

OPENLAKES BELGIUM

LES LACS DE L'EAU D'HEURE



ATLETENGIDS 2025

SAMENVATTING

- 4 - OPENLAKES 2026
- 5 - VOORWOORD
- 6 - ROYAN ATLANTIC
- 7 - ROUTEBESCHRIJVING
- 8 - UITSTAPJE NAAR DE MEREN VAN L'EAU D'HEURE
- 9 - PROGRAMMA
- 11 - AFHALEN VAN STARTNUMMERS
- 12 - VERHUUR VAN ZWEMPAKKEN
- 13 - 6D SPORTS NUTRITION / EXCLUSIEF AANBOD
- 14 - TRIAFIRST / VOOR BEDRIJVEN
- 15 - ATLETENPAKKET
- 16 - CUT-OFF
- 19 - WISSELZONE (CHECK-IN & CHECK-OUT)
- 21 - VERHUUR TRIFUNCTION TRILOOP
- 22 - WEDSTRIJDREGLEMENT
- 23 - VEILIGHEIDSINFORMATIE
- 24 - HIGH SECURITY STAAT VOOR ONS KLAAR
- 25 - LIVE TRACKING

SAMENVATTING

- 26 - BEVOORRADING
- 27 - CHECK-LIST
- 28 - GEHANDICAPTENSPOORT
- 30 - WEDSTRIJD MY FIRST TRIATHLON EXPERIENCE
- 34 - WEDSTRIJD HALF
- 39 - PERSONALISEER JE KLEDING MET SURPAS
- 40 - WEDSTRIJD PROMO
- 44 - WEDSTRIJD OLYMPISCH
- 48 - WEDSTRIJD TEENS
- 52 - WORD LID VAN HET OPENLAKES-TEAM
- 53 - MINI KIDS-WEDSTRIJD
- 57 - KIDS-WEDSTRIJD
- 61 - PRIJSUITREIKING
- 62 - EXPOSANTENDORP
- 63 - PRAKTISCHE INFORMATIE
- 65 - BEKIJK JE FOTO'S OP SPORTOGRAF.COM
- 66 - MET DANK AAN ONZE PARTNERS

4

BREAKING NEWS

DE OPENLAKES-FAMILIE BREIDT ZICH UIT! NIEUW IN 2026



**5 & 6 SEPTEMBER
2026**



**20 & 21
JUNI 2026**



**19 & 20
SEPTEMBER 2026**

**INSCRIJVINGEN STARTEN OP
8 OKTOBER OM 20 UUR !**



“De Openlakes Triathlon is meer dan alleen een evenement: het is een totale onderdompeling in het overwinnen van jezelf, gezelligheid en een sportfeest.”

Florian Badoux - Medeoprichter van Openlakes

Duiken, fietsen, hardlopen... Allemaal samen.

Dat is het DNA van OPENLAKES Triathlon.

Sinds de eerste editie in 2019 zijn deze evenementen veel meer dan alleen wedstrijden: het zijn echte sportieve ervaringen voor elke deelnemer, waarbij elke toeschouwer bijdraagt aan het onvergetelijk maken van deze ervaringen.

Openlakes is ontstaan uit een passie voor triatlon en de wens om sterke emoties te delen, en is jaar na jaar gegroeid. Meer formats, meer deelnemers, meer adrenaline... maar altijd met dezelfde belofte: iedereen, van beginner tot ervaren triatleet, een uitdaging op maat bieden.

De ontwikkeling van OPENLAKES is gebaseerd op een eenvoudige overtuiging: de inspanning is intenser wanneer je die samen levert. Atleten, families, vrijwilligers, partners en toeschouwers creëren een collectieve energie die elke editie tot een bijzonder moment maakt. Van de start in het water tot de finish is alles bedacht om emoties te wekken.

Vandaag de dag is OPENLAKES Triathlon niet alleen een evenement, maar een ervaring om te beleven en te delen. Een totale onderdompeling in het overwinnen van jezelf, gezelligheid en het feest van de triatlon.

2023 was het jaar van de bevestiging met een eerste organisatie in de Champagne. 2026 wordt het jaar van erkenning met een nieuwe wedstrijd in Frankrijk: de “OPENLAKES Atlantique – Royan Côte de Beauté”.

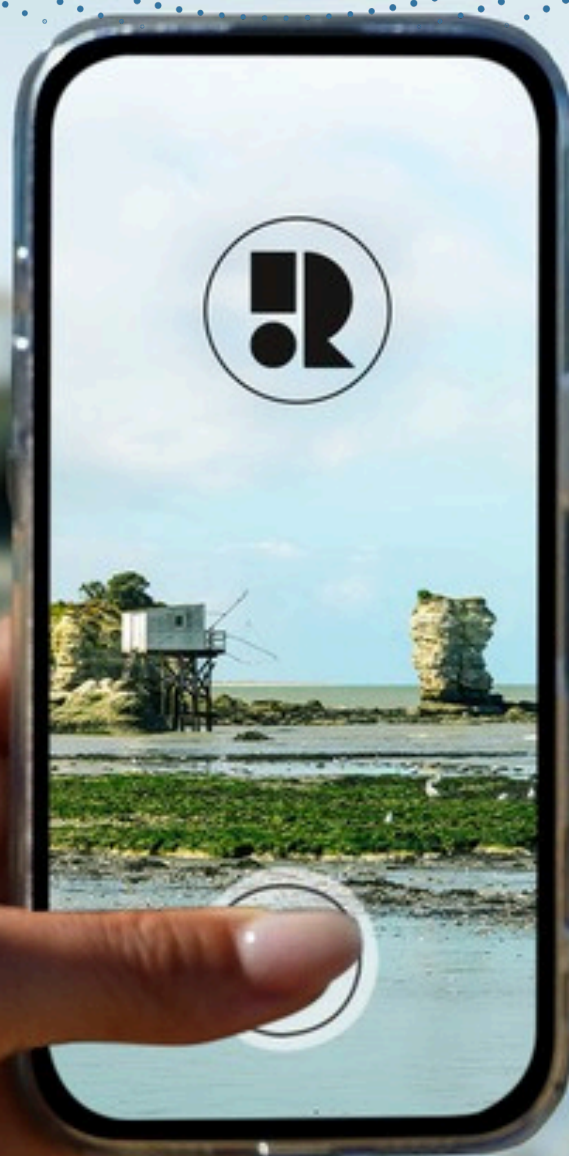
Deze ontdekking van andere gebieden tilt de uitdaging nog een stapje verder: OPENLAKES verlaat de meren om voor het eerst de oceaan in te duiken.

En we zijn blij deze uitdaging met u te kunnen delen. Net als sinds het begin van het OPENLAKES-avontuur zullen we er weer met volle passie voor gaan.

Of u nu komt om een record te breken, een eerste uitdaging aan te gaan of gewoon om uzelf en uw dierbaren te laten genieten, één ding is zeker: de OPENLAKES Triathlon bezorgt u een unieke, intense ervaring.



Alles met één klik op:
royanatlantique.fr



ROU**T**EBESCHRIJVING

LET OP: ernstige verkeershinder gedurende het evenement:

ZATERDAG - 8:00 tot 19h00

ZONDAG - 8:30 tot 17:30

AANBEVELINGEN

- Anticipeer op uw aankomst (wij raden u aan om 2 uur voor vertrek aanwezig te zijn)
- Geef de voorkeur aan carpoolen
- Breng uw eventuele toeschouwers op de hoogte
- Gebruik Waze als navigatiesysteem

ADRES: Route de la Plate Taille 996440 Froidchapelle, Belgique



Ongeacht het moment van het weekend raden wij u ten
zeerste aan om de [WAZE](#)-app te gebruiken door de
volgende QR-code te scannen:



Op de 4 hoofdwegen rond de meren van Eau d'Heure
(N53-N40-N99-N5) zullen borden worden geplaatst
zodat automobilisten toegang hebben tot de OPENLAKES-
parkeerplaatsen.



ESCAPADE

SPORTIVE ET NATURE

AUX LACS DE L'EAU D'HEURE

GOLDEN LAKES VILLAGE

Situé au bord du lac de la PlateTaille, le Golden Lakes réunit plus de 150 villas et une résidence hôtelière 4 étoiles.

Offrez-vous une parenthèse bien-être avec le Spa Cinq Mondes et savourez la cuisine bistrannique de notre La Brasserie des Lacs. Un cadre naturel unique en Belgique, au cœur des Lacs de l'Eau d'Heure, pour un séjour ressourçant et inoubliable.

WWW.GOLDENLAKESVILLAGE.COM
WWW.GOLDENLAKESHOTEL.BE



NATURA PARC ET NATURA BIKE

Au bord des Lacs de l'Eau d'Heure, vivez l'expérience d'un parc aventure unique en Wallonie : 10 parcours accrobranche, tyroliennes au-dessus du lac, saut pendulaire, Explor Game, Bike Park, Laser Game, trottinettes électriques et bien plus encore.

Un lieu véritablement familial ouvert à tous, dans un cadre naturel des plus beaux lacs de Belgique.

WWW.NATURAPARC.BE



PROGRAMMA

VRIJDAG 19 SEPTEMBER

- 14:00 - 20:00** OPENING EXPOSANTENDORP
- 16:00 - 20:00** AFHALEN VAN STARTNUMMERS: HALVE AFSTAND, TEENS, MFTE
- 16:00 - 20:00** OPENING VAN HET "INFORMATIEPUNT" WAAR U UW VRAGEN KUNT STELLEN
- 14:00 - 15:00** ZWEMTRAINING
- 17:00 - 18:00** ZWEMTRAINING

ZATERDAG 20 SEPTEMBER

- 06:30 - 12:00** OPENING VAN HET "INFORMATIEPUNT" WAAR U UW VRAGEN KUNT STELLEN
- 06:30 - 08:00** AFHALEN VAN STARTNUMMERS: TEENS / MYFTE
- 06:30 - 08:20** INCHECKEN FIETSEN - TEENS / MYFTE
- 08:00 - 20:00** OPENING EXPOSANTENDORP
 - 08:30** **START** - TEENS - ROLLING START
 - 08:40** **START** - MY FIRST TRIATHLON EXPERIENCE - HANDISPORT
 - 08:45** **START** - MY FIRST TRIATHLON EXPERIENCE - ROLLING START
- 10:30 - 12:30** AFHALEN VAN STARTNUMMERS: HALVE DISTANTIE
- 11:00 - 12:45** CHECK-IN FIETSEN - HALVE AFSTAND
 - 12:45** **START** - HALVE AFSTAND - HANDISPORT
 - 13:00** **START** - HALVE AFSTAND - OPEN - MASS START
 - 13:10** **START** - HALVE AFSTAND - ESTAFETTE
- 16:00 - 18:30** AFHALEN VAN STARTNUMMERS: PROMO / OLYMPIC / KIDS / MINI-KIDS
- 20:00** PRIJSUITREIKING - HALVE AFSTAND



PROGRAMMA

ZONDAG 21 SEPTEMBER

07:00 - 08:30 AFHALEN VAN STARTNUMMERS: PROMO DISTANCE

07:00 - 14:00 OPENING VAN HET "INFORMATIEPUNT" WAAR U UW VRAGEN KUNT STELLEN

07:00 - 20:00 OPENING VAN HET EXPOSANTENDORP

07:00 - 08:45 CHECK-IN FIETSEN - PROMO DISTANCE

08:50 **START – PROMO DISTANCE - HANDISPORT**

09:00 **START – PROMO DISTANCE - MANNEN**

09:10 **START – PROMO DISTANCE - VROUWEN**

09:00 - 13:00 AFHALEN VAN DE STARTNUMMERS: KIDS, MINI-KIDS, OLYMPIC DISTANCE

10:00 - 12:00 CHECK-IN FIETSEN - MINI KIDS & KIDS

12:00 PRIJSUITREIKING - PROMO DISTANCE

12:30-14:15 CHECK-IN FIETSEN - OLYMPIC DISTANCE

12:30 **START – MINI KIDS - ROLLING START**

13:00 **START – KIDS - ROLLING START**

14:20 **START – OLYMPISCHE AFSTAND - BELGISCH KAMPIOENSCHAP HEREN**

14:40 **START – OLYMPISCHE AFSTAND - BELGISCH KAMPIOENSCHAP DAMES**

14:45 **START – OLYMPISCHE AFSTAND - HANDISPORT**

14:55 **START – OLYMPISCHE AFSTAND - OPEN**

18:00 PRIJSUITREIKING - OLYMPISCHE AFSTAND

OPHALEN VAN DE STARTNUMMERS

Het ophalen van de startnummers kan alleen op vertoon van een identiteitsbewijs.

Opmerking: Bij terugtrekking kan het startnummer worden overgedragen aan een andere atleet.

Deze wijziging moet verplicht worden doorgevoerd in de ruimte “geschillen”, op straffe van diskwalificatie.

VERLOOP VAN HET OPHALEN VAN DE STARTNUMMERS:

1. Voordat u naar het secretariaat gaat, moet u ervoor zorgen dat u uw startnummer weet, dat u in de week van het evenement per e-mail hebt ontvangen.
2. Ga naar het secretariaat, geef uw startnummer door en leg deze documenten voor.

- **NIET-LICENTIEHOUDERS:**



- **LICENTIEHOUDERS:**



Het medisch attest is alleen verplicht voor minderjarigen zonder licentie!

Atleten die geen dagverzekering hebben afgesloten, moeten bij het afhalen van hun startnummer een geldige triatlonlicentie kunnen voorleggen. Als dat niet het geval is, worden de licentiekosten in rekening gebracht. (Alleen betaling met kaart.)

Internationale licenties zijn toegestaan!

HUUR VAN DUIKPAKKEN

Reserveer uw wetsuit bij onze partner voor € 45!

Beschikbaar op de dag van het evenement bij de Huub-stand in het exposantendorp.

Er wordt een borg van € 100 gevraagd, die bij teruggave van de wetsuit wordt terugbetaald. Aanbieding beperkt, zolang de voorraad strekt.

RESERVEREN



13



-20% KORTING

Exclusieve aanbieding op stand 6d.

Probeer en ontdek ons volledige assortiment sportvoeding, een modulair universum! Kom langs bij onze stand. Doe nieuwe energie op en ga naar huis met 20% korting.

Ontdek de rest van ons assortiment met 15% korting op onze website dankzij de code OPENLAKES.

www.6d.eu

TRIAFIRST

TRIATLON MET UW MEDEWERKERS

Tria-First is een bedrijfsevenement dat bedrijven de mogelijkheid biedt om deel te nemen aan hun eerste triatlon op afstanden die voor iedereen geschikt zijn.

Er worden coaching sessies aangeboden op de werkplek, zodat elke medewerker goed voorbereid is op deze nieuwe uitdaging.

Tria-First is vooral een kans om een sportieve filosofie in uw bedrijf te integreren: beginnen met hardlopen, regelmatig trainen, gezond eten, een doel nastreven.

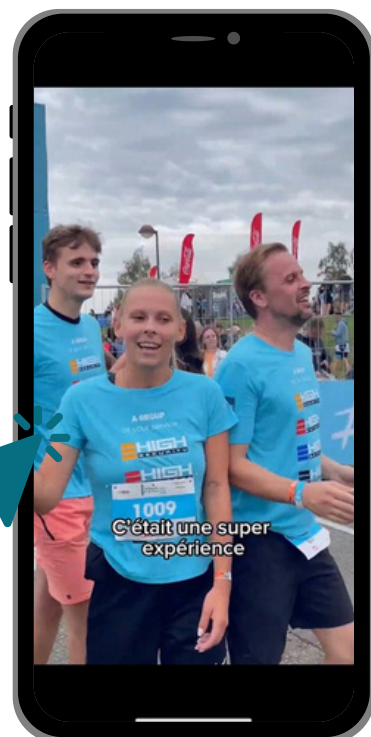
Een avontuur om solo (persoonlijke uitdaging) of in een estafetteteam (teamgeest) te beleven.

