



HOEKS TRIATLON

VERHUIZINGEN

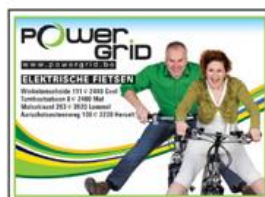


Zondag 14 augustus 2016



De Lommelse IRON-KID

Achtereenvolgens : zwemmen, fietsen en lopen
voor kinderen van 5 tot 12 jaar



www.lommelsetriatlon.be

Organisatie: Stedelijke Sportraad, Stedelijke Sportdienst, vzw De Lommelse Triatleten

INSCHRIJVINGEN:

- **Voorinschrijvingen** via www.lommelsetriatlon.be
- **Daginschrijvingen** in de cafetaria van het zwembad (Sportveldenstraat 15, 3920 Lommel) tussen 10.30u en 11.15u
- **Inschrijvingsbedrag** = 5 €

ZWEMMEN:

- Tussen 11.30u en 12.00u **baantjes zwemmen** in het zwembad volgens je eigen mogelijkheden. Kinderen die nog niet in het 25m-bad kunnen, doen dit in het **instructiebad**. De **glijbaan** zorgt voor de ontspannende noot.
- Tussen 12.00u en 12.10u heb je de tijd om je **om te kleden** (ouders mogen assisteren).

FIETSEN: 2 km

- **Start** om 12.10u aan het Stedelijk Zwembad.
- **Parcours:** Via Sportveldenstraat, Gestelsedijk, Lepelstraat tot in het centrum (*zie parcours in detail op www.lommelsetriatlon.be*). Dit traject wordt in groep en aan een rustig tempo afgelegd, zodat iedereen kan volgen (ouders mogen ook meefietsen). **Wegens wegenwerken in het centrum van Lommel wordt de driehoek Einderpad–Rodekruisstraat–Kerkstraat uit het fietsparcours geschrapt en zal er dus geen extra plaatselijke ronde gefietst worden. Het parcours is dit jaar dan ook uitzonderlijk 2 ipv 3 km lang.**

LOPEN: 400 m

- Gezamenlijke start omstreeks 12.25u ter hoogte van café De Kroon, waarna de kinderen op hun eigen tempo de omloop van 400 meter kunnen afleggen.
- Aankomst op het marktplein onder de aankomstboog.
- In de **aankomstzone** is er sportdrink, water en fruit voorhanden.

PRIJSUITREIKING:

- Omstreeks 12.30u zullen alle Iron Kids op de kiosk hun diploma en een mooie prijs in ontvangst nemen.

INLICHTINGEN:

- Stedelijke Sportdienst, Sportveldenstraat 3920 Lommel, Tel. 011/54.84.03.
- www.lommelsetriatlon.be