

Триатлон Шри Чинмоя «Радуга самопреодоления»

Дата проведения: **07 июня 2014 г.**

Место проведения: **акватория Химкинского залива (плавание), Химкинский лесопарк (велокросс), сквер вдоль Прибрежного проезда (бег).**

Место предстартовой регистрации: **оборудованный пляж возле залива Химкинского водохранилища в зоне отдыха Левобережной (Прибрежный проезд, владение 5/7).**

Время проведения:

- выдача стартовых пакетов с **8.00 до 9.30;**
- открытие транзитной зоны в **8.30;**
- закрытие транзитной зоны и предстартовый брифинг в **9.45;**
- старт в **10.00.**

Регистрация участников триатлона и эстафеты предварительная до **17.00 05 июня 2014 г.** Регистрация на сайте: sportspirit.org Участник считается предварительно зарегистрированным, если он выполнил все условия регистрации и оплатил стартовый взнос.

При получении номера участники должны представить паспорт и медицинскую справку с печатью выдавшего учреждения, подписью и печатью врача. В справке должно быть указано, что участник допущен к соревнованию на выбранную им дистанцию. Справка должна быть оформлена не ранее 07.12.2014. Ксерокопия справки не принимается. Справка возвращается после завершения соревнования.

Допускается регистрация в день соревнований без гарантии награждения памятными медалями и свидетельствами, стартовый взнос увеличивается.

К участию в соревнованиях допускаются все желающие в возрасте 18-ти лет и старше.

Дисциплины соревнований и возрастные группы участников:

личное первенство:

1. триатлон – мужчины, возрастные группы: 1984-1995 г. р. (18-29 лет); 1974-1983г. р. (30-39 лет); 1964-1973г.р. (40-49 лет); 1954-1963г.р. (50-59 лет); 1953 г. р. и старше (60 лет и старше); женщины – 1984-1995 г. р. (18-29 лет); 1974-1983 г. р. (30-39 лет); 1973 г.р. и старше (40 лет и старше);

командное первенство:

- **эстафета** - мужские команды и женские команды. Команда может состоять из двух или трех участников. Зачет идет отдельно среди женских и мужских команд.

Соревнования по **триатлону** являются этапом ГРАН-ПРИ. **Эстафета** не является этапом ГРАН-ПРИ.

Соревнования включают в себя:

- **триатлон**: заплыв на дистанцию 750 м + велокросс на дистанцию 16 км + бег на дистанцию 5 км.

- **эстафету**: 1-й этап - заплыв на дистанцию 750 м; 2-й этап - велокросс на дистанцию 16 км; 3-й этап - бег на дистанцию 5 км.

Трасса этапа плавания **триатлона и эстафеты**: 1 круг 750 м.

Гидрокостюмы разрешены. Старт с береговой линии.

Стиль плавания вольный.

Трасса велоэтапа для **триатлона и эстафеты**: 16 км. Съезд на круг 2 км туда и 2 км обратно + 4 круга по 3 км по земляным дорожкам и частично – по асфальту.

Велошлем обязателен.

Требования к велосипеду: технически исправный горный велосипед с размером колес 26 или 29 дюймов с обоими рабочими тормозами. Количество передач не регламентируется.

Спереди на руле должен быть закреплен номер (предоставляется организаторами).

Ехать с голым торсом не разрешается.

Обгоняемый спортсмен не должен препятствовать обгону более сильным соперником; по возможности должен стараться придерживаться края трассы.

Преодолевая какие-либо участки трассы пешком, спортсмен должен двигаться по краю трассы и приложить все усилия, дабы не создавать помехи остальным участникам движения.

Обгоняющий спортсмен должен заранее и в корректной форме известить о намерении совершить маневр обгона, например, используя оклики: "Слева!" ("Обхожу слева!") или "Справа!" ("Обхожу справа!"). Грубые и нецензурные оклики со стороны обгоняющего являются прямым основанием для дисквалификации.

Обгоняющий и обгоняемый на круг спортсмены находятся в равных условиях.

Спортсмен обязан двигаться только по указанному маршруту, а в случае выезда за пределы трассы спортсмен обязан вернуться на трассу в месте съезда с нее и продолжить движение.

Трасса этапа бега **триатлона и эстафеты 5 км: 3** круга по твердому покрытию и частично по грунту.

Наличие номера, закрепленного спереди обязательно.

Бежать с голым торсом или босиком не разрешается.

Время на триатлоне и в эстафете фиксируется от момента старта заплыва до момента финиша этапа бега.

Помогать участникам в транзитной зоне не разрешается.

Любая посторонняя помощь в прохождении дистанции на трассе запрещена, за исключением технической неисправности велосипеда (кроме замены камеры на колесе, которую участник должен заменить сам).

Передача спортсменам питания может осуществляться на всей трассе при отсутствии помех прочим участникам. На участке перед началом транзитной зоны передача спортсменам питания запрещена.

Правила передачи эстафеты:

Передача эстафеты осуществляется только в транзитной зоне возле стойки с велосипедом.

Эстафета передается передачей чипа (чипов) следующему участнику.

При передаче эстафеты от пловца велогонщику, последний должен стоять возле велосипеда.

Только получив чип, он может начать надевать велошлем.

При передаче эстафеты от велогонщика бегуну, последний должен стоять возле стойки, соответствующей номеру команды

Велогонщик сначала устанавливает велосипед в стойку, снимает велошлем и лишь затем передает бегуну чип и стартовый номер.

Запрещается выбегать из транзитной зоны с незакрепленным чипом или стартовым номером.

За нарушение данных правил команда может быть дисквалифицирована по решению судьи в транзитной зоне.

Стартовый взнос при предварительной регистрации на **триатлон** составляет 700 рублей + 5% (комиссия платежной системы), на **эстафету** - 900 рублей + 5% (комиссия платежной системы).

Стартовый взнос при регистрации в день соревнований **удваивается**.

Возврат стартового взноса участнику, перенесение стартового взноса для данного участника на другой этап ГРАН-ПРИ, либо перенесение стартового взноса на имя другого участника возможно не позднее 10.00 3 июня 2014 года (четверо суток) до начала соревнований при поступлении заявления участника по электронному адресу: srichinmoyracescobakasportspirit.org

Пенсионеры участвуют в соревнованиях без оплаты стартового взноса при предъявлении пенсионного удостоверения, **при условии предварительной регистрации**. Студенты очных отделений ВУЗов оплачивают половину стартового взноса при предъявлении студенческого билета, **при условии предварительной регистрации**.

Информация по телефону **8-916-999-46-56** или **8-916-963-2175** с **12.00** до **17.00**.

Награждение участников **триатлона** – по три призовых места в каждой возрастной группе, а также в абсолютном первенстве участников **триатлона** – по три призовых места среди мужчин и женщин соответственно.

Победители и призеры в возрастных группах награждаются медалями и дипломами.

Победители и призеры **триатлона** в абсолютном первенстве награждаются памятными призами или кубками.

Награждение **эстафетных** команд – по три команды в каждой номинации.

Эстафетные команды награждаются дипломами, а их участники – медалями.

Участники триатлона награждаются памятными медалями, свидетельствами и сувенирами.

Участники эстафеты памятными медалями и свидетельствами.