



01. September #triathlonLJUBLJANA

5. TRIATLON LJUBLJANA

SPRINT „NO DRAFT“ – SUPER SPRINT – TRIATLON ZA VSAKOGAR – CICI TRIATLON – MEDIJSKO DP – PRVENSTVO SLOVENSKE VOJSKE



KOPALIŠČE KODELJEVO 01. SEPTEMBRA OD 9H DALJE

- **CICI triatlon A in B: 50 m – 2,5 km - 500 m**
- **SUPER SPRINT triatlon: 250 m – 8 km – 2 km**
 - **Pokal za st. dečke/deklice in kadete/kadetinje**
 - **Triatlon za vsakogar**
 - **Medijski triatlon: DP za medije - ekipno in posamično**
- **SPRINT triatlon: 750 m – 20km – 5 km**
 - **Odprt kronometrski triatlon**
 - **Državno prvenstvo Slovenske vojske**





ČASOVNICA

- **Prijave in registracija: 9.30h – 12.00h**
- **Odprt menjalni prostor za CICI A in B: 10.15h - 10.40h**
- **Predstavitev prog CICI triatlon: 10.45h**
- **START CICI A TRIATLON: 11.00 h**
- **START CICI B TRIATLON : 11:30 h**
- **Odprt menjalni prostor za SUPER SPRINT triatlon: 10.15h-10.40h in 11.40h – 11.55h**
- **Predstavitev prog SUPER SPRINT triatlon: 12:00h**
- **START SUPER SPRINT TRIATLON: 12.15 h**
- **Odprt menjalni prostor za SPRINT triatlon: 13.15h – 14.00h**
- **Predstavitev prog SPRINT triatlon: 14.00 h**
- **START KRONO „NO-DRAFT“ SPRINT TRIATLON: 14.15h***

*start žensk – štafet - moških



Opozorilo: v času poteka tekmovanj CICI triatlona in SUPER SPRINT triatlona kolesarjenje po progah NI dovoljeno (kazen: prepoved štarta tekmovalca na SPRINTU)



PRIJAVNINE IN PLAČILO

- **Triatlon CICI A in B: 5€**
- **SUPER SPRINT triatlon: 20 €**
- **SPRINT triatlon mesta Ljubljane: 30 €*
 - *štafeta plavalec + kolesar + tekač: 40 €
 - **Kategorija medijev: s povabilom/brezplačno**
 - **Slovenska vojska: prijave interno na razpisu SV****
- *Prijave bodo možne tudi na dan prireditve: CICI 5€, sprint 40€, sprint štafete 50 €.*

Plačila štartnin

Triatlonski klub Ljubljana, Zihlerlova 40, 1000 Ljubljana
TR (NLB): SI56 02045-0018904909

Dodatne informacije

Triatlonski klub Ljubljana, Zihlerlova 40, 1000 Ljubljana
Info: mitja.mori@triatlonklub-lj.si / 041 505 003

PRIJAVE:

od ponedeljka 15. julija do četrтка 29. avgusta.





KATEGORIJE

CICI TRIATLON (slovenski pokal)

- CICI A (cicibanke in cicibani) 2010&2011&2012
- CICI B (ml. deklice in ml. dečki) 2008&2009

SUPER SPRINT

- Starejši dečki/deklice 2006&2007
- Kadeti/kadetinje 2004&2005
- TRIATLON ZA VSAKOGAR – odprta kategorija
- MEDIJSKI – odprta kategorija

Krono „NO DRAFT“ sprint triatlon

- Mlajši mladinci/mladinke: 2002&2003
- Starejši mladinci/mladinke: 2001&2000
- Člani in Članice I: 1999 - 1990
- Člani in Članice II: 1989 - 1980
- Veterani in Veteranke I: 1979 - 1975
- Veterani in Veteranke II: 1974 - 1970
- Veterani in Veteranke III: 1969 - 1965
- Veterani in Veteranke IV: 1964 – 1960
- Veterani in Veteranke V: 1959 – 1955
- Veterani in Veteranke VI: 1954 – 1950
- Veterani in Veteranke VII: 1949 in manj
- **Ženska, moška in mešana štafeta**
- **Absolutno moška in ženska razvrstitev**
- Slovenska vojska – kategorije SV
- Slovenska vojska – kategorije SV



PRIREDITVENI PROSTOR IN DOSTOP



Dostop je možen iz strani Litijske ceste do 10.30h ali zapolnitve parkirnih mest. Kasneje se uporablja parkirišče in dostop iz Fakultete za šport, Gortanova 22, 1000 LJ.

