TRIATLON ROMANIA

29 Mai 2022 Ploiești

Ședința Tehnică

Agenda

- Juriul Competitei
- Programul
- Concursul
- Conduita Sportivilor
- Check-in si Proceduri de Start
- Procedurile Concurs
- Premierea
- Prognoza meteo

Juriul Competitiei

- Bessenyei István
- Bogdan Burghelea
- Ovidiu Burghelea

Programul

CN Duatlon Sprint

Sambata , 28 mai 2022

17.00 - 21.00 Preluare kit-uri de concurs – Hipodrom, Ploiești

19.30 - 20.00 Ședință Tehnică – Online

20.00 - 20.15 Ședință Tehnică – Q&A, Hipodrom

Programul

Duminica, 29 Mai 2022

07.00-07.45 Preluare kit-uri de concurs – Parc Vest
7.45 Recunostere traseu
8:00 – 08.45 Deschidere zonă tranzit
09:00* Start Juniori M, Under M, Elite B
Val 2: Start AG
10:45 10:55 Deschidere zona tranzit
11:00 Start Juniori F, Under F, Elite F, AG F
13:00 – 13:20 Refacere tranzit
13:20 – 13:40 Deschidere zona tranzit
13:50 Start Cadeti M
Val 2: Start Cadeti F
15:15 – 15:45 Eliberare zona Tranzit
16:15 Ceremonia de Premiere Campionat National Sprint Duatlon

*** Programul poate suferi modificări în funcție de condițiile atmosferice**

Competitia

Distanţa Duatlon Sprint este urmatoarea:
Elite/U23/AG/Juniori I si Juniori II

- Proba de alergare1:5 Km(6 ture)
- Proba de bicicleta: 20km (10 ture)
- Proba de alergare2: 2,5 km (3 ture)

Traseul de bicicleta si de alergare nu implica pante solicitante şi aspecte tehnice provocatoare. Pe traseul de bicicleta sunt totusi cateva curbe la 90 de grade si doua poduri cu o panta de maxim 7 la suta, precum si o zona de aproximativ 100 m cu pavele.

Conduita în ziua competiției

Sportivii nu au voie să se încălzească sau să se familiarizeze cu itinerariul în timp ce cursa este în curs de desfăşurare. *

.

Conduita in timpul concursului generalitati

Să dea dovadă de un comportament sportiv, în orice împrejurare;

Să răspundă de propria siguranţă şi de siguranţa celor din jur;

Să cunoască, să înţeleagă şi să urmeze Regulamentul Competiţiei FRTRI care se găseşte pe www.triatlonromania.ro;

Să respecte reglementările şi instrucţiunile rutiere prevăzute de către organizatorii competiției.

.

Conduita in timpul concursului generalitati

Să nu arunce gunoi sau echipamete decât în zonele clar marcate, cum ar fi staţiile de alimentare sau containerele pentru gunoi.

Să nu încerce să obţină un avantaj nedrept prin intermediul **obiectelor** sau vehiculelor venite din exterior.

Să comunice unuia dintre Oficialii Tehnici faptul că s-a retras din concurs, altfel riscă să fie suspendaţi

Să nu primească pe parcursul competiţiei decât ajutorul din partea personalului şi a organizatorilor evenimentului

Pregătirea oficială şi familiarizarea

Sesiunile oficiale de formare şi familiarizare vor fi efectuate de către delegatul tehnic şi Organizatorul Local.

Sportivii şi antrenorii pot participa la aceste sesiuni oficiale de formare pentru traseul de alergare, Sambata 28 Mai 2022, de la ora 17.00, în incinta Parc Municipal Vest

Sesiune oficiala de formare si de familiarizare cu traseul de bicicleta nu va avea loc, însa sportivii se pot familiariza cu traseul de bicicleta, acesta fiind in totalitate in incinta Parc Municipal Vest.

Check-in

- Organizatorii au luat măsurile necesare și sportivii sunt obligați să respecte toate procedurile de prevenire și răspândire a Sars-Cov2, conform Ghidului de Preventie Covid19 al FRTRI.

