

# THE BELGIAN DOUBLE TRIATHLON

## PARCOURS BESCHRIJVING MINI KORT TRIATHLON

<b>SECTION #1</b>	SWIM	SAS TILDONK			
	START	PONTON			
		DIISTANCE	=>	0,050Km x 2	= ONE (1) LOOP
		DIRECTION	=>	KAMPENHOUT	
		TOTAL	=>	0,100Km	= ONE (1) LOOP
	FINISH	PONTON			
<b>NOTE</b>	SAFETY	ONE (1) RIB ONE (1) DIVER NINETEEN (19) BUOYS ONE (1) KEERBOEI OP		P/FIFTY (=P/50m) 0,125Km	
	<b>SECTION #2</b>	BIKING	SAS TILDONK		
			DIISTANCE	=>	4,725Km x 2 = ONE (1) LOOP
		START	PONTON	=>	F8 BICYCLE PATH
	DIISTANCE	=>	WIJGMAAL BRIDGE		
	TOTAL	=>	4,725Km		
			2 x 0,190mO	= ONE (1) LOOP	
FINISH	BRUG TILDONK				
<b>SECTION #3</b>	LOPEN	"SAS"	=>	DIRECTION	KAMPENHOUT
		DIISTANCE	=>	1,250Km x 2	= ONE (1) LOOP
	START	BIKE RACKS	=>	SAS	GRAVEL PARCOURS
		DIRECTION	=>		KAMPENHOUT
		TOTAL	=>	1,250Km	= ONE (1) LOOP
	FINISH	SAS TILDONK			
		START	=>	SPORT CENTRUM "DEN DIJK"	

**IMPORTANT NOTE FOR DETAILED TRACK INFORMATION: SEE VIDEO**

MINI SHORT				
	Number	Section (Km)	Total	Cumulative
LOPEN				
transit	1	0	0	0
loops	1	1,25	1,25	1,25
FIETSEN				
Transit ponton tot F8	1	0,19	0,19	0,19
Bike loops up to Cafe Maritime	1	4,72	4,72	4,91
Transit F8 up to bike station	1	0,19	0,19	5,1

# THE BELGIAN DOUBLE TRIATHLON

## DESCRIPTIF DU PARCOURS MINI COURT TRIATHLON

<b>SECTION #1</b>	NATATION	SAS TILDONK			
	DEPART	PONTON			
	DISTANCE	=>	0,050Km x 2	= ONE (1) LOOP	
	DIRECTION	=>	KAMPENHOUT		
	TOTAL	=>	0,100Km	= ONE (1) LOOP	
	ARRIVEE	PONTON			
<b>NOTE</b>	SECURITE	UN (1) RIB/ZODIAC UN (1) PLONGEUR DIX-NEUF (19) BOUEES UNE (1) BOUEE DE VIRAGE		P/CINQUANTE METRES (=P/50m) 0,900Km	
	<b>SECTION #2</b>	CYCLISME	SAS TILDONK		
		DISTANCE	=>	4,725Km x 2	= UNE (1) BOUCLE
		DEPART	PONTON => DIISTANCE => TOTAL =>	F8 PISTE CYCLABLE SECURISE WIJGMAAL (PONT) 4,725Km 2 x 0,190mO = UNE (1) BOUCLE	
ARRIVEE	BRUG TILDONK				
<b>SECTION #3</b>	COURSE-A-PIED	“SAS” =>	DIRECTION	KAMPENHOUT	
	DISTANCE	=>	1,250Km x 2	= UNE (1) BOUCLE	
	DEPART	PORTE-VELOS => DIRECTION =>	SAS	PARCOURS GRAVIER KAMPENHOUT	
	TOTAL	=>	1,250Km	= 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 SHORT				
COURSE-A-PIED	Nombre	Section (Km)	Total	Cumulatif
transit	1	0	0	0
boucles	1	1,25	1,25	1,25
CYCLISME	Nombre	Section (Km)	Total	Cumulatif
transit ponton -> F8	1	0,19	0,19	0,19
boucles jusqu'au Café Maritime	1	4,72	4,72	4,91
transit F8 -> porte-vélos	1	0,19	0,19	5,1

# THE BELGIAN DOUBLE TRIATHLON

## PARCOURS BESCHRIJVING MINI KORT TRIATHLON

<b>SECTION #1</b>	ZWEMMEN	SAS TILDONK			
	START	PONTON			
		AFSTAND	=>	0,050Km x 2	= Eén (1) lus
		RICHTING	=>	KAMPENHOUT	
		TOTAAL	=>	0,100Km	= 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 050m			
<b>SECTION #2</b>	FIETSEN	SAS TILDONK			
		AFSTAND	=>	4,735Km x 2 = Eén (1) lus	
	START	PONTON =>		F8 FIESTSNELWEG	
		RICHTING =>		WIJGMAAL BRUG	
		TOTAAL =>		ACHTENDERTIG (38) lussen	
	FINISH	BRUG TILDONK			
<b>SECTION #3</b>	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"	

MINI SHORT				
	aantal	Sectie (Km)	totaal	cummulatief
<b>LOPEN</b>				
transit	1	0	0	0
loops	1	1,25	1,25	1,25
<b>FIETSEN</b>				
transit ponton tot F8	1	0,19	0,19	0,19
bike loops tot cafe maritim	1	4,72	4,72	4,91
transit F8 tot bike station	1	0,19	0,19	5,1