

ברוכים הבאים לטריאתלון

סאקוני גן שמואל 2013

אליפות הפועל בטריאתלון

28 ספטמבר 2013

בעלי תפקידים

תפקיד	איוש
מנהל התחרות	אריה לנדסמן
מנהלת אדמיניסטרטיבית	שלי לנדסמן
עובדי ההפקה, מנהלי המסלולים, סדרנים, הרשמה, כיבוד, חלוקת מים ...	חברי גן שמואל ומתנדבים
מדידת זמנים	גן ספורט
שופט ראשי	רוני רצבי
שיפוט ובקרה	מתנדבים וספורטאים
ליווי מקצועי	עידו מאורי צביקה פיין

לו"ז כללי

פעילות	מקום	תאריך	שעה
הכנת המתחם	מתחם התחרות והמסלולים	שישי 27/9	מ 07:00
חלוקת ערכות, שקיות משתתף	אולם הכדורסל – חוף שדות ים	שישי 27/9 שבת 28/09	17:00 – 19:00 05:00 – 07:00
בקבוקי הזנה ח.א.ברזל	באולם הכדורסל בנקודת הרישום	שבת 28/09	05:00 – 06:15
פתיחת שטח ההחלפה	כניסה ליד אולם הכדורסל	שבת 28/09	05:30
תחילת זינוקים- התייצבות 10 דקות לפני הזינוק	חוף הים	שבת 28/09	06:20
סגירת שטח ההחלפה		שבת 28/09	07:00
טקס סיום אולימפי וספרינט	אולם הכדורסל	שבת 28/09	11:45
טקס סיום חצי איש ברזל	אולם הכדורסל	שבת 28/09	13:00
פתיחת שטח ההחלפה להוצאת אופניים		שבת 28/09	אחרי הגעת אחרון הרוכבים
פתיחת הכביש ליציאת מכוניות		שבת 28/09	אחרי הגעת אחרון הרוכבים

חלוקת שקיות משתתף

יום שישי ה – 27/09/13 מ 17:00 – 19:00

יום שבת ה – 28/09/13 מ 05:00 – 07:00

באולם הכדורסל, מרכז ימי שדות ים

• חולצות – חלוקה בסיום התחרות אל מול רשימה

עד חצי שעה לפני טקס הסיום

נא להיעזר בסבלנות בעת החלוקה

המשך החלוקה - לאחר טקס הסיום

ערכות משתתף

מספר צ'יפ וכובעי שחיה

- מספרי חזה: יחולק ע"י המארגנים בשקית המשתתף (יש להביא גומי/רצועה למספר)
- כובעי שחיה: יש להצטייד בכובע אישי
- צ'יפ (שבב אלקטרוני למדידת זמנים) יחולק בשקית המשתתף, יש להביא סקוצ' / גומי לחיבור השבב.
- את השבב יש לחבר לקרסול הרגל לאורך כל התחרות.
- אין לעשות שימוש בשבב הקבוע של איגוד הטריאתלון

לו"ז זינוקים

מקצה	צבע מספר המקצה	זינוק	שחייה	רכיבה	ריצה
חצי איש ברזל חצי איש ברזל-שלשות	צהוב	06:30	1900 מ' (3)	90 ק"מ (2)	21 ק"מ (2)
מיני ספרינט	כחול	06:35	500 מ'	12 ק"מ	3 ק"מ
אולימפי ק.גיל עד 39	אדום	07:40	1500 מ' (2)	40 ק"מ	9.5 ק"מ
אולימפי ק.גיל +40 ושלשות	אדום	07:45	1500 מ' (2)	40 ק"מ	9.5 ק"מ
ספרינט נוער	לבן	08:15	750 מ'	20 ק"מ	5 ק"מ
ספרינט ק.גיל עד 39	לבן	08:15	750 מ'	20 ק"מ	5 ק"מ
ספרינט פראולימפי	לבן	08:15	750 מ'	20 ק"מ	5 ק"מ
ספרינט + 40 ושלשות	לבן	08:20	750 מ'	20 ק"מ	5 ק"מ

כניסה לשטח ההחלפה

- קסדה תקנית רכוסה על הראש.
- גלגלים תקניים לפי תקנון ה UCI.
- אופניים תקניות (ראה שקף הבא).
- סימון מספר המשתתף בגודל של 4 ס"מ כל סיפורה, הסימון על הזרועות ועל הירכיים.
- סימון גיל, ומקצה על שריר התאומים של רגל שמאל.

