

# РЕГЛАМЕНТ

## соревнований по триатлону «URALMAN SHARTASH 2024»

### 1. ВРЕМЯ И МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ

Дата: 1-2 июня 2024г.

Место: г.Екатеринбург, озеро Шарташ, территория ГБУ СО «Шарташский лесной парк»

Координаты: 56.847392, 60.695369

Проезд: <https://yandex.ru/maps/-/CCUF7JVe~A>

### 2. ТРЕБОВАНИЯ К УЧАСТИЮ В СОРЕВНОВАНИЯХ И УСЛОВИЯ ДОПУСКА

Каждый участник должен:

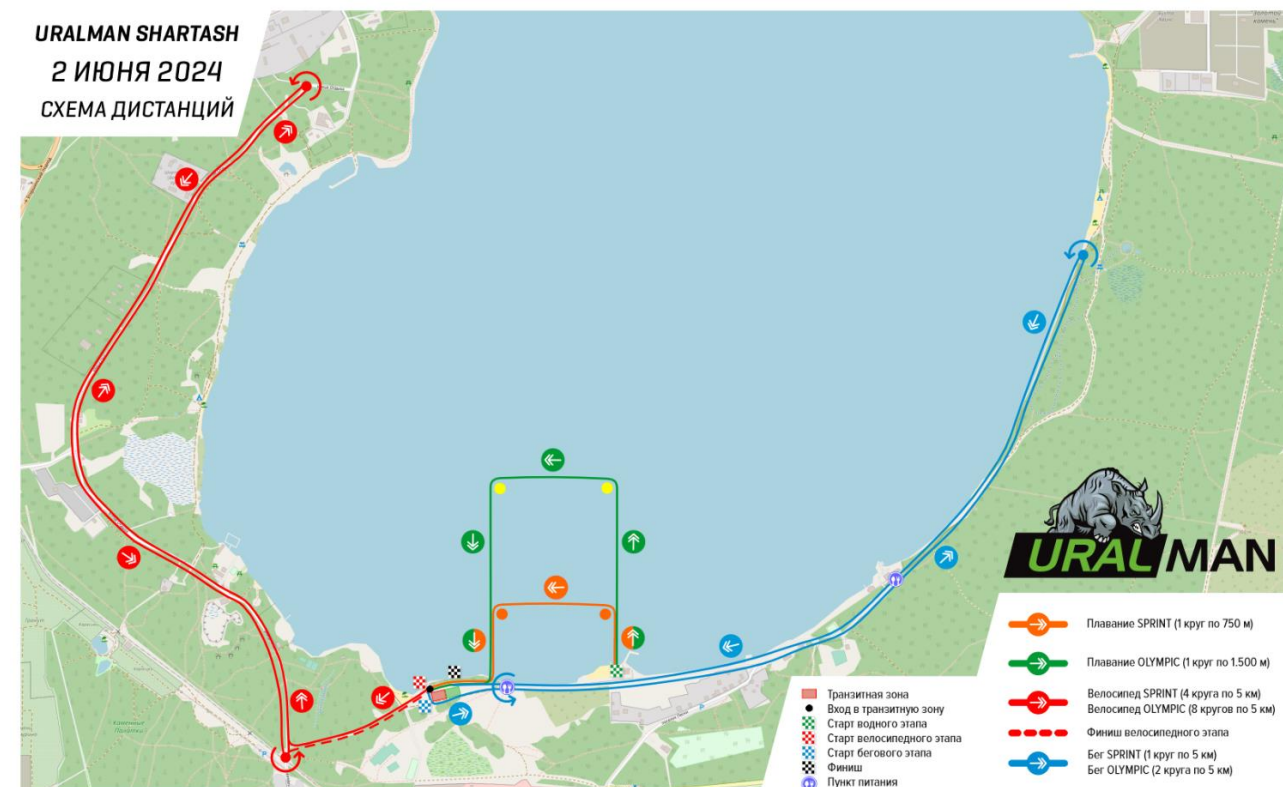
- иметь удостоверение личности;
- иметь медицинский допуск (справку)\* к соревнованиям;
- иметь полис страхования от несчастного случая во время занятий спортом;
- иметь технически исправный шоссейный велосипед и сертифицированный велошлем;
- соблюдать Правила дорожного движения и Правила соревнований по триатлону;
- при необходимости, оказать первую медицинскую помощь нуждающемуся участнику и незамедлительно сообщить организаторам о сложившейся ситуации.

\* - Медицинский допуск можно получить после осмотра в поликлинике, амбулатории, здравпункте, врачебно-физкультурном диспансере. Форма справки произвольная, при этом справка должна содержать: подпись врача, печать организации, фразу с допуском, например, «допущен к соревнованиям по триатлону», дату проведения осмотра не ранее 10.01.2024.

