

# REGULAMIN w triathlonie na dystansie ½ IM

- Indywidualne w triathlonie
- Sztafety triathlonowe

## I. Cel:

1. Promocja Gminy Susz.
2. Popularyzacja triathlonu w Polsce.
3. Wyłonienie najlepszych zawodników na dystansie ½ IM podczas Susz Triathlon 2024.

## II. Organizatorzy i współorganizatorzy:

1. Gmina Susz.
2. Centrum Sportu i Rekreacji im. Jana Pawła II w Suszu.
3. Suski Ośrodek Kultury.

## III. Termin / Miejsce zawodów:

1. 29 czerwca 2024 r.
2. Godzina startu podana jest w harmonogramie zawodów.,
3. Miejsce startu - plaża miejska. Meta znajdować się będzie przy CSiR w Suszu.
4. Biuro zawodów będzie zlokalizowane w CSiR ul. Piastowska 5c.
5. Szczegółowe godziny funkcjonowania Biura Zawodów dostępne są w harmonogramie zawodów.

## IV. Dystans i trasa zawodów:

1. MP w triathlonie – zawody indywidualne ( 1900 m-90 km-21,1 km)
2. Triathlon sztafety - zawody 3 osobowe (**pływak + kolarz + biegacz**)

### I część zawodów -pływanie :

1. Dystans - **1900** m (2 pętle po 950 m pływania + 30 m biegu między pętlami)
2. Pływanie w jez. Suskim, głębokość 4 m , spodziewana temperatura wody: 20-23 C°.
3. Start pływania : rolling start .
4. Stosowanie pianek jest dozwolone zgodnie z przepisami Polskiego Związku Triathlonu
5. Pomiar trasy GPS.

## II część zawodów - rower :

1. Dystans -**90** km (3 pętle)
2. Trasa ulicami miasta i okolic -płaska, z licznymi zakrętami, nawierzchnia asfaltowa i kostka granitowa.
3. Ruch drogowy jednokierunkowy, całkowicie zamknięty.
4. Dozwolone rowery triathlonowe i szosowe oraz kierownice triathlonowe.
5. Zawody odbędą się w konwencji bez draftngu.
6. Pomiar trasy -GPS.
7. Trasa zabezpieczona w newralgicznych punktach przez Straż Pożarną, Policję, Wolontariuszy. Ruch na większości trasy odbywać się będzie jednokierunkowo.
8. Niezależnie od powyższego zawodnicy mają obowiązek poruszać się prawą stroną jezdni i wyprzedzać innych zawodników po lewej stronie, zgodnie z zasadami ustawy „Prawo o ruchu drogowym”.
9. W przypadku awarii roweru w trakcie przejazdu należy usunąć się wraz z rowerem na pobocze drogi, w sposób niezakłócający przebiegu wyścigu.
10. W przypadku, gdy zawodnik umyślnie lub nieumyślnie skróci lub wydłuży trasę, Organizator nie przewiduje możliwości dokonania korekt czasu osiągniętego po przekroczeniu linii mety.
11. Od momentu zamknięcia trasy lub zakończenia wyścigu kontynuowanie zawodów jest niemożliwe.

## III część zawodów -bieg :

1. Dystans -**21,1** km.( 3 pętle wokół jeziora Suskiego)
2. Nawierzchnia: kostka brukowa, szuter, asfalt.
3. Pomiar trasy -GPS.
4. Zawodnicy startujący w Susz Triathlon 2024 mają obowiązek zapoznania się z trasami poszczególnych dystansów, na podstawie udostępnionych przed zawodami map i wizualizacji.

## IV Punkty dożywiania:

1. Organizator zapewnia zawodnikom punkty odżywcze: na trasie kolarskiej 2 na każdej pętli, na trasie biegowej co około 2-3 km.
2. W punktach dostępne będą: owoce, woda mineralna niegazowana, napoje izotoniczne oraz opcjonalnie batony energetyczne. Dodatkowo, przy punktach odżywczych na trasie biegowej dostępne będą gąbki nasączone wodą oraz worki z lodem.
3. Wyrzucanie odpadów, tj. plastikowe kubki, bidony, worki po lodzie, resztki owoców możliwe jest tylko w pobliżu punktów odżywiania. **strefy zrzutu**.
4. Każdy zawodnik ma prawo do korzystania z własnych odżywek, które mogą być podawane przez trenerów lub osoby towarzyszące tylko i wyłącznie poza oficjalnymi strefami żywienia.
5. Toalety typu TOI TOI na trasie kolarskiej i biegowej zlokalizowane będą przy strefie zmian a także w okolicach punktów odświeżania.