אופניים המותרים לשימוש בתחרות

מותר לשימוש



אסור לשימוש



אופניים עם מנוע



ללא מעצורים

מסלולי התחרות

הזינוק

- **יתכנו שינויים קלים בשעות הזינוק, לכן יש להתייבב בשטח הכינוס בים לפחות 10 דקות לפני שעת הזינוק המפורסמת לכל מקצה.**
- **יש להתעדכן בשינויים באתר התחרות עד ערב התחרות**

זינוק ושחיה

- כובע שחיה חובה (לזכור להביא) לא שמנה הצבע
- הזינוק יבוצע בקריאה – למקומות, צא, (צופר) לא תהיה ספירה לאחור!
- קו הזינוק – סרט סימון על החוף, אין לעבור את הסרט לפני הזינוק
- ספורטאי שייתפס עובר את הסרט או שזינק לפני הזמן יקבל תוספת זמן של 15 שניות לזמן הסופי

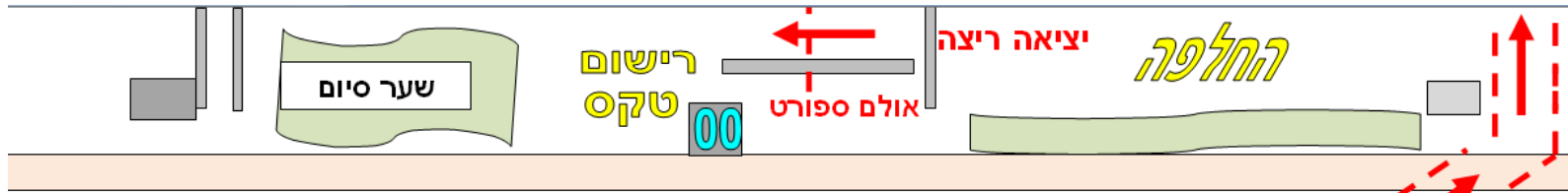
מרחק השחיה

- נערים\ות עד גיל 15 500 מטר 250 – 250
- ספרינט 750 מטר 250 – 250 – 250
- אולימפי 1500 מטר (2) 250 – 250 – 250
- חצי איש ברזל 1900 מטר (2) 250 – 250 – 250 +
הקפה קצרה של 200 – 200

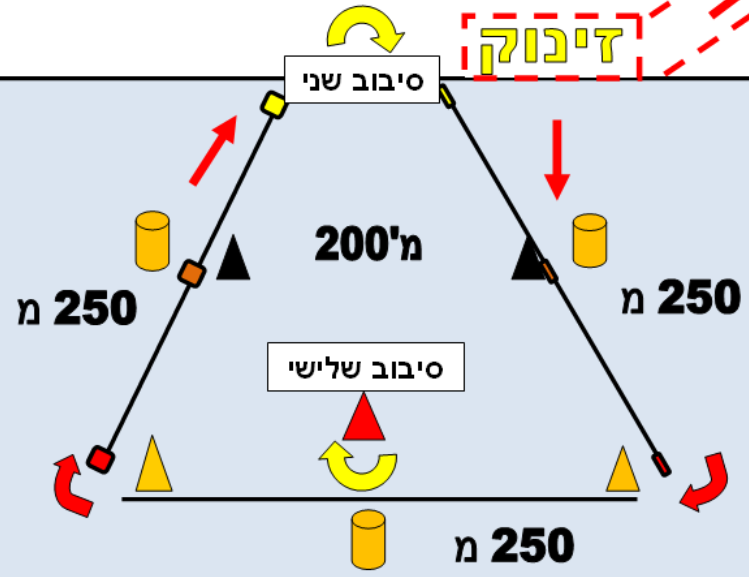
כיוון השחיה – עם כיוון השעון, עוקפים את המצופים
כשהם מצד ימין של המתחרה

