



Dansk Militært Idrætsforbunds
Forbundsmesterskab i Triathlon/Duathlon

Program

Torsdag den 14. maj

VELKOMST

Jydske Dragonregiment er glad og stolt over at være udpeget som arrangør af Dansk Militært Idrætsforbunds forbundsmesterskab i Triathlon og Duathlon 2026.

Konkurrencerne afvikles i samarbejde med Holstebro Triathlon klub.

Vi håber at deltagere vil finde rammerne tilfredsstillende, så man kan se tilbage på opholdet i Holstebro med glæde.

Det er Jydske Dragonregiments Idrætsforenings mål, at konkurrencerne gennemføres på en fair måde og i god sportslig ånd, som vi håber alle vil bidrage til.

Vi ønsker alle deltagerne held og lykke i konkurrencerne og byder hermed alle velkommen til Holstebro

Benny Kristensen
Stævneleder





Praktiske oplysninger

PROGRAM/TIDSPLAN

d. 14. maj

Kl. 0900	Sekretariatet åbner for udlevering af startnumre.
Kl. 1030	Velkomst og information på stævnepladsen
Kl. 1050	Intro til svømning ved basinkanten i Holstebro Svømmecenter + Intro til Heat 1. Til de efterfølgende heats foregår det 10 min før start.
Kl. 1100	Start Heat 1
Kl. 1100	Start Duathlon samlet felt – starter samtidig med triathlon
Kl. 1125	Start Heat 2
Kl. 1150	Start Heat 3
Kl. 1210	Start Heat 4
Kl. 1400 – 1430	Forventet tidspunkt for sidste deltager i mål
Kl. 1430	Forventet tid for præmieoverrækkelse
Kl. 1500	Forventet præmieoverrækkelse for DMI deltagere

STÆVNEORGANISATION

Stævneleder	Benny Kristensen	Tlf. 22 62 85 06
Konkurrenceleder	Benny Kristensen	Tlf. 30 59 46 48
Leder Svømning	Holstebro Triathlon klub	
Leder Cykling	Holstebro Triathlon klub	
Leder Løb	Holstebro Triathlon klub	
Stævnekontor	Holstebro Triathlon klub	
Tid/resultater	DGI Vestjylland tidtagning (www.raceresult.com)	
Jury	Stævneleder, konkurrenceleder, udvalgsrepræsentant	
DMI Repræsentant	Mikkel Sejr Andersen	Tlf. 22 10 09 52



Konkurrenceregler

Konkurrencerne gennemføres efter DMI's love og bestemmelser for stævnevirkksomhed og konkurrencebestemmelser for TRIATHLON og DUATHLON (kap.24 DEC 2025)

Tidtagningen gennemføres i samarbejde med DGI Vestjylland, der anvendes chip, som udleveres sammen med startnummer. Chip/responder afleveres umiddelbart efter målgang. Ved manglende aflevering opkræves den pågældende idrætsforening et beløb på 375,00kr.

Der udleveres startnummer, der synligt placeres på brystet eller i bælte, under løb og cykling.

Triathlon og Triathlon stafet

Svømning

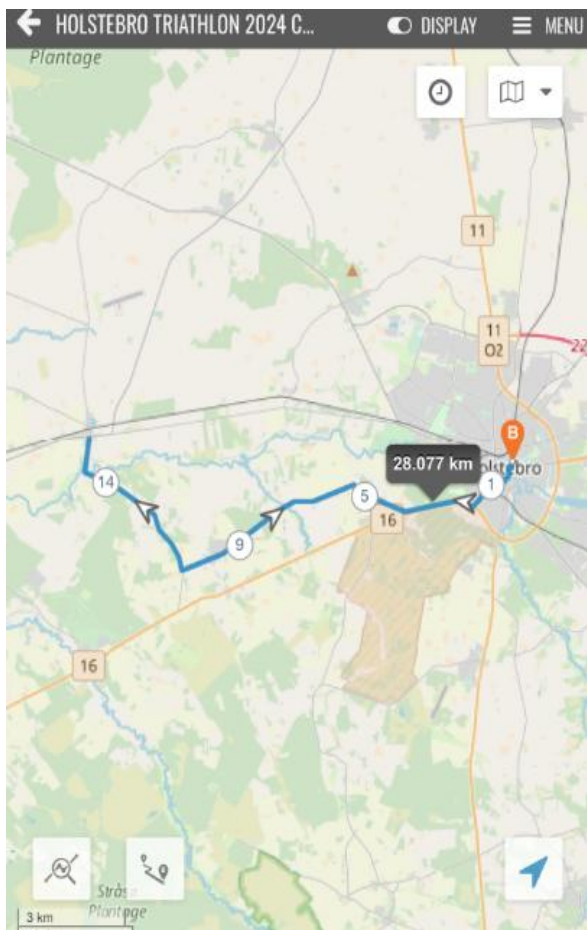
Der svømmes 650 meter i Holstebro Svømmecenter På inddelte baner. Banen er 50m lang. Vandtemperatur på 26 grader. Der må anvendes våddragt.