- In zona de așteptare pentru intrarea în tranzit se vor respecta masurile de distantare fizică

- Durata șederii în tranzit va fi limitată la minimum posibil;

Check-in

- Lucrurile personale vor fi depozitate în cutia cu numărul de concurs alocat;
- Intrarea în tranzit va fi permisă doar cu casca de bicicletă pe cap și securizată corespunzător;
- După așezarea bicicletei pe rastel la numărul de concurs corespunzător, casca va fi amplasată pe ghidonul bicicletei, agățată de banda curelei de siguranță, iar mecansimul de prindere a curelelor este deschis;
- Pantofii de bicicleta vor fi așezați pe bicicletă (SPD) sau în fața cutiei de depozitare înainte de începerea concursului
- După finalizarea segmmentului de bicicletă, pantofii de bicicletă pot rămâne prinși pe bicicletă sau în cutia de depozitare
- Pantofii de alergare se vor aseza in fața cutiei după primul segment de alergare

Check-in

- Atleţii trebuie să amplaseze la o distanţă de 0,5 m de cutie tot echipamentul pe care îl va folosi ulterior pe parcursul evenimentului
- Toate celelalte lucruri personale şi echipamente trebuie îndepărtate înainte de începerea cursei.
- Tot echipamentul folosit deja trebuie depozitat în cutie, cu excepția pantofilor de alergare, dacă vor fi folosiți și în cel de al doilea segment de alergare. Nu se acceptă 2 perechi de pantofi de alergare în afara cutiei.
- Marcarea poziţiilor în Zona de Tranziţie nu este permisă. Marcajele vor fi îndepărtate, iar atleţii nu vor fi înştiinţaţi cu privire la acest lucru

Procedura Start

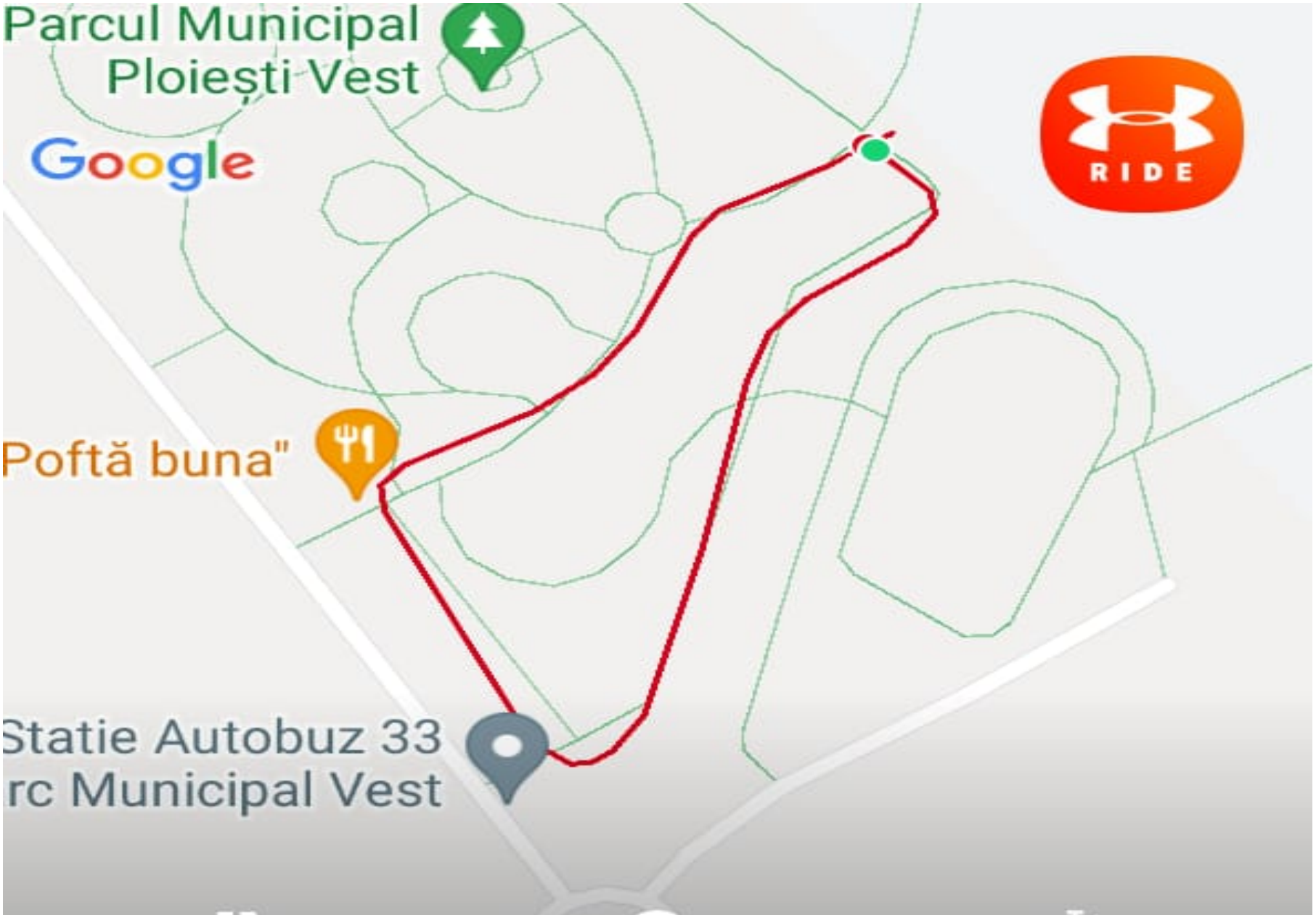
Alinierea la Start :

