

## Zwefilo Wedstrijdschema seizoen 2023 - 2024

versie 8-1-2024



### Clubkampioenschappen

Dag	Datum	Activiteit	Plaats	Verzamelen	Start	Bijzonderheden
Zaterdag	25-11-2023	Crossloop ca. 6 km	Heerhugowaard Sportlaguna PvL	9:30	10:00	Organisatie DTC
Zondag	10-12-2023	ATB RBRBR 3x1km L en 2x4km F	Schoorl aan Zee	9:30	10:00	Organisatie Zwefilo
Woensdag	24-1-2024	5km hardlopen	Heerhugowaard baan Hera	19.00	19.30	Organisatie DTC
Dinsdag	5-3-2024	5 x 100m zwemmen	Langedijk Duikerdel			Tijdens de training
Vrijdag	8-3-2024	5 x 100m zwemmen	Langedijk Duikerdel			Tijdens de training
Zaterdag	9-3-2024	5 x 100m zwemmen	Langedijk Duikerdel			Tijdens de training
Woensdag	6-3-2024	3 x 1000m lopen	Tuitjenhorn	19:30	20:00	Organisatie Zwefilo
Maandag	22-4-2024	Run Bike Run 5-20-2,5 km	Geestmerambacht	18:45	19:15	Organisatie DTC
Zaterdag	11-5-2024	500m Zwem, 5 km Loop, 250m Zwem	Tuitjenhorn	9:00	9:30	Organisatie Zwefilo
Zondag	26-5-2024	RBRBR, 2kmL, 10kmF, 2kmL, 10kmF, 2kmL	???	9:00	9:30	Organisatie Zwefilo na afloop brunch
Woensdag	5-6-2024	1/8 Triathlon	Park van Luna Heerhugowaard	18:30	19:15	Inschrijving via NTB inschrijvingen
Woensdag	19-6-2024	1/8 Triathlon	Langedijk	18:00	19:00	Inschrijving via NTB inschrijvingen
Donderdag	27-6-2024	1200m Zwemmen	Geestmerambacht	18:45	19:15	Organisatie DTC
Maandag	15-7-2024	20 km tijdrit fietsen	Geestmerambacht	19:00	19:30	Tijdens de training
Woensdag	28-8-2024	2x combi Z 250m, F 7km, L 1,5km	Park van Luna Heerhugowaard	18.30	18.45	Organisatie DTC
Woensdag	4-9-2024	Bosloop 7km	Schoorl	19:00	19:30	Organisatie Zwefilo
Zaterdag	14-9-2024	Zwemloop in GMA nader uit te werken	Geestmerambacht	?	?	Organisatie Zwefilo

#### Puntentelling clubkampioenschappen

Enkele wedstrijden puntentelling 35, 32, 30, 29, 28 etc.

Combi wedstrijden puntentelling; 50, 47, 45, 44, 43, etc.

Bonuspunten indien je aan 5 wedstrijden of meer meedoet; bij enkele wedstrijden 1 extra punt per wedstrijd en bij combiwedstrijden 3 punten extra per wedstrijd.

### Teamcompetitie Triathlon 2024 1e Divisie Noord Dames 2024

Dag	Datum	Activiteit	Plaats	Verzamelen	Start	Bijzonderheden
Zondag	14-4-2024	team time trial	Arnhem			Opgave bij Yoni Pronk
Zondag	9-6-2024	standaard afstand, non stayer	Groningen			
Zaterdag	29-6-2024	sprint afstand	Holtel			
Zaterdag	13-7-2024	sprint afstand	Klazinaveen			
Zaterdag	7-9-2024	2x2 supersprint	Roermond			

### Overige wedstrijden en activiteiten

Dag	Datum	Activiteit	Plaats	Verzamelen	Start	Bijzonderheden
Zaterdag	4-11-2023	Zwemmarathon Duikerdel	Langedijk Duikerdel	15:00		opgave bij Frank Kruijer
Zondag	18-2-2024	Cross Run-Bike-Run 4-15-2,7	Heerhugowaard Sportlaguna PvL	9:00	10:00	Inschrijving via NTB
Zondag	7-4-2024	RBR Hoorn	Hoorn			Inschrijving via NTB
Vrijdag	3-5-2024	Trainingsweekend TV Zwefilo	Mechelen			opgave via trainingsweekend@zwefilo.nl
Zaterdag	4-5-2024	Trainingsweekend TV Zwefilo	Mechelen			
Zondag	5-5-2024	Trainingsweekend TV Zwefilo	Mechelen			
Zaterdag	29-6-2024	Triathlon Dirkshorn	Dirkshorn			Inschrijving via NTB
Woensdag	3-7-2024	Triathlon Niedorp	Niedorp			Inschrijving via NTB
Zaterdag	13-7-2024	Triathlon Schagen	Schagen			Inschrijving via NTB
Zaterdag	24-8-2024	Triathlon Anna Paulowna	Anna Paulowna			Inschrijving via NTB