

Deelnemersinformatie 2026



Inhoud

Programma	3
Routebeschrijving	3
Parkeren	4
Goed om te weten	5
Inschrijfbureau	6
Voor de start	6
Wisselzone	7
Zwemmen	7
Zwemparcoursen ½, ¼, OD	8
Fietsen	9
Fietsparcours	9
Strafbox	10
Trio triathlon	12
Na de finish	13
Foto's	13
Social media:	13
Voor noodgevallen	13
Tot Slot	13

Programma

Serie	Afstand	Start	Prijsuitreiking
1	Olympic Distance massastart	09:00	v.a. 12:30
2	Olympic Distance rolling start	09:30	v.a. 12:30
3	1/4 massastart	10:20	v.a. 15:00
4	1/4 1e serie rolling start	11:00	v.a. 15:00
5	1/4 2e serie rolling start	11:40	v.a. 15:00
6	1/4 estafette (massastart)	12:30	v.a. 15:00
7	1/8 estafette (massastart)	13:10	v.a. 16:00
8	1/8 massastart	13:50	v.a. 16:00
9	1/8 1e serie rolling start	14:10	v.a. 16:00
10	1/8 2e serie rolling start	14:30	v.a. 16:00
11	1/16 Jeugd Triathlon	15:40	v.a. 17:00
	1/16 Jeugd Estafette	15:40	v.a. 17:00
12	Ouder-Kind Triathlon	16:00	n.v.t.

Tijden kunnen veranderen. Kijk op de website voor de laatste informatie

Routebeschrijving:

Ons evenement wordt gehouden op en rond de sportvelden van SKF Korfbal aan de Wageningse laan 1, 3903 LA te Veenendaal

LET OP! DE A12 IS DICHT OP 29 AUGUSTUS 2026 TUSSEN UTRECHT EN VEENENDAAL

Kijk op de site van [Rijkswaterstaat](#) voor meer informatie omtrent de werkzaamheden en wegafsluitingen.

MET DE FIETS:

Voor iedereen uit Veenendaal en de omliggende plaatsen, kom vooral met de fiets.

MET HET OPENBAAR VERVOER:

Neem de trein naar station Veenendaal-Centrum. Hiervandaan is het nog 1500 meter naar ons triathlonterrein. Verlaat het station richting centrum, bij de eerste verkeerslichten ga je rechtsaf (Industrielaan) en dan zie je na de tweede verkeerslichten aan de linkerhand het terrein van SKF Korfbal.

Of neem de trein naar Veenendaal de Klomp. Reken hiervoor een extra fietstijd van 15 minuten.

MET DE AUTO:

Vanuit Utrecht

Op 29 augustus 2026 is de A12 is tussen Knooppunt Lunetten en Veenendaal-West (afslag 23) afgesloten. Naar Veenendaal via de A12 is dus niet mogelijk, neem een alternatieve route via de A15 en houd rekening met extra reistijd.

Omrijden via de A15

- Volg de borden richting Rhenen en daarna Veenendaal (op de N233)
- Ga na de rotonde rechtsaf (Rondweg-Oost)
- Ga bij de volgende rotonde linksaf (De Smalle Zijde)
- Neem de 2^e afslag rechts In de bocht (direct na het tankstation)
- Raadpleeg de wedstrijd informatie voor parkeren en volg de aanwijzing van de verkeersregelaars op

Vanuit Arnhem

- Neem afslag 23A (Veenendaal-Oost).
- Einde afslag bij de verkeerslichten rechtsaf (N233) en bij de volgende verkeerslichten rechtdoor (N233, Rondweg-Oost).
- Ga bij de 3e rotonde rechtsaf (De Smalle Zijde).
- Neem de 2^e afslag rechts In de bocht (direct na het tankstation).
- Raadpleeg de wedstrijd informatie voor parkeren en volg de aanwijzing van de verkeersregelaars op.

Parkeren

Triatleten en hun bezoekers parkeren op de volgende aangewezen locaties (zie de kaart hieronder):

- **De Regenboog** – De Grote Pekken 11. Ruime parkeergelegenheid op loopafstand van het evenemententerrein. [kaart openen](#)
- **Gezondheidscentrum Veenendaal** – Nijverheidslaan 3-U. Op zaterdag goed beschikbaar. [kaart openen](#)
- **Langs de Industrielaan** – Langsparkeren op de daarvoor aangegeven vakken. [kaart openen](#)
- **Laan der Techniek** – Industrierrein Het Ambacht. [kaart openen](#)
- **Energistraat** – Industrierrein Het Ambacht. Op zaterdag doorgaans volop ruimte doordat de bedrijven gesloten zijn. [kaart openen](#)



Locatiekaart op luchtfoto. Blauw = parkeren voor triatleten; rood = sportverenigingen aan de Groeneveldselaan (hier dus niet parkeren); oranje = oversteek van lopers en fietsers.