- Înainte de începerea competiţiei, atleţii sunt aliniaţi în ordinea numerelor lor de start
- Atleţii se duc direct la linia de start şi rămân pe poziţia respectivă în spatele liniei de start până la începerea procedurii de start.Un atlet nu poate ocupa mai mult de o poziţie de start si nu o poate schimba.
- Înainte de start va avea loc o scurtă ședință tehnică

Procedura Start

- Selectarea poziţiei de start se încheie atunci când toţi atleţii se află în poziţie de start
- Timpii de concurs vor fi timpii reali, calculati din momentul in care atletul a trecut peste covorul de cronometraj;

Traseul de Alergare
Toate categoriile



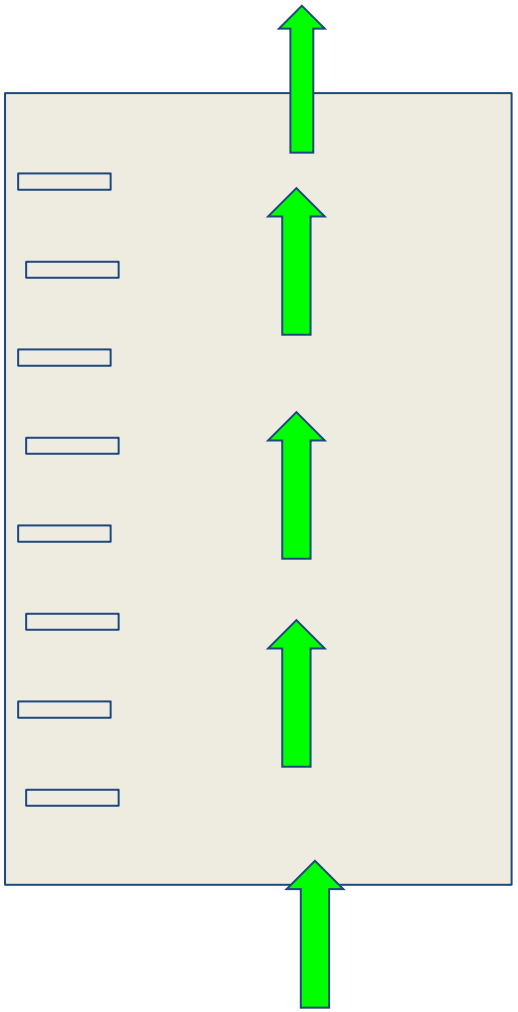
Conduita la alergare

- Sportivii vor merge sau alerga;
- Vor purta, în față, numărul oficial de cursă
- Nu vor alerga cu bustul gol
- Nu vor alerga fără pantofi sau cu picioarele goale pe nici o porţiune a traseului
- Nu vor alerga cu casca de bicicletă pe cap;
- Nu vor fi însoţiţi de membri ai echipei, manageri ai echipei, sau alţi antrenori pe traseu.

