI OP			P/FIFTY (=P/50m) 0,125Km
SECTION #2	FIETSEN	SAS TILDONK			
		DISTANCE	=>		2,650Km x 2 = ONE (1) LOOP
	START	PONTON	=>	TUNNEL =>	F8 BICYCLE PATH
		DIRECTION	=>		WIJGMAAL BRIDGE
		TOTAAL	=>		10,600Km = TWO (2) LOOPS
	FINISH	BRUG TILDONK	=>	TUNNEL =>	FIETSREKKEN
SECTION #3	RUNNING	“SAS”	=>	DIRECTION	KAMPENHOUT
		DISTANCE	=>		2,650Km x 2 = ONE (1) LOOP
	START	BIKE RACKS	=>	SAS	GRAVEL PARCOURS
		DIRECTION	=>		KAMPENHOUT
		TOTAAL	=>		2,650Km = ONE (1) LOOP
	FINISH	SAS TILDONK			
		START	=>		SPORT CENTRUM “DEN DIJK”

IMPORTANT NOTE FOR DETAILED TRACK INFORMATION: SEE VIDEO

MINI LONG				
	Number	Section (Km)	Total	Cumulative
LOPEN				
transit	1	0	0	0
loops	2	1,25	2,5	2,5
FIETSEN				
transit ponton tot F8	1	0,19	0,19	0,19
bike loops	1	9,98	9,98	10,17
transit F8 tot bike station	1	0,19	0,19	10,36

THE BELGIAN DOUBLE TRIATHLON

DESCRIPTIF DU PARCOURS MINI LONG TRIATHLON

SECTION #1	NATATION	SAS TILDONK				
	DEPART	PONTON				
		DISTANCE	=>	0,125Km x 2	= UNE (1) BOUCLE	
		DIRECTION	=>	KAMPENHOUT		
		TOTAL	=>	0,250Km	= UNE (1) BOUCLE	
		ARRIVEE	PONTON	=>	PORTES-VELOS	
NOTE	SECURITE	UN (1) RIB/ZODIAC UN (1) PLONGEUR DIX-NEUF (19) BOUEES UNE (1) BOUEE DE VIRAGE		P/CINQUANTE METRES (=P/50m) 0,900Km		
SECTION #2	CYCLISME	SAS TILDONK				
		DISTANCE	=>	2,650Km x 2	= UNE (1) BOUCLE	
	DEPART	PONTON	=>	TUNNEL =>	F8 PISTE CYCLABLE SECURISE	
		DIRECTION	=>	WIJGMAAL (PONT)		
		TOTAL	=>	10,600Km	= DEUX (2) BOUCLES	
		ARRIVEE	BRUG TILDONK	=>	TUNNEL =>	PORTE-VELOS
SECTION #3	COURSE A PIED	“SAS”	=>	DIRECTION	KAMPENHOUT	
		DISTANCE	=>	2,650Km x 2	= UNE (1) BOUCLE	
	DEPART	PORTES-VELOS	=>	SAS	PARCOURS GRAVIER	
		DIRECTION	=>	KAMPENHOUT		
		TOTAL	=>	2,650Km	= UNE (1) BOUCLE	
		ARRIVEE	SAS TILDONK			
		DEPART	POUR	=>	CENTRE SPORTIF “DEN DIJK” (PISTE D’ATLETISME)	

NOTE IMPORTANTE: POUR LA VISUALISATION DES PARCOURS -> VOIR LES VIDEOS

MINI LONG				
COURSE-A-PIED	Nombre	Section (Km)	Total	Cumulatif
transit	1	0	0	0
boucles	2	1,25	2,5	2,5
CYCLISME	Nombre	Section (Km)	Total	Cumulatif
transit ponton -> F8	1	0,19	0,19	0,19
boucles	1	9,98	9,98	10,17
transit F8 -> Porte-vélos	1	0,19	0,19	10,36

THE BELGIAN DOUBLE TRIATHLON

PARCOURS BESCHRIJVING MINI LANG TRIATHLON

SECTION #1	ZWEMMEN	SAS TILDONK			
	START	PONTON			
		AFSTAND	=>		0,125Km x 2 = Eén (1) lus
		RICHTING	=>		KAMPENHOUT
		TOTAAL	=>		0,250Km = Eén (1) lus
	FINISH	PONTON			
NOTE	VEILIGHEID	EEN (1) RIB EEN (1) DUIKER NEGENTIEN (19) BOEIEN OM DE VIJFTIG (50m) METER EEN (1) KEERBOEI OP			0,125Km
SECTION #2	FIETSEN	SAS TILDONK			
		AFSTAND	=>		2,650Km x 2 = Eén (1) lus
	START	PONTON	=>	TUNNEL =>	F8 FIESTSNELWEG
		RICHTING	=>		WIJGMAAL
		TOTAAL	=>		10,600Km
	FINISH	BRUG TILDONK	=>	TUNNEL =>	FIETSREKKEN
SECTION #3	LOPEN	“SAS”	=>	RICHTING	KAMPENHOUT
		AFSTAND	=>		2,650Km x 2 = Eén (1) lus
	START	FIETSREK	=>	SAS	GRAVEL PARCOURS
		RICHTING	=>		KAMPENHOUT
		TOTAAL	=>		2,500Km
	FINISH	SAS TILDONK			
		VERTREK	=>		SPORT CENTRUM “DEN DIJK”

BELANGRIJKE NOTA: VOOR DETAILS ZIE VIDEO

MINI LONG				
	aantal	Sectie (Km)	totaal	cummulatief
LOPEN				
transit	1	0	0	0
loops	2	1,25	2,5	2,5
FIETSEN				
transit ponton tot F8	1	0,19	0,19	0,19
bike loops	1	9,98	9,98	10,17
transit F8 tot bike station	1	0,19	0,19	10,36