Tria-First Champagne aan het Lac du Der op zondag 21 juni 2026.

Tria-First België aan de Lacs de l'Eau d'Heure op zondag 20 september 2026.

Info & inschrijvingen: www.openlakes.eu/packcorporate

ZE ZIJN VAN HET AVONTUUR IN 2025:



ATLETENPAKKET

PRAKTISCHE INFORMATIE

Het **startnummer** moet vanaf het fietsgedeelte worden gedragen. Tijdens het hardloopt gedeelte moet het zichtbaar zijn aan de voorkant van het lichaam.

Het label "**tas na de race**" is een label dat wordt verstrekt aan atleten die deelnemen aan de HALF-afstand. Het moet op de tas worden geplakt die in het atletenpakket wordt meegeleverd. Deze tas mag niet in het fietspark worden achtergelaten, maar moet bij het verlaten van het fietspark worden afgegeven, op het moment dat u naar de start van het zwemonderdeel gaat. Deze tas kunt u na de wedstrijd ophalen bij de verzorgingspost bij de finish.



Het label "**helm**" moet aan de voorkant van de helm worden bevestigd.

Het label "**box transition park**" moet op uw box worden aangebracht. U kunt deze gebruiken om uw race-uitrusting in het fietspark op te bergen.

LET OP: BOX VERPLICHT op alle afstanden! - Alle soorten tassen zijn verboden, behalve de tassen van de organisatie die in het atletenpakket zitten. Maximale afmetingen: 30 cm x 40 cm x 50 cm.

Het label "**fiets**" moet op de zadelpen worden geplakt.



De door de organisatie verstrekte badmuts moet VERPLICHT worden gedragen tijdens het zwemmen.

De door de organisatie verstrekte armband moet op elk moment tijdens de wedstrijddag worden gedragen en geeft toegang tot de voor atleten gereserveerde zones.

De tijdschip moet aan de LINKERENKEL worden bevestigd met behulp van de klittenband die in het atletenpakket zit. Hij moet ook met een armband worden vastgemaakt, en wel vanaf het begin van de wedstrijd! Zonder deze chip is er geen klassement en geen resultaat.

Opmerking: De chip moet bij het verlaten van de finishzone worden ingeleverd. Voor elke NIET-ingeleverde chip wordt 50 euro in rekening gebracht.

CUT-OFF

De onderstaande tijden geven de maximale tijd aan voor het voltooien van elk onderdeel van de HALF-, PROMO- en OLYMPIC DISTANCE-races.

Bij een start in golven geldt de tijd op het moment van de start.

TIJDSLIMIETEN HALF & OLYMPISCH

	HALF	OLYMPIC
Zwemmen	01:10	00:50
Zwemmen + Fietsen	06:00	03:00
Zwemmen + Fietsen + Hardlopen	08:00	04:30

TIJDSLIMIETEN PROMO & TEENS

	PROMO	TEENS
Zwemmen	00:30	00:30
Zwemmen + Fietsen	01:45	01:45
Zwemmen + Fietsen + Hardlopen	02:30	02:30

GEEN TIJDSLIMIETEN MFTE, KIDS, & MINI-KIDS

PROMO TRIFONCTION



-60%

SUR TOUTES LES TAILLES EN STOCK
(PETITES TAILLES DISPONIBLES)

trakks
RUN YOUR WAY

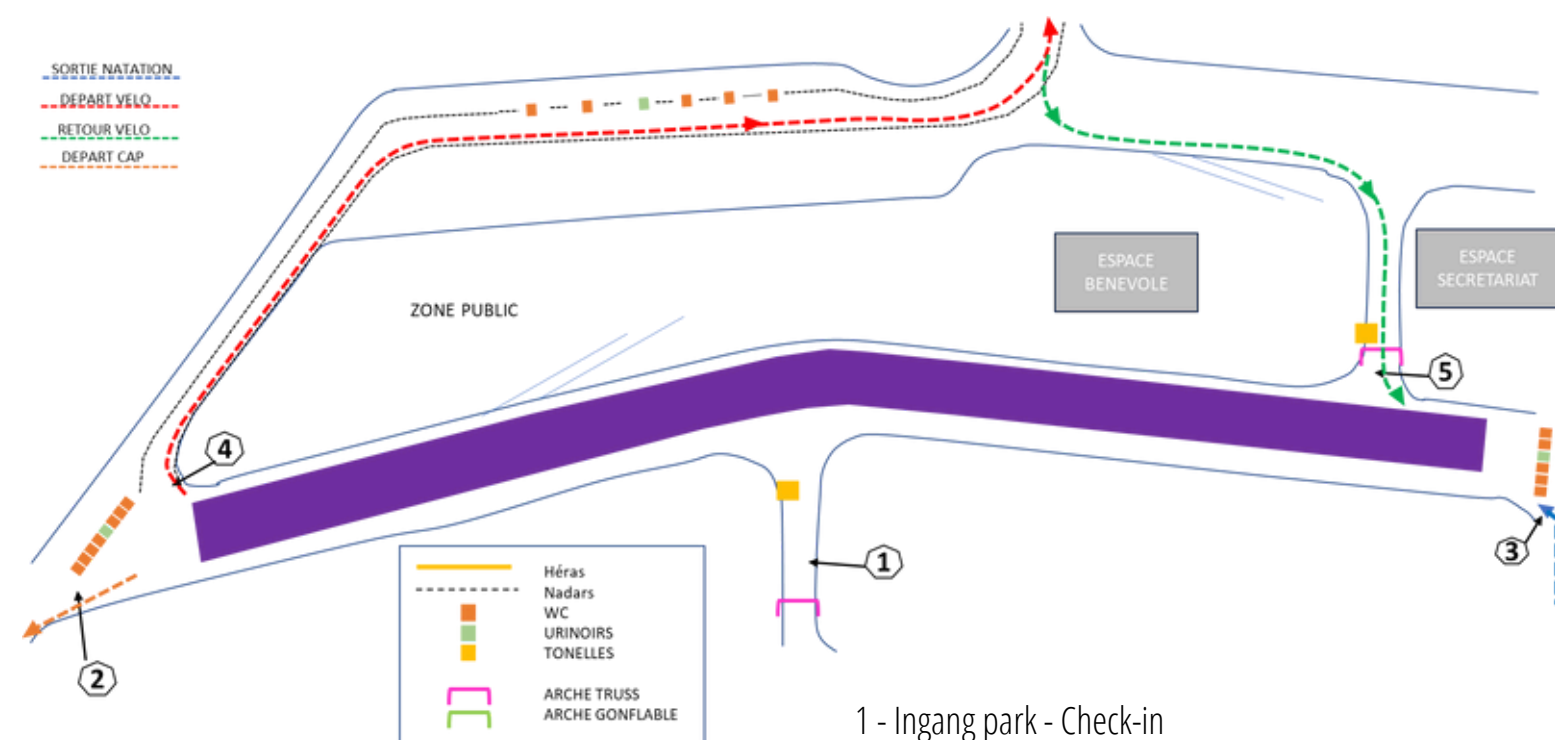
Et si vos amis et votre famille profitaient pleinement de la course ?

PACK COMFORT

- ✦ UN PARKING TOUT PROCHE DE L'ÉVÉNEMENT
- ✦ UN ESPACE COSY POUR VOUS ABRITER EN CAS DE PLUIE OU DE FORTE CHALEUR
- ✦ DE QUOI MANGER, BOIRE, ET PASSER UN MOMENT AGRÉABLE
- ✦ UN LIEU PRIVILÉGIÉ POUR ENCOURAGER ET ACCUEILLIR VOTRE ATHLÈTE À L'ARRIVÉE



OVERGANGSPARK



- 1 - Ingang park - Check-in
- 2 - Uitgang park > Start zwemmen + Start hardlopen
- 3 - Ingang park na zwemmen
- 4 - Start fietsen
- 5 - Einde fietsen + uitgang park > Check-out



BEHOEFTE AAN HUUR VAN MATERIAAL ?

DENK AAN ALPHASCAFF!

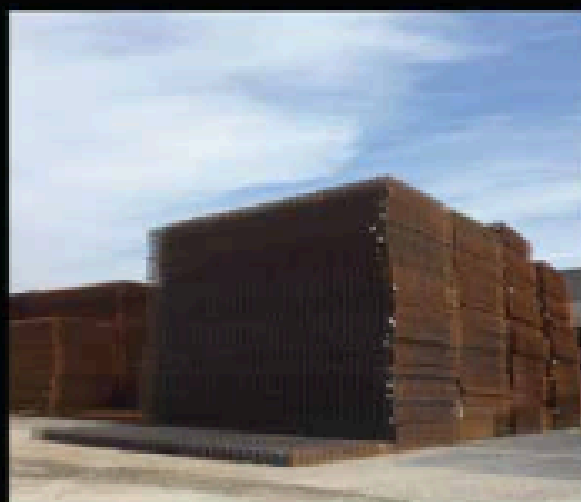
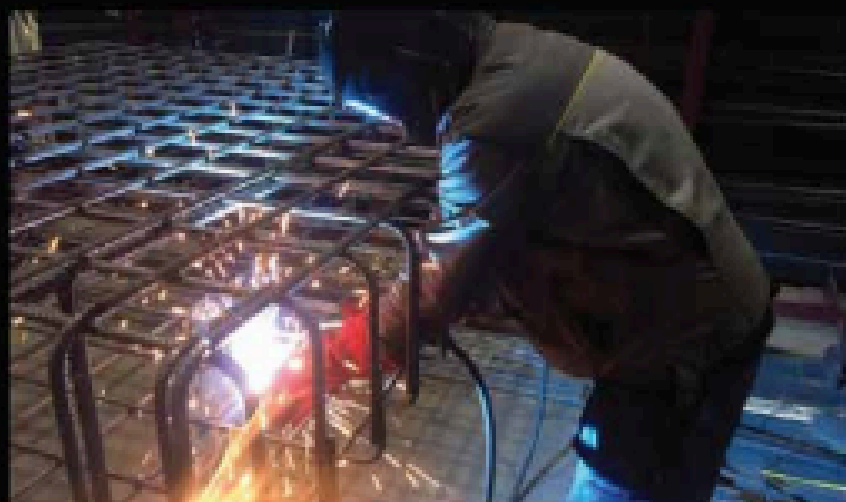
Ze creëren **gepersonaliseerde structuren** voor evenementen: loopbruggen, portieken, toegangsrampen en alle ondersteunende structuren.

GROUP

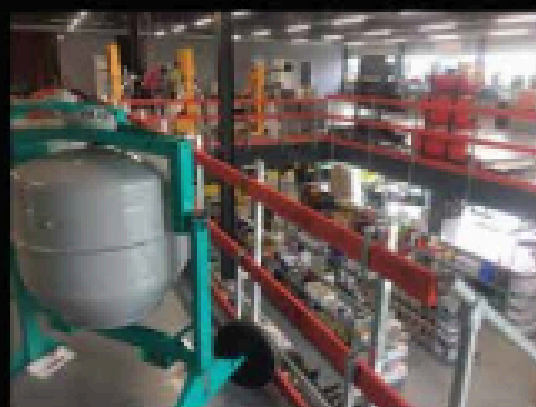
DELRUE

ACIER

ACCESSOIRES DU BATIMENT



RUE SAINT ROCH 22 - 7712 HERSEAUX - WWW.GROUPDELRUE.BE



OVERGANGSPARK

TIJDSHEMA

H
A
L
L
F

Check-in

Zaterdag 20 september
11h00 tot 12h45

Check-out

Zaterdag 20 september
19h00 tot 21h00

M
F
T
E

Check-in

Zaterdag 20 september
6h30 tot 8h30

Check-out

Zaterdag 20 september
9h30 tot 10h45

T
E
E
N
S

Check-in

Zaterdag 20 september
6h30 tot 8h15

Check-out

Zaterdag 20 september
9h30 tot 10h45

P
R
O
M
O

Check-in

Zondag 21 september
7h00 tot 8h45

Check-out

Zondag 21 september
11h30 tot 12h15

O
L
Y
M
P
I
C

Check-in

Zondag 21 september
12h30 tot 14h15

Check-out

Zondag 21 september
17h30 tot 19h30

K
I
D
S

Check-in

Zondag 21 september
10h00 tot 12h00

Check-out

Zondag 21 september
13h45 tot 14h45



M
I
N
I
-
K
I
D
S

Check-in

Zondag 21 september
10h00 tot 12h00

Check-out

Zondag 21 september
13h45 tot 14h45

OVERGANGSPARK

INFO CHECK-IN

Bij het **INCHECKEN** moeten de atleten verplicht:

- Een fiets in goede staat met een label op de zadelpen tonen
- Een helm met een genummerd label dragen die goed op het hoofd past en waarvan de kinband gesloten is
- Het startnummer op de startnummerhouder dragen, met 3 bevestigingspunten
- De chip aan de linkerenkel dragen met behulp van de klittenbandarmband die in het atletenpakket zit.
- Zorg voor een plastic doos met een genummerd label waarin je wedstrijdspullen worden geplaatst.
- **HALVE AFSTAND:** Zorg voor de tas voor na de wedstrijd die je in het atletenpakket hebt ontvangen, met een genummerd label waarin je spullen voor na de wedstrijd worden geplaatst. Deze tas mag niet naast de fiets worden achtergelaten, maar moet bij de uitgang van het park worden afgegeven voordat je naar de start van het zwemonderdeel gaat!

Opgelet: Alleen plastic dozen met een maximale afmeting van 30 cm x 40 cm x 50 cm worden toegelaten in het wisselpark. Zakken worden niet toegelaten in het wisselpark (zie reglement Belgium Triathlon).



- Alleen atleten die hun armband kunnen tonen, kunnen hun persoonlijke bezittingen en fiets ophalen.
- Deze taak kan dus niet worden gedelegeerd aan een familielid of vriend.

TRIFUNCTIONELE VERHUUR



PERFORMANCE

Nieuwe
textieltechnologieën

ÉCO-ONTWERP

Gebruik van
duurzame materialen

KORTE CIRCUIT

Ethische productie
in Frankrijk

U KUNT UW TRIATLONPAK RESERVEREN BIJ ONZE PARTNER TRILOOP.

- De triatlonpakken zijn op de dag van de wedstrijd verkrijgbaar bij de Triloop-stand in het exposantendorp.
- De huurprijs bedraagt € 35.
- Bij het afhalen van het pak moet u een identiteitsbewijs tonen, dat als borg dient.
- Uw kaart wordt aan het einde van de wedstrijd teruggegeven.
- Volg de bovenstaande maattabel om de juiste maat triatlonpak te kiezen.
- In geval van annulering is de terugbetaling van de huur van het triatlonpak onderworpen aan de voorwaarden in het annuleringspakket.
- Als u het annuleringspakket niet hebt afgesloten, krijgt u geen restitutie.
- Een triatlonpak kan worden gereserveerd zolang de voorraad strekt (beperkte voorraad).
- Als u tevreden bent over het triatlonpak en het na de wedstrijd wilt kopen, is dat mogelijk! De huurprijs wordt dan in mindering gebracht op de aankoopprijs.

WEDSTRIJDREGELS

Voor alle wedstrijden van het weekend moeten de atleten zich houden aan de regels van de Belgische triatlonbond.

DRAFTING NIET TOEGESTAAN OP DE HALF EN DE MFTE **DRAFTING TOEGESTAAN OP DE PROMO, L'OLYMPIC ET LE TEENS**

In een wedstrijd zonder drafting moet een atleet aan de rechterkant van de weg rijden als hij/zij als eerste deze positie inneemt, zonder andere deelnemers te hinderen. Bij het innemen van deze positie moet een atleet voldoende ruimte laten zodat andere deelnemers zich normaal kunnen bewegen zonder contact te maken. Er moet voldoende ruimte zijn om in te halen.