חובה לעבור על שטיח המדידה בכל הקפה

מפת מסלול שחיה



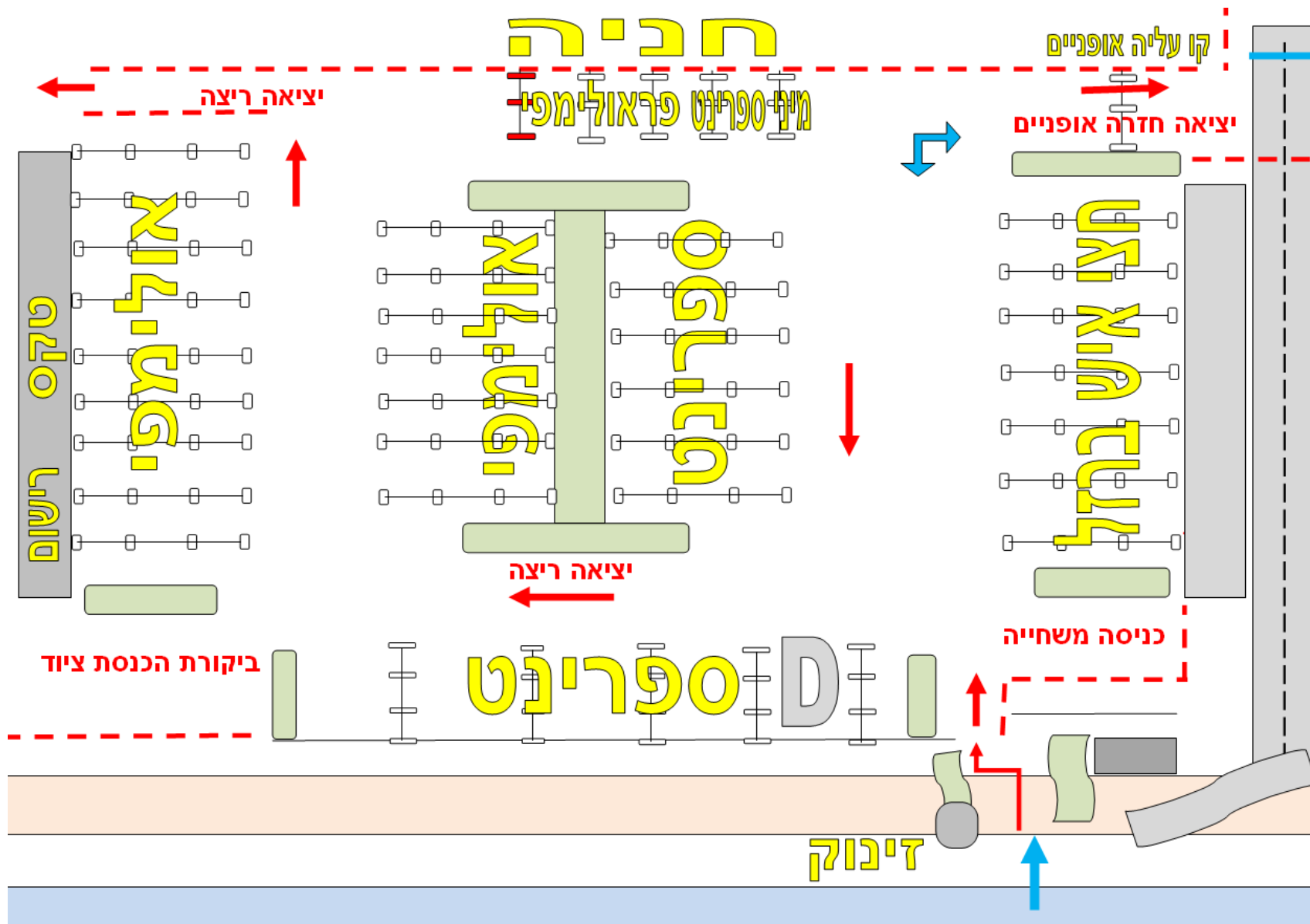
- איש ברזל שלוש הקפות
- ספרינט הקפה אחת
- אולימפי שתי הקפות
- 14 - 15 הקפת צלע



