

# KÕVERI TRIATLONI infoleht

## 1. Nõuanded võistlejatele

### Ujumisdistsants

**Julgemate triatlon** – 500 m ümber paisjärve saare.

**Harrastajate triatlon** – 125 m ujumislõik paisjärves.

Vahetusalas on rattakohad nummerdatud. Võistleja asetab ratta koos varustusega vahetusalasse. Kõik rattasõiduks vajalikud asjad peavad olema ratta küljes (vajadusel kotis).

Ujujad peavad olema stardialas hiljemalt 5 minutit enne starti, kus toimub võistlejate kohaloleku kontroll. Ujumise ajal on keelatud labad, lestad, sokid, kindad ja sukeldumisvarustus. Alla 14°C veetemperatuuri korral jäetakse ujumisetapp ära. Ujumisel võib kasutada kalipsot, ujumisvesti ja päästerõngast iga ilmaga.

**Võistkondliku triatloni** (julgemate triatlon) ujumisetapi lõpetanud võistleja paneb vahetusalas jalga jalanõud, selga riided, pähe kiivri ja viib ratta vahetusala lõpus ootavale teise etapi võistlejale. Kui ta ise jätkab võistlemist individuaalselt, siis annab teatevahetuse üle plaksuga vahetusala lõpus rattaga ootavale kaaslasele.

### Rattadistsants

**Julgemate triatlon:** Läbitakse vahelduvalt asfadi ja maastikuga üks 16,5 km ring.

**Harrastajate triatlon:** Läbitakse 4 x 600 m ringi ümber paisjärve. Kokku 2,4 km.

Joogipunkte rajal ei ole. Rada on tähistatud suunaviitadega. Võistleja on kohustatud eelnevalt rajaga tutvuma. Liiklemisel kehtivad EV liikluseeskirjad. Jalgrattakiivri kandmine on kohustuslik. Tuulesõit on lubatud. Rattadistsantsi võib läbida jalgsi, kuid võistleja peab alati oma ratast ise lükkama / kandma. Ilma rattata edasi liikumine rattadistsantsil on keelatud. Kui võistleja lahkub distantsilt, peab ta rajale tagasi pöörduma samas punktis, kust lahkus. Rattaringide lugemine on võistleja enda kohustus. Võistlejal tuleb vahetusalas asetada ratas koos varustusega võistlejanumbriga määratud kohale. Võistlusele eelnevatel päevadel rattaga jooksurada tähistatud ei ole.

**Võistkondliku triatloni** teatevahetus toimub vahetusala lõpus plaksuga.

### Jooksudistsants

**Julgemate triatloni** 4,3 km jooksurada on tähistatud suunaviitadega.

**Harrastajate triatloni** jooksudistsants kattub rattaringiga, so. üks 600 m ring ümber paisjärve.

Paljajalu või särgita joosta on keelatud. Kui võistleja lahkub distantsilt, peab ta rajale tagasi pöörduma punktis, kust ta lahkus või teavitama kohtunikke katkestamisest.

## 2. Abistamine

Füüsilist abi võistlejatele võivad rajal osutada vaid korraldajad ja kohtunikud (näiteks vahetusalas ratast vastu võttes).

### **3. Katkestamine**

Katkestanud võistleja peab sellest võimalikult ruttu informeerima võistluse korraldajaid.

### **4. Protestid**

Protesti võib esitada nii kaasvõistlejate käitumise kui kohtunike otsuste kohta peakohtunikule vahetult peale enda distantsi lõpetamist.

### **5. Korraldaja**

Kõveri Puhkekeskus, MTÜ SK Saarde,

Peakorraldaja:	Liina Siirus	+ 372 5689 2858
Peasekretar:	Sven Koovit	+ 372 5559 9269
Peakohtunik:	Toivo Tallo	+ 372 5332 6785
Rajameister:	Teet Kukk	+ 372 5267 131