Het is de verantwoordelijkheid van een atleet die een draftingpositie inneemt om deze zo snel mogelijk weer te verlaten.

Raftering houdt in dat je in de slipstream van een andere deelnemer komt. De minimale afstand tussen de fietsen is 12 m bij 3 m. Deze afstand wordt gemeten vanaf de voorkant van het voorste wiel tot de voorkant van het wiel ervoor. Inhalen is alleen aan de linkerkant toegestaan.

Een atleet wordt ingehaald zodra het voorwiel van een andere atleet zijn voorwiel passeert, en hij moet snel afstand nemen. Zodra hij is ingehaald, moet de atleet zich binnen 5 seconden laten inhalen en de slipstreamzone (12 m) verlaten, anders krijgt hij een straf voor slipstreamen. De atleet die hem inhaalt, heeft 25 seconden de tijd om zijn inhaalmanoeuvre uit te voeren.

STRAFFEN

STRAFZONE: DEZE BEVINDT ZICH OP HET FIETSGEDEELTE, 400 M VOOR HET WISSELPARK. HET IS DE PLICHT VAN DE ATLEET OM TE STOPPEN BIJ DE STRAFBOX ALS HIJ EEN BLAUWE KAART HEEFT GEKREGEN VAN DE SCHEIDSRECHTERS.

	Drafting (carte bleue)	Blocking (carte jaune)
Sprint	30 sec.	10 sec.
Olympic	1 min.	15 sec.
Half	2 min.	30 sec.

VEILIGHEIDSINFORMATIE

Atleten: Veiligheid gaat voor alles, neem geen onnodige risico's. Zorg ervoor dat u uw startnummer doorgeeft aan uw contactpersoon voor noodgevallen.

Bij een incident neemt de organisatie rechtstreeks contact op met de hulpdiensten ter plaatse.

Als u getuige bent van een ongeval of een medisch noodgeval:

- Neem contact op met **de nooddienst van de race: 0483 71 69 93**

Wanneer u contact opneemt met onze hulpdienst, zorg er dan voor dat u:

- Kalm blijft
- Nauwkeurig bent bij het verstrekken van de volgende informatie:
- Het startnummer van de atleet
- De exacte locatie (bijvoorbeeld de tekst op een verkeerspaal)
- De reden voor uw telefoontje
- De aanwezigheid van getuigen

Besoin d'aide urgente ?

App **112 BE**

1 Téléchargez l'App
2 Enregistrez-vous
3 Appelez-nous

Depuis 5 ans, vous pouvez aussi contacter les Centrales d'urgence via l'App 112 BE.

112 SOS

.be

BEDANKT AAN HIGH SECURITY

ONZE VERTROUWDE PARTNER VOOR DIT EVENEMENT



BEWAKING TER PLAATSE :

Bewaking van administratieve gebouwen en kantoren | Onthaal en receptie | Winkelcentra en detailhandel | Bouwplaatsen en industriële sites | Evenementen | K9

MOBILE PATROUILLE EN INTERVENTIE NA ALARM

TECHNOLOGIE :

Elektronisch-mechanische beveiligingsoplossingen & cyberbeveiliging

 highsecurity.be  010 65 18 94  info@highsecurity.be | Follow us   

25

VOLG DE RACE!

ACN TIMING

Volg de atleet van uw keuze dankzij ACN TIMING. Bekijk de voortgang van uw favoriete atleet in realtime.

Ontdek zijn prestaties op de app via deze link.

VOLGEN DE RACE

LIVE-TRACKING



BEVOORRADING

INHOUD



AANTAL BEVOORRADINGEN

	HALF	OLYMPIC	PROMO	MFTE	TEENS	KIDS ET MINI-KIDS
VÉLO	4	2	0	0	0	0
COURSE	9	4	2	1	1	0

NA DE RACE

Voor elke wedstrijd nodigen we de atleten uit om naar de verzorgingsruimte bij de finish te komen.

AFVALZONES

Vlak voor en vlak na elke bevoorrading worden afvalzones ingericht. Deze afvalzones worden aangegeven met borden. Het weggooien van afval buiten de daarvoor bestemde zones kan leiden tot diskwalificatie.

START
THROW ZONE



LET OP: ALLE AFVAL DAT OP DE GROND WORDT GEGOOID = DISKWALIFICATIE

Utilisez le code: OPENLAKES
& recevez 15 % de réduction.



CHECK-LIST

DRUK JE CHECKLIST AF, ZODAT JE OP DE DAG VAN DE WEDSTRIJD NIETS VERGEET!

VOOR DE RACE

- ☐ Haal je startnummer op bij het secretariaat met je identiteitskaart en je licentie indien nodig.
- ☐ Bekijk het parcours en de start-/overgangszones
- ☐ Ga naar het fietspark voor het inchecken.
- ☐ Controleer de bandenspanning
- ☐ Zet je drankjes/voeding op je fiets
- ☐ Verdeel je startnummer correct over al je accessoires.

CHECK-LIST ZWEMMEN

- ☐ Plaats je chip goed op je LINKERENKEL.
- ☐ Je zwemkleding (indien nodig)
- ☐ Je zwemmuts zit in je atletenpakket
- ☐ Je zwembril

CHECK-LIST HARDLOPEN

- ☐ Je hardloopschoenen en sokken
- ☐ Je startnummerhouder of spelden
- ☐ Je pet/zonneklep
- ☐ Voeding/extra flessen
- ☐ Je zonnebrandcrème
- ☐ Je zonnebril

CHECK-LIST FIETSEN

- ☐ Je fietshelm
- ☐ Je fietsschoenen en sokken
- ☐ Je fietspomp
- ☐ Je GPS-horloge
- ☐ Je reparatieset
- ☐ Extra voeding
- ☐ Je zonnebrandcrème
- ☐ Je zonnebril
- ☐ Je startnummer

HET BELANGRIJKSTE:

- JE GLIMLACH
- JE MOTIVATIE
- TON MOED





HANDISPORT

HANDISPORT

HANDISPORT-WEDSTRIJDEN

Openlakes stelt vier van zijn wedstrijden open voor gehandicapte atleten, individueel of in estafetteploegen.

Dankzij haar spelers ondersteunt de Nationale Loterij onze gehandicapte sporters en biedt ze hen de beste omstandigheden om boven zichzelf uit te stijgen en hun doelstellingen te bereiken.



STEUN DE VZW LEG'S GO

Sinds 2015 biedt de vzw Leg's Go trainingen aan in omgekeerde inclusie, waarbij **valide sporters en gehandicapte sporters samen trainen.**

Bovendien financiert Leg's Go **sportprothesen voor mensen die een ongeval hebben gehad**, die vaak erg duur zijn en niet worden vergoed.



Steun de vzw Leg's Go door een donatie te doen via de volgende link:

[Een donatie doen](#)

[Meer informatie over de vzw Leg's Go](#)





MY FIRST TRIATHLON EXPERIENCE



MY FIRST

ZWEMMEN - 200 M



Start Handisport



Start Open - Rolling start

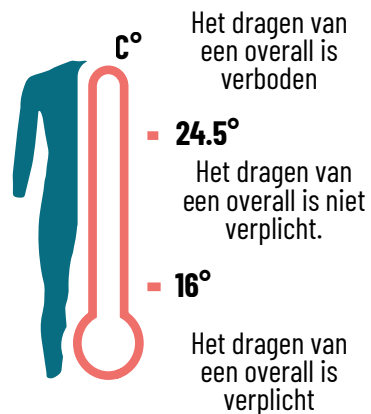


1 ronde van 200 meter



Voor de start is het niet
toegestaan om in het water
op te warmen.

Training alleen toegestaan op vrijdag
van 14.00 tot 15.00 uur
en van 17.00 tot 18.00 uur



