

Beste Sportzot NSSC-er,

Bij deze vindt u de **voorlopige briefing** voor de **Sportzot NSSC 3500M** van zaterdag 13 juli. Mocht er iets niet duidelijk zijn na het lezen hiervan aarzel dan niet ons te contacteren.

STARTPLAATS

De startplaats bevindt zich voor de **O'Neill Beachclub (Zeedijk 245) te Blankenberge**. Iedereen dient op eigen kracht hier te geraken. Kom je met de auto dan kan je die kwijt in de betalende parking Sea Life (A. Van Ackersquare) op 5 minuten wandelen van de startplaats.
<https://www.visit-blankenberge.be/parkeren>

Je kan ook reeds de wagen in Zeebrugge parkeren (gratis parking Kustlaan) en met de tram naar Blankenberge. Parking en tramhalte Zeebrugge-Strandwijk bevinden zich vlak bij elkaar. Er vertrekt een tram elke 10min richting Blankenberge die u afzet aan Halte Blankenberge Pier, vlakbij de start. U kan alles best nog eens dubbelchecken op
<https://www.delijn.be/nl/routeplanner/>

Vertrek tijdig.

REGISTRATIE

Het **wedstrijdsecretariaat is open van 16u00 tot 18u00** en bevindt zich op de dijk ter hoogte van de O'Neill Beachclub. U dient zich daar eerst te registreren.

Er wordt dit jaar gewerkt met een rolling start (om de 5sec). Bij registratie ontvangt u een genummerde badmuts.

Zwemmen met pak is niet verplicht maar wordt door de organisatie ten zeerste aangeraden. De watertemperatuur op het moment van de wedstrijd wordt geschat op 18,5°. Er zijn geen kleedkamers voorzien bij de start. Het toilet van de O'Neill Beachclub is echter wel beschikbaar voor de deelnemers. Na de wedstrijd kan u eventueel douchen bij de openluchtdouches voor het badengebouw in Zeebrugge.

Zwemmen met een safeswimmer (ss) is **wel** verplicht. Deelnemers voorzien die zelf.

BAGAGE DROP OFF

Na registratie kan u uw bagage (in een afgesloten tas) afgeven aan de bagagewagen op het strand. In ruil ontvangt u een genummerd tyvekbandje. Enkel op vertoon van het correcte bandje bij aankomst zal u uw bagage kunnen recupereren.

STARTBOX

De startbox bevindt zich aan de waterlijn. De deelnemers zullen opgesteld worden volgens het door ons toegekende startnummer. De startbox kan pas betreden worden na nummerafroeping van de organisatie om 18u. Zo zijn we zeker dat iedereen die geregistreerd is ook effectief start. Om 18u15 dient iedereen in de startbox te staan. Eenmaal in de box kan deze niet meer verlaten worden.

STARTPROCEDURE

Voor de start volgt nog een korte briefing. Na goedkeuring van de reddingsdienst Blankenberge zal rond 18u45 de eerste deelnemer starten.

PARCOURS

Het parcours is afgebakend met grote boeien. Na de start zwemt u eerst recht in zee richting de eerste rode boei. U draait **achter** deze boei naar rechts richting Zeebrugge. De volgende 5 gele boeien liggen op een "rechte lijn" richting Zeebrugge. De laatste boei is opnieuw een rode, daar draait u opnieuw **achter** de boei een kwartslag naar rechts en zwemt u recht op de kust. Daar dient u nog een kort stukje te lopen door de branding tot aan de finish.

Langsheen het parcours patrouilleren de reddingsdiensten met boten en jetski's. U zwemt steeds links van onze boeien. Indien u te ver zee-inwaarts zwemt zullen zij u terug richting kust sturen. Volg steeds hun instructies op en kijk regelmatig waar u zich bevindt, het kan u een pak meters besparen (focus op de blauwe kranen in Zeebrugge). Vergewis u voor de start over welke boeien het gaat en verwar niet met de boeien van de bestaande zwemzones.

TIJDSOPNEMING

De tijd van elke zwemmer wordt individueel opgenomen. Je tijdsregistratie begint bij het startschot en stopt pas wanneer je de finishlijn overschrijdt. Bij

aankomst ontvang je een drankje en stuk fruit. De bagagewagen zal zich daar ook bevinden.

PRIJSUITREIKING

Na de wedstrijd is er rond 20u30 een prijsuitreiking op het terras van de Icarus Surfclub in Zeebrugge. Het klassement achteraf wordt opgemaakt volgens leeftijdscategorieën (zie bijlage).

De snelste mannelijke en vrouwelijke deelnemer aan de 3500M ontvangen elk een unieke schaal van de Brugse keramiste Ann Marcus.

VEILIGHEID

Uw veiligheid en die van de andere deelnemers primeert tijdens deze wedstrijd. Er zijn voldoende redders langs het parcours in geval van nood. Mocht u in de problemen komen tijdens de wedstrijd gebruik dan u ss om op te leunen en steek uw hand in de lucht. De redders weten dan dat u assistentie nodig hebt. Indien u onderweg besluit om de wedstrijd te staken en nog op eigen kracht het strand kan bereiken meldt u dan onmiddellijk aan bij één van de "spotters" met gele hesjes langs het parcours, zij zullen u verder helpen.

TOT SLOT

De meest actuele info vind je steeds terug <https://bit.ly/SportzotNSSC24-Facebook> Heb je nog vragen contacteer bruno@langereizwemmers.be

We wensen je alvast veel succes bij de voorbereiding!
Het NSSC-team

Leeftijdscategorieën:

- 12,13,14 en 15-jarigen (geb. 2012,2011,2010,2009)
- 16, 17 en 18-jarigen (geb. 2008,2007 en 2006)
- • Senioren A: 19 tot en met 24-jarigen (geb. 2005-2000)
- • Senioren B: 25 tot en met 34-jarigen (geb. 1999- 1990)
- • Senioren C: 35 tot en met 44-jarigen (geb. 1989 - 1980)
- • Senioren D: 45 tot en met 54-jarigen (geb. 1979- 1970)
- • Senioren E: 55 tot en met 64-jarigen (geb. 1969- 1960)
- • Senioren F: 65-jarigen en ouder (geb. 1959 -1900)

