



Havslätts triathlon 1 juli 2017

Start vid Havslätts badplats

Starttider

- 11.00:** -11 år, 12-14 år (100 m simning, 5 km cykel, 1 km löpning).
14.00: Motionsklass (400 m simning, 20 km cykel, 5 km löpning).

Bansträckning

Växelzon på Illervägen.



Motion – 400 meter i anslutning till badplatsen i ett varv.
Barn – 100 meter i anslutning till badplatsen i ett varv.



Motion – 20 km, 2 varv på en bana längs med Saltviksvägen ut till vändpunkt vid E22, därefter Rosendalsvägen mot Badplatsen.
Barn – 5 km, norrut på cykelvägen mot Saltvik och tillbaka.



Motion – 5 km, norrut på cykelvägen mot Saltvik och tillbaka.
Barn – 1 km, i anslutning till Havslätts Camping.

Regler

- Vid vattentemperatur under 14°C kortas simningen alternativt ersätts med 3 km löpning (1 km för barn).
- Cykel med fungerande bromsar och cykelhjälms.
- Det är inte tillåtet att ligga på rulle.
- Ingen cykling tillåten mellan de gula strecken i växlingszonen.
- Var glad och respektera dina medtävlande.



Anmälan

Mejlas senast **26 juni**
oskarshamns.sk@telia.com

Avgift

Vuxen 300 kr, Barn 100 kr
 Betalas gärna i samband med anmälan
 (senast 26 juni) till swish nr 1230489930.

Efteranmälan

- Fram till 1 timme innan respektive start
- Förhöjd startavgift
- 400 kr vuxen, 150 kr barn.

Nummerlappar hämtas ut från kl. 09.00.
 Försäljning av simglasögon mm