

Program for helgen

Fredag 2. mai

Race brief

Tidspunkt	Hva
17:15	Akkreditering og startnummerutdeling - ha bevis for medlem i studentidrettslag klart for fremvisning.
18:00	Race-brief i EL5, Gløshaugen. Obligatorisk.

Lørdag 3.mai

OBS: her kan det bli endringer grunnet høyt antall påmeldte

Pirbadet - svømmeetappe

Tidspunkt	Hva
07:00	Innsjekk åpner for utøvere utenfor Pirbadet. Dørene åpner til Pirbadet.
07:20	Siste frist for innsjekk av utøvere. Oppvarming i langbaner og kort bane 3 og 4 på dyp side.
07:55	Pulje 1-1 og 1-2 gjør seg klar
08:00	Fellesstart pulje 1-1 og 1-2.
09:30	Seneste svømmeslutt. Utøvere går til garderobene, skifter og gjør seg klare til sykkeltransit.
10.00	Felles sykkeltransit fra Pirbadet til Ilsvika. Man kan også dra til Ilsvika før dette.

Ilsvika – sykkel og løp

Tidspunkt	Hva
10:15	Forventet (seneste) ankomst i Ilsvika. Ha hjelm festet på hodet og vis at bremsene på sykkelen fungerer.
10:30	Alle utøvere skal være klare i startområdet. Skiftesone Stenger Kort felles repetisjon
10:45	Start sykkel.
11:35	Estimert første utøver i mål.
12:25	Estimert siste utøver i mål.
12:30	Fellesbilde
12.30	Start premieutdeling

Bankett - Lager11

Tidspunkt	Hva
18:00	Dørene åpner
18:30	Start Bankett