

# Kilingi-Nemmes triatlona informācija

## 1. Informācija

Informācijas punkti atrodas:

- T1 – pie Sillaotsa ezera;
- T2 - Kilingi-Nemmes centrā. Tiek izdalīti startam nepieciešamais.

## 2. Laika mērīšana

Laika mērīšana notiek elektroniski. Urmass Paejarvs ([Antrotsenter OÜ](#))

## 3. Padomi sportistiem

### Peldēšanas distance

**Garais triatlons** – 400 m

**Īsais triatlons** – 200 m

T1 maiņas zonā ir numurētas velosipēdu vietas. Dalībnieks atstāj velosipēdu kopā ar aprīkojumu maiņas zonā. Melnā maisā ar dalībnieka atzīmi dalībnieks ieliek velosipēdu brauciena aprīkojumu. Visām lietām jābūt piestiprinātiem pie velosipēda. Pēc peldēšanu tajā pašā maisā tiks ielikti peldēšanas aprīkojums, ko organizatori pēc peldēšanas posma beigām nogādā uz finišu. Baltā maisā dalībnieki ieliek skriešanas aprīkojumu un novieto paši T2 maiņas zonā (sacensības centrā) uz savu numuru.

Peldēšana notiek Sillaotsa ezerā. Peldēšanas trase tiek marķēta iepriekšējā dienā pirms sacensībām. Peldētājiem jābūt startā vismaz 5 minūtes pirms starta, kur notiek dalībnieku uzskaitē. Peldēšanas laikā aizliegts izmantot peldēšanas palīgierīces – peldapavus, pleznas, zeķes, cimodus un niršanas aprīkojumu. Peldēšanas posms nenotiks, ja ūdens temperatūra būs zemāka par 14°C. Noguruma gadījumā peldētājam ir atļauts pieturēties pie laivas vai bojas, bet to nedrīkst izmantot labāka rezultāta sasniegšanai. Peldēšanas laikā ir atļauts izmantot hidrotērpu, peldvesti vai glābšanas riņķi.

**Komandu triatlona** (garais triatlons) peldēšanas posma dalībnieks T1 maiņas zonā uzvelk apavus kājās, apģērbu mugurā un ķiveri galvā un ved velosipēdu maiņas zonas galā gaidošajam otrā posma dalībniekam. Ja viņš/viņa pats/i turpinās sacensības individuāli, tad nodod stafeti ar rokas pieskārienu biedram, kas gaida maiņas zonas galā ar velosipēdu.

### Velodistance

**Garais triatlons:** no T1 2,9 km līdz T2 maiņas zonā sacensību centrā, sākot no tā 3 x 3,6 km asfaltēta ceļa aplī. Kopā 13,7 km.

**Īsais triatlons:** no T1 2,9 km līdz T2 maiņas zonā sacensību centrā, sākot no tā 2x3,6 km asfaltēta ceļa aplī– 10,1 km.

Velotrases dzeršanas punkts ir T2 maiņas zonas galā. Pēc velodistances to pašu dzeršanas punktu izmanto skrējēji. Sacensību dalībniekam iepriekš jāiepazīstas ar trasi. Uz ielām ir spēkā ES satiksmes noteikumi. Pirmā sportista priekšā brauc pavadītājmašīna tikai pirmā velodistances apļa laikā. Velosipēdistiem obligāti jālieto ķivere. **Ir atļauts** braukt cita aizvējā. Velodistances jebkādu daļu ir atļauts turpināt kājām, bet dalībniekam tādā gadījumā velosipēds pašam jāstumj / jānes līdz. Velodistancē nav atļauts pārvietoties uz priekšu bez velosipēda. Ja dalībnieks iziet no distances, tad viņam jāatgriežas distancē tajā pašā punktā, kur viņš izgāja. Velodistances apļu skaitīšana ir paša dalībnieka uzdevums. Dalībniekam T2 maiņas zonā jānoliek velosipēds ar dalībnieka numuru notektajā vietā. Satiksmei atvērtajā distances daļā darbojas virziena rādītāji. Velosipēdu un skriešanas trases nav marķētas dienās pirms sacensībām.

**Komandu triatlona** stafetes maiņa notiek T2 maiņas zonā ar rokas pieskārienu.

## **Skriešanas distance**

Garā triatlona skrējieni notiek tajā pašā aplī, kur ir velodistance. Sportisti skrien vienu apli 3,6 km garumā.

Īsā triatlona skriešanas distance ir puse no velodistances apļa, ar garumu 1,8 km. Nav atļauts skriet ar basām kājām vai bez krekla. Ja dalībnieks iziet no distances, viņam jāatgriežas trasē tajā pašā punktā, kur viņš izgāja vai jāpaziņo tiesnešiem par izstāšanos.

Trases [shēma](#)

## **4. Palīdzība**

Fizisko palīdzību dalībniekiem trasē var sniegt tikai organizatori vai tiesneši (piemēram pieņemot T2 maiņas zonā velosipēdu).

## **5. Izstāšanās**

Dalībniekam, kas ir izstājies no distances, par to pēc iespējas ātri jāpaziņo sacensību organizatoriem.

## **6. Protesti**

Protestu var iesniegt kā par citu dalībnieka uzvedību, tā arī par tiesnešu lēmumu galvenajam tiesnesim uzreiz pēc savas distances pabeigšanas.

## **7. Organizators**

MTÜ SK Saarde, Kilingi-Nemmes glābšanas komanda, Antrotsenter OÜ, Sārdes pagasts

Sacensību galvenais organizators: Toivo Tallo +372 5332 6785

Galvenais sekretārs: Urmas Paejarvs +372 551 8729

Galvenais tiesnesis: Svens Koovits +372 5559 9269

Trases meistars: Urmas Varess