

# Regulamin

## TRIATHLON MIETKÓW 2017

Triathlonowa Sztafeta Firmowa 1/4 IM – 10 czerwca (sobota)

Triathlon Mietków 1/8 IM – 10 czerwca 2017 (sobota)

Triathlon Mietków 1/4 IM – 11 czerwca 2017 (niedziela)

### CEL ZAWODÓW

- . Sportowa rywalizacja zawodników o jak najlepsze czasy na dystansie 1/8 IM, 1/4IM oraz Triathlonowych Sztafet Firmowych na dystansie 1/4 IM.
- . Popularyzacja triathlonu i terenów Jeziora Mietkowskiego.

### ORGANIZATOR

[Platforma Sportów Wytrzymałościowych](#)

[Fundacja Pro Sport Pro Life](#)

### TERMIN – MIEJSCE – DYSTANS

- . Zawody odbędą się w dniach 10 – 11 czerwca 2017 r.
- . 10 czerwca: Triathlonowa Sztafeta Firmowa na dystansie 1/4 IM (950m/45km/10,5km) oraz zawody **indywidualne na dystansie 1/8 IM** (425m/22,5km/5,25km)
- . 11 czerwca zawody **indywidualne na dystansie 1/4 IM**.
- . Start, meta oraz biuro zawodów będą w Przystani Sportów Wodnych w Borzygniewie – gmina Mietków (35 km od Wrocławia)
- . Rywalizacja na wszystkich dystansach będzie się odbywać w formule **bez draftingu**.
- . Limit czasowy:  
Dystans 1/8 IM: pływanie 15 min, rower łącznie z pływaniem max. 1 h 30 min, całość max. 2 h.  
Dystans 1/4 IM: pływanie 30 minut, rower + pływanie max 2h 15min, całość max 3,5h

### WARUNKI UCZESTNICTWA

- . Prawo startu w zawodach na dystansie 1/4 IM posiadają osoby, które w dniu 10.06.2017 r. będą miały ukończone 18 lat, oraz stan zdrowia będzie pozwalał na udział w zawodach.
- . Prawo startu w zawodach **na dystansie 1/8 IM mają zawodnicy poniżej 18 lat**, którzy zobowiązani są do dostarczenia zgody opiekuna, które jest dostępne w panelu logowania.
- . Podczas zawodów, jesteśmy sportowcami, jesteśmy fair; nie jedziemy na kole, przestrzegamy Regulaminu Zawodów, asekurujemy się i dbamy o własne oraz innych zawodników bezpieczeństwo!
- . Każdy uczestnik zawodów jest zobowiązany do własnoręcznego podpisania oświadczenia o starcie z własnej woli i na własne ryzyko.
- . Każdy uczestnik musi wypełnić zgłoszenie, umieszczone na stronie zawodów oraz opłacić startowe.
- . **W sztafetach firmowych nie dopuszcza się do rywalizacji firm stanowiących grupy sportowe jak np: grupy triathlonowe, które działają jako firmy. Dla ww firm, stowarzyszeń sportowych, w tym triathlonowych, została utworzona Kategoria PRO.**

### ZGŁOSZENIA

- . Zgłoszenia przyjmujemy przez formularz internetowy znajdujący się na stronie [www.triathlonmietkow.pl](http://www.triathlonmietkow.pl) oraz [www.triathlonfirmowy.pl](http://www.triathlonfirmowy.pl).
- . Limity uczestników: zawody 1/8 IM (sobota) – 300 zawodników, Triathlonowa Sztafeta Firmowa (sobota) – 200 sztafet, zawody ¼ IM (niedziela) – 600 zawodników.

- . Udział w zawodach będą mogły wziąć osoby, które jako pierwsze opłacą startowe. NIE decyduje data zapisania się.
- . Organizator zastrzega sobie prawo do usunięcia zawodnika z listy startowej po 7 dniach od zapisania się o ile nie opłacił startowego.
- . Pakiet startowy można odebrać od 9 czerwca (piątek) od godziny 15.00. Szczegóły w zakładce: INFO -> HARMONOGRAM.
- . Wstawianie rowerów do strefy zmian odbywa się w dniu zawodów w godzinach 6.30-8.45.
- . O godzinie 8.45 należy bezwzględnie opuścić strefę zmian.
- . W ramach pakietu startowego zawodnik otrzymuje: numery startowe, czepek, prospekty i upominki od sponsorów oraz pamiątkową koszulkę. Na trasie będą punkty żywieniowe, na których będą znajdować się owoce, woda, izotonik. Na mecie każdy otrzyma posiłek regeneracyjny oraz pamiątkowy medal.
- . Po zawodach będzie możliwość skorzystania z pryszniców, usytuowanych w OSW.