Waar niet parkeren

Op de woonboulevard aan de Groeneveldselaan kan er zowel door de sportverenigingen alsook voor deelnemers en bezoekers van de triathlon **niet** geparkeerd worden. Om dit extra te ontmoedigen zal de ingang tegenover Direct Lampen/Welkoop deze dag gesloten blijven.

Praktische afspraken

Volg ter plaatse altijd de aanwijzingen van de bebording en de verkeersregelaars. Parkeer netjes binnen de vakken en houd in- en uitritten van bedrijven en hulpdiensten vrij. Houd er rekening mee dat het vanaf de parkeerlocaties enkele minuten lopen is naar de start/finish; reken hier wat extra tijd voor in.

Actuele informatie over het programma en het volledige fietsparcours met verkeersomleidingen vind je op de officiële website: triathlonveenendaal.nl.

Goed om te weten

Waterkwaliteit

De gezondheid van de deelnemers staat altijd voorop. Helaas lopen we met een wedstrijd aan het einde van de zomer ook in Veenendaal het risico op blauwalgen in ons zwemwater. We monitoren dit altijd goed en hebben hier daarnaast intensief contact over met het Waterschap en de Gemeente Veenendaal. Ook hebben we draaiboeken klaarliggen voor een alternatief (zwem)parcours, mocht dit nodig zijn. Volgens de laatste metingen is het zwemwater veilig. Mocht hier iets in veranderen, dan melden wij dat via onze website en de socials.

Veiligheid en aansprakelijkheid

Het parcours is verkeersluw. Bij calamiteiten hebben hulpdiensten voorrang op het parcours. Er doen ook gehandicapte deelnemers mee met rolstoel, handbike of tandem. Geef elkaar de ruimte en houd rekening met snelheidsverschillen. Daarnaast rijden motoren met de jury, verslaggevers en TV-medewerkers rond. Let daarop en houd hier rekening mee. Houd altijd rechts aan. Overschrijden van de midden-afscheiding op het fietsparcours is streng verboden en wordt onmiddellijk bestraft met diskwalificatie.

Op het fietsonderdeel is een fietshelm verplicht vanaf het moment dat je fiets pakt uit het rek tot het moment dat je hem weer wegzet.

Geef ongelukken of gevaarlijke situaties direct door aan de eerste vrijwilliger die je tegenkomt.

EHBO

De medische ondersteuning wordt verzorgd door de vrijwilligers van de EHBO, het Rode Kruis en een aanwezige arts. Hun vaste post is naast de ingang van het evenemententerrein. Daarnaast zijn ze op diverse plaatsen op het parcours aanwezig.

