



RCC
Kralingse Plaslaan 133
3062 CD Rotterdam
www.rcc010.nl

RCC Kanotriatlon

In 2020 wordt voor het 9e jaar de **RCC Kanotriatlon** georganiseerd. Deze is gebaseerd op één/achtste triatlon. Echter, het onderdeel zwemmen is vervangen door kanovaren. De eerste vier edities is het evenement bewust klein gehouden. Op deze manier kon ervaring worden opgedaan met de organisatie, het parcours, de inzet van vele vrijwilligers, contacten met overheden etc.

Het aantal deelnemers neemt jaarlijks toe. Velen schrijven zich steeds opnieuw in. Het streven is een vijftigtal deelnemers. Op deze manier blijft het evenement gezellig en kleinschalig, met de nadruk op kwaliteit van wedstrijd en organisatie .

De RCC triatlon is uniek. Het is de enige wedstrijd in Nederland waarbij een triatlon is gecombineerd met de kanosport. Geoefende kanoërs leggen 5 kilometer af in snelle wedstrijdcano's. Voor onervaren deelnemers worden kano's beschikbaar gesteld welke door iedereen gevaren kunnen worden. Op deze manier kunnen deze ongeoeffende vaarders veilig het water op. Zo is de wedstrijd voor iedereen toegankelijk. Het parcours voor de recreanten kano's is ingekort tot 2 kilometer. Deze afstand kan in ongeveer dezelfde tijd worden afgelegd als het parcours van 5 kilometer van de wedstrijdcano's. Start en finish vinden plaats bij het clubhuis van RCC aan de Kralingse Plas.

Voor de veiligheid is er een motorboot op de plas aanwezig die zorgt voor toezicht en indien nodig voor het redden van deelnemers.

Het tweede onderdeel van de triatlon bestaat uit fietsen. Vanaf het clubhuis is een parcours van 25 kilometer uitgezet. De route loopt door het Kralingse Bos. Er zijn geen verkeerslichten die de wedstrijd hinderen. Bij oversteekplaatsen waar auto's kunnen rijden staan verkeersregelaars. Ook dit onderdeel eindigt bij het clubhuis. Daar vindt eveneens de start van het 3e en laatste onderdeel plaats: 5 kilometer hardlopen. Dit bestaat uit een rondje om de Kralingse Plas.

Sinds 2019 kan er als team ingeschreven worden. In plaats van 1 persoon die de gehele triatlon doet, kan per onderdeel gewisseld worden door 2 of drie personen naar keuze.

Na afloop van de Kanotriatlon worden deelnemers en vrijwilligers vergast op een uitgebreide lunch. Uiteraard is er sprake van een wedstrijd. De onderlinge competitie is echter niet de hoofdzaak. Deelnemers behalen vooral een overwinning op zichzelf. Het is voor velen een uitdaging om door voldoende training vooraf, een zelf gesteld doel te kunnen behalen.

Voor 2020 staat de Kanotriatlon gepland op zaterdag 9 mei.

Namens de organisatie van de RCC Kanotriatlon,

Astrid van Dijk en Rob van der Spaa

vanderspaa@kpnmail.nl

06-255 379 34