Cykling

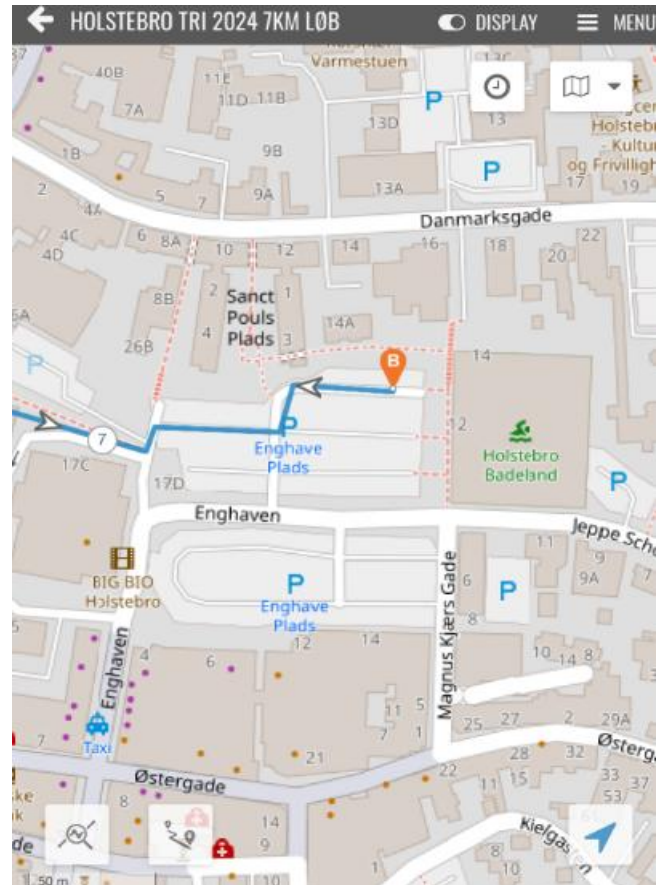
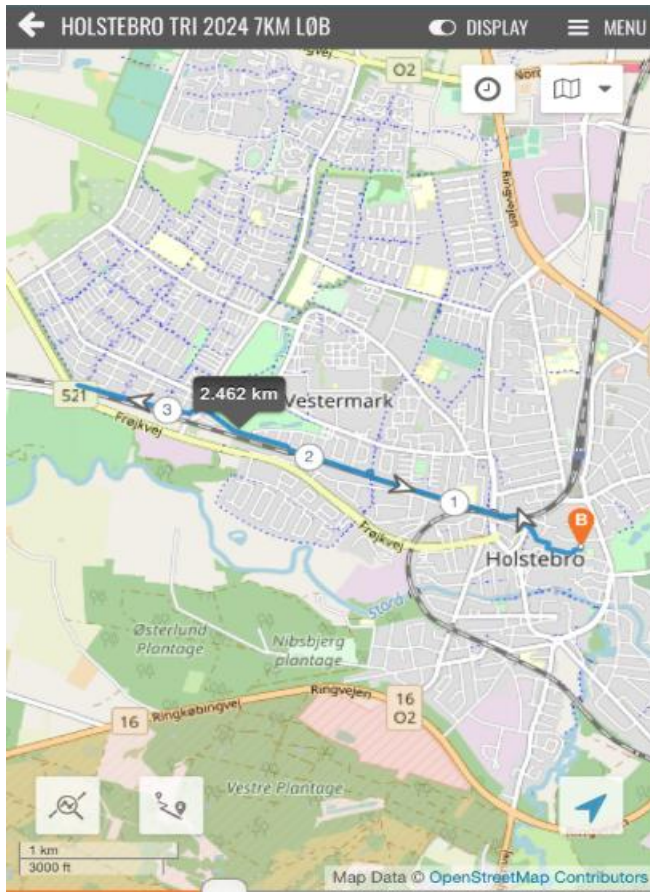
Der cycles 30 km. På en ud/hjem rute – Hurtig og afvekslende rute. 10 m reglen skal overholdes og vil blive håndhævet. Hvis man pålægges en straf skal man stoppe, stå af cyklen og løfte denne fri af jorden før man må køre videre. Cykelhjelme skal anvendes. Almindelige færdselsregler er gældende og anvisninger fra officials skal følges