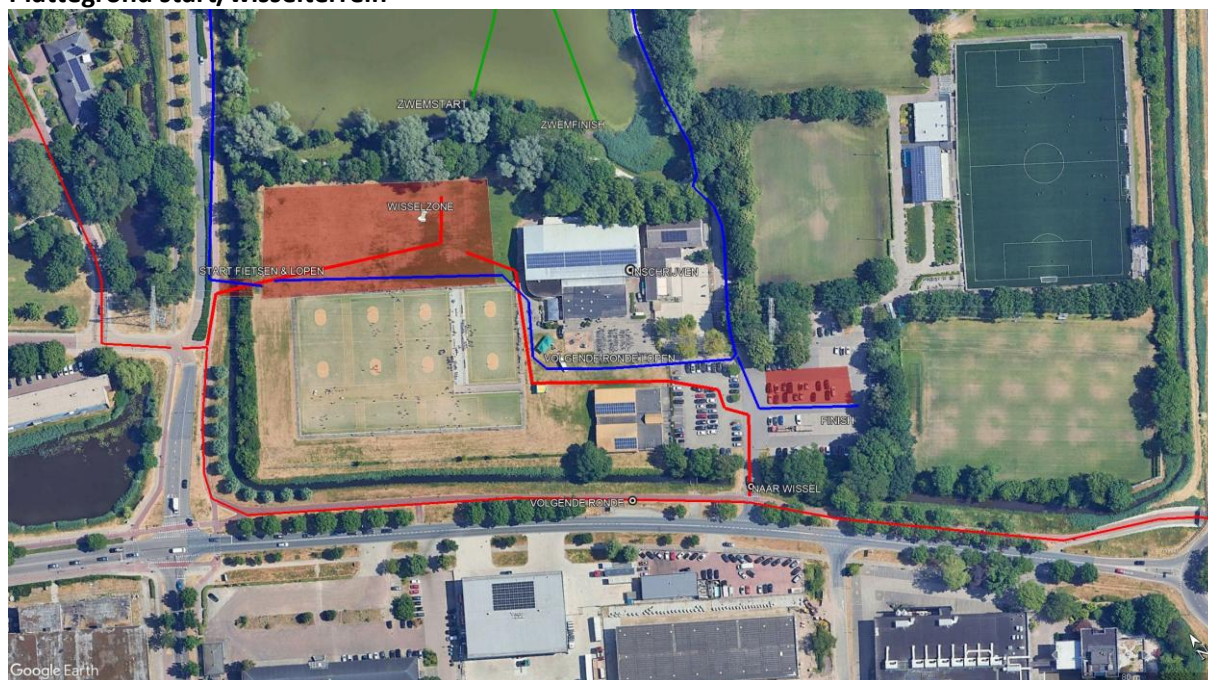
Inschrijfbureau

- Bij aankomst aanmelden bij het inschrijfbureau in de sporthal van de korfbalvereniging SKF
- Het inschrijfbureau is op de wedstrijddag geopend vanaf 7:30 uur en op vrijdagavond van 18:30-20:00 uur. Zorg dat je minimaal 45 minuten voor je wedstrijd je startbewijs ophaalt.
- Controleer voor vertrek altijd onze website www.triathlonveenendaal.nl voor de laatste updates.
- Wanneer je je hebt gemeld, ontvang je een enveloppe met je startnummer, fietssticker en een timingchip.
- De chip bevestig je met de meegeleverde band om je linker enkel. **Na de finish moet je de chip inleveren. Anders brengen wij hiervoor 25 euro in rekening.**
- Zorg zelf voor een band voor je startnummer. Iedere deelnemer krijgt 1 startnummer (wanneer je meedoet aan een 1/8 of 1/4 trio zitten er 3 startnummers in de envelop). Tijdens het fietsen moet dit zichtbaar op de rug gedragen worden en tijdens het lopen aan de voorkant.
- Uit duurzaamheidsoogpunt moet je zelf je eigen badmuts meenemen.

Nieuw dit jaar:

- **Deelnemers aan de olympische afstand moeten hun fiets uiterlijk 14:15 uit de wisselzone opgehaald hebben.** Deze plekken hebben we nodig voor de ouder-kind triathlon.
- **Deelnemers aan de ouder-kind triathlon kunnen vanaf 14:30 uur hun fiets in de wisselzone zetten.**

Plattegrond start/wisselterrein



Voor de start

- Je kunt je omkleden in de kleedkamers van korfbalvereniging SKF. De kleedkamers worden niet bewaakt en het gebruik is op eigen risico. Laat daar geen waardevolle spullen achter.
- In de wisselzone is een tent waar je je tas kan inleveren. Je krijgt je tas terug op vertoon van je startnummer. Dit is een extra service om diefstal te voorkomen, maar we zijn in geen geval aansprakelijk voor vermissingen. Houd rekening met andere deelnemers en onze vrijwilligers en lever je tas maar 1x in. Bedenk goed wat je tijdens de wedstrijd nodig hebt en haal de tas pas weer op als je gefinisht bent.
- Lever alleen een kleine tas met waardevolle spullen in, geen hele hutkoffers. Onze vrijwilligers bij de tassentent zijn je dankbaar! En omdat al die honderden tassen erg veel ruimte innemen help je ons enorm als je je tas zo snel mogelijk weer ophaalt nadat je gefinisht bent.

- De sticker met het fietsnummer plak je om je zadelbuis of anders om een kabel. Dit is om te controleren dat niemand de verkeerde fiets meeneemt.
- De briefing van jouw serie is 10 minuten voor jouw starttijd bij de start van het zwemparcours (het ponton). Wees op tijd aanwezig!

Wisselzone

Wisselzone zwemmen/fietsen

- Bij de ingang van de wisselzone worden je fiets en helm gecontroleerd. Zet je helm voor de controle op met het kinbandje vastgeklikt, zorg dat de sticker op je fiets zit en draag je startnummer zichtbaar.
- Je moet je fiets voor de wedstrijd in de wisselzone stallen op je nummer. Hang je fiets altijd aan het zadel, het liefst met het voorwiel naar buiten gericht. De nummers staan op borden aan het begin van elke rij fietsrekken.
- De wisselzone bevindt zich op het grote grasveld achter de sporthal. Na de registratie loop je met je fiets door de sporthal naar de wisselzone.
- Na de wedstrijd kun je alleen op vertoon van je startnummer de fiets weer meenemen. **Wij stellen het op prijs als je z.s.m. na de wedstrijd je fiets ophaalt.**
- Deelnemers met fysieke beperkingen mogen geholpen worden in de wisselzone vanaf de zwemfinish tot de start van het fietsen en vanaf de fietsfinish tot de start van het loopparcours. Helpers moeten vooraf aangemeld worden via info@triathlonveenendaal.nl.

