

Racebrief Trondheim Open Water 2026-20260816_213535-Opptak av møte

16. august 2026, 07:35p.m.

19m 59s

● **Trond Karlsen** startet transkripsjon



Trond Karlsen 0:08

Hei og velkommen til reisebruk for Trondheim apen water 2026.

Mitt navn er Trond Karlsen og er løpsleder.

Og sammen med meg, så har jeg Terje Magnus Sørensen som er sjef sikkerhet for Trondheim open water.

Og Trondheim og på en mattur. Det arrangeres i år.

I den sammenheng med Trondheim triatlon.

Så vi vil nå gjennomføre en reise biff som dere da.

For se noe digitalt og så?

Er det dere som utøver som er ansvarlig for å forstå det som står det som blir sagt her? Fordelen med at det digitalt dere kan gå litt fram og tilbake og se den flere ganger?

Og så er det sånn at vi.

Skal gjennom det vi skal snakke om i dag, gi dere en trygghet for både hvordan ting skal gjøre det gjennomføres rent praktisk og også sikkerheten rundt arrangementet.

Da skal jeg dele skjermen min.

Da er den delt, så igjen, velkommen til rebif Trondheim open water tjuetjuseks.

Agendaen for reiseprisen. Det er da.

Kan komme, men som vi da har gjort, det er litt om konkurransedelen av jury.

Det er jo med tidsskjema. Det er litt innsjekk og prosedyrer. Det er jo om trasé det er å være mening, og det er litt post race prosedyrer.

Her er et bilde fra.

Munkholmen vi har arrangert Trondheim telefon mange mange år har en lang og solid erfaring.

Og det og som en del av et privatlån så er det jo alltid en svømmeetappe.

Og det her er da som sagt fra munkholmen, hvor dere ser masse til atleter som er i.

Vannet og vi ser nå veldig fram til at vi også skal få open water summera ut i vannet.

Så får vi nå hopp på like gode forhold som det dere ser på.

På bildet her.

Da Andreas stakk til.

Våre samarbeidspartnere vennligst benytte dem her har dere da hovedsponsor og både til sponsor, samt at vi har en del andre sponsorer som hjelper oss med arrangementet. Så flott om som sagt dere benytter dem vi har anledning.

Jeg vil som løpsteder også benytte anledningen til å takke til k for støtten i forbindelse med planleggingen og gjennomføringen som vil da være nå på toogtyvende august.

Det har vært et godt samarbeid.

Litt om Trondheim og på en måte i og med at det er første gangen vi arrangerer det ved jeg er veldig, veldig fornøyd med påmeldingen.

Det vil være.

Cirka 80 og på en måte svømmere i vannet den toogtyvende, og det synes vi er utrolig artig.

I og med at det er første gangen vi arrangerer.

Det er jo da i sammenheng med Trondheim triatlon. Det er en egen utover guide og også en race brief for Trondheim triatlon som finnes på Trondheim triatlon dott no. Så hvis dere har lyst til å få litt mer innsikt i triatlonet som foregår samtidig, så kan dere finne informasjon der.

Trondheim var på båttur vil ha 2 distanser, 2400 meter og 750 meter som følger samme løype som triatlon.

Og Trondheim open water en del av norgescup i open water. Det vil si at alle deltagere må ha gyldig startlisens.

Fra Norges svømmeforbund eller løs en engangsforestilling da i henhold til nsf sine retningslinjer?

Når det gjelder sikkerhet, så har vi jo som sagt en veldig lang erfaring med å arrangere ute i trondheimsfjorden her så Trondheim Brann og redningstjeneste. De er til stede med båt. De vil ha droner, de vil ha vannskuter, og så har vi også minst 10 til 15 kajaker fra Trondheim kajakklubb.

Som er en veldig god samarbeidspartner, har vært med mange år arrangert sammen med oss, så vil da også også arrangerer ha egne båter.

Presiserer at alle svømmere skal ha startnummer på både settet og håndbak.

Sånn at det er tydelig hvilket startnummer man har.

Og der vil vi som arrangør sørge for at det blir gjort klart for dere på utdeling av. Start pakke som vi da vil informere litt om etterpå.

Men også en backup på selveste løpsdagen.

Starten på långström det vil si fra munkholmen er beregnet 30 minutter etter startet på triatlon.

Og startkort svøm på openwater den har en Start samtidig som kort svøm triatlon, så da skal man ut i vannet sammen med triatletene.

Hmmm merket og målgang.

Er på planer til Venstre rett etter de ståltrapper skal vise dere et kart etterpå.

Men når dere kommer opp til den stolpen som ikke blir forvirret av at triatletene bryter Høyre, dere skal bryte til Venstre.

Fordi at vi beregner faktisk at de raskeste.

I Trondheim open water vil ta igjen 3 sletter.

Deltakere i Trondheim og på en måte vil ha egne farger på badelekene.

Ha den da utenpå eventuell neopren hette.

Så er det sånn at våtdrakt er påbudt.