Løb

Der løbes 7 km på en afmærket ud/hjem rute, der løbes på stier gennem hjertet af Holstebro.





Skiftezone

Skiftezoneerne er placeret i umiddelbar nærhed af parkeringen ved svømmecenter. Al færdsel i skiftezone efter anvisning instruktion. Deltagerne vil få tildelt pladser i skiftezone hvor alle skift skal foregå. Der må kun forefindes det udstyr der skal bruges i forbindelse med konkurrencen. Der må ikke cykles i skiftezone.



Duathlon

Løb

Bemærk, at på første løbetur løbes der 1.75 km ud af løberuten, hvor der så vil være markeret et vendepunkt med kegle og official. På anden løbetur løbes der ud til vendepunkt ved 3,5 km

Cykling

Der cykles 30 km, på en ud/hjem rute. 10 m reglen skal overholdes og vil blive håndhævet. Hvis man pålægges en straf skal man stoppe, stå af cyklen og løfte denne fri af jorden før man må køre videre.

Cykelhjelm skal anvendes. Almindelige færdselsregler er gældende og anvisninger fra officials skal følges



Praktiske Oplysninger

Startlister/eftertilmelding

Startlister kan ses på: <https://my.raceresult.com/366008/>

Ændringer og eftertilmelding kan ske på dagen ved stævnekontoret ved svømmecentret.

Alle DMI deltager melder sin ankomst ved stævneleder bordet, der vil være markeret med DMI/JDRI Beach.

Civil opfordres til at finde egnet indkvartering i byen.

Parkering: Lige ved skiftezonen (T1 og T2 er samme zone)

Omklædning: Mulighed for omklædning og bad i Holstebro svømmecenter, lige ved siden af stævnepladsen.

Toiletter: findes på området.

Bespising: Der vil ikke være mulighed for køb af forplejning i stævneområdet, men der vil være masser af kage og drikke til deltagerne efter konkurrencen.

INDKVARTERING

Finder sted på Holstebro Kaserne.

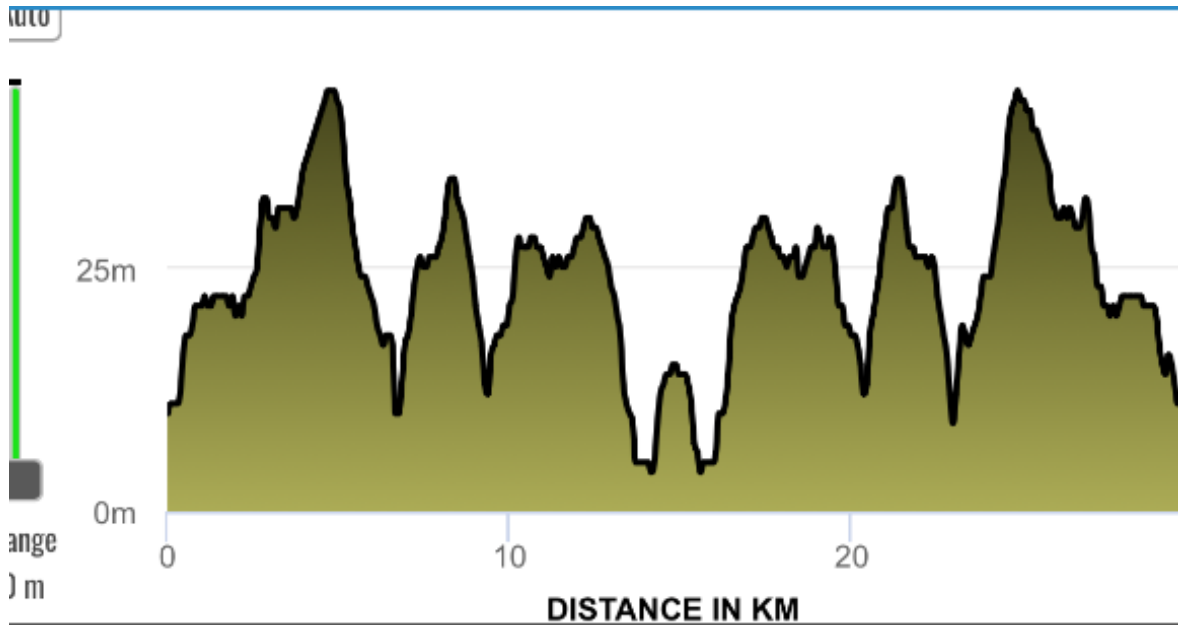
Indkvartering: If med indkvartering henvises til forsvarets booking portal.

