

Start-PM

Ungdom/junior/senior

Sprint

I samband med registrering erhålles detta PM, badmössa, cykel och hjälmetikett, tidtagningsschip.

Viktig info för dig som skall tävla. Svenska Triathlonförbundets tävlingsregler för triathlon tillämpas.

Tävlingsorganisation och jury anslås på informationstavlan

- Registrering:** Öppnar kl. 09.30.
- Funktionärer:** Funktionärer gula västar. Domare svarta västar.
Observera att funktionärer inte har ansvar för att visa vägen.
- Informationsställe:** Mellan sporthallen och målgången finns det informationstavla.
- Omklädning / dusch:** Inne i sporthallen. WC finns i anslutning till omklädningen.
- Licens/Försäkring:** Samtliga tävlande i tävlingsklasserna skall ha giltig licens. Endagslicens kan lösas. Kontakta sekretariatet för hjälp med detta.
- Första hjälpen:** Ett första hjälpen team finns på plats. Vid olycka längs banan kommer dessa att transporteras ut till den drabbade. Om ni får lindriga skador men cykeln inte fungerar tar ni kontakt med någon av motorcyklisterna så ordnar de att servicebilen kommer ut och transporterar er tillbaka till tävlingscentrum.
- Tävlingsbanorna:** Kartor över banorna anslås på informationstavlan och www.hallstatriathlon.se. Vi rekommenderar att ni studerar våra You-Tube filmer över banorna. Cykelbanorna är helt avlysta från annan trafik med undantag för några sektioner där slussning sker av boende när inga deltagare befinner sig på det avsnittet.
- Vattentemperatur:** Aktuell vattentemperatur anslås på informationstavlan kl. 11.45 respektive 13.45. Beslut om våtdräkt och andra förändringar pga temperatur anslås på informationstavlan senast en timme före start.
- Uppvärmning:** Får ej ske på banorna i samband med avprickning, start och pågående simning.
- Startplats:** I vattnet i norra änden av sjön. Starten sker utanför den grunda banken. Lättast och bäst tar man sig över den simmandes. Botten är inte skön att gå på (dy)
- Starttider:** Herrar kl.13.00. Damer kl.15.00
- Startlistor:** Anslås på informationstavlan från kl.10.00.
- Växlingsområde:** Checkin: Herrar kl. 12:00 – 12.40. Damer 14:00-14:30.
Numrerade platser. Endast tävlande i växlingsområdet. Utlämnande av utrustning endast mot uppvisande tävlingsdräkt/legitimation.
Checkout: Herrar kl.14:30 – 15:00, Samtliga kl. 15:45-16.45.
- Märkning:** Cykeletikett fästes på cykel samt bakpå hjälm.
- Avprickning:** Senast 10 minuter före start skall avprickning ha skett vid insläppet i anslutning till målportalen.

Märkning: Ingen nummerlapp. Ingen kroppsmärkning. Tävlingsdräkt skall vara reglementsenligt märkt. Namn på tävlingsdräkt, fram och bak, enligt Svenska Triathlonförbundets reglemente.

Simning: Start i vattnet, Ett varv a 750 meter. Startlinjen markeras av gul boj till höger och orange boj till vänster. Gula bojar skall passeras på vänster sida (6 st).

Cykling: Tre varv a´ 6,7 km. Teknisk bana och två vändpunkter per varv.

- Loppet har **drafting tillåten** och därmed är det ej tillåtet med "tempocykel".
- Ej tillåtet att cykla över körbanans mittlinje på sträckor där tävling sker i bägge riktningarna (DSQ)
- Varvad åkare kommer inte att diskvalificeras.
- Varvad deltagare får inte "rafta" på framförvarande.
- "Wheelbox" finns i anslutning till varvningspunkten. Hjul skall vara märkta med nummer och namn.
- Cykling på vänster sida om vägens mitt där möte förekommer betraktas som lämnade av banan och medför diskvalificering.

Cykelhjälm skall bäras från det att du tar cykel ur cykelstället till dess att du ställt tillbaka densamma i cykelstället. På- och avstigning skall ske på anvisad plats. Ingen langning under cykelmomentet. Cykelbanan är markerad med skyltar med röd pil på vit botten.

Cykelsäkerhet:

1. Godkänd hjälm (CE).
2. Väl fungerande bromsar krävs.
3. UCI godkända hjul eller standardhjul (min 20 ekrar, Fälghöjd max 25 mm, metallfälg)
4. Håll till höger och observera att omkörning kan ske på bägge sidor under draftinglopp

Löpning:

Två varv om 2,5 km. Vätskekontroll vid 0,4 / 2,8 km. Egen vätskelangning inom langningszon i anslutning till den officiella vätskekontrollen.

Straff:

Bestraffning 10 sekunder. **Gult kort.** Straffbox är placerad vid varvning för löpning. Vid nedskräpning under löpningen stannar man 10 sekunder direkt (Stop&go) då domaren visat det gula kortet.

Tidtagning:

Elektronisk tidtagning. Se till att engångschipet sitter säkert: **inget chip – ingen tid.** Om du bryter loppet – kom ihåg att meddela sekretariatet.

Protest:

Inlämnas till sekretariatet vid Sporthallen inom 15 minuter efter att berörd deltagare avslutat loppet.

Resultat:

Anslås på informationstavlan senast 15 minuter före prisceremonin. Protest mot resultaten måste vara inlämnade till sekretariatet före prisceremonin. Resultat läggs ut på tävlingshemsidan och Svenska Triathlonförbundets hemsida.

Prisutdelning:

Prispengar till de tre bästa dam respektive. Hederspriser delas ut till de sex främsta totalt. Dessutom pris till de tre bästa i junior- och ungdomsklass. Juniorer kan vinna pris/prispengar även i seniorklass. Ungdom kan vinna pris/prispengar även i senior och juniorklass. Prisutdelningen är planerad till 15.25 för herrar Nordisk cup. För damer Nordisk cup till 16.30. För övriga SM-klasser kl.16.45.

Lycka till!