## V. Limity czasowe:

pływanie = 1 h  
pływanie + rower = 4,5 h  
ukończenia zawodów = 7 h

## VI. Pomiar czasu

Elektroniczny pomiar czasu podczas trwania zawodów zapewni wynajęta przez Organizatora specjalistyczna firma.

## VII. Klasyfikacja i kategorie wiekowe

1. Kategorie wiekowe kobiet i mężczyzn w MP Age – group triathlonie:

18-24, 25-29, 30-34, 35-39, 40-44, 45-49, 50-54, 55-59, 60-64, 65-69, 70-74, 75-79, 80  
+więcej.

2. KS (najlepsza Suszanka).

3. MS (najlepszy Suszanin).

4. Klasyfikacja sztafet:

- sztafety męskie

- sztafety żeńskie

- sztafety mieszane

**O przynależności do danej kategorii wiekowej decyduje rok urodzenia. Warunkiem przystąpienia do zawodów w kategorii suskiej jest udokumentowanie stałego miejsca zameldowania.**

## VIII. Nagrody

1. Zawodnicy w klasyfikacji generalnej Mężczyzn (I–X), Kobiet (I–X) w triathlonie otrzymają pamiątkowe puchary/statuetki nagrody pieniężne w kwocie:

- a) I miejsce – 3.000 zł.
- b) II miejsce – 2.000 zł.
- c) III miejsce – 1.500 zł.
- d) IV miejsce – 800 zł.
- e) V miejsce - 700 zł.
- f) VI miejsce - 600 zł.
- g) VII miejsce - 500 zł.
- h) VIII miejsce - 400 zł.
- i) IX miejsce - 300 zł.
- j) X miejsce - 200 zł.

2. Zdobywcom nagród pieniężnych zostanie potrącony podatek dochodowy zgodnie z obowiązującymi przepisami.

3. Age-Group dekorowanych jest 3 najlepszych zawodników i 3 najlepsze zawodniczki z każdej kategorii wiekowej

4. Miejsca I – III w kategoriach oraz sztafetach zawodnicy otrzymają okolicznościowe statuetki oraz opcjonalnie pozyskane od Sponsorów nagrody rzeczowe.

**5. Nagrody dublują się, co oznacza, że zawodnik otrzymujący nagrodę za miejsce zajęte w klasyfikacji generalnej otrzymuje nagrodę również za miejsce zajęte w ramach prowadzonej kategorii wiekowej.**

5. Wszyscy zawodnicy, którzy ukończą Susz Triathlon 2024 otrzymają na mecie pamiątkowe medale finisher.

6. Organizator zastrzega sobie prawo do wprowadzenia dodatkowych nagród w wybranych przez siebie kategoriach.

7. Odbiór nagród może nastąpić wyłącznie podczas kończącej zawody ceremonii wręczenia nagród.

8. Organizator nie wysyła nagród drogą pocztową.

## **IX. Warunki uczestnictwa**

1. Prawo startu w zawodach posiadają osoby które: najpóźniej w dniu startu będą miały ukończone 18 lat i okażą podczas weryfikacji w Biurze Zawodów dokument stwierdzający tożsamość a także wniosą opłatę startową oraz podpiszą oświadczenie o braku przeciwwskazań zdrowotnych i starcie w zawodach z własnej woli.

2. Do uczestnictwa w zawodach niezbędne jest posiadanie jednorazowych lub rocznych licencji Polskiego Związku Triathlonu. Zasady i opłaty za przyznanie licencji dostępne są na stronie internetowej PZTri [www.triathlon.pl](http://www.triathlon.pl).

3. W przypadku zawodników pochodzących z zagranicy niezbędne jest posiadanie licencji wydanej przez krajową organizację triathlonową w państwie pochodzenia zawodników. Zawodnicy pochodzący z zagranicy, nieposiadający licencji swojego krajowego związku zobowiązani są do wykupienia jednorazowych licencji PZTri.

## **X. Zgłoszenia i opłata startowa**

1. Zgłoszenia do Susz Triathlon 2024 będą przyjmowane poprzez formularz zgłoszeniowy dostępny na stronie [www.triathlon.susz.pl](http://www.triathlon.susz.pl).