V primeru parkiranja pred bazenom bo **odhod z avtomobilom** otežen do konca prireditve – predvidoma 17h.



Mestna občina
Ljubljana





CICI TRIATLON

Kategorija A in B

Dolžina

- 50 m plavanja
- 2,5 km kolesarjenja
- 500 m teka



ZNAČILNOSTI IN ČASOVNICA CICI TRIATLONA

Ogled kolesarske in tekaške proge je do 10.20h (kolesarska proga je odprta za promet do 11h, ko se prične tekmovanje, zato prosimo za uporabo kolesarske steze in upoštevanje CPP).

Menjalni prostor za CICI A in B se odpre 10.15h in zapre ob 10.40h.

CICI A in CICI B tekmovalci in tekmovalke bodo imeli posebej označeno območje v menjalnem prostoru.

Predstavite CICI prog ob 10.45h

Štart ob 11.00h: CICI A in ob 11.30: CICI B

Kolesa se lahko vzamejo iz menjalnega prostora za CICI A in B triatlon takoj po prihodu zadnjega v CICI B kategoriji v cilj in najkasneje do 12.10h

Značilnosti tekmovalnih prog so predstavljene na naslednjih straneh.



CICI KOLESARSKA PROGA



Na kolo se lahko tekmovalci/tekmovalke povzpnejo na točki, ki je označena na zgornji sliki z „mount/dismount line“. Po zavoju levo in 1,25 km pretežno ravninskim kolesarskim delom, je na obrat oblikovan v obliki črke U. Tam bo radar, ki bo CICI tekmovalce pravilno usmerjal okoli stožca. CICI tekmovalci odpeljejo le 1 krog v celotni dolžini 2,5 km.



CICI TEKAŠKA PROGA

- Tek je v obe smeri po dovozu do bazena. CICI tekmovalci se držijo desnega roba.
- Obrat na 250 m ni klasičen obrat v obliki črke U, ampak gre za manjši krog (glej zemljevid na desni), ki bo primerno označen in kjer bo redar, ki bo tekmovalce usmerjal.





SUPER SPRINT TRIATLON

- 250 m plavanja
- 7,8 km kolesarjenja
- 2 km teka

TRIATLON ZA VSAKOGAR
MEDIJSKO DRŽAVNO PRVENSTVO
SLOVENSKI POKAL

ZNAČILNOSTI IN ČASOVNICA SUPER SPRINT TRIATLONA

Super sprint triatlon: pokal TZS za st. dečke in kadete, medijsko državno prvenstvo in triatlon za vsakogar.

Triatlon za vsakogar bo odprta absolutna kategorija v moški in ženski kategoriji.