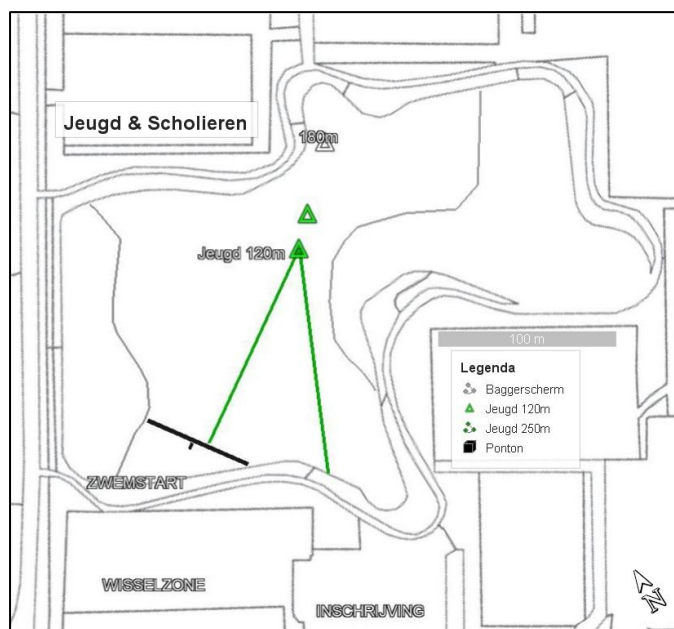


Zwemmen

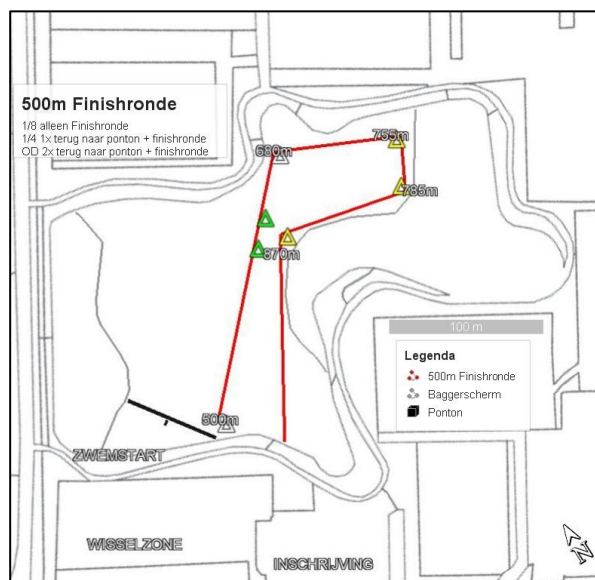
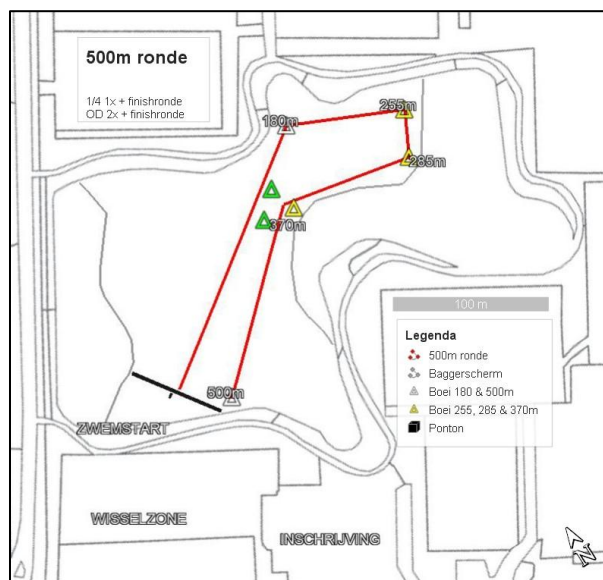
- Het zwemmen gebeurt in de Surfvijver. Mocht de waterkwaliteit dit niet toelaten, dan zal er uitgeweken worden naar een alternatief zwemparcours. Mocht dit zo zijn, dan wordt dit vooraf gemeld op de website en via onze social media kanalen.
- Er wordt op een mededelingenbord bij het inschrijfbureau aangegeven of er met een wetsuit gestart mag worden. Houd voorafgaand aan de wedstrijd ook de website in de gaten!
- **Wetsuits zijn verplicht onder de 16 °C en verboden boven de 22°C.** In de dagen voor de triathlon wordt de actuele watertemperatuur op de website en socials bijgehouden.
- Er kan alleen worden ingezwommen buiten het parcours in het daarvoor aangegeven deel van de surfvijver.
- Met behulp van boeien en lijnen heeft de organisatie het zwemparcours uitgelegd.

