

### **Deelnemersinformatie**

Over een paar dagen klinkt het startschot van de 3<sup>e</sup> Polaris Feanster crossduathlon, het Open Fries Kampioenschap. Vorig jaar hebben we een mooie editie gehad met als winnaars Arie de Jong en onze eigen Silvia Brouwer. De weerverwachtingen lijken nu naar een mild beeld te gaan, maar de wedstrijd zal desondanks weer een pittige uitdaging worden, waarschijnlijk wordt het modderig, er wordt nog een hoop nattigheid voorspeld. Het aantal inschrijvingen is weer meer dan het aantal van vorig jaar. Wij zijn hier als organisatie natuurlijk erg verheugd over. Het parcours is t.o.v. de vorige jaren weer wat veranderd, maar de belangrijkste verandering is de richting. We rijden en lopen nu de route andersom. Ook hebben we het Parc Ferme en de finishstraat verplaatst. Wij gaan er van uit dat dit een positieve bijdrage levert aan het evenement. Houdt er overigens nog rekening mee dat wij uitsluitend een vergunning hebben voor zaterdag de 31<sup>e</sup>. Het is niet de bedoeling en het is zelfs verboden om buiten de wedstrijddag off road te fietsen op de Heide. Hardlopen is natuurlijk wel toegestaan.

### **Belangrijk**

Het parcours zal pas vlak voor de start van de "sprint" volledig uitgezet zijn. Bij het inrijden/verkennen kan het zijn dat er nog geen vrijwilligers staan op gevaarlijke punten. Let dus daarom overal goed op en houdt waar nodig rekening met de wandelaars. Gebruik de verkenning waarvoor het bedoeld is, namelijk het parcours goed in je op te nemen.

De huldiging van de middensafstand zal rond 16:00 uur in het clubgebouw van AV Heerenveen zijn. Hier zijn douches aanwezig en zal er ook weer genoten kunnen worden van zelfgebakken taart.

### **Startnummers**

Bij de inschrijving ontvangt men een tas met daarin een stuurbordje en een startnummer. Het bordje dient aan de fiets te worden gemonteerd voor men het parc fermé ingaat. Het startnummer dient te worden bevestigd aan een elastiek zodat het tijdens het lopen op de buik en tijdens het fietsen op de rug gedragen kan worden. Voor de duo's dient het startnummer eveneens aan een elastiek te worden bevestigd zodat de loper het, bij wijze van estafettestokje, kan overhandigen aan de fietser en omgekeerd. Voor de tijdregistratie is het erg belangrijk dat tijdens het lopen het nummer goed zichtbaar op de buik gedragen wordt, het kan anders zijn dat jouw tijd niet geregistreerd kan worden.

### **Inschrijfbureau**

Het inschrijfbureau is in het clubgebouw van AV Heerenveen en is open vanaf 9:00 uur. Kijk voor de routebeschrijving op onze [website](#) (laden kan lang duren). Atleten worden dringend verzocht de auto te parkeren aldaar en op de fiets naar de wedstrijdlocatie te gaan i.v.m. het beperkt aantal parkeerplekken bij de wedstrijdlocatie. Kom dus op tijd.

### Pit Brothers

Ook de Pit Brothers zijn weer van de partij, zij hebben Low & Slow BBQ-en naar Noord Nederland gebracht en staan met hun Amerikaanse Smoker bij de Polaris Feanster crossduathlon en verkopen de lekkerste broodjes met BBQ vlees. [www.pitbrothers.nl](http://www.pitbrothers.nl)

Daarnaast wordt er koffie, thee, chocolademelk e.d. verkocht, dus mocht jij publiek meenemen, er is wat warmes te krijgen op de Heide!

### Starttijden

Het parc fermé is open vanaf 10:00 uur. Er kan ingereeden worden op het fietsparcours tot 10:45 uur. Ook tijdens het inrijden/ verkennen is een helm verplicht. Vanaf deze tijd dient het fietsparcours vrij te zijn voor de wedstrijd. Daarna worden de deelnemers van de sprint verzocht zich naar het startvak te begeven. Hier volgt om 10:55 uur een briefing. De start van de sprintafstand is om 11:00 uur. Na de sprint zal de huldiging nabij het parc fermé plaatsvinden. Voor de middenafstand kan er na de wedstrijd over de sprint afstand ingereeden worden op het fietsparcours tot 12:45 uur. Daarna worden de deelnemers verzocht zich naar het startvak te begeven voor de briefing van 12:55 uur. De start van de middenafstand is om 13:00 uur.

### Sponsors

Graag willen wij van deze gelegenheid gebruik maken om de volgende sponsors te bedanken. Zij hebben het mogelijk gemaakt dat we de Polaris Feanster crossduathlon 2015 kunnen organiseren:



Onze hoofdsponsor: [Polaris](http://Polaris)



[Bioracer](#)



[Boels verhuur](#)



[Loperscompany](#)



[Welkoop](#)



[Tsjearde](#)