Триатлон «Радуга самопреодоления»

Дата проведения**: 22 мая 2016 г.**

Место проведения: **акватория Химкинского залива (плавание), Левобережный лесопарк (велокросс), сквер вдоль Прибрежного проезда и пляж зоны отдыха Левобережного района (бег).**

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

Время проведения:

- выдача номеров – **с 8.30 до 9.30**;
- открытие транзитной зоны – **8.45**;
- закрытие транзитной зоны и предстартовый брифинг – **9.30**;
- старт – **10.00**.

Регистрация участников предварительная на сайте:: **до 17.00 18 мая или до 150-ти зарегистрированных участников.** Участник считается предварительно зарегистрированным, если он выполнил все условия регистрации и оплатил стартовый взнос.

При получении номера участники должны представить **паспорт** и лицензию триатлета, либо спортивную страховку, либо страховку от несчастного случая, либо **медицинскую справку** с печатью выдавшего учреждения, подписью и печатью врача. В справке должно быть указано, что участник допущен к соревнованию по триатлону. Справка должна быть оформлена не ранее 22.11.2015. Ксерокопия справки не принимается. Оригинал справки возвращается после завершения соревнования. Пенсионеры и студенты должны также предъявить пенсионное удостоверение или студенческий билет.

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

Информация по телефону **8-916-999-46-56** или **8-916-963-21-75 с 12.00 до 17.00 по будним дням**.

Дисциплины соревнований и возрастные группы участников: мужчины – 1997-1992 г.р.; 1991-1987 г.р.; 1986-1982 г.р.; 1981-1977 г.р.; 1976-1972 г.р.; 1971-1967 г.р.; 1966 г. р. и старше; женщины – 1997 г.р. и старше.

Соревнования по **триатлону** являются 1-м этапом ГРАН-ПРИ.

Соревнования включают в себя:

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

Трасса этапа плавания: 1 круг – 750 м.

Гидрокостюмы разрешены.

Шапочка с номером обязательна (предоставляется организаторами).

Позиция участника на старте определяется предполагаемым результатом в плавании. Старт с береговой линии.

Стиль плавания вольный.

Трасса велоэтапа: 16 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 исправными тормозами на оба колеса. Другие типы велосипедов допускаются по предварительному согласованию с организаторами. 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 обязан вернуться на трассу в месте съезда с нее и продолжить движение.

Трасса этапа бега 5 км по твердому покрытию и частично по грунту.

Наличие номера, закрепленного спереди обязательно.

Бежать с голым торсом или босиком не разрешается.

Хронометраж осуществляется с помощью системы MyLaps ProChip.

Выдача чипов производится перед стартом.

Чип должен быть закреплен строго на голени спортсмена. Крепление чипа в других местах (руке, груди и т.д.) может привести к отсутствию результатом в итоговом протоколе.

Выдача чипов производится перед стартом.

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.

Стартовый взнос на **триатлон** составляет 1000 рублей + 5% комиссия платежной системы.

Стартовый взнос для пенсионеров составляет 500 рублей + 5% комиссия платежной системы при условии предъявления пенсионного удостоверения при получении номера.

Стартовый взнос для студентов составляет 700 рублей + 5% комиссия платежной системы при условии предъявления студенческого билета при получении номера.

Награждение участников **триатлона** – мужчины, по три призовых места в каждой возрастной группе и три призовых места в абсолютном зачете, женщины, семь призовых мест в абсолютном зачете.

Победители и призеры в возрастных группах награждаются медалями и дипломами.

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

Участники триатлона награждаются памятными медалями.

Организаторы имеют право вносить изменение в данное Положение, если это будет признано ими целесообразным.