2. Zgłoszenia on – line będą przyjmowane do dnia 16 czerwca 2024 r. do godz. 23:59.

3. Obowiązuje limit zawodników: 750 osób.

4. Organizator zastrzega sobie prawo do zmiany limitu zawodników.

5. Opłata za udział w Susz Triathlon 2024 w zależności od terminu wynosi:

a) **W dniu otwarcia zapisów - 20% rabatu z kwoty 399 zł dla pierwszych 50 zawodników.**

b) **Do 30.01.2024r. – 399 zł**

c) **Do 28.02.2024r. – 440 zł.**

d) **Do 31.03.2024r. – 490 zł**

e) **Do 30.04.2024r. – 520 zł.**

f) **Do 15.06.2024r. - 600 zł.**

**opłaty sztafety:**

**Do 15.06.2024 - 750 zł**

6. Opłaty należy dokonać na etapie rejestracji, za pośrednictwem formularza rejestracyjnego.

7. Dowodem dotarcia opłaty startowej jest pojawienie się nazwiska zawodnika na liście startowej.

8. Organizator nie zwraca wniesionej opłaty startowej w przypadku rezygnacji ze startu. Nie ma możliwości przeniesienia opłaty na kolejny sezon.

9. Organizator ma prawo do wprowadzenia dodatkowych progów i wysokości opłat startowych.

10. Organizator wystawia faktury VAT na żądanie,

11. Każdorazowa zmiana dystansu, nazwy klubu oraz jakichkolwiek innych danych osobowych zawodnika zgłoszonego do Susz Triathlon 2024 jest możliwe za zgodą Organizatora tylko i wyłącznie do dnia 16 czerwca 2024 r.

12. Chęć dokonania zmian, o których mowa w pkt 11 należy zgłosić na adres e-mail: [triathlon@susz.pl](mailto:triathlon@susz.pl).

13. Każda zgłoszona zmiana obarczona jest opłatą manipulacyjną w wysokości 50,00zł. na

wskazany przez Organizatora rachunek bankowy.

14. Organizator zastrzega sobie prawo do niewprowadzenia zgłoszonych przez zawodnika zmian.

15. Organizator nie zwraca wniesionej opłaty startowej w przypadku rezygnacji ze startu.

16. Organizator nie przewiduje przenoszenia opłaty startowej na kolejne lata.

## **XI. Pakiet startowy**

1. Podczas odbioru pakietu zawodnicy muszą posiadać dokument ze zdjęciem celem weryfikacji danych osobowych.
2. Pakiet startowy należy odebrać osobiście w godzinach otwarcia Biura Zawodów.
3. Organizator nie przewiduje wysyłki nieodebranych pakietów startowych.
4. Istnieje możliwość przepisania pakietu startowego na inną osobę do 1 czerwca 2024 roku. Po tym terminie takiej możliwości już nie ma. Przepisanie pakietu na innego zawodnika obarczone jest opłatą manipulacyjną w wysokości 50,00zł. na wskazany przez Organizatora rachunek bankowy.
5. W ramach opłaty startowej każdy uczestnik Susz Triathlon 2024 otrzymuje:
  - prawo do udziału w zawodach
  - miejsce w strzeżonej strefie zmian
  - profesjonalny pomiar czasu
  - zabezpieczenie medyczne i ratownicze
  - nadzór sędziów nad prawidłowym przebiegiem rywalizacji
  - dostęp do punktów żywieniowych
  - posiłek na Pasta Party
  - pakiet startowy
  - Posiłek regeneracyjny po zawodach
  - Folder informacyjny Susz Triathlon 2023.
  - Upominki od sponsorów i partnerów imprezy,
  - Ubezpieczenie NNW na kwotę 10 tysięcy złotych/ osobę.

## **XII. Wyniki**

Oficjalne wyniki będą zamieszczone na stronie internetowej organizatora: [www.triathlon.susz.pl](http://www.triathlon.susz.pl) oraz przekazane do informacji mediów.

## **XIII. Ochrona danych osobowych**

1. Dane osobowe uczestników Susz Triathlon 2024 będą przetwarzane w celach przeprowadzenia imprezy, wyłonienia zwycięzcy i przyznania, wydania, odbioru i rozliczenia nagrody.
2. Zawody rozgrywane są zgodnie z przepisami Polskiego Związku Triathlonu.
3. Dane osobowe uczestników Susz Triathlon 2024 będą wykorzystywane zgodnie z warunkami określonymi w ustawie z dnia 29 sierpnia 1997r. o ochronie danych osobowych (tekst jednolity: Dz. U. z 2002 r., Nr 101 poz. 926). Administratorem danych osobowych jest Organizator.
4. Przetwarzanie danych, o których mowa w ustępie 1 niniejszego paragrafu w związku z udziałem w ramach Susz Triathlon 2024 obejmuje także publikację imienia i nazwiska uczestnika wraz z nazwą miejscowości, w której zamieszkuje - w każdy sposób, w jaki publikowany lub rozpowszechniany będzie projekt.