- Ouder-Kind triathlon= 1 ronde van 75 meter
- 1/16 jeugd triathlon = 1 ronde van 250 meter
- 1/8 triathlon = 1 ronde van 500 meter.
- 1/4 triathlon = 2 ronden, totaal 1000 meter.
- OD triathlon = 3 ronden, totaal 1500 meter.
- **Je bent verplicht om een badmuts te dragen** voor de zichtbaarheid tijdens het zwemmen. Deze moet je zelf meenemen.
- 10 minuten voor jouw start meld je je bij het ponton bij de surfvijver. Daar krijg je de laatste instructies van de starter.
- Je kon bij je inschrijving kiezen voor een massastart of een individuele 'rolling start' waarbij de deelnemers één-voor-één ca. 5 seconden na elkaar starten. Je echte tijd wordt dan geregistreerd d.m.v. een startmat aan de waterkant.
- De series met massastart en rolling start worden in de uitslagen samengevoegd.
- Na het zwemmen klim je zelf uit het water via een ondiep strandje. Voor degenen die hulp nodig hebben zijn vrijwilligers ter plaatse.

Zwemmen Jeugd 250m:



Zwemparcoursen 1/8, 1/4, OD



Fietsen

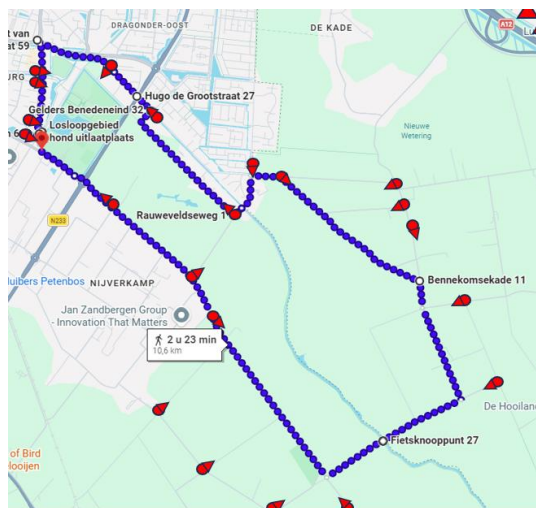
Voor alle deelnemers:

- Het dragen van een fietshelm is verplicht. Je dient hiervoor zelf zorg te dragen.
- Je moet je helm dicht gespot op het hoofd hebben voordat je de fiets pakt.
- Het is verboden te fietsen in de wisselzone. (Stap pas op na de balk over de brug bij het verlaten van de wisselzone.)
- Het startnummer moet volledig zichtbaar op de rug gedragen worden tijdens het fietsen.
- Je kunt niet infietsen op het fietsparcours.
- Houd zoveel mogelijk rechts en let op inhalende deelnemers.
- Stayeren is niet toegestaan. Hou altijd 12m tussenruimte met je voorganger. Alleen om in te halen mag je dichterbij komen. Je hebt dan 30 seconden om te passeren. Zodra je ingehaald wordt moet je binnen 5 seconden minimaal 12m achter de inhaller rijden.
- Blokken (het belemmeren van een deelnemer of ander verkeer) en/of naast elkaar fietsen is niet toegestaan.
- Op elk kruispunt staan verkeersregelaars. Aanwijzingen van hen, de politie, wedstrijdleader en officials dienen strikt te worden opgevolgd.
- De reglementen van de verkeerswetten blijven onverkort van toepassing.

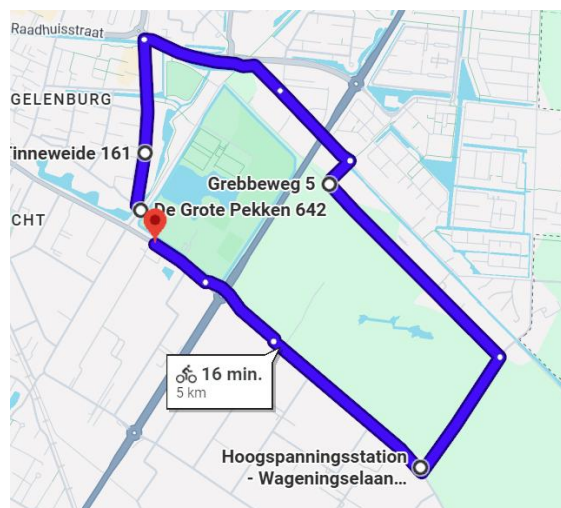
Fietsparcours

In 2026 is er een nieuw fietsparcours wat met de klok mee door het Binnenveld voert. **Dit parcours is verkeersluw maar niet verkeersvrij, houd je dus aan de verkeersregels.**

Een fietsronde is ongeveer 10 km. Deelnemers aan de OD en 1/4e triathlon fietsen 4 rondes; deelnemers aan de 1/8e fietsen 2 rondes. Voor de jeugd en de ouder-kind triathlon is een korter parcours van 5 km gecreëerd. De jeugd fietst 2 rondes, de ouder-kind serie 1 ronde.