Det tillates neoprenhette og neopren sokker, som da er et avvik fra reglementet. Man kan også ha en bøye på, men det er ikke tillatt med hansker.

Så hatt det er lov sokker er lov i da neopren, men det er ikke lov med hansker.

Og man kan velge å ha en bøye, hvis man føler for det.

Så er det konkurranseledelsen. Det er da æ som er løpsleder. Jeg heter Trond Karlsen.

Og representerer Trondheim til at han klubb. Så har jeg da sikkerhetssjef som er Terje som er sammen med meg her i dag.

Så er det sånn at det er Norges svømmeforbund sitt konkurransereglement som er gjeldende.

Og alle utøvere bør gjøre seg kjent med dette reglementet, og har vi ikke da som sagt det jeg sa i stad?

Merk at når det gjelder reglement for temperatur, så er det da Norges triatlonforbund sitt reglement som følges i og med at vi nå arrangerer også svømming sammen med triatletene.

Detaljer kan dere finne der?

Så har vi da en konkurranse jury, som da består av.

Meg og Terje.

Så skal han Terje få lov til å gå gjennom tidsskjema.



Ja da skal vi se litt på tidsskjemaet her. Det vil åpne for registrering og lisenssjekk på stadion klokka 09.00.

Mellom 9 og 10, for det vil være.

Telling og innsjekk ved båten og på flytebrygga 10. 30 og avgang nbat 5 på 11 for dem som skal ut til munkholmen.

For deltakerne som skal svømme fra ilsvika, så vil det være en fotografering sammen med triatlon gjengen 10 over 11 og fotograferingen. De skal ut til munkholmen hver kvart over 11.

Starten for kort triatlon og åpen båter i ilsvika vil.

Foregå samtidig klokka 11.30 og.

Da vil det også være Start for ute på munkholmen for åpen båter.

Første svømmer ut av vannet på 750 meteren e estimert til cirka 10 40 11 40 og første svømmer i mål på fra munkholmen til rundt kvart over 12.

Kutt opp tid for svømming 7 50 er klokka 12.30. Det er samme tidspunkt som triatletene og 13 null null fra gjengen fra munkholmen. Og på samme tidspunkt så vil det bli gjennomført premieutdeling opp og arena arena, der skiftesonen til triatlonet. Mm når det kommer til sekretariatet, så vil registrering lisenser lisenssjekk utdeling av hatter og skip gjennomføres fredag 16 til 18 hos brattørkaia sykkel i holtermannsveien rett ved Lerkendal.

Jeg vil ha og lørdag morgen fra 9 til 10 på stadion, og vi ønsker at flest mulig å hente startnummer på fredag for å.

Gjør belastningen på.

Frivillige mindre vi tenker på miljøet, så det er ikke noe deltager poser.

Og for å komme ombord på båt eller innpass i startlønnen icecast så kreves det at du har timing, chip og svømmehette.

Trondheim er åpen måter vil ha en egen.

Skiftesonene bagasje stone som vil være innen grøntareal i den røde firkanten der det er rettet med målgang på på svømminga som vil være i trapp som kommer opp i hjørnet av den firkanten.

Hmmm det er lov for dem som skal svømme langt og bruke en egen pose nett som du kan ta med fra fra arenaen og bort til brygga og det skal legges da i igjen på anvist sted før du går ned på brygga og det vil bli fraktet tilbake til bagasjeoppbevaring.

Som rådet i open water skiftes og.

For 750 ma meteren, så er skiftesonen svært nær Start, så der legger du deg selv i

skiftesonen eventuelle små poser med medisiner og andre nødvendigheter. Da kan tas med på eget ansvar ute og munkholmen og blir fraktet tilbake.

Til skiftesonen, men det må legges da være i en pose merket med startnummer.

Oppe på stadion, så vil det være noe samarbeidspartnere. Hvordan har stands blant annet medox har salgsstand for mulighet for å kjøpe av sportsernæring og salg og.

Testing av selfish våtdrakta det vil være en kyst kiosk berg med som vil selge varer til inntekt for Trondheim triatlonklubb sin ungdomsavdeling. Og det er kjærkomne midler for ungdomsavdelingen vårt. Andre samarbeidspartnere som har vært til stede, nidro, sparebank, nylander, helseklinikken og Meråker kjøtt.

Og så.

Her har du da et kart da som viser viser fra arenaen til triatlon og bort til der båten går fra og det er jo ned i den.

Første svingene er at har målgang og skiftesonen for åpen vater. Det vil jo være cirka 700 meter å gå derfra og bort til brygga.

Så vi anbefaler at du sette av god tid.

Når du kommer ut på munkholmen, så vil det være en startprosedyre som er at det vil annonseres 15, 10 og 5 minutter før Start.

E åssen ville jeg gitt tillatelse for å gå ut i vannet, og så anbefaler jeg å velge posisjon i vannet, ut ifra svømmefot forum og komfort må bli oversvømt.