5. Uczestnik ma prawo wglądu do swoich danych osobowych oraz ich poprawiania.
6. Podanie danych osobowych oraz wyrażenie zgody na ich przetwarzanie jest dobrowolne, lecz ich niepodanie lub brak zgody na ich przetwarzanie uniemożliwia udział w Susz Triathlon 2021. Przez przekazanie do organizatora, prawidłowo wypełnionego i podpisanego formularza zgłoszeniowego uczestnik wyraża zgodę i zezwala na wykorzystanie podanych przez niego danych osobowych na potrzeby przesłania do uczestnika informacji o przyszłych imprezach, produktach handlowych, a także na wewnętrzne potrzeby administracyjne i analityczne, zgodnie z ustawą o ochronie o danych osobowych z dnia 29 sierpnia 1997 r., Dz. U. nr 33, poz. 883.
7. Uczestnikowi przysługuje prawo do wycofania takiej zgody i może to zrobić w dowolnym momencie kierując korespondencję na adres organizatora.
8. Wszystkie informacje dotyczące uczestników uzyskane przez organizatora i zawarte w formularzu startowym zostaną zapisane w sposób elektroniczny i w każdym wypadku będą wykorzystywane zgodnie z ustawą o ochronie danych osobowych z dnia 29 sierpnia 1997 r., Dziennik Ustaw nr 133, poz. 883. Organizator nie będzie ujawniał tych informacji żadnym osobom trzecim.

## **XV. Uwagi końcowe**

1. Zawody rozgrywane są zgodnie z przepisami Polskiego Związku Triathlonu.
2. Wszystkich uczestników w ramach Susz Triathlon 2024 obowiązuje niniejszy regulamin.
3. Zawodnicy startujący w Susz Triathlon 2024 mają obowiązek zapoznania się z trasami poszczególnych dystansów, na podstawie udostępnionych przed zawodami map i wizualizacji
4. Brak znajomości niniejszego regulaminu nie zwalnia z obowiązku przestrzegania jego zapisów.
5. Każdy zawodnik zobowiązany jest do przestrzegania wytycznych sanitarnych określonych w regulaminie imprezy oraz do bezwzględnego dostosowywania się do poleceń sędziów oraz służb organizatora.
6. Zawodnicy odbywają kary zgodnie z przepisami PZTri
7. Organizator zastrzega sobie prawo do przeprowadzenia z każdym z uczestników wywiadu, robienia mu zdjęć i filmowania na potrzeby reklamowe, promocyjne, wykorzystania w Internecie lub w transmisjach radiowo-telewizyjnych oraz na inne potrzeby komercyjne.
8. Organizator zastrzega sobie prawo do nieodpłatnego wykorzystywania na całym świecie wszelkich zdjęć, materiałów filmowych, wywiadów i nagrań dźwiękowych przedstawiających uczestników triathlonu, poprzez umieszczanie ich na wszelkich nośnikach pamięci, w katalogach oraz mediach, na stronach internetowych, w gazetach i na wystawach, jak również na potrzeby promocyjno - reklamowe związane z działalnością prowadzoną przez Organizatora.
9. Na miejsce Imprezy zabrania się wnoszenia środków odurzających, nielegalnych substancji, środków podnoszących wydajność fizyczną oraz środków alkoholowych jakiegokolwiek rodzaju. Uczestnikom zabrania się zażywania takich środków i substancji zarówno przed jak i podczas startu. W wypadku stwierdzenia, że uczestnik narusza powyższy zakaz, organizator zastrzega sobie możliwość niedopuszczenia go do udziału w zawodach lub wykluczenia go w jego trakcie.
10. Organizator zapewnia zabezpieczenie wodne (WOPR) w trakcie rywalizacji w wodzie.
11. Organizator zapewnia szatnie z natryskami oraz depozyt.
12. Organizator nie odpowiada za rzeczy zgubione w trakcie imprezy.
13. Zawody zostaną rozegrane bez względu na warunki atmosferyczne.
14. Za metą w namiotach znajdować się będzie strefa zawodnika, w której dostępne będą napoje i jedzenie dla zawodników.
15. Zawodnicy po ukończeniu zawodów będą mieli możliwość skorzystania z pryszniców w budynku Centrum Sportu i Rekreacji i w na obiekcie ORLIK.
16. W czasie trwania zawodów organizator zapewnia opiekę medyczną.