*Het zwempak mag niet worden
uitgetrokken vóór de wisselzone.*

LEGENDE



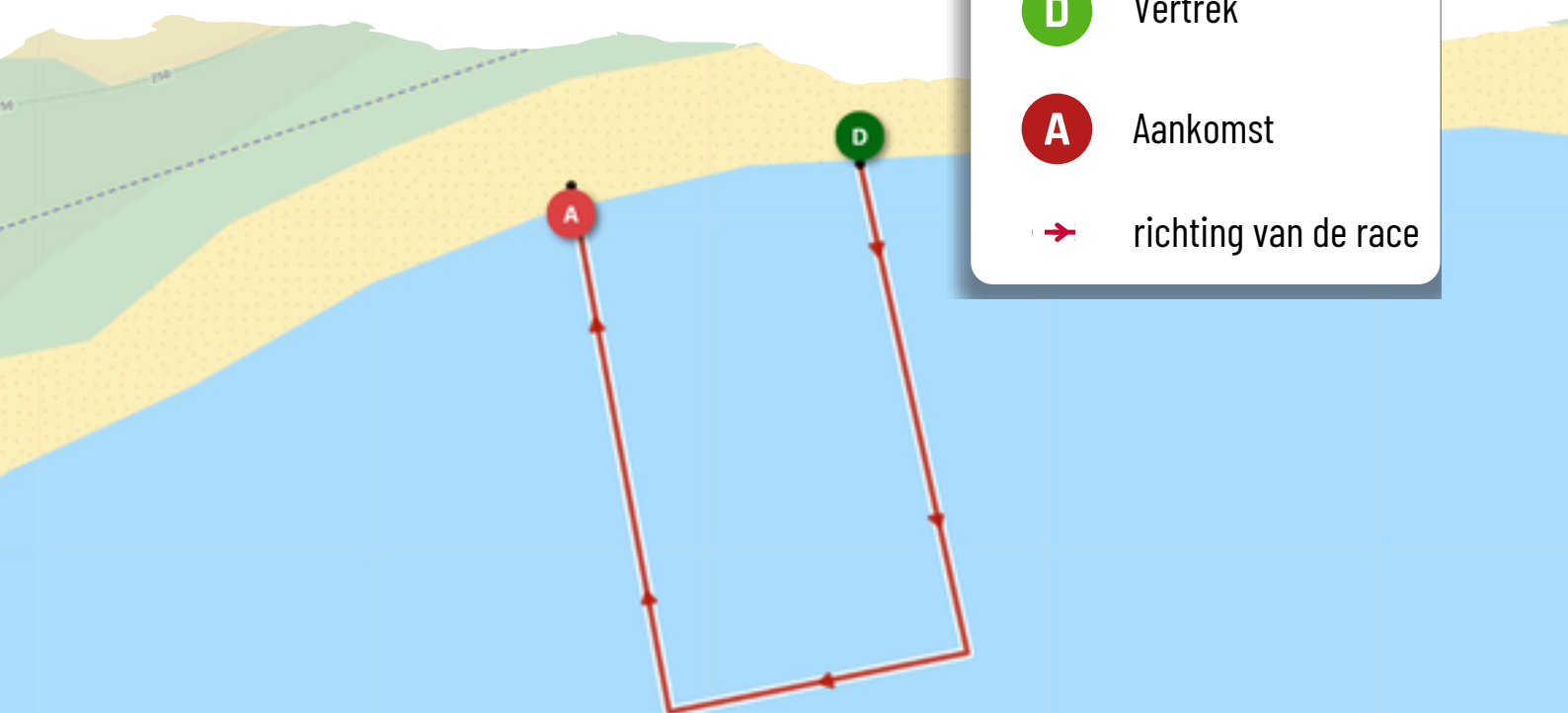
Vertrek



Aankomst



richting van de race



FIESTEN - 15 KM



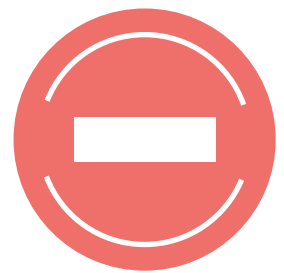
Alle fietsen
zijn toegestaan



Rondom de meren van Eau
d'Heure



Geen bevoorrading



Route afgesloten voor
verkeer



Proef
NIET-DRAFTING

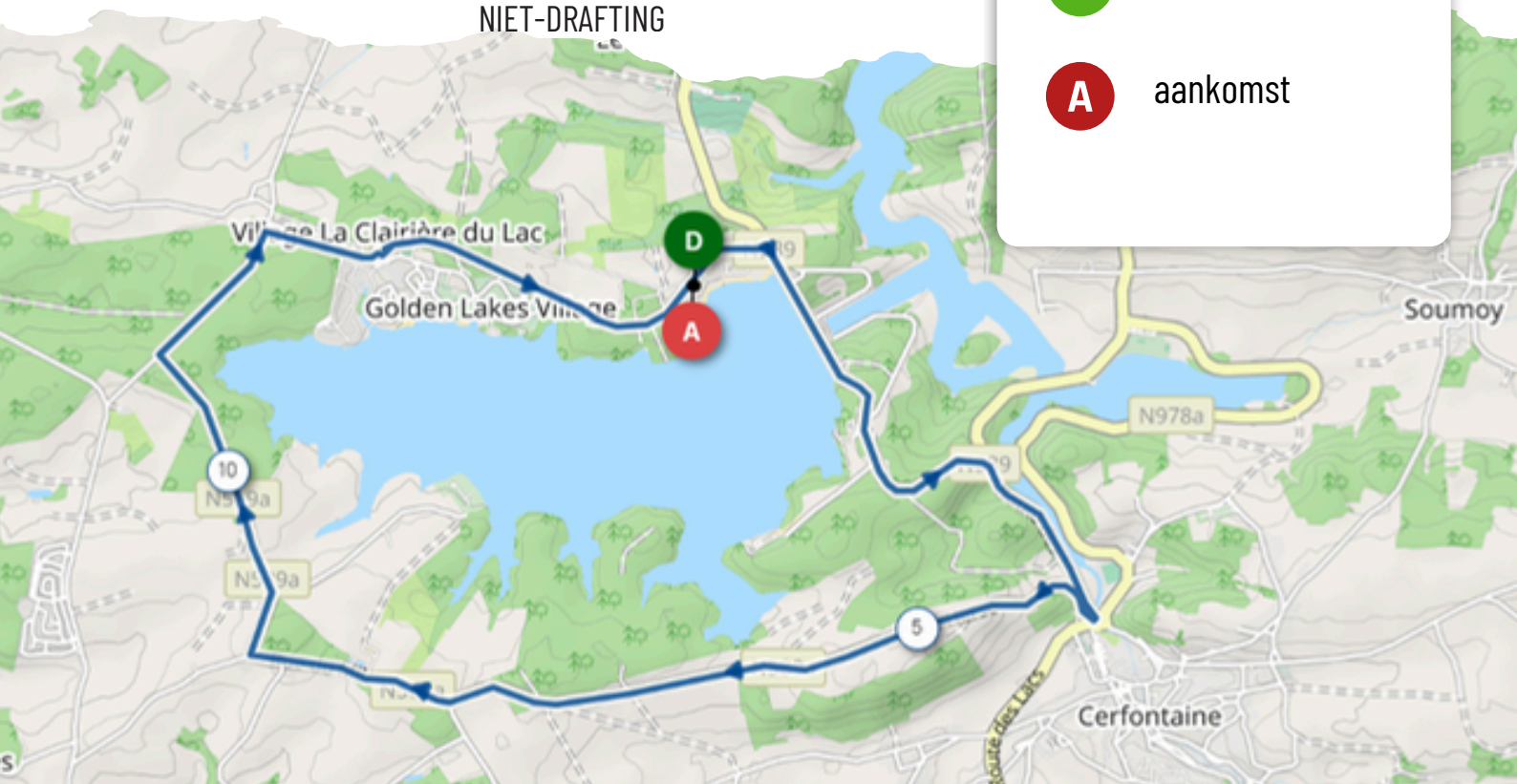
LEGENDE



vertrek



aankomst



HARDLOPEN - 3 KM



Rondom het onthaalcentrum
van La Plate Taille



1 bevoorrading

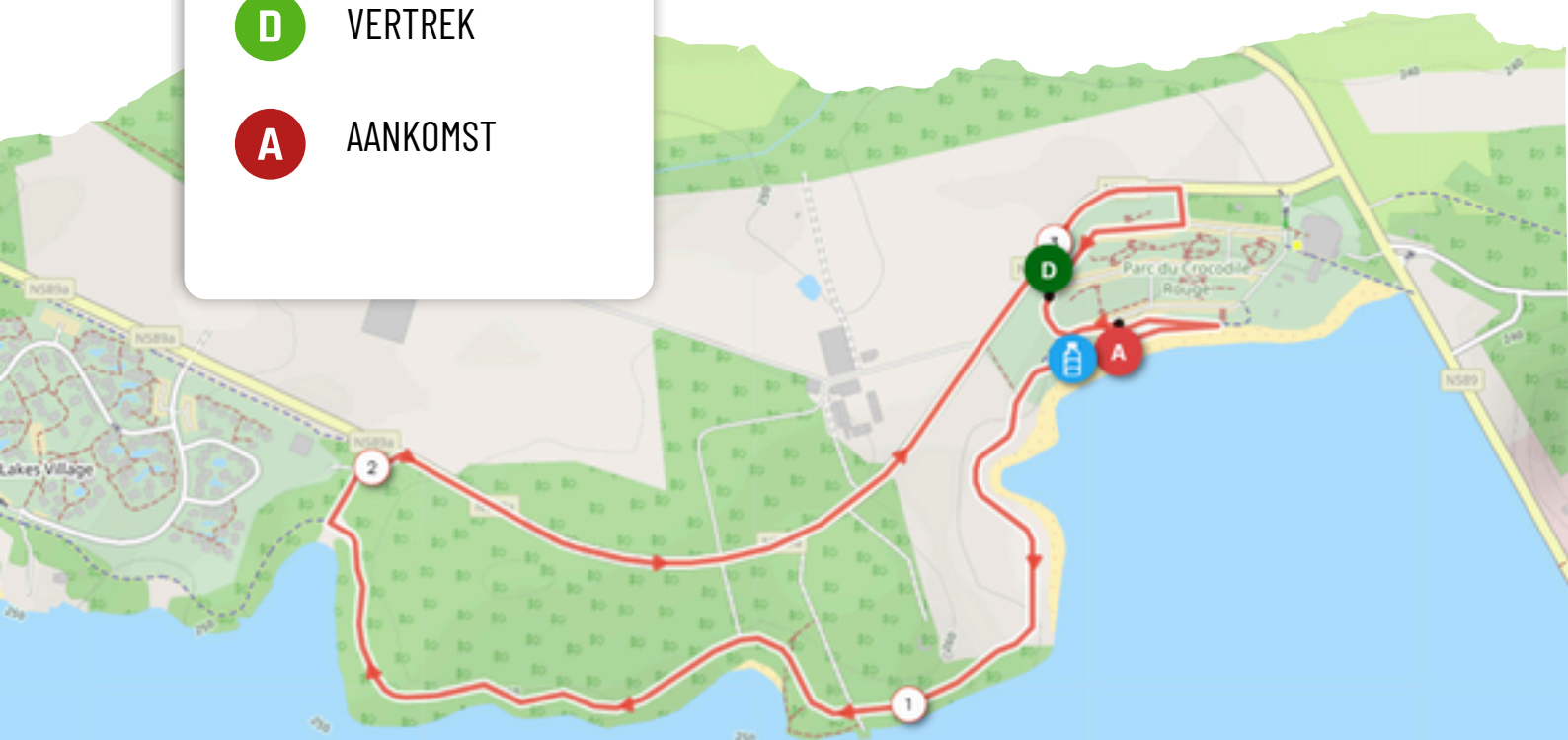
LEGENDE



VERTREK



AANKOMST





34 HALF

DISTANCE

ZWEMMEN - 1900 M



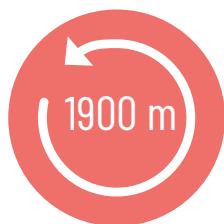
Start Handisport



Start Open - Mass Start



Start - Relais



1 ronde van 1900 m



maximale tijd



Voor de start is het niet
toegestaan om in het water
op te warmen.



C°

Het dragen van
een overall is
verboden

- 24.5°

Het dragen van
een overall is niet
verplicht.

- 16°

Het dragen van
een overall is
verplicht

*Het zwempak mag niet worden
uitgetrokken vóór de wisselzone.*

Training alleen toegestaan op vrijdag
van 14.00 tot 15.00 uur
en van 17.00 tot 18.00 uur

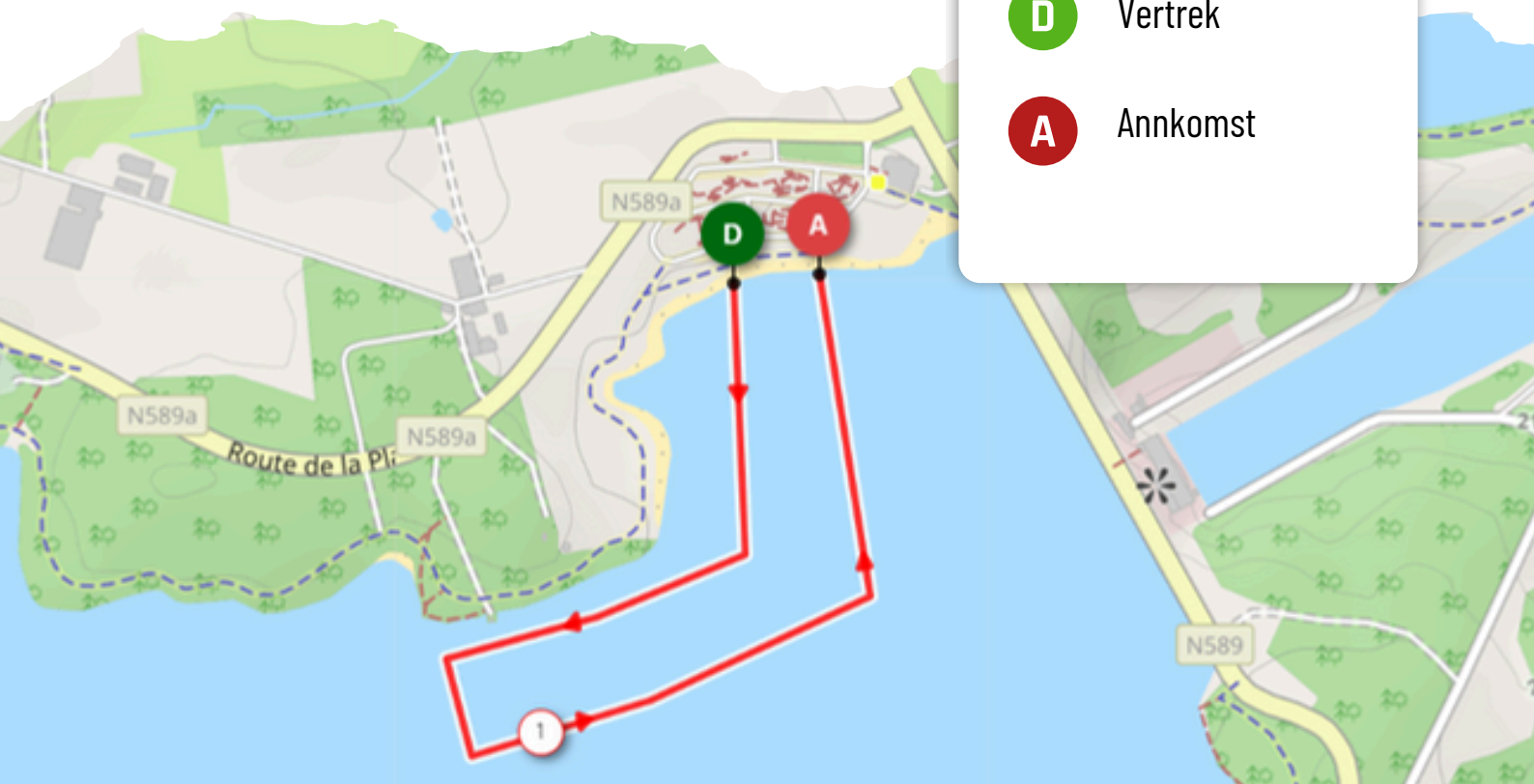
LEGENDE



Vertrek



Aankomst



FIETSEN - 92 KM



Proef
NIET-DRAFTING



Rondom de meren van Eau
d'Heure en het meer van
Falemprie



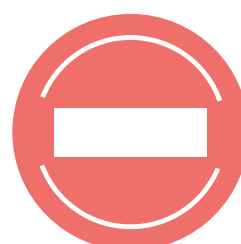
2 bevoorradingen
per ronde



Maximale tijd
(zwemmen + fietsen)



550 m
hoogteverschil
per ronde



Route afgesloten voor
verkeer

LEGENDE



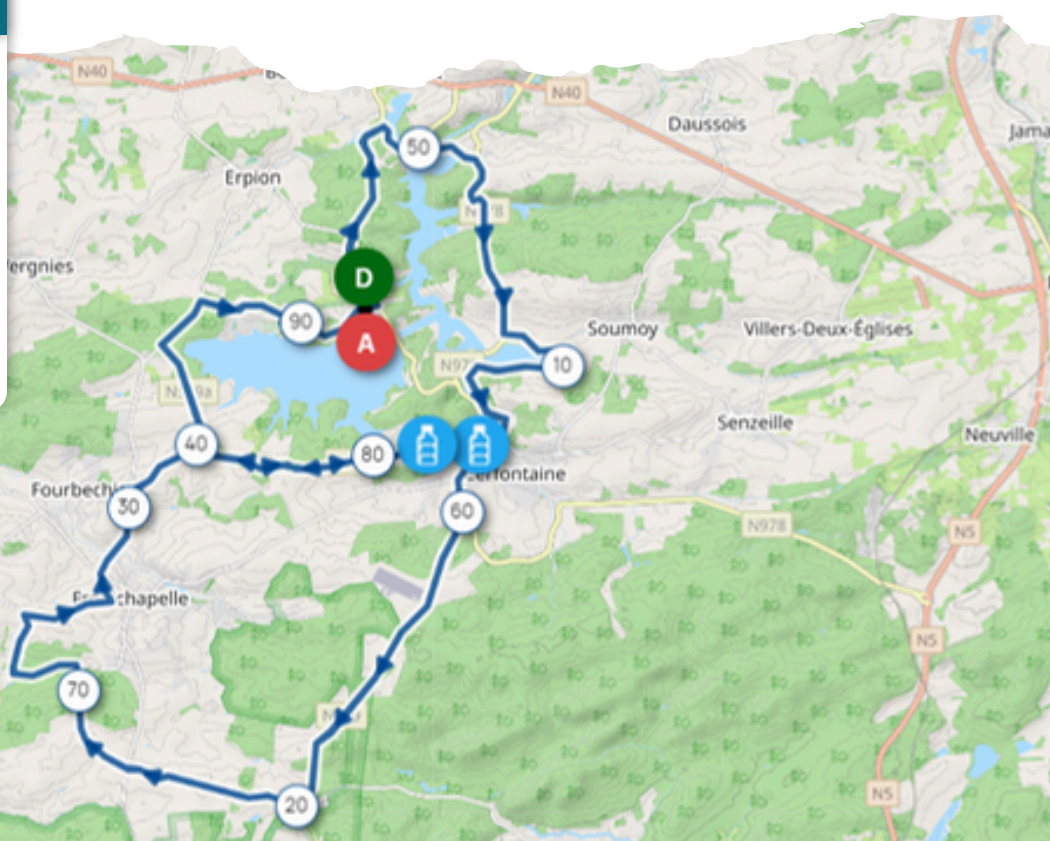
Vertrek



Aankomst



bevoorrading



HARDLOPEN - 21 KM



100% bitumen



x3

langs het Lac de la Plate
Taille

/boucle

3 bevoorradingen
per rondeMaximale tijd
(Zwemmen + Fietsen +
Hardlopen)50 m
hoogteverschil
per ronde

LEGENDE



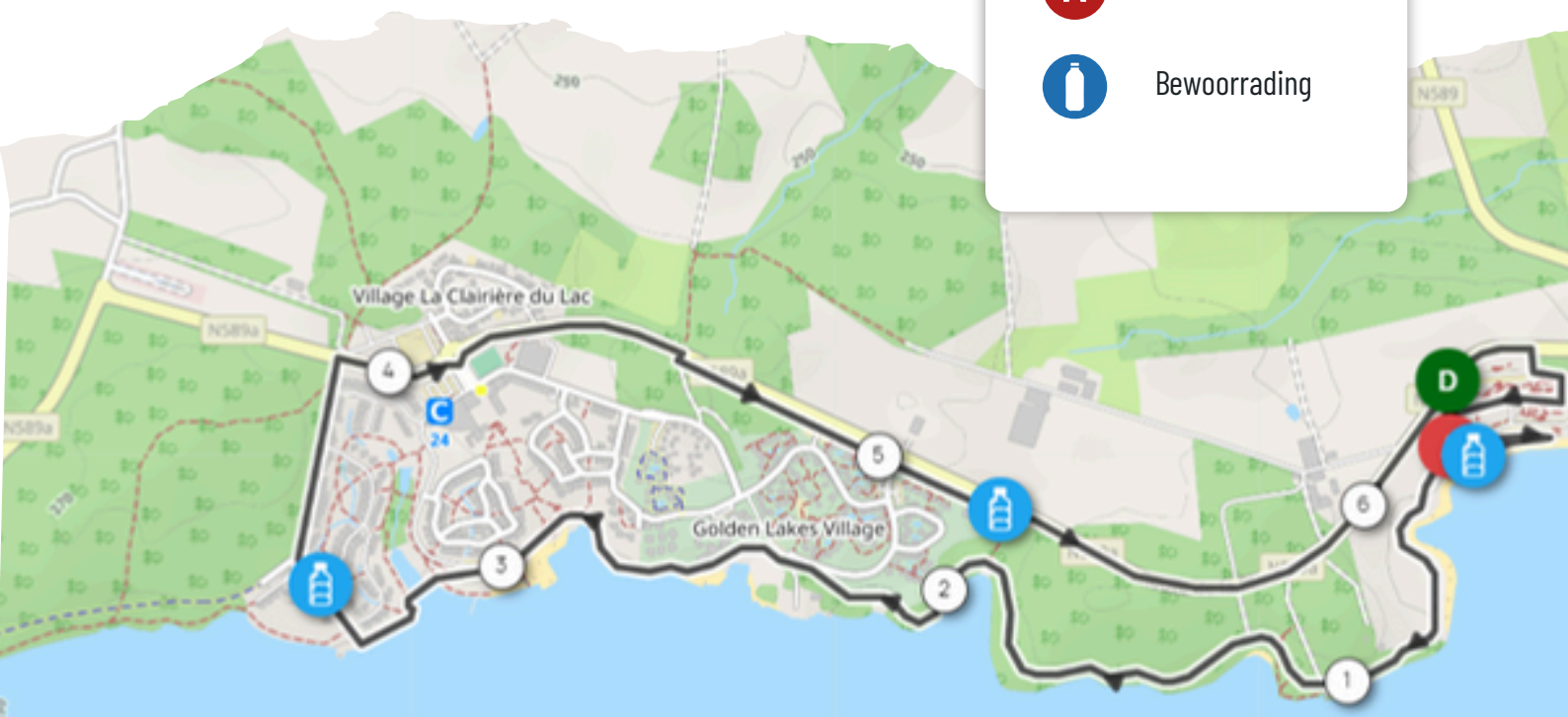
Vertrek



Aankomst



Bevoorrading



RELAIS

Algemene informatie :

- Het estafetteteam bestaat uit 2 of 3 atleten.
- Tijdens de estafettewedstrijd moet elke atleet van het team ten minste één volledige discipline voltooien: zwemmen, fietsen of hardlopen. Bij een team van twee atleten moet één atleet van het team dus twee disciplines volledig voltooien.

