

### **De belangrijkste punten uit het NTB-reglement:**

1. NTB-licentiehouders laten bij aanmelding hun licentie zien (mag op telefoon).
2. Zo niet, dan wordt een daglicentie in rekening gebracht. Legitimatie bij daglicentie verplicht!
3. Fiets en helm worden voor aanvang wedstrijd gekeurd. Afgekeurd betekent niet starten.
4. Het dragen van tubes (compressiekousen) tijdens het zwemmen is alleen onder het wetsuit toegestaan. Als er niet met wetsuit gezwommen wordt mogen de tubes pas na het zwemmen aangetrokken worden.
5. Na het zwemmen wordt eerst de helm opgezet en vastgemaakt voordat de fiets uit het rek wordt gepakt. Na het fietsen wordt eerst de fiets opgehangen en daarna pas de helm losgemaakt. Fouten hierbij worden bestraft met een gele kaart en 15 seconden tijdstraf, ter plekke te voldoen.
6. In de wisselzone mag met de fiets alleen gelopen worden. Opstappen na de opstapstreep, afstappen voor de afstapstreep.
7. Het is niet toegestaan zich naakt in de wisselzone te bevinden. Omkleden in de daarvoor bestemde ruimte.
8. Tijdens het fietsen zijn stayeren (zich op minder dan 10 meter van de voorganger bevinden), blokkeren (zodanig links fietsen dat er niet ingehaald kan worden) en vuil weggoaien niet toegestaan. Stayeren wordt bestraft met een blauwe kaart (2 minuten tijdstraf), blokkeren en vuil afgooien met een gele kaart (15 seconden tijdstraf). Deze worden in de eerstvolgende strafbox op het parkoers voldaan. Als de deelnemer de strafbox overslaat volgt een rode kaart en diskwalificatie. Ook wanneer men zich langer dan 20 seconden naast een deelnemer bevindt zonder in te halen wordt dit beschouwd als stayeren. Als inhalen niet lukt moet de inhaler zich terug laten zakken. Eenmaal ingehaald moet de ingehaalde deelnemer een afstand van minimaal 10 meter tot de voorganger in acht nemen.
9. Het is niet toegestaan hulp van omstanders aan te nemen. Dit geldt voor de hele wedstrijd.
10. Gedurende de hele wedstrijd is het dragen van oortelefoontjes niet toegestaan.
11. Het startnummer wordt tijdens het fietsen op de rug en tijdens het lopen op de voorzijde gedragen.
12. Het bovenlichaam is gedurende de hele wedstrijd bedekt, het trisuit is dichtgeritst.
13. Aanwijzingen van juryleden dienen te worden opgevolgd. Zo niet, dan volgt een rode kaart en diskwalificatie. Op het fietsparkoers resulteert een 2<sup>e</sup> blauwe kaart eveneens in rood.
14. Voor het volledige reglement wordt verwezen naar de website van de NTB.