

Regulamin I Triatlonu Garwolińskiego

ORGANIZATORZY

- Centrum Sportu i Kultury w Garwolinie
- Park Wodny „Mamut”
- Stowarzyszenie Truchtacz.pl
- Klub Kolarski „Horyzont”

CEL

- Upowszechnienie triathlonu jako wszechstronnej formy ruchu
- Propagowanie aktywności fizycznej wśród mieszkańców gminy Garwolin
- Promocja Garwolina

TERMIN I MIEJSCE

- Triatlon Garwoliński odbędzie się 4 lipca 2015 r.
- Start, meta i strefa zmian będą się znajdować w Parku Wodnym „Mamut” w Rębkowie k. Garwolina, ul. Rekreacyjna 1.

PROGRAM IMPREZY

07:30 – 09:15	wydawanie pakietów startowych
08:00 – 09:30	wprowadzanie rowerów do strefy zmian
09:30	oficjalne otwarcie zawodów
09:35	obowiązkowa odprawa techniczna
10:00	start z plaży
11:10 – 13:00	wydawanie rowerów ze strefy zmian
11:40	zamknięcie trasy kolarskiej
12:00	zamknięcie trasy biegowej
12:15	ceremonia wręczenia nagród

DYSTANS I TRASA

Triatlon Garwoliński zostanie rozegrany na dystansie SPRINT, czyli 750 m pływania, 20 km roweru, 5km biegu

Pływanie na dystansie 750m (1 pętla). Spodziewana temperatura wody ok. 22°C. Głębokość zbiornika do 15m. Start z brzegu. Pomiar trasy GPS. Dozwolone użycie pianek.

Rower na dystansie 20km z draftingiem (1 pętla). Trasa płaska z dwoma przejazdami przez wiadukt nad torami kolejowymi. Pomiar trasy GPS. Ruch drogowy otwarty. Na skrzyżowaniach i innych punktach kolizyjnych zabezpieczenie ze strony policji, Ochotniczej Straży Pożarnej. Należy przestrzegać zasad ruchu drogowego, podczas trasy trzymać się prawej strony jezdni.

Organizator zaleca użycia rowerów z kierownicami typu "baranek" z przystawkami nie wystającymi poza obrys kierownicy. Wszystkie wystające do przodu części (rogi kierownicy, przystawki czasowe itp.) muszą być zabezpieczone na wypadek kraksy. Zawodnik może mieć kontakt z rowerem wyłącznie w zapiętym kasku spełniającym normy CE. Podczas konkurencji kolarskiej obowiązuje zakaz używania słuchawek.

Bieg na dystansie 5km (1 pętla). Oznaczenia długości trasy co 1km. Pomiar trasy GPS.

Strefa zmian oraz toalety zlokalizowana będzie przy plaży ośrodka Mamut. Limit czasu ukończenia zawodów – 2 godziny.

KLASYFIKACJE I KATEGORIE WIEKOWE

Klasyfikacje i kategorie wiekowe kobiet i mężczyzn (decyduje rok urodzenia, a w przypadku M18 warunek ukończenia 16 lat w dniu startu)

K/M OPEN (generalna kobiet i generalna mężczyzn)

K 1 (16-29 lat, r. ur. 1999-1986)

K 2 (30-39 lat, r. ur. 1985-1970)

K 3 (40-49 lat, r. ur. do 1969)

M 20 (16-29 lat, r. ur. 1999-1986)

M 30 (30-39 lat, r. ur. 1985-1976)

M 40 (40-49 lat, r. ur. 1975-1966)

M 50 (50-59 lat, r. ur. 1965-1956)

M 60+ (60 lat i więcej, r. ur. do 1955)

GRW (klasyfikacja kobiet i mężczyzn z powiatu garwolińskiego)

NAGRODY

1. Pierwszych trzech zawodników i pierwsze trzy zawodniczki w każdej kategorii otrzymają pamiątkowe statuetki.

2. Zawodnik nagrodzony w klasyfikacji generalnej nie będzie nagradzany w kategorii wiekowej.
3. W przypadku zgłoszenia się mniej niż 3 zawodników/zawodniczek w kategorii, następuje połączenie z niższą kategorią wiekową.
4. Każdy zawodnik, który ukończy I Triathlon Garwoliński otrzyma okolicznościowy medal.

PAKIET STARTOWY

- Numery startowe wraz z agrałkami, naklejki na rower i kask
- Czepek
- Napoje (woda, izotonik), owoce na punktach odświeżania i w strefie mety
- Medal na mecie
- Upominki od sponsorów i partnerów imprezy.

WARUNKI UCZESTNICTWA

1. Zawodnicy mogą uczestniczyć w zawodach tylko po osobistym podpisaniu oświadczenia o braku zdrowotnych przeciwwskazań do uprawiania triathlonu, oraz starcie w zawodach na własną odpowiedzialność.
2. Zawodnicy niepełnoletni mający poniżej 18 lat zobowiązani są do przedstawienia pisemnej zgody opiekuna prawnego.
3. Organizator zaleca, aby każdy Zawodnik we własnym zakresie określił swoje zdrowotne możliwości startowe, i potwierdził je konsultacją z lekarzem.

OPŁATA STARTOWA

1. Opłata startowa wynosi 50zł, płatna na rachunek Centrum Sportu i Kultury w Garwolinie, **05 9210 0008 0013 8530 2000 0020** z dopiskiem: *Triathlon Imię Nazwisko*
2. W dniu zawodów opłata startowa (w przypadku dostępności miejsc) wynosi 100zł płatnych gotówką.
3. Zawodnik jest zobowiązany do wpłaty opłaty startowej na konto Organizatora w ciągu siedmiu dni od dokonania zgłoszenia. W przypadku nie uiszczenia opłaty w terminie Organizator zastrzega sobie możliwość usunięcia Zawodnika z listy startowej.

INFORMACJE DODATKOWE

1. Udział w odprawie technicznej jest obowiązkowy
2. Wszelkie sprawy sporne rozpatrywać będzie komisja sędziowska
3. Podczas pływania dozwolone są pianki triathlonowe.
4. W strefie zmian zabroniona jest jazda na rowerze
5. Sędziowie mogą stosować upomnienia, kary czasowe oraz dyskwalifikację w przypadku naruszeń postanowień regulaminu lub niesportowe zachowanie w trakcie zawodów.
6. Ostateczna interpretacja regulaminu należy do organizatora.