Parcours 10 km



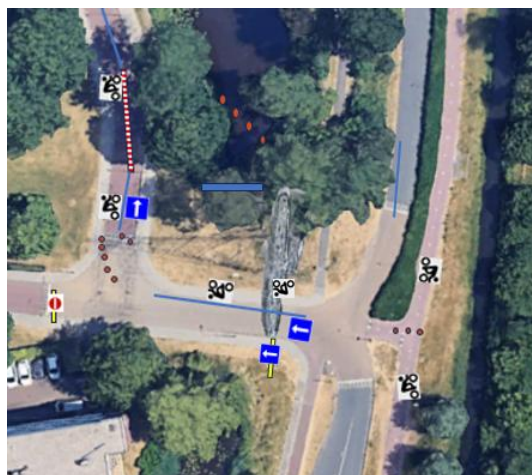
Parcours 5 km

Je verlaat de wisselzone aan de westzijde, start fietsparcours is aangegeven met een zwarte banner. Houd bij de uitgang na het bruggetje links aan. Binnen de wisselzone zijn de richtingen duidelijk aangegeven, maar kijk voor je wedstrijd gerust even rond. Binnen de wisselzone wordt natuurlijk niet gefietst. Je mag pas opstappen als je de rood-witte balk voorbij bent, die na het bruggetje ligt.

Na het bruggetje ga je linksaf het fietspad op en na ongeveer 50m direct rechtsaf (scherpe bocht!). Daarna direct weer rechtsaf.

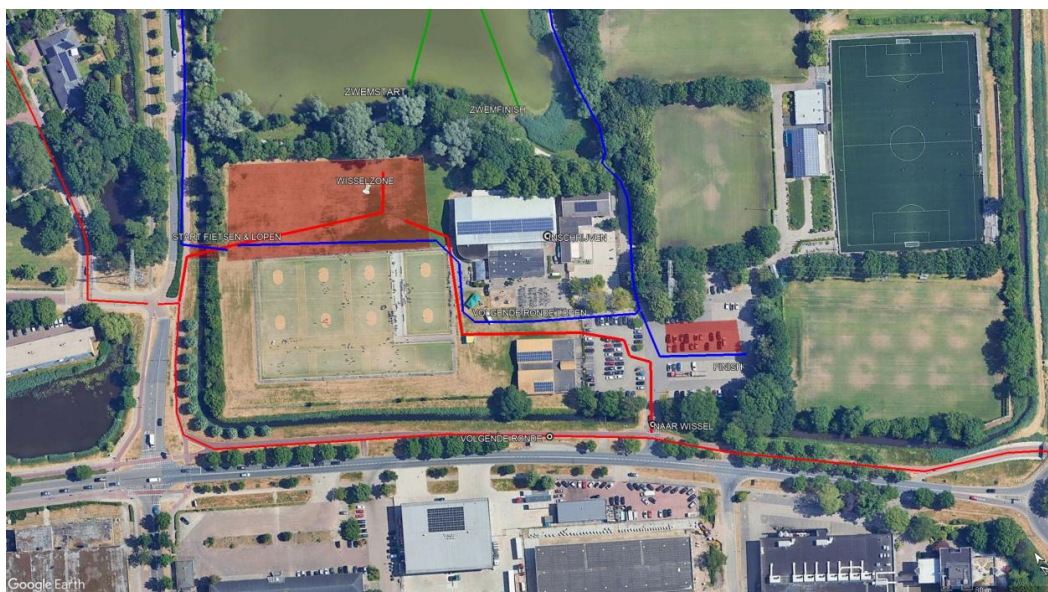
Let Op! Dit is een druk punt. Volg de aanwijzingen strikt op!!

Ga direct weer rechts en houd daarna de linkerkant van de weg aan (dus links van de afzetting).



Na de laatste fiets ronde:

- Je slaat vanaf het fietspad op de Wageningselaan rechtsaf, het finishterrein op naar de wisselzone, in plaats van dat je rechtdoor gaat voor de volgende ronde. Op onderstaand kaartje is de fietsroute rood.
- Stap **voor** de rood-witte markering af (=begin van het grasveld).
- Houd de helm op en dicht gesespt, loop met de fiets naar de plek met je nummer in de wisselzone.
- Hang dan de fiets op aan je zadel.
- Maak je helm pas los als je fiets aan het zadel hangt.



Strafbox

Als een atleet bestraft wordt voor bijv. stayeren, krijgt de atleet dat direct te horen van de jury op het parcours. De strafbox bevindt zich naast de uitgang van de wisselzone.

Die tijdsraf varieert met de afstand: 1 minuut op de achtste en 2 minuten op de kwart / OD. Vergeet een atleet zich te melden in de strafbox, dan wordt de niet-uitgezeten tijdsraf direct omgezet in een diskwalificatie. Bij een rode kaart word je gediskwalificeerd.

Bij de strafbox staat GEEN bord waar de startnummers van bestrafte atleten op staan. Je weet zelf of je onderweg een straf hebt gehad en bent zelf verantwoordelijk om deze uit te zitten.