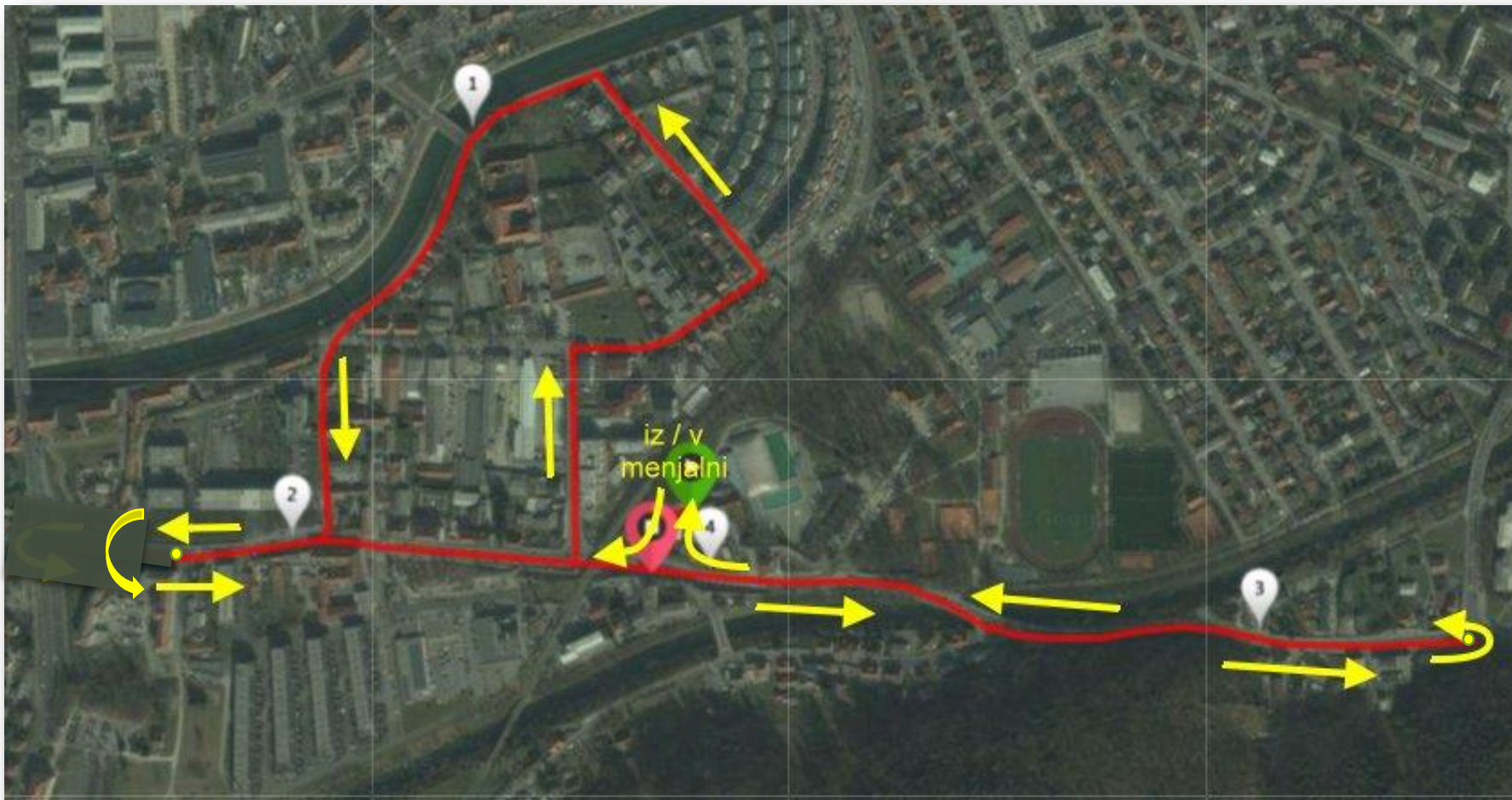
Menjalni prostor za super sprint se odpre ob 10.15h in zapre ob 10.40h ter odpre ob 11.40h in zapre ob 11.55h.

Kolesa bodo tekmovalci/tekmovalke dali na označen prostor v menjalnem prostoru z napisom „SUPER SPRINT“.

Kolesa lahko iz menjalnega prostora tekmovalci prevzamejo do 13.15, ko je štart sprint triatlona.



SUPER SPRINT KOLESARSKA PROGA



Mestna občina
Ljubljana

Na kolo se lahko tekmovalci/tekmovalke povzpnejo na točki, ki je NA PROGI označena s trakom na cestišču. Po zavoju desno opravijo tekmovalci z dvema krogoma po 4 km (7.8 km skupaj), ki sta tehnično zahtevna, ampak pretežno ravninska. Sestopijo lahko iz kolesa pred črto, ki je označena s trakom.

SUPER SPRINT TEKAŠKA PROGA

- Na teku za super sprint je 1 krog v dolžini 2 km.
- Obrat je na 1,1 km in je v obliki črke U.
- Po dovoznem koridorju do bazena je tek v obe smeri, zato se tekmovalci držijo desnega roba.





