

**Правила проведения
Открытого чемпионата по триатлону на кубок GS Group 2025**

1. ВВОДНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ

- 1.1. "Триатлон" - комплексный циклический вид спорта, представляющий собой непрерывное троеборье, состоящее последовательно из трех различных этапов в следующем порядке: плавание – велосипед - бег.
- 1.2. Триатлон как вид спорта способствует гармоничному развитию личности, проявлению человеком всех своих физических возможностей.
- 1.3. Чемпионат по триатлону на кубок GS Group проводится в соответствии с настоящими Правилами, Правилами Российской Федерации по Триатлону, Правилами Международного союза триатлона (ITU), положениями и регламентами их проведения.
- 1.4. Организатор Чемпионата по триатлону на кубок GS Group 2025 – инвестиционно-промышленный холдинг GS Group (АО «Концерн «Инновационные Технологии»).
- 1.5. Статус соревнований: открытый чемпионат Калининградской области по триатлону на дистанции спринт в соответствии с Единой всероссийской спортивной классификацией.
- 1.6. Лимит участников - 150 взрослых (18 лет и старше), 100 детей и подростков (до 17 лет включительно). При достижении лимита регистрация будет закрыта.
- 1.7. Возможные формы участия среди взрослых участников (18 лет и старше) – индивидуальная или командная.
- 1.8. Категории среди взрослых:
 - 1.8.1. «Профи» (спортсмены, имеющие 2-й спортивный разряд и выше)
 - 1.8.2. «Любители» (те, кто уже неоднократно участвовал в профессиональных соревнованиях по триатлону, либо имеет спортивный разряд по любому виду спорта, готов соревноваться с профессиональными спортсменами)
 - 1.8.3. «Народный триатлон» (те, кто не занимается спортом профессионально и/или хочет попробовать свои силы в триатлоне в первый раз, или не уверен в своих силах при соревнованиях с профессиональными спортсменами)
- 1.9. Для категорий «Профи» и «Любители» установлены следующие дистанции: 1 этап - 300 метров плавание (1 круг), 2 этап - 8 км велосипед (2 круга), 3 этап - 2 км бег (2 круга).
- 1.10. Для категории «Народный триатлон» устанавливаются следующие дистанции: плавание 150м – велосипед 4км – бег 1км.
- 1.11. Для детей и подростков соревнования проводятся в дисциплине дуатлон (бег, плавание, бег).
- 1.12. Среди детей и подростков соревнования проводятся по следующим возрастным категориям:
 - 1.12.1. Мальчики, девочки 4-6 лет,
 - 1.12.2. Мальчики, девочки 7-9 лет,
 - 1.12.3. Юноши, девушки 10-13 лет,
 - 1.12.4. Юноши, девушки 14-17 лет.
- 1.13. Для детей возрастной группы 4-6 лет устанавливаются следующие дистанции: бег 100м – велосипед 500м – бег 100м.
- 1.14. Для детей возрастной группы 7-9 лет устанавливаются следующие дистанции: бег 250м – велосипед 1000м – бег 250м.

- 1.15. Для возрастной группы 10-13 лет и 14-17 лет устанавливаются следующие дистанции: бег 500м – велосипед 1000м – бег 500м.
- 1.16. **Детям и подросткам необходимо надеть шлем в самом начале старта дуатлона и не снимать его до финиша. Наличие на голове расстегнутого шлема на любом этапе прохождения соревнований является основанием для дисквалификации участника в возрасте до 17 лет включительно.**
- 1.17. Смена этапов происходит в транзитной зоне.
- 1.18. Результатом спортсмена до 17 лет включительно считается время, зафиксированное от момента старта бегового этапа до финиша второго бегового этапа. Время, затраченное спортсменом на взятие велосипеда в транзитной зоне и далее возвращение велосипеда в стойку в транзитной зоне, входит в общий результат.
- 1.19. Результатом взрослого спортсмена считается время, зафиксированное от момента старта плавательного этапа до финиша бегового этапа. Время, затраченное спортсменом на переодевание, надевание номера и шлема в транзитной зоне, смену обуви (при наличии велотуфель) входит в общий результат.