Lopen

Voor alle deelnemers:

- Er is een minieme wijziging in het loopparcours t.o.v. voorgaande jaren. Je steekt iets later over richting het Stadspark.
- Na het fietsen draai je je startnummer naar de voorzijde.
- Elke ronde wordt door de matten van MYLAPS geregistreerd, maar je telt **zelf** ook het aantal ronden.
- De 1/4 en OD series lopen 4 ronden van 2,3 km
- De 1/8 series lopen 2 ronden van 2,3 km
- De 1/16 serie voor de jeugd loopt 2 ronden van 1,25 km
- De Ouder-Kind serie loopt 1 ronde van 1,25 km
- Na de surfvijver en waterpost ga je rechtsaf voor de volgende ronde. Als je gaat finishen ga je linksaf. Loop niet blindelings achter je voorganger aan. Die kan in een andere ronde zitten of van een andere afstand zijn.
- Je mag tijdens het lopen niet begeleid worden door niet-deelnemers of een fietser. Aanmoedigen mag natuurlijk wel overal.
- In elke loopronde zijn er 3 waterposten.
- Gooi geen afval op het parcours. Bij elke waterpost staan vuilnisbakken. Gooi je toch afval in de openbare ruimte dan volgt **diskwalificatie**.

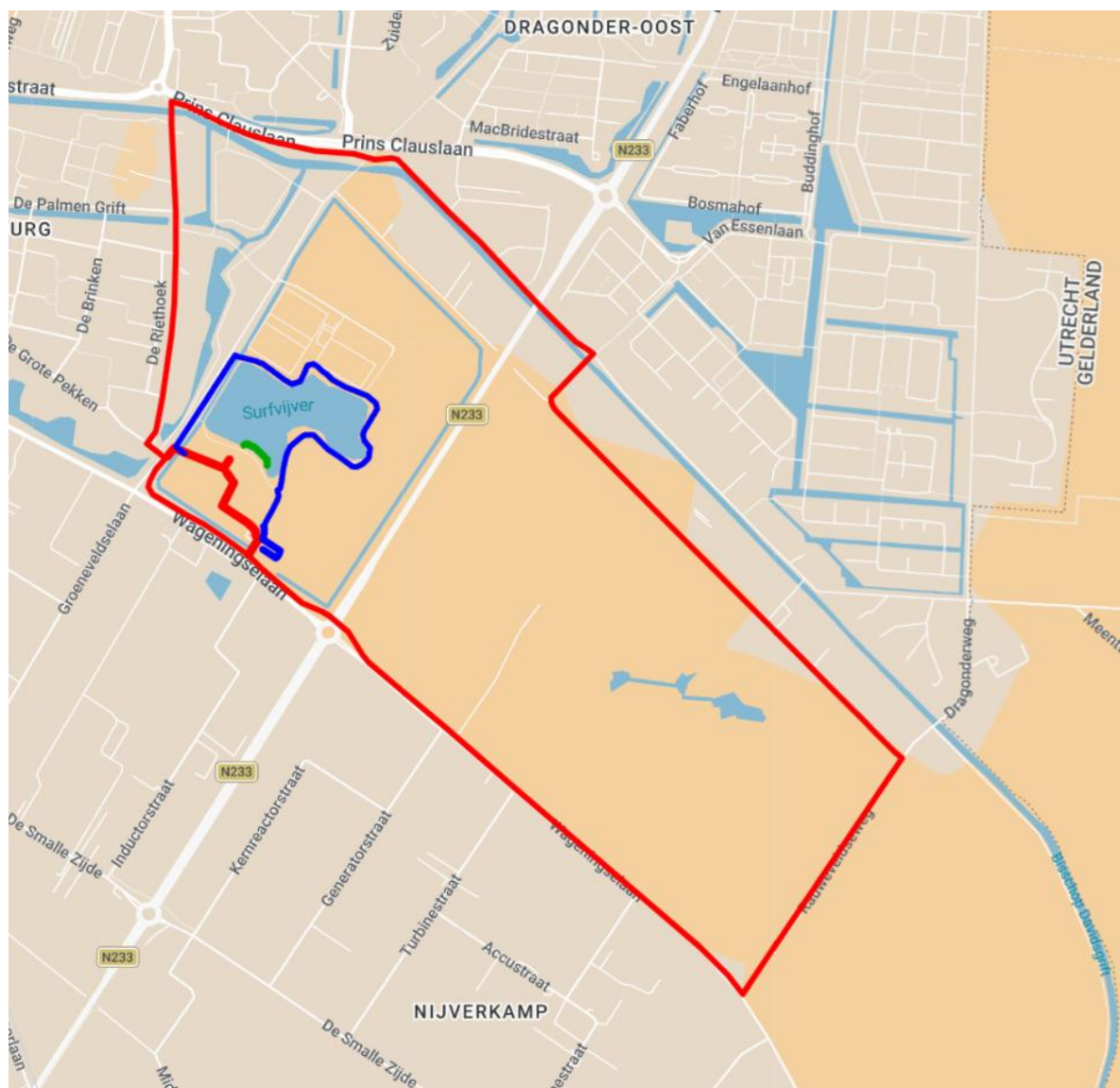
Loopronde 2.3 km:



