

Start-PM

14-15 år

Supersprint

I samband med registrering erhålles detta PM, nummerlapp, badmössa, cykel och hjälm etikett, tidtagningsschip. Samma badmössa används under bägge loppen.

Viktig info för dig som skall tävla. Svenska Triathlonförbundets tävlingsregler för triathlon tillämpas. Nya regler för 2023 anslås på anslagstavlan.

Tävlingsorganisation och jury anslås på informationstavlan

- Funktionärer:** Funktionärer gula västar. Domare svarta västar.
Observera att funktionärer inte har ansvar för att visa vägen.
- Informationsställe:** Mellan växlingsområdet och målgången finns det informationstavla.
- Omklädning / dusch:** Inne i sporthallen. WC finns i anslutning till omklädningen.
- Första hjälpen:** Funktionärer kunniga i första hjälpen finns i anslutning till växlingsområdet. Vid olycka längs banan kommer dessa att transporteras ut till den drabbade.
- Tävlingsbanorna:** Kartor över banorna anslås på informationstavlorna och www.hallstatriathlon.se.
Cykelbanorna är helt avlysta från annan trafik.
- Vattentemperatur:** Aktuell vattentemperatur anslås på informationstavlan kl. 13.30 och kl. 15.15.
Beslut om våtdräkt och andra förändringar pga låg temperatur anslås på informationstavlan senast en timme före start.
- Uppvärmning:** Får ej ske på banorna i samband med start och pågående tävling.
- Startplats:** I vattnet utanför bryggan i södra änden av sjön.
- Starttid:** Lördag 27 maj kl.14.30
- Startlistor:** Anslås på informationstavlan från lördag kl.13.00
- Växlingsområde:** Checkin kl. 13:30. Numrerade platser. Endast tävlande i växlingsområdet.
Utlämnande av utrustning endast mot uppvisande av nummerlapp eller motsvarande.
Checkout: kl.15:20 – 16:00.
- Märkning:** 2 etiketter fästes på cykel resp hjälm för identifiering vid utcheckning.
- Avprickning:** Senast 10 minuter före start skall avprickning ha skett vid simstarten.
- Nummerlappen:** Får ej vikas eller ändras. Synlig bakåt på cyklingen och framåt under löpningen.
Namn på tävlingsdräkt enligt Svenska Triathlonförbundets reglemente ersätter krav på nummerlapp.
- Simning:** **400 meter rakt fram.** Bojar passeras på höger sida (dvs bojen till vänster om dig som simmar). Gemensam start tillsammans med ungdom, junior och senior. Tjuvstart bestraffas (**gult kort**) med 10 sek som avtjänas i växlingsområdet vid respektive cykel.

- Cykling:** Två varv á 4,85 km. Teknisk bana, en vändpunkt per varv.
- Loppet har **drafting tillåten** och därmed är det ej tillåtet med "tempocykel". Damer och herrar får "rafta" på varandra. Varvad åkare får *inte* rafta på de som ligger varvet före.
- "Wheelstop" finns i anslutning till växlingsområdet. Hjul skall vara märkta med nummer och namn.
- Cykelhjälm skall bäras från det att du tar din 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 och målade pilar på vägbanan.
- Sista 500 metrarna av löpningen sker på samma vägavsnitt som slutet på cykel, men det skall, enligt våra beräkningar, inte vara cyklister kvar på banan då. Om detta ändå sker så kommer dessa cyklister att hållas åt sidan så löpare inte störs av dessa.
- Cykelsäkerhet:**
1. Godkänd hjälm (CE).
 2. Väl fungerande bromsar krävs.
 3. Godkända hjul (min 20 ekrar, Fälghöjd max 25 mm, metallfälg)
 4. Inga clipon-bågar
 5. Håll till höger och observera att omkörning kan ske på bägge sidor under draftinglopp.
- Löpning:** Ett varv om 2,7 km. Ingen vätskelangning.
- Nedskräpning:** Bestraffning 10 sekunder. **Gult kort.**
Straffbox för cykel placerad vid ingången till växlingsområdet. Straffet skall tas så fort man passerar straffboxen.
Under löpningen stannar man 10 sekunder direkt då domaren visat det gula kortet (stop and go).
- Tidtagning:** Elektronisk tidtagning. Se till att engångschipet sitter säkert: **inget chip – ingen tid.** Chipet kan endast fästas en (1) gång, sätt det rätt från början.
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. Resultat läggs sedan ut på tävlingshemsidan och Svenska Triathlonförbundets hemsida.
- Prisutdelning:** Hederspriser delas ut till de sex främsta flickorna respektive pojkarna. Prisutdelningen är planerad till cirka 18.50.

Lycka till!