מזג אויר והשלכות

- טמפרטורת המים גבוהה מ 28°C לא יותר שימוש בחליפות למעט סניורים (מעל גיל 65)
- טמפרטורת האויר הצפויה – יש להתעדכן באתר התחרות וביום התחרות
- באם תנאי מזג האויר יהיו חמים ובהחלטת רופא התחרות יתכן שינוי במתווה התחרות
- באם נדרש לבטל שחיה נעבור לדואתלון:
 - חצי איש ברזל יוזנקו ישירות לרכיבה בקבוצות של 10 כל 3 דקות החל מ 06:30
 - שאר המקצים יוזנקו לריצה ראשונה במסלול (מיני ספרינט מיד עם אחרון ספורטאי החצי)

סידור שטח ההחלפה





רכיבה

- מספר חזה מאחור.
- חליפת טריאתלון שלמה ו/או שני חלקים המחברים האחד את השני.
- שמירה קפדנית על הימין.
- דרפטינג אסור בהחלט לכלל המקצים
- אין לחצות קו הפרדה – חוצה קו הפרדה יפסל.
- יש לציית להוראות השופטים והשוטרים.
- אין לקבל וואו לתת דבר לגורמים כל שהם מחוץ לתחרות.
- תחנת מים אחת בסיבוב מקצה חצי איש הברזל.

אזהרה

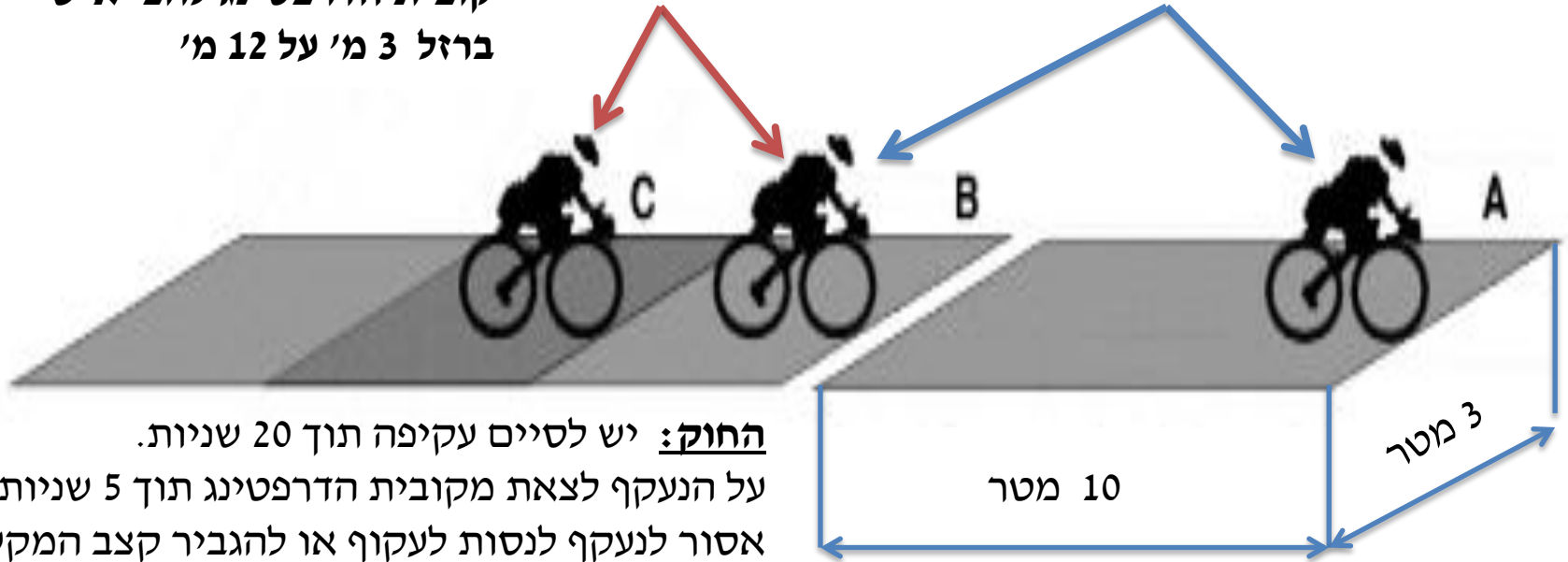
- בתחילת מסלול הרכיבה ובסופו (כביש הכניסה לחוף) הכביש הינו חד סיטרי ללא הפרדה. בחלקו משמש גם למסלול הריצה.
- ביציאה רוכבים במסלול הימיני (על פי הנהוג בישראל).
- בחזרה רוכבים בשמאל (על פי הנהוג באנגליה).
- יש לשמור על הימין, לא לעבור את קונוסי הסימון
- מסלול רכיבה זה מחייב תשומת לב מירבית תוך הקפדה יתרה על רכיבה מימין.