Afhalen van startnummers:

- De 3 teamleden moeten zich VERPLICHT bij het secretariaat melden om hun startnummer op te halen.
- Bij de inschrijving moeten atleten zonder licentie de optie voor een daglicentie aanvinken (extra inschrijfkosten variëren afhankelijk van de afstand). Als ze dit niet doen, wordt het bedrag bij het ophalen van het startnummer in rekening gebracht.
- Atleten met een licentie moeten een geldige licentie van een internationale triatlonfederatie kunnen voorleggen.

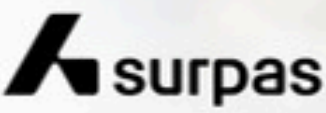
Le Relais in de praktijk:

- De start is om 13.10 uur vanaf de oevers van het Centre d'Accueil de la Plate Taille aan de Lacs de l'Eau d'Heure.
- De "estafette" MOET plaatsvinden IN het wisselpark op de aan het team toegewezen plaats.
- Alleen teamgenoten die de "estafette" doorgeven, mogen zich in de wisselzone bevinden.
- De elektronische chip fungeert als "estafette" en moet achtereenvolgens aan de LINKERENKEL van elke estafetteloper worden bevestigd.



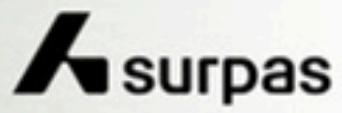
39

**CUSTOM SURPAS GEAR,
FOR YOUR TEAM,
CLUB OR COMPANY**



**EXCLUSIVE DISCOUNT 20%
OFF YOUR NEXT ORDER
WITH CODE OPENLAKES20**

T&C'S: OFFER
EXPIRES 31/12
AND ISN'T VALID
ON CUSTOM
PRODUCTS.





40 PROMO DISTANCE

PROMO

ZWEMMEN - 500 M

8u50

Start Rolling Start
HANDISPORT

9u00

Start Rolling Start
HOMMES

9u10

Start Rolling Start
FEMMES

0:30

Maximale tijd



Voor de start is het niet
toegestaan om in het water
op te warmen.

Training alleen toegestaan
op vrijdag
van 14.00 tot 15.00 uur
en van 17.00 tot 18.00 uur



C°

Het dragen van
een overall is
verboden

- 24.5°

Het dragen van
een overall is niet
verplicht.

- 16°

Het dragen van
een overall is
verplicht

*Het zwempak mag niet worden
uitgetrokken vóór de wisselzone.*

LEGENDE



Vertrek



Aankomst



Richting van de race



FIETSEN - 21 KM



DRAFTING
toegestaan



x1

Rondom de meren van Eau
d'Heure en het meer van
Falemprie



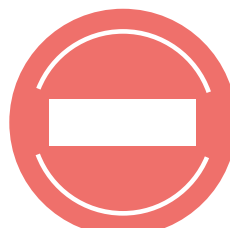
Geen bevoorrading
onderweg



Maximale tijd
(zwemmen + fietsen)



Verlengstukken voor fietsen,
tijdritfietsen of toevoegingen
aan sturen **VERBODEN**



Route afgesloten voor
verkeer



340 m hoogteverschil

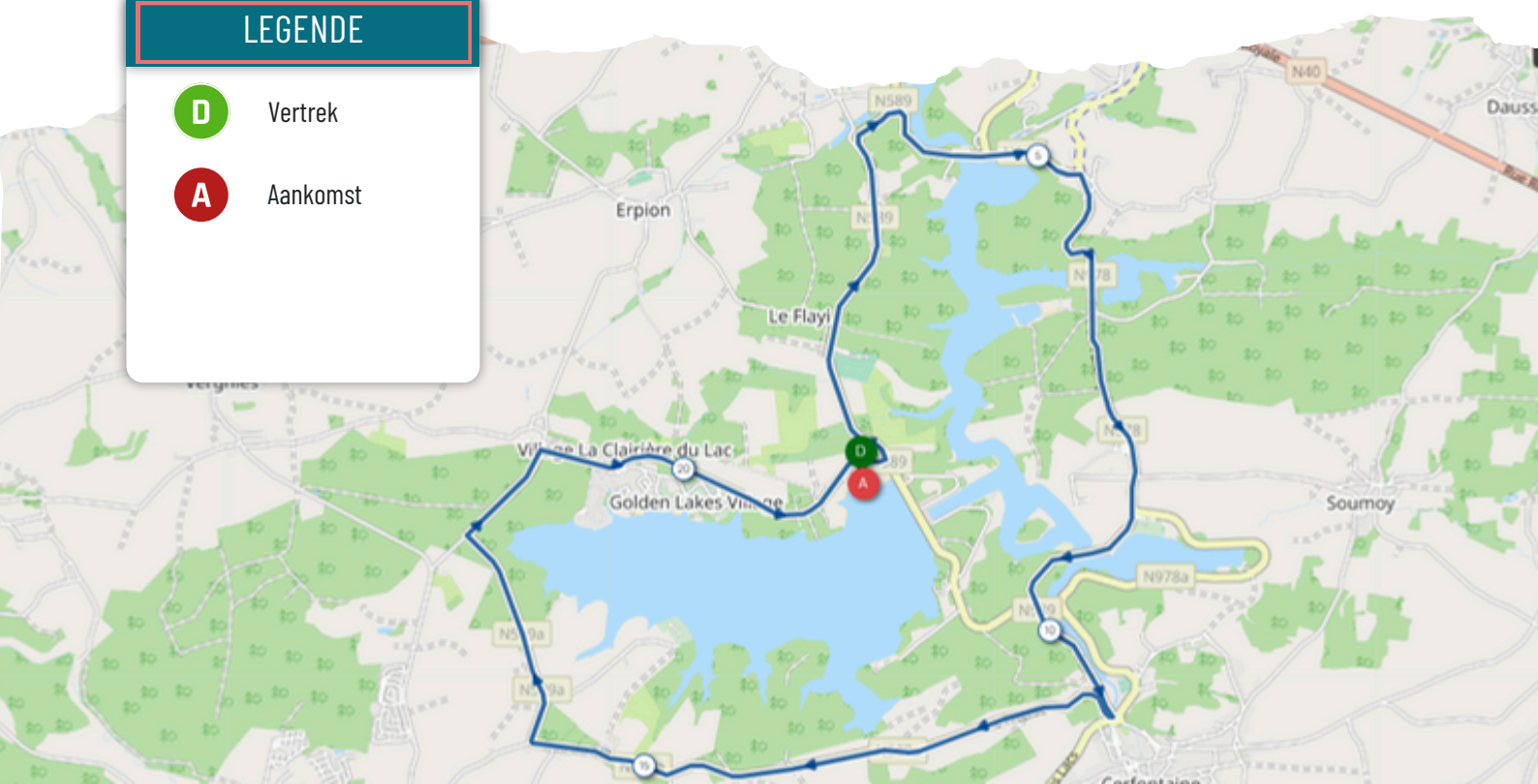
LEGENDE



Vertrek



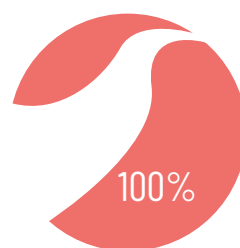
Aankomst



HARDLOPEN - 5KM



2 bevoorrading

Maximale tijd
(zwemmen + fietsen
+ hardlopen)

100% bitumen

Langs het meer van Plate
Taille

LEGENDE



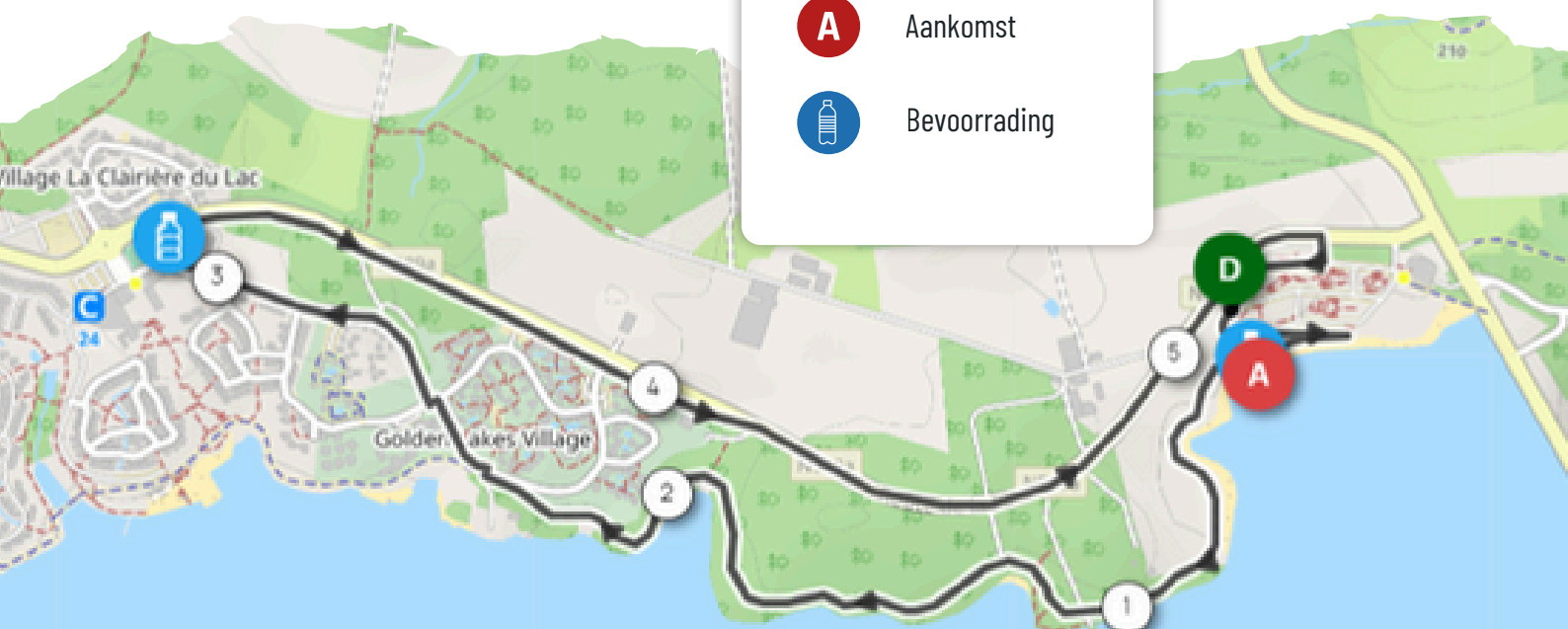
Vertrek



Aankomst



Bevoorrading





44

ODDLY SYMMETRICAL PRINCE



OLYMPIC

ZWEMMEN - 1500 M

14u20

Start - BELGISCH
KAMPIOENSCHAP
- HEREN
MASS START

14u40

Start - BELGISCH
KAMPIOENSCHAP
- VROUWEN
MASS START

14u45

Vertrek - HANDISPORT

14u55

Start - OPEN
MASS START

0u50

Maximale tijd

!

Voor de start is het niet
toegestaan om in het water
op te warmen.

Training alleen toegestaan
op vrijdag
van 14.00 tot 15.00 uur
en van 17.00 tot 18.00 uur

Port de la montre et de bijoux INTERDITS lors de l'épreuve natation du Championnat de Belgique

c°

- Het dragen van een overall is verboden
- **22°**
Het dragen van een overall is niet verplicht.
- **16°**
Het dragen van een overall is verplicht

Het zwempak mag niet worden uitgetrokken vóór de wisselzone.

LEGENDE

- D** Vertrek
- A** Aankomst
- Richting van de race



FIETSEN - 42 KM



DRAFTING
toegestaan



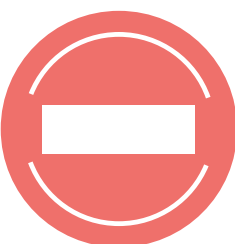
Rondom de meren van Eau
d'Heure en het meer van
Falemprise



1 bevoorrading per
ronde



Maximale tijd
(zwemmen + fietsen)



Route afgesloten voor
verkeer



340 m
hoogteverschil
per ronde

LEGENDE



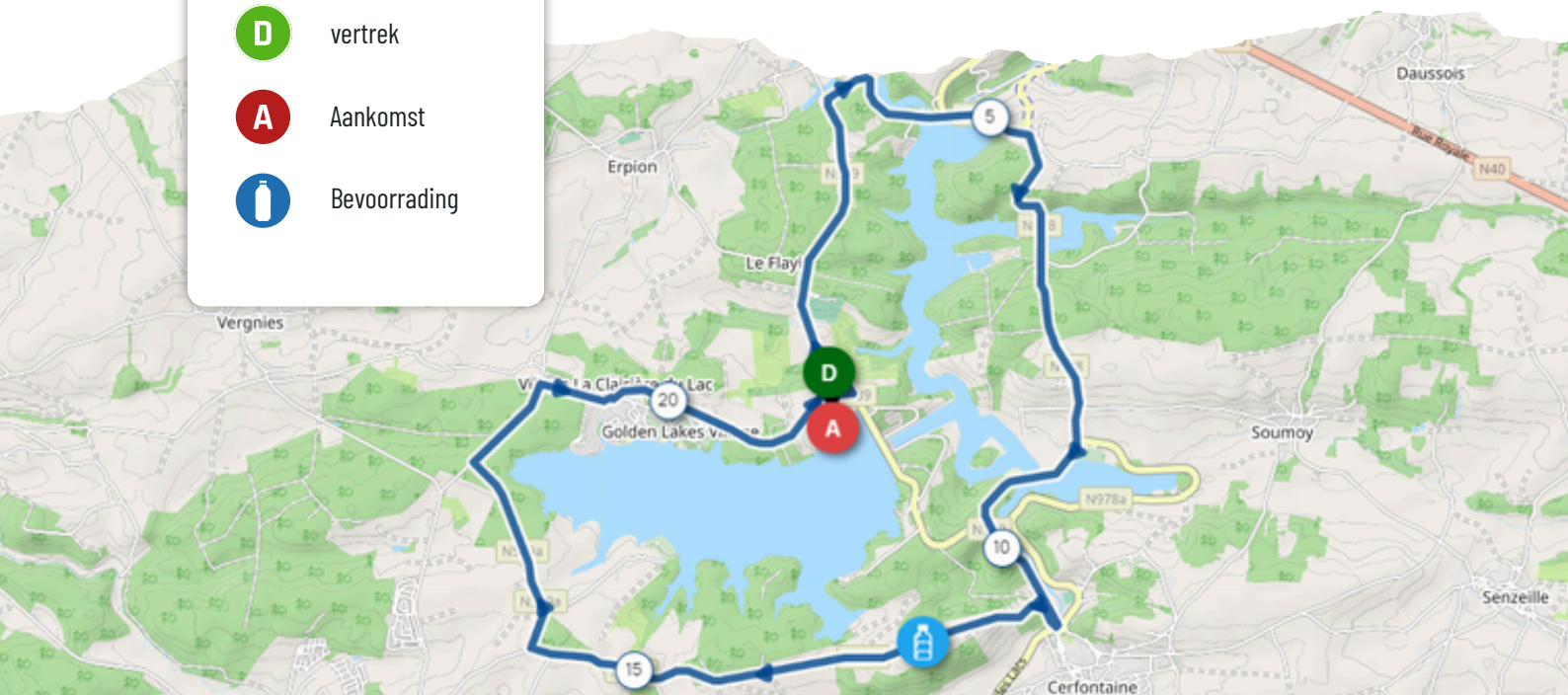
vertrek



Aankomst



Bevoorrading



HARDLOPEN - 10 KM



100%
asfaltparcours



Langs het meer van Plate
Taille



Maximale tijd
(zwemmen + fietsen +
hardlopen)



