TRIATHLON KOZIENICE.
REGULAMIN 2015

REGULAMIN Kozienicki Festiwal TRIATHLONU
OTWARTE MISTRZOSTWA KOZIENIC W TRIATHLONIE SZTAFET
AQUATHLON DLA DZIECI
TRIATHLON KOZIENICE (INDYWIDUALNY)

**I.CEL**
1.Popularyzacja i upowszechnienie triathlonu i jego odmian jako aktywnej formy
ruchu.
2. Podniesienie poziomu sportowego.
3. Propagowanie zdrowego stylu życia i aktywnej formy odpoczynku.
4. Promocja Gminy Kozienice.
5. Promocja Kozienickiego Centrum Rekreacji i Sportu.

**II.TERMIN I MIEJSCE**
22.08.2015 r. sobota – Ośrodek Rekreacji i Turystyki Kozienickiego Centrum Rekreacji
i Sportu ul. Boh. Studzianek 30

**III. ORGANIZATOR**
Firma Sport Górski Jerzy Górski

**IV.WSPÓŁORGANIZATOR**
Gmina Kozienice
Kozienickie Centrum Rekreacji i Sportu

**V. UCZESTNICTWO**
Zgodnie z regulaminem zawodów.

**VI. KLASYFIKACJE**

Pod patronatem Burmistrza Gminy Kozienice

**OTWARTE MISTRZOSTWA KOZIENIC DLA DZIECI W AQUATHLONIE**
10 - 15 LAT (aquathlon  - pierwszy krok do triathlonu) 150 m pływanie – 1.000 m bieg
Klasyfikacja będzie prowadzona osobno dla dziewcząt i chłopców w kategoriach 10-11 lat, 12-13 lat i 14 – 15 lat  (decyduje rok urodzenia).

**OTWARTE MISTRZOSTWA KOZIENIC SZTAFET OPEN**
750 m pływanie – 20.000 m jazda rowerem - 5.000 m bieg
Zasady rozgrywania triathlonu sztafet: Sztafety (3 osoby /od 16 lat i więcej mogą być mieszane, decyduje rok urodzenia), które same decydują kto i w jakiej konkurencji będzie startował i podają w biurze zawodów podczas weryfikacji. Pierwsza zmiana (po pływaniu)  nastąpi w wyodrębnionej części strefy zmian oznaczonej jako T1. Druga zmiana
(po jeździe rowerowej) odbędzie się również w oddzielnej części strefy zmian oznaczonej jako T2.

**TRIATHLON KOZIENICE (INDYWIDUALNY)**Klasyfikacja będzie prowadzona osobno dla kobiet i mężczyzn.
W kategorii generalnej trzech pierwszych zawodników i w kategoriach wiekowych:
16-17/ 18-19/ 20-23/ 24-29/ 30-34/35-39/40-44/ 45-49/ 50-54/ 55–59/ 60-64/ 65 -69/ 70+

**VII. DYSTANSE**
OTWARTE MISTRZOSTWA KOZIENIC DLA DZIECI
(aquathlon pierwszy krok do triathlonu)  150 m pływanie, 1 km biegu
OTWARTE MISTRZOSTWA KOZIENIC SZTAFET
(triathlon przygoda dla amatorów)
750 m pływanie (I okrążenie), 20 km jazda rowerem (I okrążenie), 5 km biegu (II okrążenia)
TRIATHLON KOZIENICE (INDYWIDUALNY)
750 m pływanie (I okrążenie), 20 km jazda rowerem (I okrążenie), 5 km biegu (II okrążenia)

**VIII. ZGŁOSZENIA**
Zgłoszenia przyjmowane są od 15 lipca do 10 sierpnia 2015 r. za pośrednictwem strony internetowej:

[**www.sport-gorski.pl**](http://www.sport-gorski.pl)

Dodatkowe informacje można uzyskać pod numerem telefonu:
 tel. 504-157-030, 504-225-878.
O terminie zgłoszenia decyduje data opłacenia wpisowego.

Zgłoszeniom opłaconym po 10 sierpnia 2015 r. organizator nie gwarantuje otrzymania na mecie pamiątkowego medalu , czapki oraz specjalnego paska do numerów startowych firmy NEWLINE .