קוביית דרפטינג

קוביית הדרפטינג לחצי איש
ברזל 3 מ' על 12 מ'

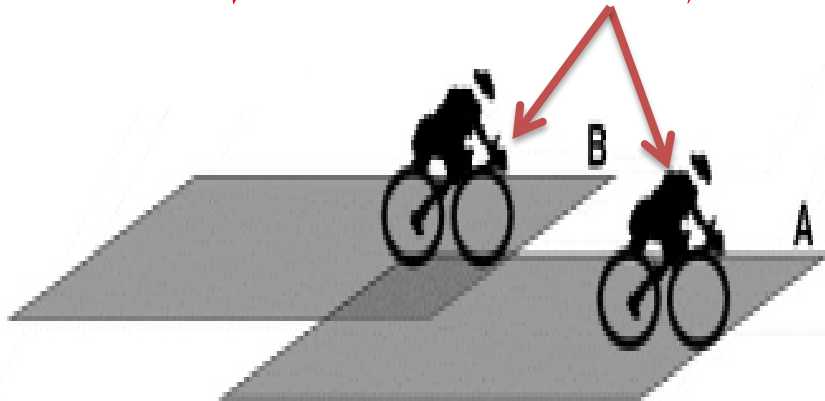
לא חוקי

חוקי

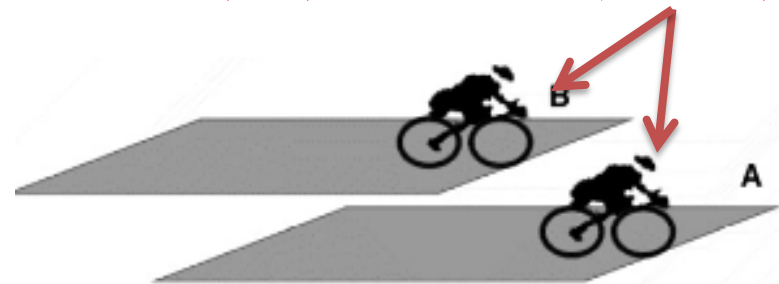


החוק: יש לסיים עקיפה תוך 20 שניות.
על הנעקף לצאת מקוביית הדרפטינג תוך 5 שניות.
אסור לנעקף לנסות לעקוף או להגביר קצב המקשה על
העוקף כל עוד לא יצא מקוביית הדרפטינג.