2 bevoorradingen
per ronde

/boucle

LEGENDE



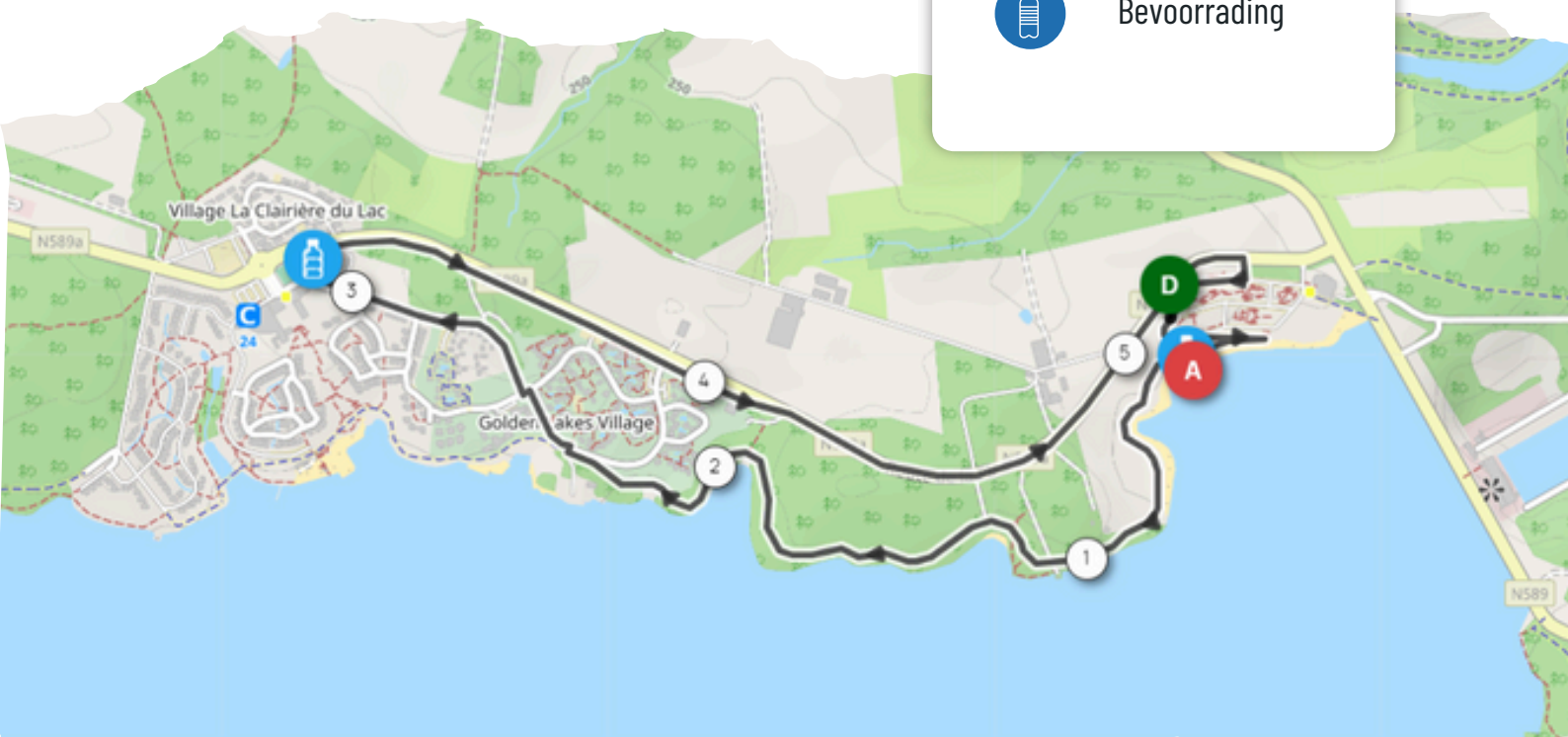
Vertek



Aankomst



Bevoorrading





TEENS

ZWEMMEN - 400 M



Start Rolling Start



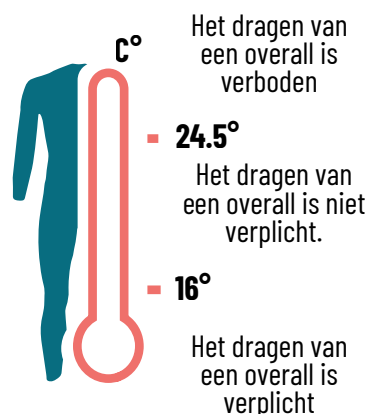
1 ronde



Maximale tijd



Voor de start is het niet
toegestaan om in het water
op te warmen.



Het zwempak mag niet worden
uitgetrokken vóór de wisselzone.

Training alleen toegestaan
op vrijdag
van 14.00 tot 15.00 uur
en van 17.00 tot 18.00 uur



LEGENDE



Vertrek



Aankomst



Richting van de race

FIETSEN - 15 KM



DRAFTING
toegestaan



Rondom
de meren van Eau d'Heure en
het meer van Falemprise



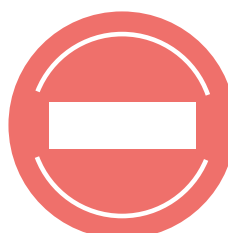
Geen bevoorrading



Maximale tijd
(zwemmen + fietsen)



Verlengstukken voor fietsen,
tijdritfietsen of toevoegingen
aan sturen **VERBODEN**



Route afgesloten voor
verkeer



340 m hoogteverschil

LEGENDE



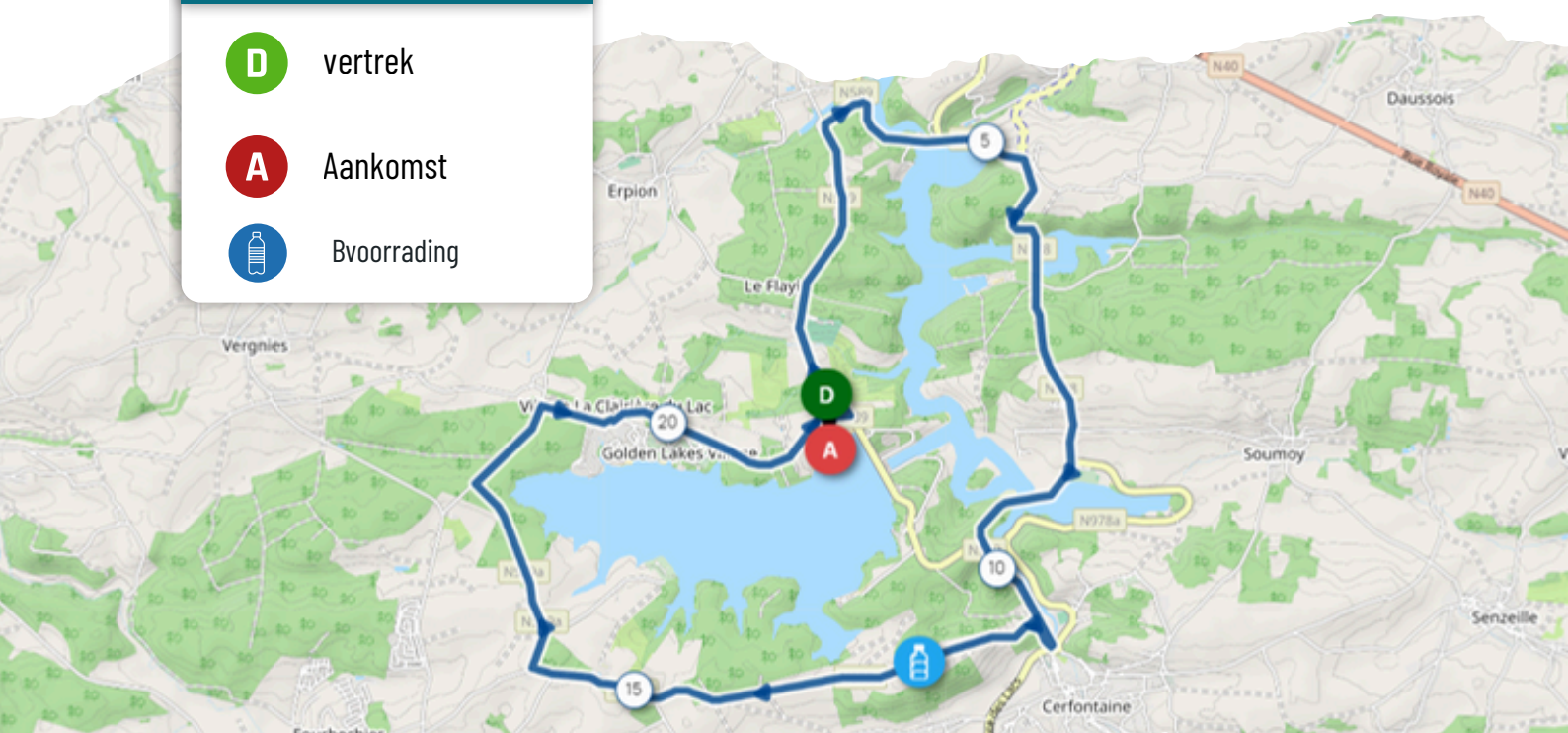
vertrek



Aankomst



Bvoorrading



HARDLOPEN - 3 KM



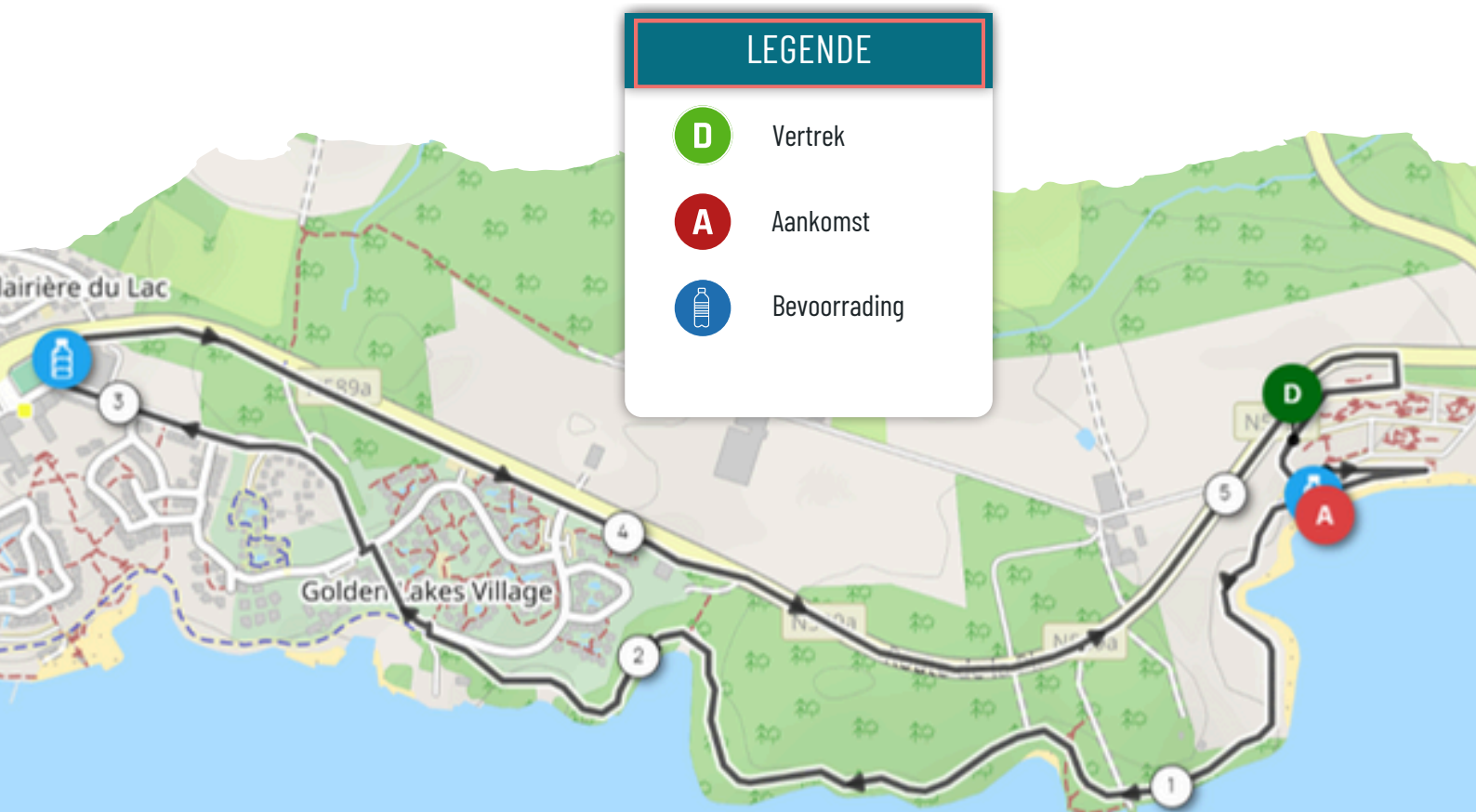
Langs het meer van Plate
Taille



1 bevoorrading



Maximale tijd
(zwemmen + fietsen
+ hardlopen)



REJOINS LE STAFF OPENLAKES LE TEMPS D'UN WEEK-END !

**OPEN
LAKES**
BELGIUM
LES LACS DE L'EAU D'HEURE

NEEM DEEL AAN DE GROOTSTE TRIATLON VAN BELGIË WORD VRIJWILLIGER BIJ OPENLAKES BELGIUM 2025!

JE VADER BEVOORRADEN TIJDENS HET FIETSEN!



JE KIND BEGELEIDEN BIJ ZIJN EERSTE TRIATLON



GEEF DE MEDAILLE AAN JE MOEDER!



Of je nu lid bent van een sportclub, een jeugdbeweging, een vereniging... of alleen, met familie of vrienden wilt komen, aarzel niet langer en word vrijwilliger!

MISSIE

- Bevoorrading fietsen en hardlopen
- Triatlonfietsenstalling
- Start zwemmen
- Orde handhaven op het terrein
- Secretariaat
- Uitreiking medailles bij de finish
- Beheer parkeerplaatsen
- Steward
- Verantwoordelijke bagagedepot
- Bewaking fietsenstalling

VOORDELEN

- Tegoedbon ter waarde van € 70 voor een evenement van Sport Tourism Promotion
- gratis drankjes en maaltijden tijdens je hele opdracht
- toegang tot gereserveerde parkeerplaatsen
- gratis accommodatie mogelijk
- vip-toegang om je dierbaren aan te moedigen tijdens de race
- de trots om actief bij te dragen aan het succes van een groot sportevenement!

SLUIT JE BIJ ONS AAN

NEEM SNEL CONTACT OP MET ONZE VRIJWILLIGERSCOÖRDINATOR:



FLORENCE@S-T-P.BE

53

MINI KIDS

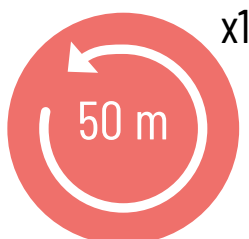


MINI KIDS

ZWEMMEN - 50 M



Rollende start
1 kind/3 seconden



x1

1 lus



Een triatlonschool zal
toezicht houden op het
evenement, evenals het hele
waterreddingsteam.



Voor de start is het niet
toegestaan om in het water op
te warmen.