Рекомендация: Старайтесь подобрать экипировку и расположить её в транзитной зоне таким образом, чтобы затратить наименьшее время на переодевание.

- 1.4. К участию в соревнованиях допускаются спортсмены, прошедшие процедуру онлайн регистрации, получившие стартовый пакет и индивидуальный номер участника в день соревнований и предоставившие расписку в адрес организаторов.
- 1.5. Для взрослых участников вблизи транзитной зоны будет работать раздевалка.

2. ПРАВИЛА ДЛЯ СПОРТСМЕНОВ.

2.1. Обязанности спортсменов

2.1.1. Спортсменам следует:

- Проявлять спортивные навыки на протяжении всего времени проведения соревнований;
- Нести ответственность за свою безопасность и безопасность окружающих их людей;
- Знать, понимать и следовать настоящим Правилам, размещенным на официальном сайте чемпионата - <https://technopolis.gs/triathlon-2025/>
- Соблюдать правила дорожного движения и следовать инструкциям организаторов и судей;
- Относиться к спортсменам, организаторам, спортивным судьям, волонтерам и зрителям с уважением и предупредительностью;
- Избегать употребления ненормативной лексики;
- Уведомлять судей о сходе с дистанции.
- Избегать любого рода демонстраций политической, религиозной или расовой пропаганды;
- Не разбрасывать мусор или снаряжение вдоль дистанции, кроме специально обозначенных мест, таких, как пункты питания и сбора мусора. Все предметы, используемые вовремя гонки, должны быть при спортсмене и возвращены на свои места в транзитной зоне;
- Не пытаться получить преимущество от транспортных средств и других объектов;
- Следовать предписанному маршруту;
- Не использовать устройства, отвлекающие внимание спортсмена от гонки.

2.2. Здоровье

- 2.2.1. Соревнования по виду спорта "триатлон" требуют значительных энергетических затрат. Чтобы быть способным состязаться, спортсмен должен быть в отличной спортивной форме. Стартуя в гонке спортсмен, тем самым, заявляет о своем хорошем здоровье и соответствующей физической форме, позволяющей участвовать в соревнованиях;
- 2.2.2. Все спортсмены обязаны периодически проходить предварительное медицинское обследование и иметь допуск врача по спортивной медицине. В соответствии с приказом МинЗдрава 1144-н.

2.3. Регистрация и стартовые пакеты

2.3.1 Все участники, желающие принять участие в соревнованиях, должны пройти процедуру предварительной электронной регистрации на сайте: <https://technopolis.gs/triathlon-2025/> в срок **до 5 июля 2025 года**, а также предоставить на электронный адрес организаторов pr@technopolis.gs расписку на себя, а в случае участия ребенка до 18 лет, то отдельную расписку на него до начала соревнований.

2.3.2 Регистрация на месте участников младше 18 лет (детский старт) будет проводиться 19 июля 2025 года на площадке проведения чемпионата в палатке организаторов с 8-30 до 09-30.

2.3.3 Регистрация на месте для участников старше 18 лет (взрослый старт) будет проводиться 19 июля 2025 года на площадке проведения чемпионата в палатке организаторов с 08-30 до 12-00.

2.3.4 Выдача стартовых пакетов, установка велосипедов в транзитную зону для участников старше 18 лет (взрослый старт) будет проводиться 19 июля 2025 года на площадке проведения чемпионата в палатке организаторов с 12-00 до 12-30.

2.3.5 Стартовый пакет для участников по всем взрослым категориям от 18 лет и старше включает в себя: гоночный номер с резинкой для крепления, шапочку для плавания, правила проведения соревнования, общую схему трассы, расписку. После получения стартового пакета каждому зарегистрированному спортсмену выдается электронный чип. Браслет с чипом крепится на руку.

2.4. Брифинг

2.4.1 Брифинг участников всех взрослых категорий старше 18 лет состоится перед стартом в соответствии с актуальной программой, размещенной на странице Триатлона - <https://technopolis.gs/triathlon-2025/>. Все заявившиеся участники должны обязательно пройти брифинг – инструктаж.