SPRINT TRIATLON

Krono „NO DRAFT“

- 750 m plavanja
- 20 km kolesarjenja
- 5 km teka

ZNAČILNOSTI IN ČASOVNICA SPRINT „NO DRAFT“ TRIATLONA

Sprint triatlon šteje za **slovenski TZS pokal** za razpisane kategorije.

Tekmovanje je v obliki „NO DRAFT“ kronometrski sprint triatlon, kar pomeni da vsak tekmovalac na progo gre sam in mora z njo opraviti samostojno, brez vožnje v zavetrju na kolesarskem delu.

Na kolesarskem delu je dovoljena tudi uporaba **kronometrskih koles oz. koles za vožnjo na čas.**

Štart plavanja bo narejen v **časovnih intervalih** (30sek – 1 min) glede na celotno število prijavljenih.

Najprej na progo gredo vse tekmovalke, nato tekmovalci. Med zadnjo tekmovalko in prvim tekmovalcem bo nekaj minut razlike.

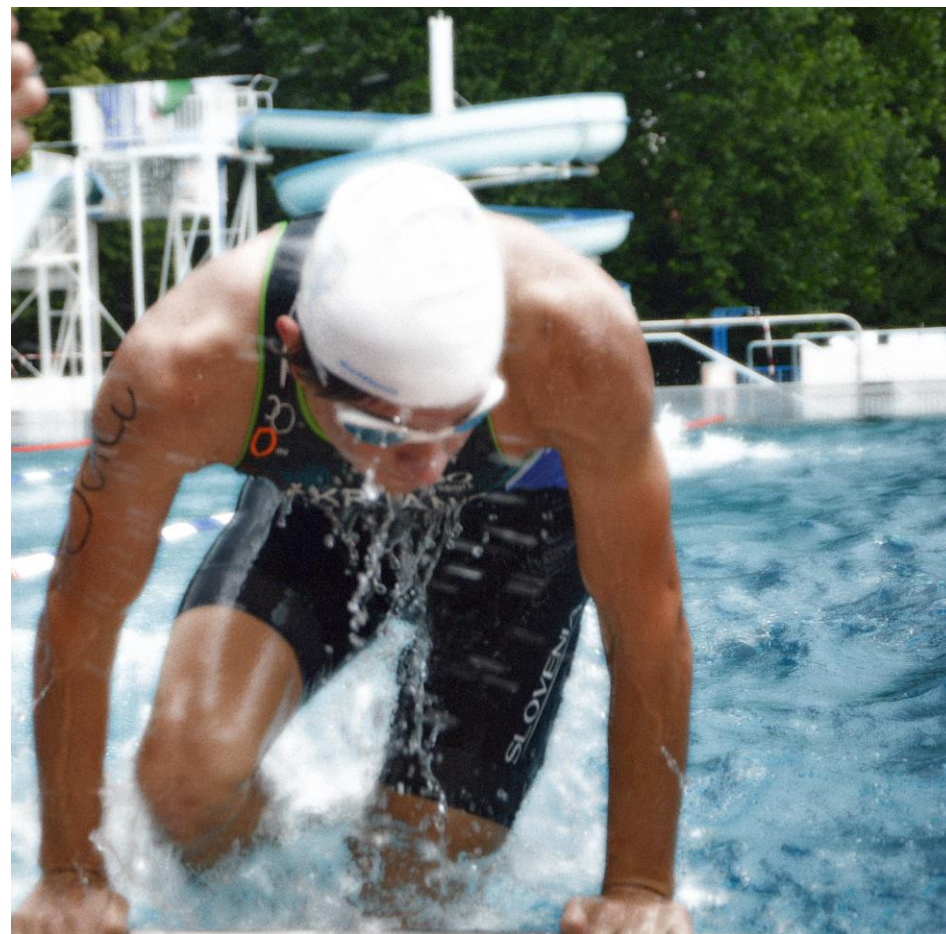
Štartna lista tekmovanja bo znana v soboto 31. avgusta na spletni strani www.competitions.com, facebook strani dogodka in na prijavim.se

Za SPRINT prosimo za prijave v pred prijavi do 29. avgusta zaradi nujnosti natančne izdelave poimenske štartne liste po progah in času 2 dni pred tekmovanjem.