Loopronde 1.25 km:



Totaal parcours Ouder-kind triathlon



Trio triathlon

- Voor elke deelnemer aan de trio triathlon is er een eigen startnummer. De fietser en loper kunnen deze dus alvast opspelden. De regels van de individuele atleten gelden ook voor trio-triathlondeelnemers, daarnaast gelden onderstaande regels:
- De wisselvakken zijn in de wisselzone aangegeven. Het wisselvak zwemmen-fietsen is direct vooraan in de wisselzone na het zwemmen. Het wisselvak fietsen-lopen bevindt zich aan de andere kant van de wisselzone vlak bij de uitgang / "start lopen" bij de brug.
- De fietser wacht op de zwemmer in het wisselvak zwemmen-fietsen. Daar geeft de zwemmer de chip over aan de fietser. De fietshelm kun je al dicht gespt op hebben en het startnummer op je rug. Na het omdoen van de chip ga je naar de fiets. Loop door de wisselzone naar "START Fietsen" over de brug. Na de balk mag je fietsen.
- De loper is tijdens deze wissel niet in het wisselvak aanwezig.
- De loper krijgt toegang tot de wisselzone op vertoon van het startnummer dat je hebt gekregen in de envelop bij het inschrijfbureau. Let op, je mag niet inlopen in de wisselzone.
- Nadat de fietser klaar is met fietsen slaat deze af richting de wisselzone. Let op, stap af voor de afstapstreep (rood-wit gemarkeerd). Hang eerst de fiets op de genummerde plek. Dan ga je naar het wisselvak fietsen-lopen. Hier geeft de fietser de chip over aan de loper.
- De zwemmer is tijdens het wisselen niet in het wisselvak aanwezig.
- Het verzamelvak voor de gezamenlijke finish van het Trio- team bevindt zich op het voetpad langs de surfvijver van het loopparcours ca. 200 meter voor de finish; vlak voor de laatste

waterpost. Hier mag het Trioteam gecompleteerd worden, waarna zij gezamenlijk over de finish gaan.

- Deelnemers met fysieke beperkingen mogen geholpen worden in de wisselzone vanaf de zwemfinish tot de start van het fietsen en vanaf de fietsfinish tot de start van het lopenparcours. Helpers moeten vooraf aangemeld worden op info@triathlonveenendaal.nl

Na de finish

- Haal je fiets en tas zo snel mogelijk op uit de wisselzone. Teruggave kan alleen op vertoon startnummer.
- Tijdregistratie wordt verzorgd door Mylaps. De uitslagen worden direct na de wedstrijd op onze site gezet (www.triathlonveenendaal.nl).
- Check de uitslagen op het MyLaps scherm en zorg dat je op tijd bent bij de prijsuitreiking indien je in de prijzen bent gevallen.
- Lever je chip weer in! Anders moeten wij hiervoor 25 euro in rekening brengen.
- **Let op: deelnemers aan de OD moeten voor 14.15 uur hun fiets uit de wisselzone hebben opgehaald.** Deze plekken hebben we nodig voor latere series.

Foto's

Alle deelnemers aan de 43e SamenStromen Triathlon Veenendaal gaan op de finishfoto. De fotograaf van MyLaps legt jouw finish vast. De foto kun je later gratis downloaden. Voor de trio's dus extra leuk om samen te finishen. Daarnaast lopen op en rond het parcours ook verschillende fotografen rond. Deze foto's vind je na afloop terug op onze website.

Social media

Volg je ons al op [Instagram](#) en [Facebook](#)? Hier vind je de laatste nieuwtjes en informatie over onze triathlon, maar we vinden het natuurlijk ook ontzettend leuk als je ons tagt in de foto's die je tijdens onze wedstrijd maakt!

Voor noodgevallen

Voor noodgevallen kun je ons op de wedstrijddag bereiken op nr. **06-36299702**

Alle overige vragen kun je stellen via info@triathlonveenendaal.nl

Tot Slot

De Stichting Triathlon Veenendaal heeft er alles aan gedaan om er een mooie dag van te maken voor deelnemers en toeschouwers. We bedanken alle vrijwilligers, sponsors en iedereen die er op een of andere manier aan bijdraagt. Dit maakt dat we de triathlon nu alweer voor de 43^e keer kunnen organiseren.

Wij wensen je een fantastisch mooie triathlon toe!