Og du må holde deg bak startlinja, og det vil jeg vil være kajakke som er linjehopp den her startlinja og ikke overvurdert tiden du bruker fra standard bort til startlinjen.

Tiden starter når startskuddet går.

Å starte prosedyren. Det vil være at.

Løpsleder svøm sier jeg innta plassene, og så vil det være et signalhorn eller tilsvarende som indikerer at konkurransen er i gang.



Trond Karlsen 13:40

Ja da kan jeg ta summe trassige lang.

Som Terje side da så er det igjen.

Ombordstigning båt.

Ilsvika.

Man blir fraktet ut til munkholmen.

Så vil man ha startet i vannet der.

Gjentar også det Terje sier pass på den tiden det tar fra man.

Går ut i vannet til faktisk det er startlinjen er så vær litt oppmerksom på det. Tiden starter når startlinja unnskyld når starten går.

En felles starttid for alle.

Så følger man da Start traseen.

Rett inn.

Og inn da til målgang.

Koster hånden opp en ståltrapp bryt av Venstre inn på da det her i området som vil bli anvist på den gressplen, og da er man i mål.

Her i da.

Kort løype.

Om man da starter.

På anvist plass.

Men vil ha en vannstart som man trekker da litt ut i vannet.

Så skal man til første bøye.

Så til bøye nummer 2 som også er da den samme byen som.

Den lange distansen føler jeg også.

Har man samme målgangen?

Inntrykkene opp.

På stranden opp den startrampa.

Og ut på planen.

Passering foregår på Høyre side av bøyene.

Dersom man har behov for assistanse man legger seg på rygg, løftearmer.

Så holder man den da statisk opp i været, og så må man gjerne gjøre noe tidligere.

Opp svømmeadferd vil bli observert, så sørg for at man har en god konkurranseånd på.

Svømmingen.

Vi ønsker jo at flest mulig skal over mållinjen, men vi har da kutt off.

Og kutte off på 2400 meter da én time og 30 minutter etter Start.

Å kutte opp på 715 meter i én time etter Start, og dersom du er i vannet etter cutoff, så vil det bli plukket opp av en båt som vi som arrangør har.

Så er det værmelding. Hmmm der vil et.

Crew utfor temperaturmåling i vannet siste dag for konkurranse og senest én time før løpet starter.

Informasjon om eventuelle endringer legges på Trondheim triatlon sine

facebooksider og kan da faktisk være såpass nære som en time før løpsstart.

Hmmm. De følger faktisk Norges triatlonforbund sitt reglement for temperaturer. I og med at det her arrangeres samtidig som er triatlon, så er det da de reglene som kan jo da de som er spesielt interessert i det kan jo gå inn på konkurransereglene som 3,5 forbundet har på sine sider. Der finner man egne tabeller over temperaturen. I dag når den her reisefellen spilles inn, så var det 14,7 grader på munkholmen. Og det sammen med.

Lufttemperaturen så hadde vi tilsvarende forutsatt tilsvarende.

Forhold som i dag så hadde vi startet på munkholmen.

Så vi håper virkelig at det blir realiteten også den toogtyvende.

August.

Litt postgis prosedyren.

Når du mål og fått pusten tilbake, hei på de som er på vei inn til mål.

Sørg også for at du har med deg, venner og kjente og familie.

På det her i vente, sånn at de også får skjedd hva det her går ut på. Det er masse flotte publikumsområder nede i ilsvika, så der kan de skje dere helt fra starten på munkholmen og helt inn over målstreken.

Trondheim triatlon er gjort på dugnad så som Terje sa i stad og bruke penger i kiosken for å etter løpet. Vi ber om at søppel havner i søppelbøtta, og så vil det være premieutdeling for Trondheim apen båttur klokken 01.00.

På stadion i ilsvika, og arrangementet er jo som vi opplyste om et arrangement også i Norges cup.

Så det blir spennende å se hvordan de resultatene blir, så entrer vi da til alle sammen at man blir igjen og gjør stas på utdelingen.

Vi har en posteringsprosessen i videre som går på antidoping.

Dersom det er anti dopingkontroll, så vil de kontrollere ta kontakt med deg umiddelbart etter målgang.

Og vil da være ifølge sammen med en funksjonær.

Har du et problem eller andre ting som krever litt spesielle hensyn, så ta kontakt med dommer eller meg som løpsleder før konkurransestart, så har vi da profesjonelt førstehjelp på stedet representert ved å forsvaret da.

Og som jeg sa tidligere, så har vi et Trondheim Brann og redningstjeneste med båtto drone og vannskuter, og vi har kajaker, og vi har vært egne båter som sikkerheten er veldig godt ivaretatt.

Da er det bare for meg å han.

Terje og ønsker dere?

Lykke til.

Og at dere får en god opplevelse på løpsdagen?

Ta vare på kurs selv og ta vare på de medlemmene som dere har.

Og så ser vi fram til en god.

Og høy sportslig.

Hmmm. Resultatmessig.

Gjennomføring lørdag toogtyvende.

● **Trond Karlsen** stoppet transkripsjon