



START TO DUATLON

H30

30 APRIL 2024



# Agenda

- Wie of wat is H3O?
  - En wat is dat eigenlijk, duatlon?
- Onze coaches
  - Hoe gaan we dit aanpakken?
- Planning
- Einddoel
- Kostprijs



Wij maken van een individuele sport een teamsport

# DUATLON



5km lopen



32km lopen



5km lopen



# Bikelife DUATLON Halle



Start Centrum Halle



Wisselzone Possozplein Halle



Aankomst Centrum Halle

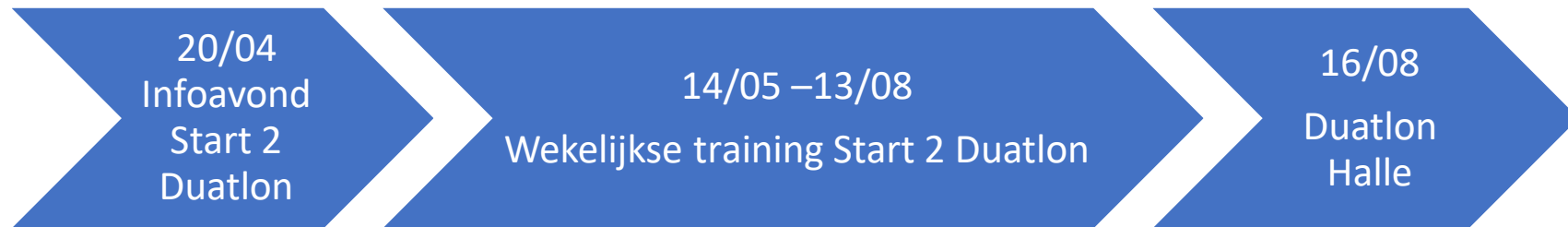


# Onze coaches

- Wim Blaton: loop- en fietscoach
- Vanessa Sutour: Sportief verantwoordelijke



# Planning





# DUAL TRON

## HALL LE

VRIJDAG 16 AUG

BIKELIFE  
BIKESTORE

 Vrijdag 16 Augustus 2024  Halle  vanaf 6 jaar

108

dagen

18

uren

47

minuten

13

seconden

[Inschrijven](#)





# Einddoel

- Vrijdag 16 augustus: DUATLON HALLE
  - Lopen: 5 km
  - Fietsen: 32 km
  - Lopen: 5 km

<https://www.duatlon-halle.be/>

TEVENS EEN WARME OPROEP AAN VRIJWILLIGERS ;-)

# Wat bieden wij?

- Professionele loop- en fietsbegeleiding
- Trainingsschema's op verschillende niveau's
- Een warme omkadering vanuit H3O
- Alle trainingsfaciliteiten + verzekering!
- Inschrijving Duatlon Halle
- H3O T-shirt
- H3O Trisuit optioneel





# Wat kost dat?

- Slechts €120
  - Begeleide training
  - Trainingsplan
  - Gediplomeerde coaches
  - H3O T-shirt
  - Inschrijving duatlon Halle
  - Daglicentie
- Optioneel vanaf €85
  - Trisuit



# En nu?

- Inschrijven maar!
  - Hier ter plaatse (first come, first serve)
  - Achteraf online, via [triatlonhalle.be](http://triatlonhalle.be)
- Opgelet: max. 20 deelnemers
- Vragen?