### 3. ПРАВИЛА ПРОВЕДЕНИЯ, ДИСТАНЦИИ И ЭТАПЫ

№	Название	Плавание	Велосипед	Бег
1	SPRINT	750 метров	20 км	5 км
2	OLYMPIC	1500 метров	40 км	10 км

### СХЕМА ДВИЖЕНИЯ



## ПЛАВАНИЕ

Плавательный этап проходит в озере Шарташ со средней и максимальной глубиной 3 и 5 метра соответственно. Средняя температура воды в июне 15 градусов.

В зависимости от количества участников может быть применен формат старта спортсменов волнами (rolling start), решение принимается не позднее 31.05.2024

### Использования гидрокостюмов

№	Температура воды	Использование гидрокостюма	Допуск без гидрокостюма
1	< 15 градусов	обязательно	<b>запрещен</b>
2	15-24 градусов	разрешено	разрешен
3	> 24 градусов	<b>запрещено</b>	разрешен

## ВЕЛОСИПЕД

Велосипедный этап проходит по ул.Отдыха, дорога расположена вдоль западного берега озера Шарташ, имеет идеально ровное широкое асфальтовое полотно. Длина одного круга составляет 5000 метров.

На время проведения мероприятия проезд по дороге автотранспорта будет запрещен полностью. Выход пешеходов на трассу велоэтапа в оживленных местах будет ограничен барьерами, силами ЧОП и волонтеров.

### Требования к велосипеду

№	Название	Длина этапа	Круги	Разрешенный тип велосипеда	Драфтинг*
1	SPRINT	20 км	4	МТВ и шоссейный <b>(любой лежак запрещен)</b>	разрешен
2	OLYMPIC	40 км	8	ТТ и шоссейный (лежак разрешен)	<b>запрещен</b>

\* **Драфтинг** (лидирование) - техника группового передвижения, при которой за лидером вплотную движется следующий участник, снижая таким образом собственные энергозатраты на преодоление сопротивления среды. Судья предупреждает участника свистком, далее информирует о нарушении желтой карточкой. Наказанный спортсмен обязан остановиться в штрафной площадке на 2 минуты.

### Запрещено:

- Участие на технически неисправном велосипеде: неисправная тормозная система, изношенная или неработающая система переключения, незатянутые (люфтящие) узлы велосипеда. Организатор вправе отказать в участии, вплоть до устранения причин;
- **Движение по середине дороги (штраф), движение по встречной полосе (снятие с дистанции и дисквалификация участника);**
- Движение за впереди едущим участником на расстоянии менее 7 метров на дистанции OLYMPIC;
- Участие на разделочном велосипеде на дистанции SPRINT или с установленным лежаком любой длины и конструкции;
- Разминка на дистанции во время проведения соревнований.

## БЕГ

Беговой этап проходит по пешеходной части Шарташского лесопарка, вдоль восточного берега озера Шарташ. Дорога имеет асфальтовое покрытие, в лесной части имеет сужение, может содержать неровности. Длина одного круга составляет 5000 метров.

#### 4. ЛИМИТЫ НА ПРОХОЖДЕНИЕ И КОЛИЧЕСТВО СЛОТОВ

№	Название	Плавание	Велозтап	Беговой этап	Общий лимит
1	SPRINT	30 минут	1 час	45 минут	2 часа 15 минут
2	OLYMPIC	1 час	2 часа	1 час 30 минут	4 часа 30 минут

Если участник не уложился в лимит, организатор соревнований вправе снять участника с дистанции.

#### 5. ФОРМАТЫ УЧАСТИЯ И ВОЗРАСТНЫЕ ГРУППЫ

##### Формат: URALMAN MIX (сокращенное название URALMIX)

Спортсмены принявшие участие в обоих форматах старта: SPRINT и OLYMPIC, получают квалификационные очки в зависимости от занятого места.

По сумме набранных очков, 6 сильнейших спортсменов среди мужчин и женщин, награждаются отдельными призами от организаторов и партнеров мероприятия.

Все финишеры URALMIX награждаются специальной медалью. В формате URALMIX возможно только индивидуальное участие.

**ВАЖНО:** перед тем как пройти регистрацию на данный формат, изучите регламент стартов. Если спортсмен не успеет выйти на старт дистанции OLYMPIC, по причине нехватки времени после финиша SPRINT, то он не будет допущен на старт. В протоколе URALMIX будет обозначено DNS. На дистанции SPRINT, результат спортсмена будет засчитан.

##### Формат: индивидуальное участие SPRINT и OLYMPIC

№	Возраст	Группы	Название
1	14*-29 лет	Мужчины, Женщины	M18-29, Ж18-29
2	30-39 лет	Мужчины, Женщины	M30-39, Ж30-39
3	40-49 лет	Мужчины, Женщины	M40-49, Ж 40+
4	50 лет и старше	Мужчины	M 50+

##### Формат: эстафета SPRINT и OLYMPIC

№	Возраст	Год рождения	Группа	Название
1	14* лет и старше	2004 г.р. и старше	Мужчины + Женщины	Эстафета MIX

Передача эстафеты осуществляется путем передачи чипа строго в обозначенной организаторами зоне. Возраст участников определяется на 31 декабря 2023г.