Zona de tranzitie

- Toţi atleţii trebuie să aibă casca bine închisă din momentul în care îşi scot bicicleta din rastel la începutul etapei de ciclism şi până îşi pun bicicleta în stand;
- Pantofii de ciclism, ochelarii, casca, şi alte echipamente de ciclism pot fi puse pe bicicletă;
- Orice echipament aflat în afara cutiei, ce nu face parte din echipamentul ce va fi folosit ulterior, atrage penalizari;
- Bicicletele vor fi depozitate pe o singura parte conform schemei:

Circulatia in Tranzit



Penalizări tranzit – după prima alergare și ieșire pe segment de bicicletă

T1

Moutline

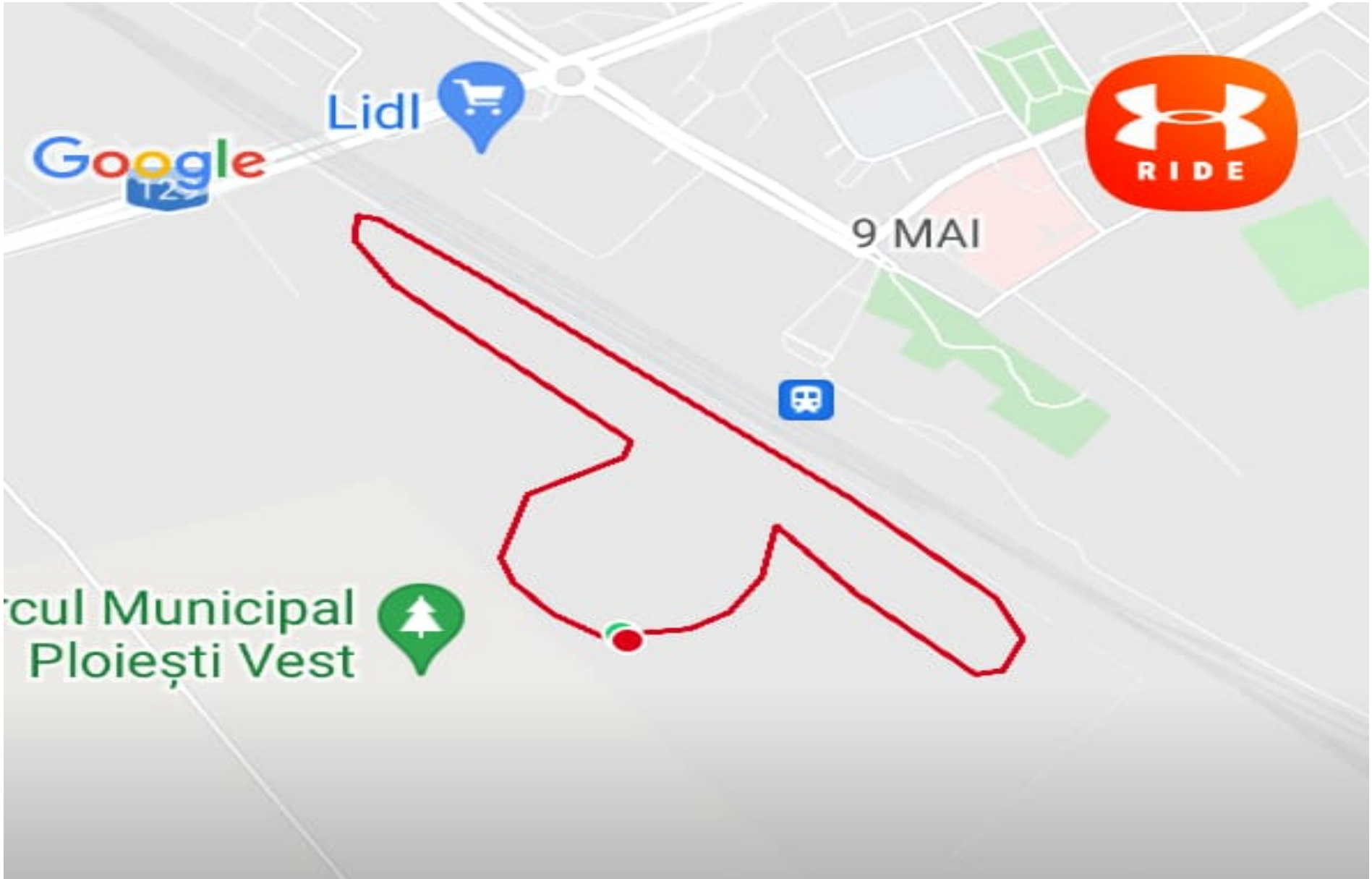
Traseu bicicleta

Penalizare 15sec
In Penalty Box

Fara penalizare

Moutline

Traseul de bicicletă
Toate categoriile

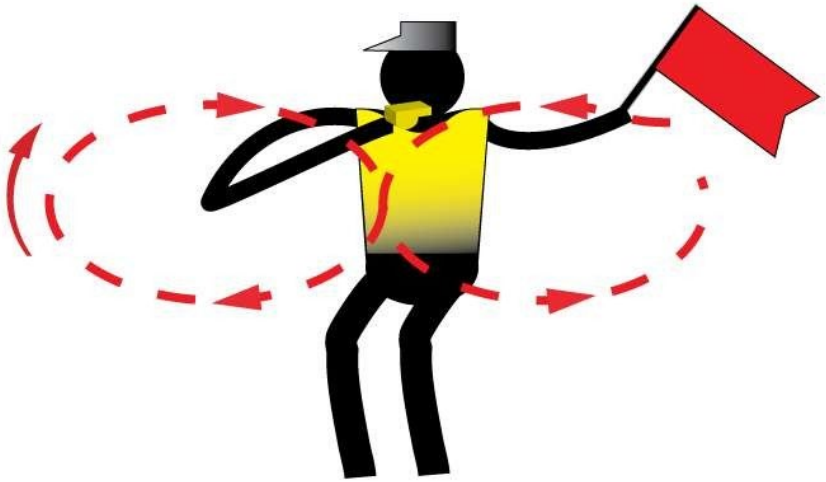


Conduita pe traseul de bicicletă

- Sportivii au voie să împingă sau să care bicicleta de-a lungul itinerarului.
- Competiția este Draft Legal
- Capete de bare tradiţionale MTB nu sunt autorizate.
- Fiecare sportiv este obligat să își țină evidența turelor realizate

Atentie - PERICOL

Semnal de avertizare: trei sunete scurte de fluier si steag rosu (mana) agitat pe directie orizontala



Penalizări tranzit – la intrarea în T2

Traseu bicicleta

Dismountline

Dismountline

T2

Penalizare 15 sec
in alergare

No Penalty

Traseu alergare

Puncte de hidratare:

- 1 per buclă de alergare
- Apa in pahare de unică folosință
- Punctul de hidratare se va constitui din Punctul de Hidratare pus la dispozitie de LOC si Zona de Hidratare Neutra de 25m ;
