

Przed przyjazdem na zawody

- ☐ Sprawdź program
- ☐ Przeczytaj Informator Zawodnika
- ☐ Sprawdź listę startową na stronie www.ironmanpoznan.com.pl

Jeżeli nie możesz się znaleźć na liście startowej lub widzisz jakiś błąd, skontaktuj się z nami pisząc na poznan70.3@ironman.com.

Przed odebraniem pakietu

Biuro Zawodów: piątek, 28 sierpnia w godzinach 15:00 - 20:00 oraz w sobotę 29 sierpnia w godzinach 10:00 - 18:00

- ☐ Weź dokument osobisty lub paszport
- ☐ Pobierz swój osobisty kod QR

Kod QR zostanie wysłany na adres mailowy podany podczas rejestracji oraz zostanie udostępniony na koncie SlotMarket w zakładce Historia Zgłoszeń

- ☐ Przygotuj licencję triathlonową

*Jeżeli wykupiłeś licencję podczas rejestracji, to taka informacja zostanie zawarta w bilecie z kodem QR. W przypadku jak nie posiadasz licencji, będziesz mógł zakupić ją w Biurze Zawodów. **Nie dotyczy sztafet***

W przypadku sztafet, do odbioru pakietu startowego są potrzebne trzy z kody QR (jeden dla każdego członka drużyny)

W Biurze Zawodów otrzymasz

- ☐ Numer startowy
- ☐ Chip
- ☐ Zestaw naklejek
- ☐ Czepek
- ☐ Plecak lub worek (w Merchandise Store)
- ☐ Opaskę na rękę
- ☐ Koszulkę
- ☐ Czarny worek depozytowy
- ☐ Czerwony i niebieski worek do Strefy Zmian

Członkowie sztafet otrzymają trzy czarne worki depozytowe.

Przygotuj rower oraz worki do pozostawienia w Strefie Zmian

- ☐ Oklej kask
- ☐ Umieść naklejkę na sztycy roweru
- ☐ Przygotuj rzeczy na etap rowerowy i włóż je do niebieskiego worka (w tym kask)
- ☐ Przygotuj rzeczy na etap biegowy i włóż je do czerwonego worka

Numer startowy na etapie rowerowym jest zalecany ale nieobowiązkowy, natomiast jest wymagany na etapie biegowym.

Wprowadź rower do Strefy Zmian oraz zostaw worek niebieski i czerwony

Strefa Zmian T1: sobota, 29 sierpnia w godzinach 12:00 - 21:30, boisko Arki Kiekrz nad Jeziorem Kierskim

Strefa Zmian T2: sobota, 29 sierpnia w godzinach 12:00 - 20:30, Enea Stadion

Sędzia przed wejściem do Strefy Zmian sprawdzi:

- ☐ Naklejki na kasku
- ☐ Rower oraz naklejkę na sztycy roweru
- ☐ Naklejki na worku niebieskim i czerwonym

Po wejściu do Strefy Zmian

- ☐ Zostaw rower na belce przy swoim numerze (w Strefie Zmian T1)
- ☐ Zostaw worek na wieszaku ze swoim numerem

Czas na wyścig! Pamiętaj aby wziąć:

- ☐ Opaskę z chipem (załóż na lewą nogę)
- ☐ Czarny worek depozytowy
- ☐ Piankę (jeżeli dozwolone)

Przed startem

- ☐ Wejdź do Strefy Zmian T1* i sprawdź swój rower, napompuj opony, uzupełnij bidony (opcjonalnie)

Godziny otwarcia Strefy Zmian T1 w niedzielę, 30 sierpnia:

Enea 5150 Poznań i sztafety: 6:30 - 7:30

Enea IRONMAN 70.3 Poznań: 7:30 - 9:00

- ☐ Włóż ubrania w których przyszedłeś do czarnego worka i zostaw w Depozycie
- ☐ Załóż piankę i rozplątuj się

Przygotuj się do startu

- ☐ Ustaw się w Strefie Startu
- ☐ **WYSTARTUJ!**

Po przekroczeniu linii mety

- ☐ Odbierz medal
- ☐ Odbierz czarny worek depozytowy (w Strefie Finishera)
- ☐ Odbierz rower oraz niebieski i czerwony worek ze Strefy Zmian T2
- ☐ Oddaj chip podczas po przekroczeniu mety

Godziny odbioru worków i roweru w niedzielę, 30 sierpnia:

Enea 5150 Poznań i sztafety: 13:00 - 16:00

Enea IRONMAN 70.3 Poznań: 16:00 - 20:30

- ☐ **Przyjdź nad dekoracje oraz na Slot Allocation**

Slot Allocation odbędzie się 30 września o godzinie 19:30, klub Muzyczny B17, Enea Stadion