

De start van de 500m zwemmen was in het hallenbad in Haaren.

De zwemmers werden over de vier banen verdeeld op basis van de inschatting van de opgegeven zwemtijd bij aanmelding.

Fiona en Michiel werden met vier anderen in de snelste baan ingedeeld, Calle en Rick in baan 2.

Na 500m was Fiona met een aantal andere deelnemers als 1e bij het zwemonderdeel.

Michiel volgde op iets meer dan één minuut, Rick en Calle zaten daar weer 1,5 minuut achter.

Na het omkleden kon er gestart worden met hardlopen. De temperatuur was aangenaam.

Bij de start van de 5 km gingen Rick en Fiona aardig mee in de voorste gelederen.

Calle en Michiel besloten om hun krachten te sparen in het begin.

Halverwege het lopen is Michiel gaan versnellen, hierdoor haalde hij Fiona in.

Van de TVR leden kwam Rick als eerste binnen bij het hardlopen, gevolgd door Michiel, Fiona en Calle.

Uiteindelijk bleek dat Fiona als 1e bij de dames was geëindigd, Michiel als 6de, Rick als 7de en Calle als 10de.

Rob startte met het zwemmen toen de andere leden aan het rennen waren, uiteindelijk kwam

Rob na 14.26 uit het water. Vervolgens is na het omkleden de 10 km van start gegaan.

Rob kwam halverwege als 5de door. Bij de finish was hij nog steeds vijfde.

Rob finishte het hardlopen in een tijd van 40.38 min. Hiermee was hij tevreden, vooral omdat de tweede 5 km sneller waren dan de eerste 5km.

Iedereen heeft een geslaagde wedstrijd achter de rug en een goede voorbereiding voor de komende triatlons.