- Paharele și alte deșeuri (ambalaje gel, sticle etc) se vor lăsa în “Littering zone” (20m inainte și 80m după Punctul de Hidratare

Traseu alergare

- Puncte de hidratare:
  - 1 per buclă de alergare
  - Doar apa in pahare de unică folosință
  - Punctul de hidratare se va constitui din Punctul de Hidratare pus la dispozitie de LOC si Zona de Hidratare Neutra de 25m ;
  - Paharele și alte deșeuri (ambalaje gel, sticle etc) se vor lăsa în “Littering zone” (20m inainte și 80m după Punctul de Hidratare
  - In Zona de Hidratare Neutra se admite hidratarea individuala sau a echipei de catre insotitori sau antrenori;

PENALTY

TRIATLON ROMANIA

Penalti Box – este amplasat pe traseul de alergare

Penalizarea de timp pentru competiția Duatlon Standard este de 15 Secunde

Tipuri de penalizări:
- avertizări verbale
- Stop and Go
- Penalizare de timp
- Descalificare

Penalizările se pot efectua astfel:
- la locul producerii – pentru Stop and Go, avertizări verbale
- în zona Penalty Box - penalizările de timp

Procedură penalizare de timp:
- pe panoul de penalizare este afișat numărul de concurs al sportivului care a primit o penalizare de timp și tipul penalizării
- concurentul este obligat să verifce panoul de penalizare și să se oprească în zona Penalty Box și să o servească
- sportivul care nu se oprește să își execute penalizarea va fi descalificat

triathlon

Vremea probabilă

	Temperature	Weather
Duminica		
Ora 08:00	15 ºC	
Ora 10:00	17ºC	

Succes!