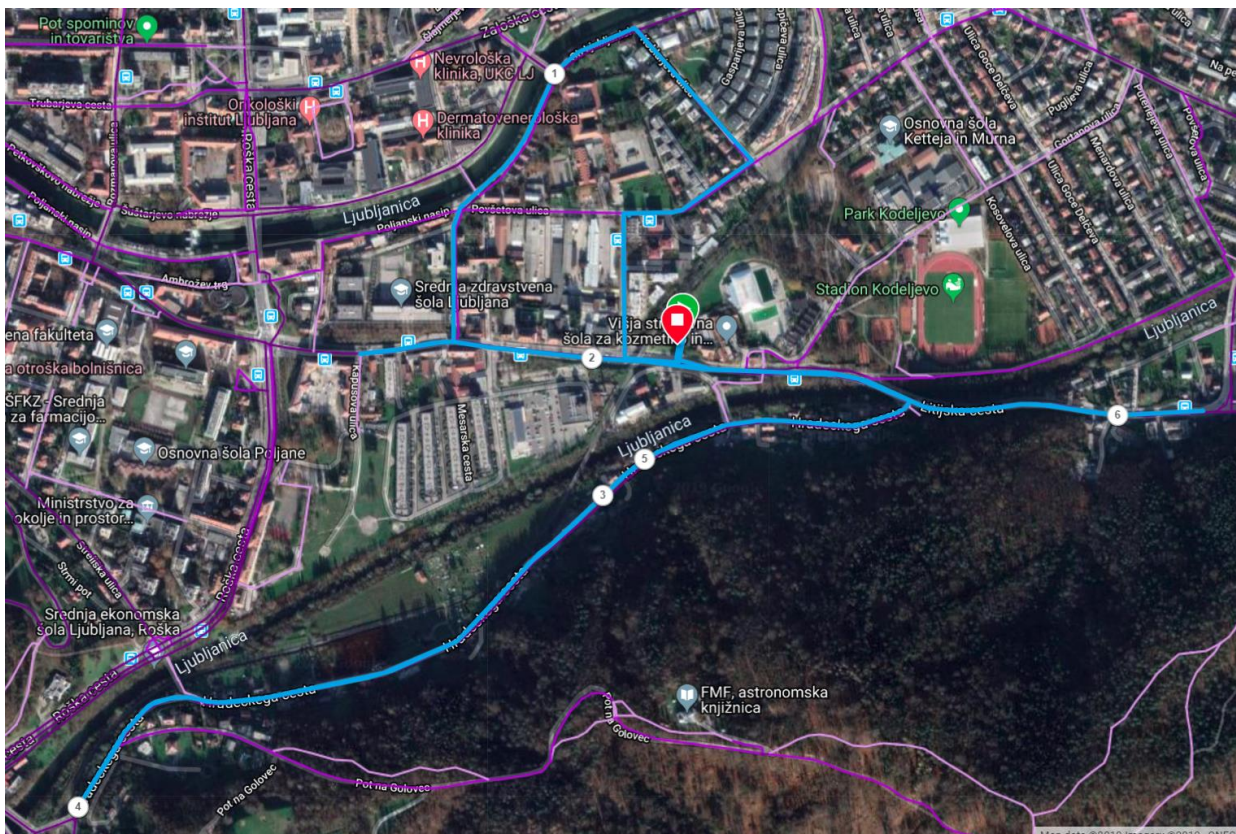


SPRINT PLAVALNI DEL

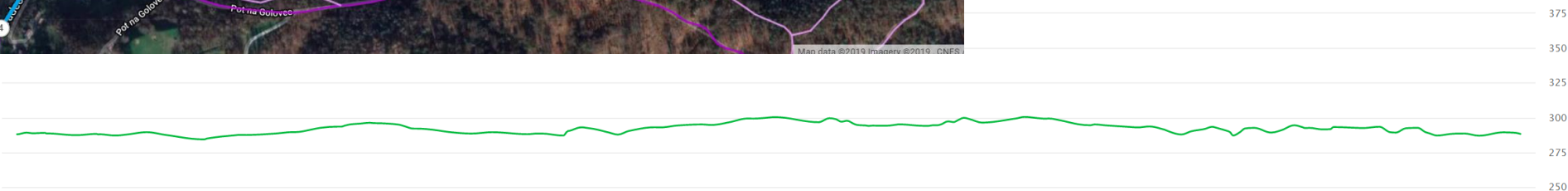
- Plavanje bo potekalo v 10 progah velikega bazena.
- Vsak tekmovalec šteje preplavane dolžine sam, sodnik je tam zgolj za kontrolo.
- Tekmovalke in tekmovalci bodo štartali v časovnih razmakih 30" do 1 min.
- Štart je na nasprotni strani bazena, kjer je izhod iz vode. Na izhodu bo nudena pomoč tistim, ki bodo imeli težave s previsokim robom bazena.
- Poimenska štartna lista, ki bo vsebovala čas štarta in številko proge, bo objavljena v petek 30. avgusta na spletni strani www.competitionslovenija.com fb strani tekmovanja: 5. triatlon LJUBLJANA in portalu prijavim.se
- Tekmovalci se morajo (glede na štartni čas) zglasiti starterju 15 min pred predvidenim štartom. Nato se lahko za 10 min gredo še ogrevati v pomožen bazen.



SPRINT KOLESARSKA PROGA



- Vožnja v zavetrju ni dovoljena
- Dovoljena so kolesa za vožnjo na čas
- Ob prejemu kazni (rumen karton), mora tekmovalec odslužiti kazen v „penalty coni“, ki se nahaja takoj na izhodu na tekaški del, kjer je tudi tabla, kjer so zapisane številke kaznovanih.
- V enem krogu je 33 m vzpona, kar znese 100 m v celotnih 20 km
- Kazen mora biti odslužena ali na izhodu na tek ali pred prihodom v cilj. V nasprotnem primeru je tekmovalec diskvalificiran.
- **Kazen za vožnjo v zavetrju je 1 min!**