Dette er dog kun for forsvarets militært ansatte.

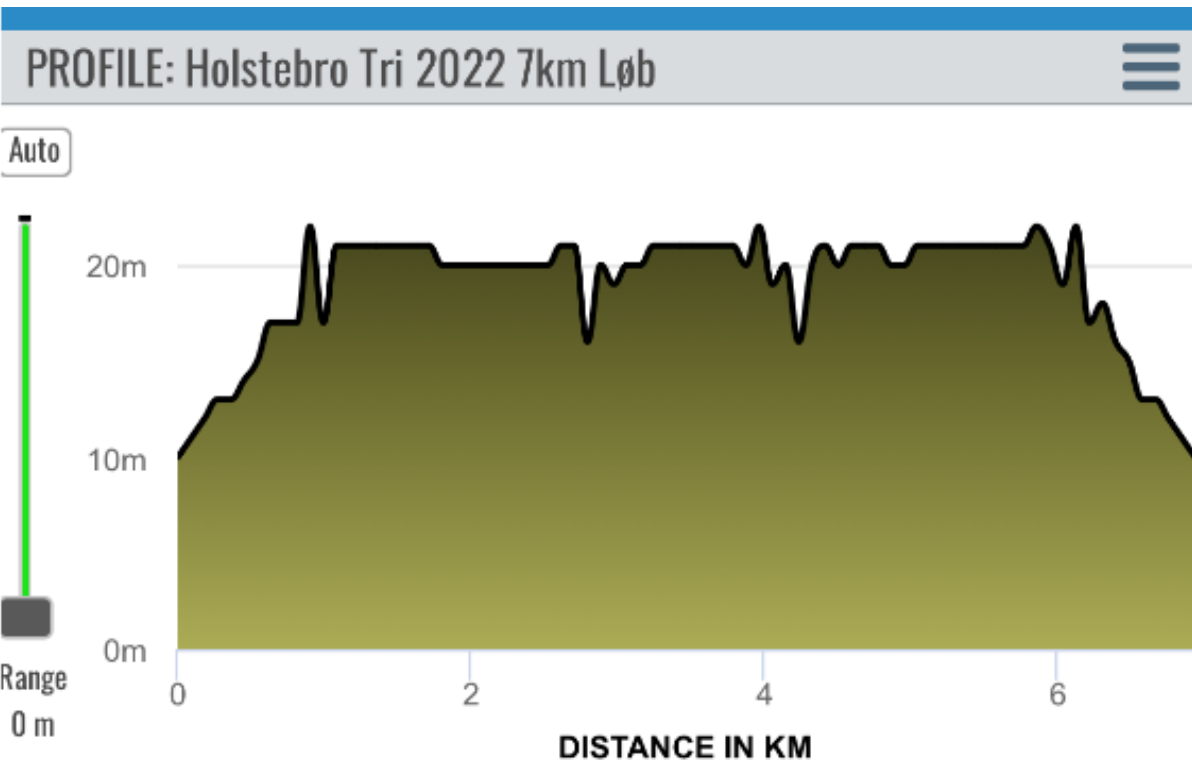
Civil opfordres til at finde egnet indkvartering i byen.



Cykelprofil



Løbeprofil





Ved spørgsmål kontaktes jeg på mail:

jdr-s2-vk10@fiin.dk / benny_bendtsen@msn.com

Mobil:22 62 85 06

Vel Mødt Stævneleder

Benny Kristensen.