2.4.2. **Спортсмены, не прошедшие брифинг, к соревнованиям не допускаются.**

3. ПЛАВАТЕЛЬНЫЙ СЕГМЕНТ.

3.1. Общие правила:

- 3.1.1 Спортсмены могут использовать любой стиль плавания для передвижения по воде. Они так же могут идти в воде или плыть. Разрешается отталкиваться от земли в начале и в конце каждого плавательного круга;
- 3.1.2 Спортсмены обязаны следовать предписанному маршруту плавания;

3.1.3 Спортсменам разрешается стоять на дне или отдыхать, держась за неподвижный предмет, такой как буй или неподвижная лодка;

3.1.4 В экстренных случаях, спортсмену следует поднять над головой руку и позвать на помощь. В случае, если спортсмену помощь оказана официально, он обязан прекратить соревнование.

3.2. Организационные вопросы:

3.2.1 Старт будет произведен с берега водоема. После команды «старт» движение спортсменов происходит по часовой стрелке в направлении разметочных буюв. При прохождении плавательного этапа буй должны оставаться справа от участника.

3.2.2 На плавательном этапе наличие плавательной шапочки с номером участника (выдается организаторами при регистрации) строго обязательно.

3.2.3 Во время плавания и выхода на берег запрещается создавать помехи другим участникам.

3.2.4 При завершении плавательного этапа спортсмен перемещается (бегом или шагом в зависимости от вашей спортивной формы) до транзитной зоны по размеченному специальными указателями маршруту.

Внимание: В целях безопасности на водоеме будет присутствовать лодка со спасателем. В случае если вы почувствовали недомогание, или у вас свело ноги или руки, или вы почувствовали, что не сможете завершить плавательный этап по какой-либо причине, поднимите вверх левую или правую руку. К вам подъедет спасатель для оказания помощи.

4. СЕГМЕНТ ВЕЛОГОНКИ.

4.1 Общие правила:

4.1.1 Спортсмену не разрешается:

- Блокировать других спортсменов;
- Находиться в сегменте велогонки с голым торсом;
- Участвовать в велогонке без велошлема;
- Продвигаться вперед без велосипеда;

4.1.2 Несмотря на то, что соревнования проводятся на дороге с ограниченным движением, снабженной на местах въезда/выезда автотранспорта с прилегающих дорог предупреждающими знаками, необходимо соблюдать правила движения – не совершать обгона других участников с выездом на встречную полосу, во время движения стараться двигаться на расстоянии 1-го метра от тротуара.

4.1.3 При прохождении велоэтапа избегайте резкого нажатия на тормоз при прохождении поворотов. Совершайте торможение до необходимой скорости до начала поворота.

4.1.4 Запрещаются любые приспособления, добавляемые или встраиваемые в конструкцию велосипеда, которые предназначены для уменьшения, или имеют эффект уменьшения сопротивления воздуха, или искусственно ускоряют продвижение велосипедиста (фонари, защитный экран, фюзеляж в виде обтекателя или что-либо подобное).

5. ПРАВИЛА ПРОХОЖДЕНИЯ ТРАНЗИТНОЙ ЗОНЫ

5.1 В транзитной зоне размещаются велосипеды в соответствии с маркированными местами, а также необходимая для преодоления вело и бегового этапов форма:

- Велошлем
- Номер участника (Выдается организаторами.)
- Кроссовки
- Очки для велосипеда
- При необходимости вело и беговая майки

5.2 Вход и выход в транзитную зону и из транзитной зоны в момент проведения соревнований осуществляется в соответствии с указателями. Будьте внимательны! Нарушение разметки может привести к столкновению участников.

5.3 Велосипеды, а также вся необходимая экипировка размещается в транзитной зоне до начала соревнований.

5.4 Передвижение на велосипеде в транзитной зоне категорически запрещено.