Training alleen toegestaan op vrijdag,
onder begeleiding van een ouder
van 14.00 tot 15.00 uur
en van 17.00 tot 18.00 uur

LEGENDE



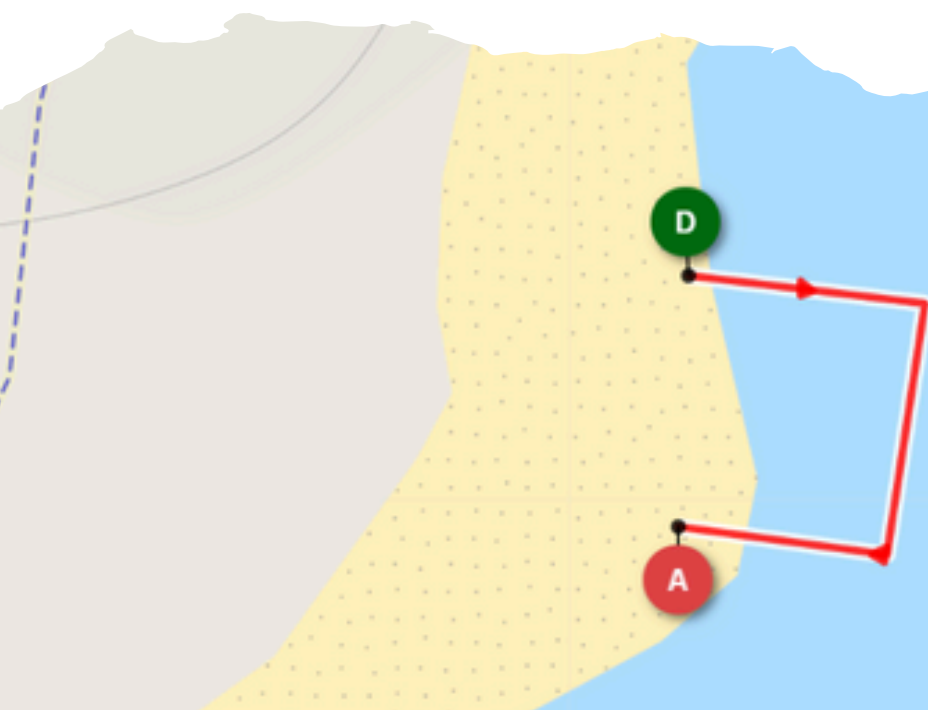
Vertrek



Aankomst

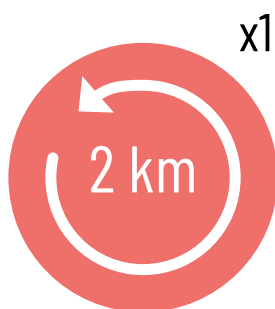


Richting van de race



MINI KIDS

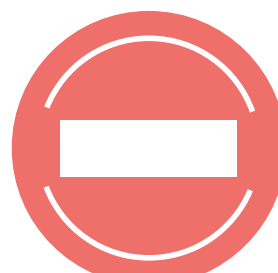
FIETSEN - 2 KM



Route langs de Plate
Taille



Geen
bevoorrading



Route afgesloten voor
verkeer



Het fietsenstalling voor KIDS en MINI-KIDS verschilt
van de GROTE fietsenstalling.

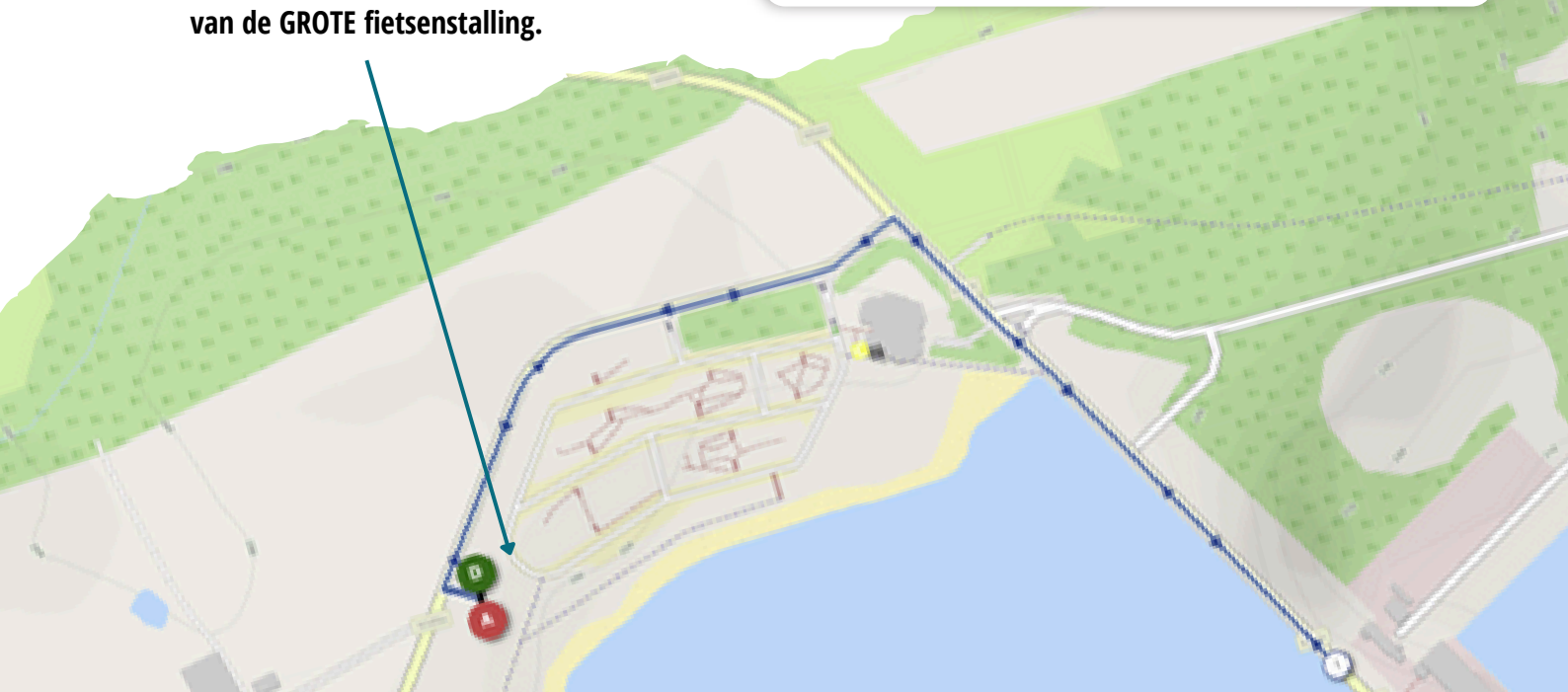
LEGENDE



Vertrek



Aankomst



MINI KIDS

HARDLOPEN - 400 M



1 ronde op het fietspad
rond het Lac de la Plate
Taille



Geen
bevoorrading

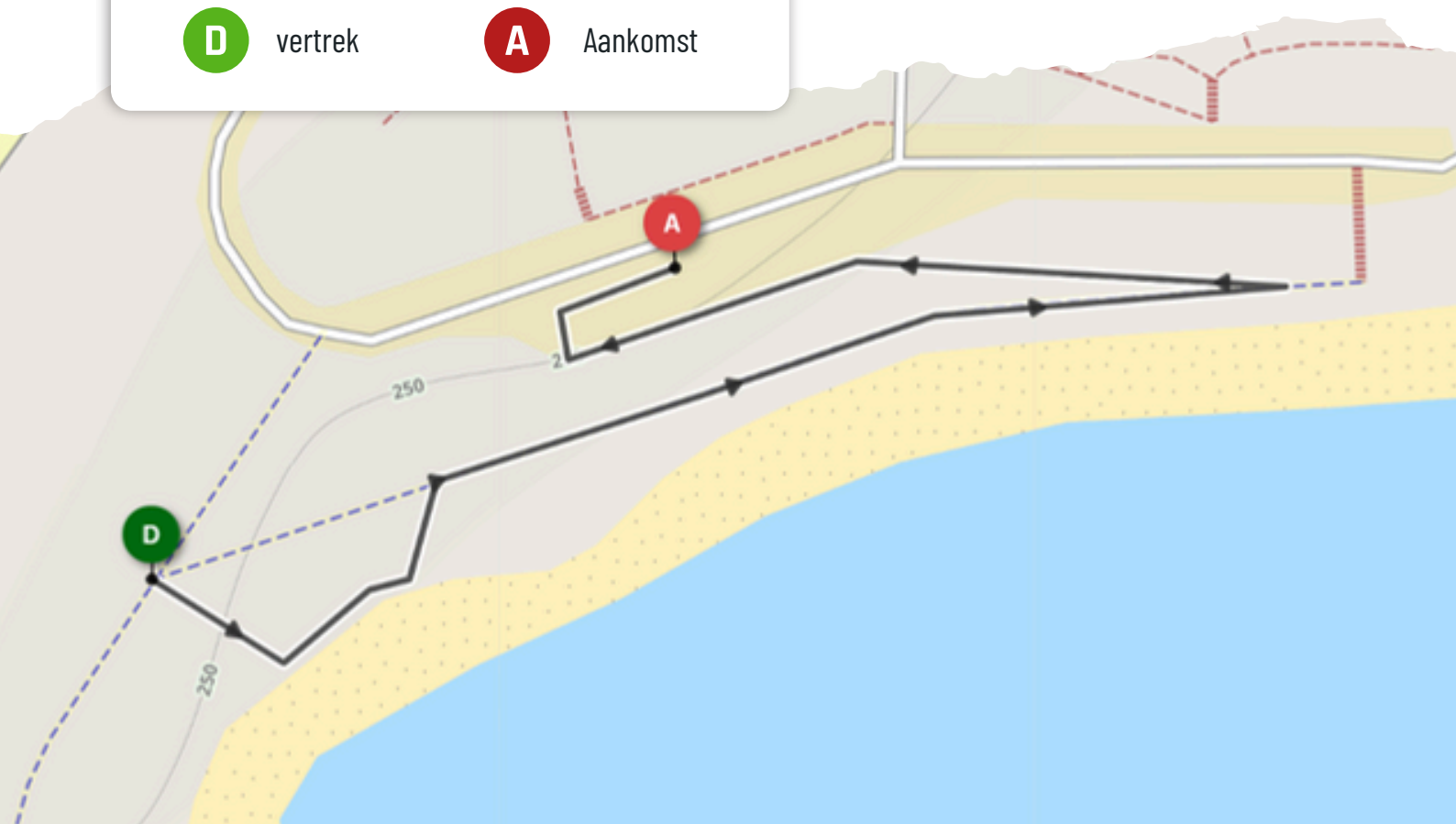
LEGENDE



vertrek



Aankomst





KIDS

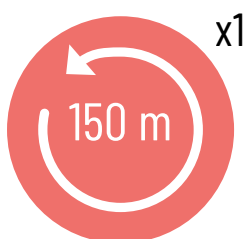
ZWEMMEN - 150 M



Start Roling Start
5 kinderen/5 seconden



Voor de start is het niet
toegestaan om in het water
op te warmen.



Start Roling Start
5 kinderen/5 seconden



Een triatlonschool zal
toezicht houden op het
evenement, evenals het hele
waterreddingsteam.

Training alleen toegestaan op vrijdag,
onder begeleiding van een ouder
van 14.00 tot 15.00 uur
en van 17.00 tot 18.00 uur

LEGENDE



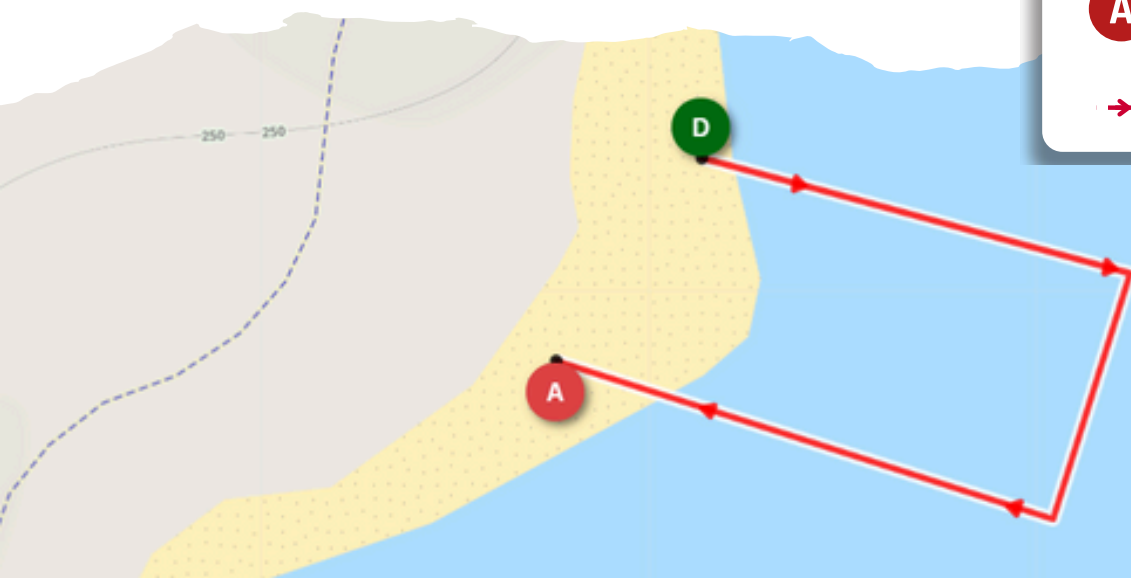
Vertrek



Aankomst



Richting van de race



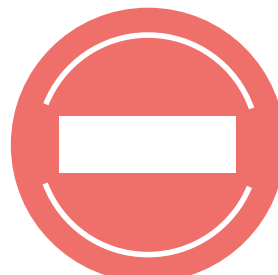
FIETSEN - 5 KM



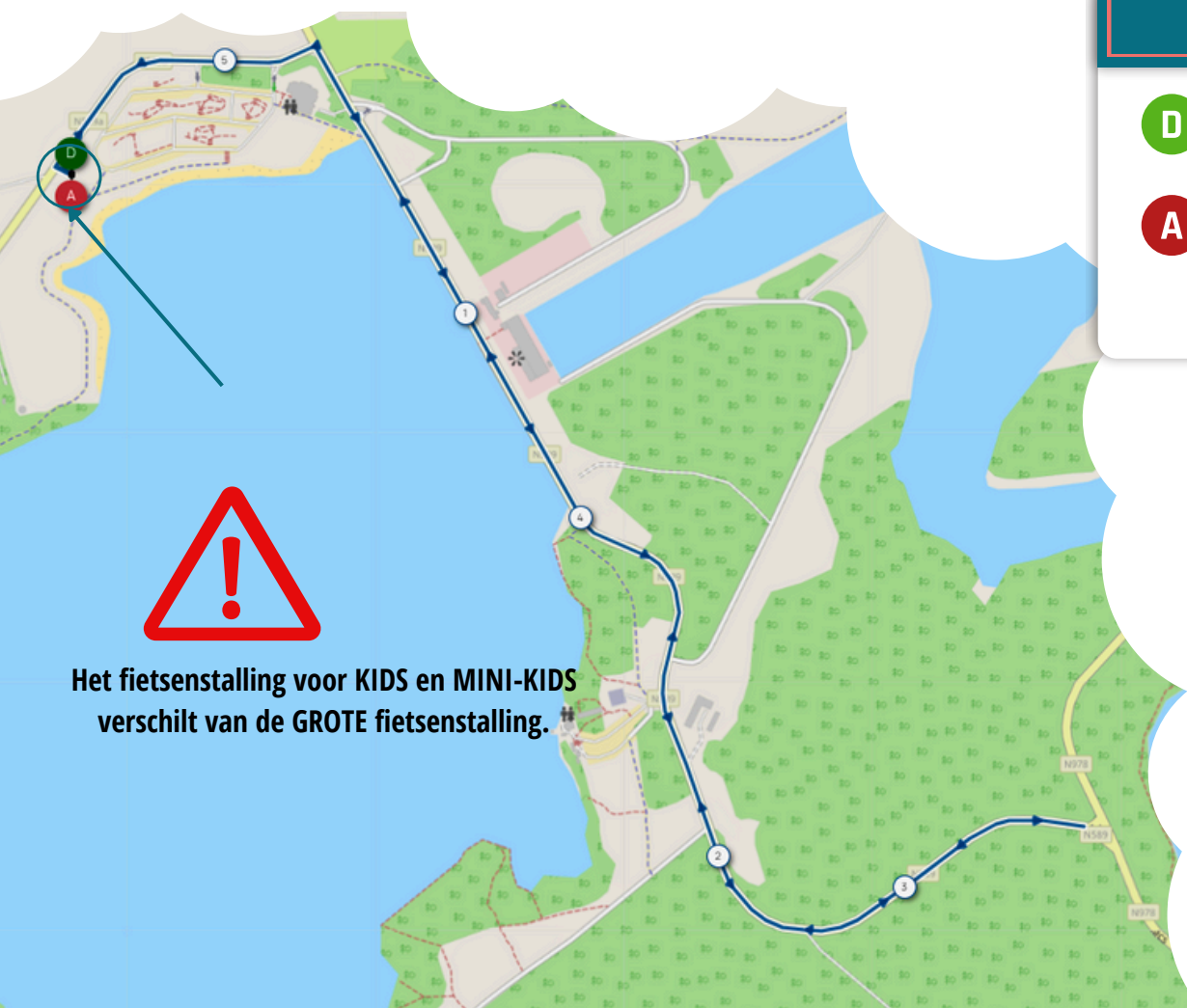
Route langs de Plate
Taille



Geen bevoorrading



Route afgesloten voor
verkeer



LEGENDE



Vertrek



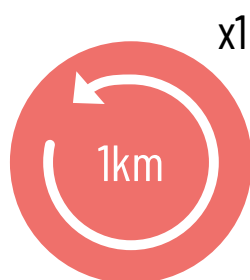
Aankomst

Het fietsenstalling voor KIDS en MINI-KIDS
verschilt van de GROTE fietsenstalling.