אכיפה, מעל 20 שניות - לא חוקי



חוקי - אבל, יש לחזור לימין תוך 30 שניות



מרחקי רכיבה

- נעריס\ות עד גיל 15
- ספרינט
- אולימפי
- חצי איש ברזל
- 12 ק"מ
- 20 ק"מ
- 40 ק"מ
- 90 ק"מ
- הרכיבה בכביש 2 מוגבלת ל 11:00, לבטיחות הרוכבים, חובה לפנות את הכביש עד שעה זאת.
- לחצי איש ברזל לא תותר יציאה לסיבוב 2 אחרי 09:45.
- נקודת הזנה עם בקבוקים אישיים- כביש 2 סיבוב במחלף קיסריה על הגשר.

מפת מסלול רכיבה



שטח החלפה מאופניים לריצה - T2

- קו ירידה – חובה שרגל אחת תגע בקרקע לפני קו הירידה.
- קסדה רכוסה על הראש עד הנחת האופניים במקומם.
- הנחת האופניים בצורה בטוחה ויציבה במקום המסומן לכל ספורטאי.
- יציאה לריצה על פי הסימונים בשטח ההחלפה.
- העברת מספר חזה לפנים.
- שמירה על הימין – על מנת לאפשר עקיפות
- נקודת מים כל 1000 מטר לערך.



מרחקי ריצה

- נערים נערות עד גיל 15
- ספרינט
- אולימפי
- חצי איש ברזל
- **חובה לעבור על שטיח המדידה בכל הקפה**
- בנקודת הזנה לחצי איש ברזל יחולקו תוספי מזון ומשקה איזוטוני תרומת
- בקבוקי הזנה אישיים יוצבו בסיבוב הרחוק, יש להשאיר ברישום
- מסלול הריצה יסגר ב 13:00



שטח סיום

- שטחי הסיום וההתאוששות ליד שער הסיום מיועדים לספורטאים בלבד, אין כניסת מלווים\מאמנים.
- יש לוודא החזרת הצ'יפ טרם יציאתך משטח הסיום לנציג גן ספורט
- לאחר סיום התחרות הנכם מוזמנים לגשת לשטח התאוששות על הדשא המרכזי של החוף.
- יוגשו משקאות וכיבוד קל.

שירותים

- באולם הספורט
- שירותים כימיים יוצבו בצמוד לאולם הספורט מצידו הצפוני
- תא שירותים אחד יוצב בשטח החלפה
- אין תא הלבשה בשטח החלפה

דגשים והנחיות כלליות

פרסום תוצאות

- במהלך התחרות ומיד עם תום התחרות תפורסמנה תוצאות ראשוניות (לא רישמיות) ע"ג לוח תוצאות בכניסה לאולם.
- רשימת פסילות תפורסם במהלך התחרות ועד $\frac{1}{2}$ שעה מתום התחרות (המקצה האחרון).
- **ניתן לערער על תוצאה ופסילה עד $\frac{1}{2}$ שעה משעת פרסום רשימת הפסילות הסופית בלבד.**
- תוצאות סופיות תפורסמנה עד שעה מתום התחרות

פסילות וערעורים

- פסילות תפורסמנה לצד לוח התוצאות.
- ניתן להגיש ערעור ליו"ר ועדת ערעורים עד $\frac{1}{2}$ שעה מפרסום הפסילות.
- ערעור יוגש ע"ג הטופס ובצרוף של 200 ₪.
- במידה והערעור יתקבל התשלום יוחזר.
- אין לפנות ישירות (ע"י הספורטאי ו\או כל מקורב) לשופט ו\או לשופט הראשי ו\או לחברי ועדת ערעורים או למודד הזמנים. פנייה כזאת תבטל את היכולת לערער והפסילה תחשב.