## KLASYFIKACJE

### Starty indywidualne 1/4 IM i 1/8 IM:

- . OPEN Kobiet
- . OPEN Mężczyzn
- . Kategorie wiekowe K/M: 16-19, 20-29, 30-39, 40-49, K50+, M60+
- . Pierwsze **3 osoby dla 1/8 IM** oraz pierwsze **5 osób dla 1/4 IM** w kategoriach OPEN, **nie biorą udziału w klasyfikacji wiekowej.**

Warunkiem utworzenia kategorii jest **udział minimum 5 osób.**

### Triathlonowa Sztafeta Firmowa:

- . Najlepsza Drużyna Kobiet
  - . Najlepsza Drużyna Mężczyzn
  - . Najlepsza Drużyna MIX
  - . Najlepsza Drużyna PRO
- Warunkiem utworzenia kategorii jest **udział minimum 3 sztafet** w danej kategorii.

## NAGRODY

### Dystans 1/8 IM.

- . I miejsce: 400 zł + puchar Triathlonu Mietkowskiego,
  - . II miejsce: 300 zł + puchar Triathlonu Mietkowskiego,
  - . III miejsca: 200 zł + puchar Triathlonu Mietkowskiego.
- Miejsca I – III w kategoriach wiekowych otrzymają statuetki.

### Dystans 1/4 IM

- . I miejsce: 600 zł + puchar Triathlonu Mietkowskiego,
  - . II miejsce: 400 zł + puchar Triathlonu Mietkowskiego,
  - . III miejsca: 300 zł + puchar Triathlonu Mietkowskiego,
  - . IV miejsca: 200 zł + statuetka Triathlonu Mietkowskiego,
  - . V miejsca: 100 zł + statuetka Triathlonu Mietkowskiego.
- Miejsca I – III w kategoriach wiekowych otrzymają statuetki.

### Triathlonowa Sztafeta Firmowa:

Rywalizacja sztafet ma charytatywny charakter i nie przewidujemy nagród finansowych.

**I, II i III miejsca w każdej kategorii: Puchar, gloria i chwała** dla zwycięzców sztafety.

Szczegółową i mamy nadzieję bardziej atrakcyjną pulę nagród podamy w późniejszych terminach i będzie ona uzależniona od budżetu zawodów.

## OPŁATY STARTOWE

### Start indywidualny na dystansie 1/4 IM:

- . Wpłata do 15 grudnia 2016 r. – 150 pln,
- . Wpłata do 28 lutego 2017 r. – 200 pln,

- . Wpłata do 15 maja 2017 r. – 250 pln.
- . Po 15 maja 2017 – 250 pln – bez pakietu startowego.

#### **Start indywidualny na dystansie 1/8 IM:**

- . Wpłata do 15 grudnia 2016 r. – 125 pln,
- . Wpłata do 28 lutego 2017 r. – 150 pln,
- . Wpłata do 15 maja 2017 r. – 200 pln.
- . Po 15 maja 2017 – 200 pln – bez pakietu startowego.

#### **Start Triathlonowej Sztafety Firmowej na dystansie 1/4 IM:**

- . Wpłata do 15 grudnia 2017 r. – 299 pln,
  - . Wpłata do 28 lutego 2017 r. – 350 pln,
  - . Wpłata do 15 maja 2017 r. – 400 pln.
  - . Po 20 maja 2017 – 400 pln – bez pakietu startowego.
- Opłaty startowe prosimy przelać na konto: 68 1240 6768 1111 0010 6654 4518 (PeKaO).

(w tytule: **Imię, Nazwisko i dystans**) Triathlon Mietków, ul.Raławicka 51/4, 53-149 Wrocław, NIP: 8943060014,

Faktury wystawiamy na żądanie, do 7 dni od wpłaty.

