

RINGE TRI STÆVNE SØNDAG 11.MAJ 2025

Opdateret 11.03.25
Ret til ændringer forbeholdes

N	Start	DISTANCE	Svømning	Cykling	Løb	8.30-9.00					9.00 - 10.00					10.00 - 11.00					11.00 - 12.00					12.00 - 13.00					13.00-14.00										
						30	35	40	45	50	55	0	5	10	15	20	25	30	35	40	45	50	55	0	5	10	15	20	25	30	35	40	45	50	55	0	5	10	15	20	25
	Alle					Registrering															De angivne cykel- og løbetider er vejledende. Der lukkes ikke for deltagerne																				
1	9.30	1/4 JERNMAND	950 m	45 km	10,5	Skifte-zone					Race-Briefing	Svømmer (langsomste anmeldte) (Maks 35 min.)					Cykler (1 time 45 minutter)					Løber (1 time 30 minutter)																			
2	10.05	1/4 JERNMAND	950 m	45 km	10,5	Skifte-zone					Race-Briefing	Skifte-zone					Svømmer (mellemste anmeldte) Maks 30 min.					Cykler (1 time 35 minutter)					Løber (1 time 25 minutter)														
3	10.35	1/4 JERNMAND	950 m	45 km	10,5	Skifte-zone					Race-Briefing	Skiftezone					Svømmer (mellemste anmeldte) Maks 30 min.					Cykler (1 time 30 minutter)					Løber (1 time 20 minutter)														
4	11.05	1/4 JERNMAND	950 m	45 km	10,5	Skifte-zone					Race-Briefing	Skiftezone					Svømmer (hurtigste anmeldte) Maks 25					Cykler (1 time 25 minutter)					Løber (1 time 20 minutter)														
5	11.30	Børne-TRI	50 m	3 km	500 m						Skifte-zone					Race-Briefing	Skifte-zone					Svømmer					Cykle Løb														
6	11.45	4-18-4	400 m	18 km	4 km	(Hurtigste anmeldte)					Skifte-zone					Race-Briefing	Skifte-zone					Svømmer					Cykler					Løber									
7	11.45	Duathlon	4 km	18 km	4 km						Skifte-zone					Race-Briefing	Skifte-zone					Løber					Cykler					Løber									
8	12.00	4-18-4	400 m	18 km	4 km	(Langsomste anmeldte)					Skifte-zone					Race-Briefing	Skifte-zone					Svømmer					Cykler					Løber									
9	12.15	2-9-2	200 m	9 km	2 km						Skifte-zone					Race-Briefing	Skifte-zone					Svømmer					Cykler					Løber									

Tidsplan søndag 11.maj 1/4 JERNMAND

8.30	Registrering åbner
8.30	Skiftezone åbner for 1/4 jernmand
9.05	Briefing for 1/4 jernmand
9.20	Skiftezone lukker for 1/4 jernmand, 1.heat
9.30	Start 1.heat (med de langsomste anmeldelsestider)
9.50	Skiftezone lukker for 1/4 jernmand, 2.heat
10.05	Start 2.heat (med de "mellemste" anmeldelsestider)
10.25	Skiftezone lukker for 1/4 jernmand, 3.heat
10.35	Start 3.heat (med de bedst.mellemste tider)
10.50	Skiftezone lukker for 1/4 jernmand, 4.heat
11.05	Start 4.heat (med de hurtigste anmeldelsestider)
14.00	Forventet slut og præmieoverrækkelse

Tidsplan søndag 11.maj duathlon, lang og kort

8.30	Registrering åbner
10.10	Skiftezone åbner
10.55	Briefing duathlon, kort og lang
11.45	Duathlon og lang starter
13.45	Forventet præmieoverrækkelse

Tidsplan søndag 11.maj børne-TRI

8.45	Registrering åbner
9.50	Skiftezone åbner
10.35	Briefing børne-TRI
11.30	Børne-TRI starter
	Medalje på målstregen!!!