טקס סיום

וחלוקת גביעים ופרסים

**הטקסים יערכו באולם הכדורסל
של המרכז הימי**

אולימפי, ספרינט, מיני ספרינט – 11:45

חצי איש ברזל – 13:00

יחולקו גביעים ומדליות למנצחים

הוצאת ציוד משטח ההחלפה

- ספורטאים בלבד רשאים להוציא אופניים וציוד.
- יש להציג בפני השומר ביציאה, מספר התחרות והתאמת המספר לאופניים.
- עם יציאת אחרון הרצים משטח ההחלפה, זמן משוער 11:00.
- תנתן הודעה על הוצאת הציוד במערכת הכריזה.
- האחריות להוצאת הציוד מרגע ההכרזה על פתיחת שטח החלפה על הספורטאי בלבד !

שרותי רפואה

- מרכז רפואי ימוקם באולם הספורט הממוזג .
- אמבולנס ממוקם מזרחית לשער הסיום.
- בית חולים הלל יפה – כ 10 ק"מ מהחוף.
- מספרי טלפונים לחרום:

101 – מד"א

100 – משטרה

עברות ופסילות – דגשים

עבירה	פעולה \ ענישה \ פסילה
זינוק שלא במקצה	פסילה
זינוק מוקדם	תוספת 15 שניות
קיצור במסלול	תיקון לאותה נקודה שבה בוצעה הסטייה במידה ולא תוקן, פסילה
אי רכיסת קסדה בשטח החלפה	עצירה ותיקון, במידה ולא תוקן ענישה של תוספת 15 שניות
קו עליה \ ירידה (חובה רגל על הקרקע אחרי הקו בעליה, ולפני הקו בירידה	ענישה, תוספת 15 שניות
דרפטינג דרפטינג – במהלך השיפוט לדרפטינג, שופט יוציא כרטיס צהוב וישרוק, השופט לא חייב לוודא שהספורטאי ראה את פעולת הפסילה אין לערער על פסילה של דרפטינג	תוספת 1 דקה לספרינט ו 2 דקות לאולימפי, 4 דקות לחצי איש ברזל במקרה של המשכיות ו\או דרפטינג חוזר, פסילה
חציית קו הפרדה	פסילה

עברות ופסילות – נקודות עיקריות

עבירה	פעולה \ ענישה \ פסילה
אי לבישת מספר חזה וואו הכוונתו לפי המקצה	עצירה ותיקון, במידה ולא תוקן ענישה של תוספת 15 שניות
שימוש במספר שלא חולק ע"י המארגנים וואו ביצוע שינויים במספר	פסילה
התערטלות	פסילה
הנחת אופניים וציוד שלא במקום המסומן לספורטאי	תיקון, במידה ולא תוקן, פסילה
עליה על המסלולים שלא בזמן ההשתתפות בתחרות (חימום בשחיה, רכיבה, ריצה) כולל זמן תחרויות העילית	פסילה
התנהגות לא הולמת כלפי ספורטאים, מארגנים, שופטים, שוטרים	פסילה

חניה ביום התחרות

- חניה חינם במגרש החניה בסמוך לשטח ההחלפה
- יש להשמע למכוונים
- אין להכנות לאורך כביש הכניסה לחוף, רכב שימצא בכביש הכניסה **יגורר מיידית**
- הכניסה למתחם החניה תיסגר עם מילוי המקומות או ב 06:15, מעבר לשעה זאת החניה תורשה בחניון "על היס" בלבד
- הכבישים באזור התחרות יסגרו בשעה 06:15

לינות במרכז הימי

ניתן ללון במרכז הימי- שטח התחרות במחירים אטרקטיביים

מחיר ₪	הרכב
155	3-4 אנשים בחדר
220	2 בחדר
300	יחיד בחדר

מחיר לאדם ללילה לינה בלבד
לנשאים לילה נוסף בין שבת לראשון מחירים מיוחדים

פרטים והזמנות:

04-6364665 , 04-6364609

050-2340169

merkazyami@sdot-yam.org.il

שותפים

קבוץ גן שמואל, מרכז הפועל וגן-ספורט מודים
לכל השותפים אשר תרמו ועזרו להכנת התחרות:



בהצלחה

לכולם !!!