Na kolo se lahko tekmovalci/tekmovalke povzpnejo na točki, ki je NA PROGI označena s trakom na cestišču.. Po zavoju desno opravijo tekmovalci s tremi krogi po 6,7 km (20,1 km skupaj), ki so tehnično zahtevni. Sestop s kolesa je pred črto, ki označuje sestop iz kolesa.

SPRINT TEKAŠKA PROGA

- Na teku za sprint so 3 krogi v skupni dolžini 5 km.
- Po dovoznem koridorju do bazena je tek v obe smeri, zato se tekmovalci držijo desnega roba.



NAGRADE IN PRIZNANJA

- V vsaki razpisani kategoriji prvi trije prejmejo pokale/medalje in nagrade sponzorjev
- Prvi štirje v absolutni moški in ženski kategoriji prejmejo pokale in nagrade sponzorjev
- Posebna razvrstitev bo narejena za državno prvenstvo Slovenske vojske.
- Posebna nagrada sponzorjev na SPRINT triatlonu za naj:
 - plavalca/plavalko
 - kolesarja/kolesarko
 - tekača/tekačico
 - starejšega
 - mlajšega





DODATNE INFORMACIJE

Odgovornost: Tekmovalci tekmujejo na lastno odgovornost. S prijavo vsak prijavljeni potrди, da se zaveda tveganosti tekmovanja in da je kondicijsko sposoben prenesti fizične napore.

Uporaba atestirane čelade je obvezna. Vožnja v zavetrju je dovoljena zgolj na tekmovanju za CICI A in B triatlon ter na SUPER SPRINT razdalji, medtem ko na SPRINT razdalji vožnja v zavetrju NI DOVOLJENA!

Morebitne pritožbe: Rešuje jih tekmovalna komisija. Pritožbe je treba pisno oddati najkasneje 30 minut po prihodu zadnjega tekmovalca v cilj.

Prehrana: Vsak udeleženeec prejme topel obrok. Ob progi bodo okrepčevalnice.

Tekmuje se skladno s pravili in določbami Tekmovalnega pravilnika TZS.



Mestna občina
Ljubljana