5.5 Посадка на велосипед перед началом велоэтапа в транзитной зоне и движение на велосипеде, после завершения участником велоэтапа, запрещены! Все описанные выше действия необходимо совершать вне транзитной зоны. Т.е. после вхождения в транзитную зону после плавательного этапа необходимо надеть форму, в которой будет осуществляться езда на велосипеде, велошлем, номер, вывести велосипед за границу транзитной зоны, обозначенной специальными указателями, после чего начать велоэтап. При завершении велоэтапа, спешиться, не доезжая до границы транзитной зоны, поставить велосипед на отведенное место в транзитной зоне и выбежать по указателям на беговой этап.

5.6 В командном забеге передача эстафеты осуществляется путем передачей чипа следующему участнику в транзитной зоне.

6. КРЕПЛЕНИЕ И РАЗМЕЩЕНИЕ НОМЕРА УЧАСТНИКА И ЧИПА

6.1 На этапе плавания номер участника нанесен на плавательную шапочку.

6.2 Крепление номера участника на теле (для бегового сегмента и велоэтапа) осуществляется с помощью резинки на поясе участника.

6.3 При прохождении взрослым участником велоэтапа регистрационный номер должен находиться сзади (как на рис. 1 и рис. 2), а также в 3х местах на шлеме участника (рис.3). Все необходимые наклейки предоставляются организаторами соревнований с пакетом участника.

Рис. 1.



Рис. 2

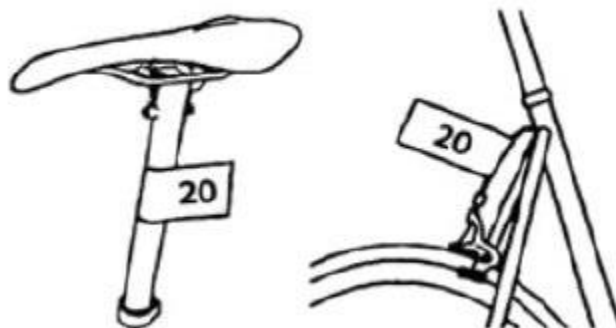
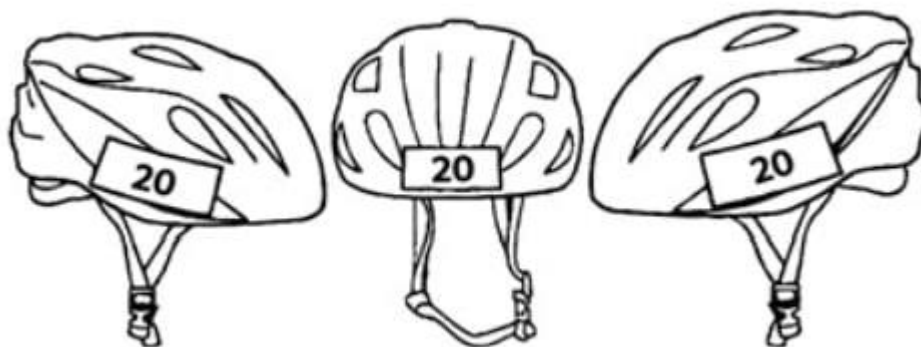


Рис. 3



6.4 При прохождении бегового этапа номер участника на резинке размещается спереди (рис.4). Важно, чтобы при финишировании этот номер мог разглядеть судья, фиксирующий результат приближающегося спортсмена.

Рис.4



7. ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ УСЛОВИЯ

7.1 Безопасность является приоритетом при проведении соревнований. Основным требованием является наличие исправного велосипеда, снабженного действующими тормозами. За исправность и оснащенность велосипеда отвечает каждый участник самостоятельно.

7.2 **Для участия в соревнованиях каждому участнику необходимо наличие велошлема.** Наличие велошлема обязательно! Участники без шлемов к соревнованиям не допускаются.

7.3 Езда с голым торсом запрещена! Перед началом велоэтапа участник соревнований обязан надеть (в зависимости от погодных условий) майку, футболку или иную одежду закрывающую торс.

7.4 Беговой и вело этапы проводятся по круговому маршруту. Будьте внимательны к

движущимся навстречу спортсменам.

Надеемся, что эти простые и проверенные временем правила позволят вам с легкостью сориентироваться при преодолении дистанции и сделают ваше участие в соревнованиях и участие других спортсменов приятным и безопасным.