Несовершеннолетние участники, допускаются к старту только при условии присутствия родителя или официального представителя, который обязан написать расписку об ответственности за несовершеннолетнего участника.

#### ЗАБЕГИ «URALKIDS & URALADY»

№	Название	Дистанция	Лимит
1	Забег UralKids	800 метров	нет
2	Забег UralLady	5 км	нет

## 6. ПРОГРАММА И УСЛОВИЯ ПРОВЕДЕНИЯ СОРЕВНОВАНИЙ

### 1 июня Суббота

**13:00** Выдача стартовых пакетов, работа ЭКСПО  
**13:30** Постановка велосипедов в транзитную зону  
**16:00** Старт забега URALKIDS  
**17:00** Старт забега URALLADY  
**17:30** Церемония награждения URALLADY  
**18:30** Брифинг  
**20:00** Закрытие регистрации и транзитной зоны

### 2 июня Воскресенье

**06:00** Открытие транзитной зоны (постановки велосипедов только для иногородних участников)  
**07:00** Старт участников на дистанции SPRINT  
**09:00** Старт участников на дистанции OLYMPIC  
**10:30** Церемония награждения SPRINT  
**12:00** Открытие транзитной зоны и церемония награждения OLYMPIC

### Получение стартового пакета

Для допуска к старту и получения стартового пакета, необходимы следующие документы:

- удостоверение личности (паспорт);
- медицинская справка;
- страховой полис с указанием страхования от несчастного случая во время занятий спортом;
- доверенность с указанием паспортных данных, подписанная поручителем, на случай если участник доверил забрать стартовый пакет другому лицу.

### Постановка велосипеда в транзитную зону

Для допуска в транзитную зону участнику необходимо:

- Закрепить номер на велосипеде;
- Наклеить номера на шлем;
- Надеть и застегнуть шлем;
- Надеть стартовый номер;
- Закрепить чип хронометража на ноге.

## 7. ЗАЯВКИ И РЕГИСТРАЦИЯ

Заявки на участие в соревнованиях принимаются до 17:00 часов 31 мая 2024 только в электронном виде на сайте <https://myrace.info/>

Регистрация закрывается 31 мая 2024г после 21:00 или по достижению лимита на каждой дистанции.

## 8. СТАРТОВЫЙ ВЗНОС И КОЛИЧЕСТВО СЛОТОВ

Оплата стартового взноса производится только безналичным способом на условиях приема платежей платформы <https://myrace.info/>

Стоимость слота автоматически меняется (повышается) в зависимости от количества проданных слотов.

### Индивидуальное участие

	<b>SPRINT</b>	<b>OLYMPIC</b>	<b>URALMIX</b>	<b>UralKids</b>	<b>UralLady</b>
Кол-во слотов	70	60	20	30	30
1 уровень	6 000	9 000	13 500	1 000	1 200
2 уровень	7 000	10 000	15 000	—	—
3 уровень	7 500	11 000	16 500	—	—
4 уровень	8 000	12 000	18 000	—	—
5 уровень	8 500	13 500	—	—	—
6 уровень	9 000	—	—	—	—

## Эстафетные команды

	<b>SPRINT</b>	<b>OLYMPIC</b>
Кол-во слотов	10	10
1 уровень	9 000	13 500
2 уровень	10 500	15 000
3 уровень	12 000	18 000

### В стоимость участия входит:

- пользование чипом хронометража (на время мероприятия);
- комплект стартовых номеров;
- плавательная шапочка;
- пункты питания;
- медаль на финише с символикой мероприятия;
- техническая помощь на велоэтапе;
- подарки от партнеров и спонсоров мероприятия.

## 9. ОПРЕДЕЛЕНИЕ ПОБЕДИТЕЛЕЙ И НАГРАЖДЕНИЕ

Победители определяются по наименьшему времени прохождения дистанции.

Победители и призеры в каждой возрастной группе среди мужчин и женщин, в абсолютном зачете, среди эстафетных команд награждаются медалями и призами учрежденными спонсорами соревнований.

## 10. ИНФОРМАЦИЯ

По всем возникшим вопросам, а также вариантам сотрудничества обращаться:

- Торошин Александр +7-922-600-31-09 (работа с партнерами, СМИ, реклама)
- Напишите нам на почту [info@triatlet.ru](mailto:info@triatlet.ru)
- Напишите нам в ВКонтакте [https://vk.me/triatlet\\_ural](https://vk.me/triatlet_ural)
- Чат для участников в Телеграм [https://t.me/uralman\\_chat](https://t.me/uralman_chat)

**До встречи на старте, друзья!**