60

KIDS

HARDLOPEN - 1KM



1 ronde op het fietspad
rond het Lac de la Plate
Taille



Geen bevoorrading

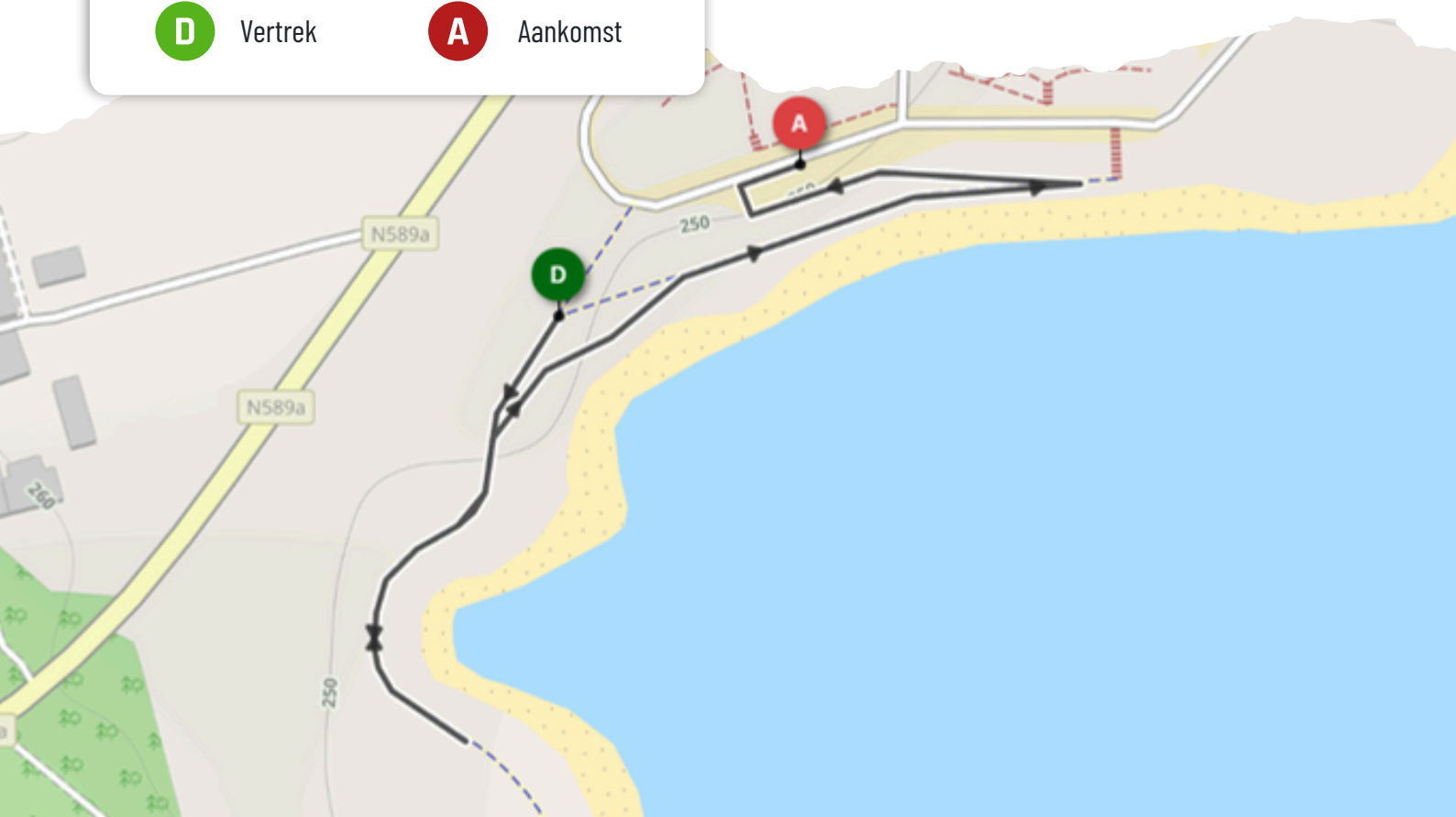
LEGENDE



Vertrek



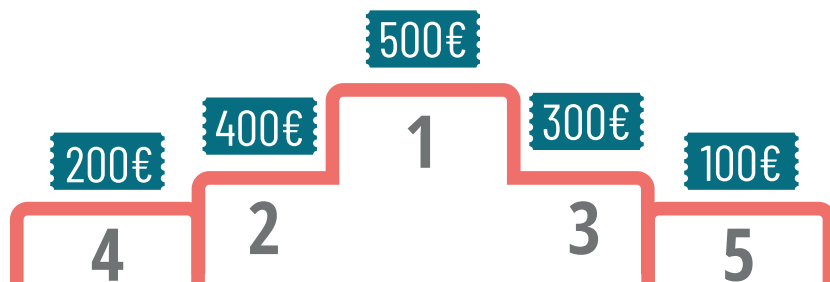
Aankomst



PRIJSUITREIKING

HALF DISTANCE

Zaterdag 20 september om 20 uur

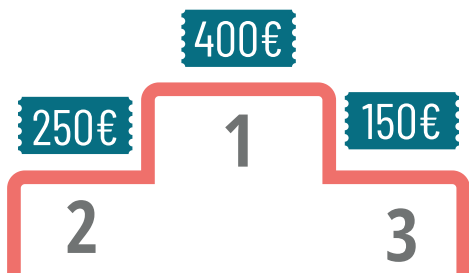


OPMERKING: Prijzengeld alleen voor de eerste 5 in het algemeen klassement bij de mannen en vrouwen.

OLYMPIC DISTANCE

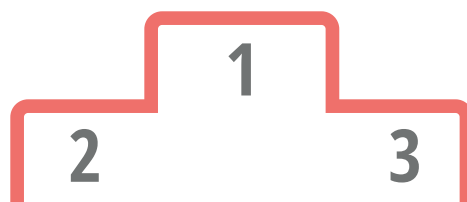
Zondag 21 september om 18 uur

BELGISCH KAMPIOENSCHAP



Voor de Belgische kampioenschappen worden de eerste man/vrouw van elke categorie beloond.

OPEN



De eerste 3 mannen/vrouwen in het algemeen klassement OPEN worden beloond.

TEENS

De eerste 3 jongens en meisjes in het algemeen klassement



HALF/PROMO DISTANCE

De eerste drie mannen/vrouwen in het algemeen klassement en de eerste man/vrouw in elke categorie worden beloond:

- Junioren (18-19 jaar)
- Espoirs (20-23 jaar)
- Senioren (24-39 jaar)
- Masters A (40-49 jaar)
- Masters B (50-59 jaar)
- Masters C (+60 jaar)
- Masters D (+70 jaar)



VILAGE EXPOSANTS

Kom gedurende het hele weekend ons partnerschapsdorp ontdekken. Het is een uitstekende gelegenheid om onze partners te leren kennen, met hen van gedachten te wisselen en de benodigdheden voor een succesvolle triatlon aan te schaffen.

Het exposantendorp is geopend:

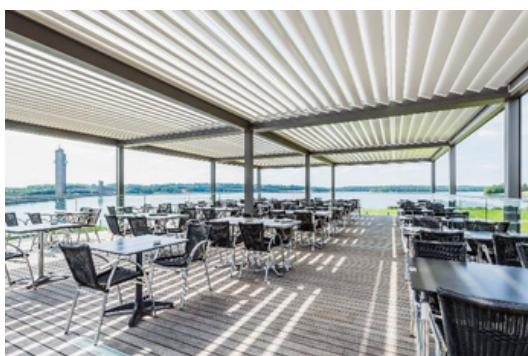
- Vrijdag van 14.00 tot 20.00 uur
- Zaterdag van 8.00 tot 20.00 uur
- Zondag van 7.00 tot 20.00 uur

MET DE AANWEZIGHEID VAN



PRAKTISCHE INFORMATIE

RESERVEER UW OPENLAKES-MENU



Afspraak op vrijdag in Brasserie Ô Barrage:

- Van 18.00 tot 20.30 uur
- Op de locatie van het evenement zelf.
- Op het menu: een evenwichtige maaltijd op basis van kip, Thaise groenten en geurige rijst.
- Prijs: € 15 per persoon.
- Reserveren is verplicht, uiterlijk 3 dagen van tevoren, via het volgende e-mailadres: welcome@parcducrocodilerouge.be.
- Vermeld bij uw reservering: uw aankomsttijd, het aantal personen en een telefoonnummer waarop u bereikbaar bent.

EET LOKAAL!



Kom tijdens het evenement kennismaken met producenten uit de regio, die u laten proeven van onze streekproducten.



VISITWallonia.be



Et toutes les réductions en Wallonie en téléchargeant l'application gratuite **Pass VISITWallonia.be**

PRAKTISCHE INFORMATIE

ONZE FACILITEITEN TER PLAATSE

Foodtruck



Douches



Toiletten



Beveiligde
fietsenstalling



LA CHA CRÉATIVE

IMMORTALISEZ VOS EXPLOITS!

MUGS & PORTE-MÉDAILLES

PERSONNALISÉS

POUR SPORTIFS

PASSIONNÉS

WWW.LACHACREATIVE.COM



CADEAU PARFAIT
POUR UNE SPORTIF(VE)



SOUVENIR UNIQUE
DE VOTRE COURSE



PERSONNALISATION
NOM, DATE, CHRONO...



FAIT MAIN
AVEC AMOUR EN BELGIQUE

-15% AVEC LE CODE OPENLAKES
VALABLE JUSQU'AU 31/12/2023



WeWANTYou

TU VEUX BOSSER
DANS NOTRE ÉQUIPE?

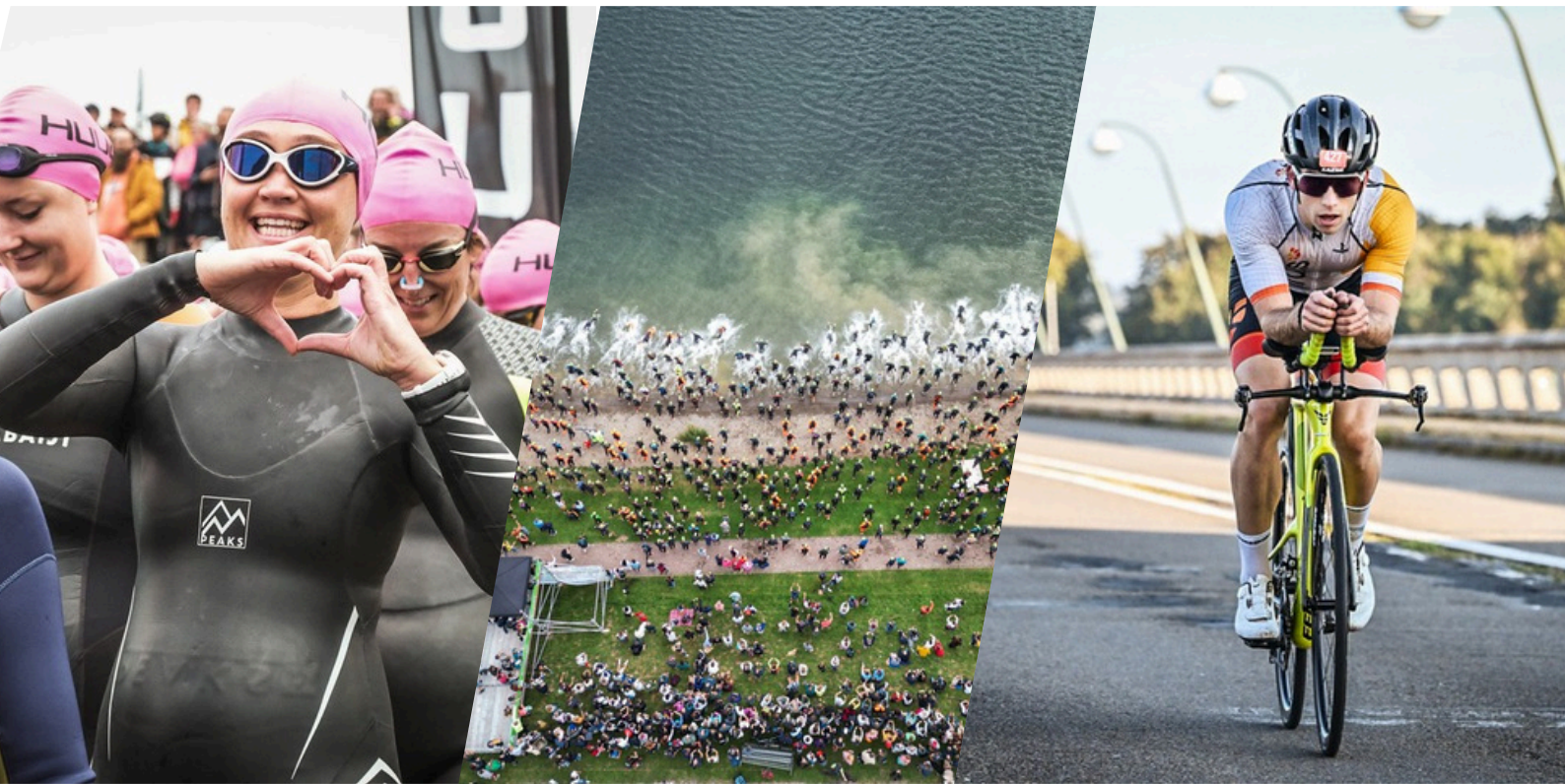
RETROUVE NOS OFFRES D'EMPLOI SUR
WE.WANTYOU.BE



65



ALWAYS REMEMBER YOUR RACE
get your personal pictures on SPORTOGRAF.COM



F O T O
S P O R T O G R A F . C O M
F L A T

ONZE PARTNERS