## **REZYGNACJA Z UDZIAŁU W ZAWODACH**

W przypadku rezygnacji z zawodów:

- . do 20 lutego – zwrot 75% kwoty,
- . do 30 kwietnia – zwrot 50% kwoty,
- . od 1 maja nie będzie możliwości zwrócenia wpisowego.
- . Przepisanie zawodnika – 30pln

W każdym przypadku należy wysłać email pt: “rezygnacja z zawodów” na adres: [biuro@triathlonmietkow.pl](mailto:biuro@triathlonmietkow.pl).  
Termin zwrotu: do 7 dni od wysłania rezygnacji.

## **RUCH DROGOWY**

- . Jazda na rowerze oraz bieg, będą się odbywać przy zamkniętym ruchu drogowym. Jednak droga posiada wiele małych dojazdów, znajduje się przy niej wiele posesji, dlatego przez całą trasę bezwzględnie należy zachować pełną czujność oraz przestrzegać przepisów ruchu drogowego oraz trzymać się prawej strony jezdni!

## **KARY, ODBIÓR ROWERU I INNE ISTOTNE SPRAWY**

- . Punkt odżywiania na trasie rowerowej będzie po nawrotce po 23km, oraz 3 punkty na trasie biegowej, na ok 2,5km, 5km i 8 kilometrze.
- . Kask jest obowiązkowy podczas całego etapu kolarskiego.
- . Podczas części rowerowej, będą jeździli sędziowie dyscyplinując zawodników przed jazdą na kole. Za każdym razem zawodnik jadący w odległości mniejszej niż 8 metrów, zostanie ukarany tzn: “*stop&go*”(poproszony o zejście z roweru). Za drugim razem będzie to “3 min stop &go”. Przy trzeciej próbie jazdy na kole zawodnik zostanie zdyskwalifikowany. Grajmy fair.
- . Na wyprzedzenie zawodnika, zawodnik wyprzedzający ma 20 sekund.
- . Odbiór roweru **możliwy i konieczny od godziny 12.00 do godziny 14.00 w dniu zawodów**, za okazaniem numeru startowego i dowodu osobistego.
- . W przypadku odbioru przez osobę trzecią, bezwzględnie należy posiadać ze sobą: nr startowy zawodnika, dowód osobisty zawodnika oraz dowód osobisty osoby odbierającej rower.
- . Pianki, po wyjściu z wody, można całkowicie ściągnąć tylko w strefie zmian. Podczas dobiegu do T1, można ściągnąć piankę jedynie do pasa.
- . Nagość w strefach zmian T1 i T2 są zabronione i będą skutkowały natychmiastową dyskwalifikacją. W strefie zmian będzie ustawiony namiot dla osób potrzebujących ściągnąć/zmienić ubranie.
- . Sztafety: osoby ze sztafet czekają na siebie przy stojakach rowerowych. W T1 przypadku, osoba jadąca na rowerze, czeka na pływaka z rowerem powieszonym na stojaku rowerowym. W T2 – biegacz czeka aż kolarz wstawi na stojak rower (jak siodełko dotknie rury, na której wieszamy rower). Wtedy dopiero ruszamy do następnego etapu.

## POSTANOWIENIA KOŃCOWE

- . Zawody odbywać się będą bez względu na warunki atmosferyczne.
- . Obowiązek ubezpieczenia od następstw nieszczęśliwych wypadków leży w gestii zawodników.
- . Organizatorzy nie odpowiadają za rzeczy pozostawione bez opieki.
- . Protesty należy składać pisemnie, w terminie do godziny 12.15 w dniu zawodów.
- . Reklamacje związane z ewentualnymi błędami przy pomiarze czasu należy zgłaszać bezpośrednio po zawodach.
- . Wszystkich zawodników startujących w Triathlonie Mietkowskim obowiązuje niniejszy regulamin.
- . Rejestracja jest równoznaczna z akceptacją regulaminu.
- . Organizator zastrzega sobie prawo odwołania imprezy bez podawania przyczyn.
- . Organizator zastrzega sobie prawo do wprowadzenia zmian oraz ostatecznej interpretacji regulaminu, który będzie dostępny w biurze zawodów.

## PLATFORMA SPORTÓW WYTRZYMAŁOŚCIOWYCH