Triathlon Kozienice: 90 zł.
Otwarte Mistrzostwa Kozienic Sztafet: 180 zł.
Mistrzostwa Kozienic dla dzieci - aquathlon: wpisowego nie pobiera się.
Będzie możliwe opłacenie wpisowego w dniu zawodów, jedynie w przypadku wolnych miejsc.
Uwaga!
Opłacenie zgłoszenia Triathlon Kozienice (sztafety i indywidualny) w terminie do 10 sierpnia gwarantuje zgłoszonym czapkę, medal pamiątkowy na mecie, specjalny pasek do numerów startowych, posiłek regeneracyjny.
Informacje dodatkowe: Jerzy Górski tel. 0-504-157-030, e.mail:gorskijerzy@wp.pl

**IX. NOCLEGI**
Uczestnicy zobowiązani są do rezerwacji noclegów we własnym zakresie. Informacji udziela Ośrodek Rekreacji i Turystyki w Kozienicach (pensjonat/recepcja) pod numerem telefonu 48 614 60 91, [www.kcris.pl](http://www.kcris.pl/)

**X. NAGRODY**
1. Otwarte Mistrzostwa Kozienic dla dzieci w aquathlonie: osobno dziewczęta i chłopcy
 I-III miejsce w kategorii 10-11, 12-13 i 14-15 lat - medal, dyplom
2. Otwarte Mistrzostwa Kozienic sztafet: I-III miejsce - medale, dyplomy,
 - klasyfikacja sztafet będzie prowadzona w kategorii Open
3. Triathlon Kozienice osobno dla kobiet i mężczyzn w kategorii generalnej trzech pierwszych zawodników otrzyma nagrody finansowe, statuetkę i dyplom.

Nagrody finansowe:

miejsce     mężczyźni       kobiety

I                  750 zł              750 zł

II                500 zł               500 zł

III               350 zł              350 zł

W kategoriach wiekowych za trzy pierwsze miejsca zawodnicy otrzymają statuetki  i dyplomy.

**XI. UCZESTNICTWO I JEGO WARUNKI**

Triathlon- w zawodach mogą wziąć udział osoby, które najpóźniej w dniu startu, mają ukończone 16 lat oraz podpiszą oświadczenie o starcie z własnej woli.
W przypadku startu młodzieży poniżej 18 lat (zawody dla amatorów i aquathlon dla dzieci) wymagana jest zgoda rodzica lub opiekuna prawnego, poprzez złożenie podpisu na oświadczeniach w biurze zawodów.

Organizator wprowadza limit startujących:
Triathlon - 200 zawodników, decyduje termin opłacenia zgłoszenia.
Otwarte Mistrzostwa Kozienic w Aquathlonie - 60 zawodników decyduje termin zgłoszenia.
Otwarte Mistrzostwa Kozienic w sztafecie - 20 zespołów decyduje termin opłacenia zgłoszenia.

Obowiązuje posiadanie sprawnego roweru oraz kasku rowerowego. Jazda rowerem będzie na nawierzchni asfaltowej. W związku z tym, sugerujemy rowery szosowe. Niemniej jednak dopuszczalne są wszystkie rowery. Obowiązuje zakaz draftingu czyli jazdy na tak zwanym kole. Przypominamy o obowiązku posiadania sprawnego roweru oraz kasku rowerowego. Wszyscy uczestnicy zostaną ubezpieczeni od N.W

**PROGRAM ZAWODÓW**
22 sierpnia 2015 r. – sobota
10:00 - 11:45 - weryfikacja zawodników w biurze zawodów, wydawanie numerów startowych wszystkich startów.
Ośrodek Rekreacji i Turystyki Kozienickiego Centrum Rekreacji i Sportu - ul. Boh. Studzianek 30 – amfiteatr
11:45 - oficjalne otwarcie zawodów przy starcie (przy brzegu jeziora)
12:00 - start - Otwarte Mistrzostwa Kozienic w Aquathlonie dla dzieci
(aquathlon pierwszy krok do triathlonu) 10 - 15 lat dla dziewcząt i chłopców
12:30 - Otwarte Mistrzostwa Kozienic sztafet (triathlon przygoda dla amatorów)
Triathlon Kozienice (zawody indywidualne)
Uwaga! Starty będą podzielone na kilka grup startowych, zostanie to podane w programie
w dniu zawodów.
17:00 - wręczenie nagród i zakończenie zawodów wszystkich startów

**XII.  POSTANOWIENIA KOŃCOWE**
- obowiązuje posiadanie sprawnego roweru oraz kasku rowerowego
- zawody odbędą się bez względu na pogodę
- interpretacja niniejszego regulaminu należy do organizatora zawodów
- na czas tych zawodów organizator zapewnia opiekę medyczną i jednorazowe ubezpieczenie.
UWAGA ! zapisy ruszyły 15 lipca 2015 roku .