



GARMIN

TRI

MINA

RADKÓW

TOR

RACE

BOOK

9 września 2023 | RADKÓW



GARMIN®

SPONSOR TYTULARNY

PROGRAM ZAWODÓW Garmin Trinator Radków

Środa, 06.09.2023

18:00 – odprawa techniczna online na oficjalnym profilu FB Trinator – triathlon górski – wszystkie dystanse!

Piątek, 08.09.2023

16:00 – 19:00 godziny otwarcia EXPO (Radków, ul. Kolonia Leśna)

16:00 – 19:00 wprowadzanie rowerów do strefy zmian oraz wydawanie pakietów w strefie zmian – wszystkie dystanse

Sobota, 9.09.2023

07:00-18:00 godziny otwarcia EXPO

07:00-09:00 wprowadzanie rowerów do strefy zmian oraz wydawanie pakietów w strefie zmian – dystans Dzień Sądu (1/2 IM)

07:00-09:45 wprowadzanie rowerów do strefy zmian oraz wydawanie pakietów w strefie zmian – dystanse I'll be back (1/4 IM), Terminacja (1/8 IM)

09:30 – start Garmin Trinator Radków dystans Dzień Sądu (1/2 IM) – indywidualnie i sztafety

10:30 – start Garmin Trinator Radków dystans Terminacja (1/8 IM) – indywidualnie i sztafety

11:30 – start Garmin Trinator Radków dystans I'll be back (1/4 IM) – indywidualnie i sztafety

11:30 pierwsi zawodnicy na mecie

14:00 – 18:00 wydawanie rowerów ze strefy zmian

15:30 ceremonia wręczenia nagród Garmin Trinator Radków dla dystansu I'll be back (1/4 IM) oraz Terminacja (1/8 IM)

18:00 ceremonia wręczenia nagród dla Garmin Trinator Radków dystans Dzień Sądu (1/2 IM)

Program może ulec zmianie!

PRAKTYCZNE INFORMACJE

BIURO ZAWODÓW

W zawodach Garmin Triminator Radków nie będzie klasycznego Biura Zawodów, w którym będzie można odebrać pakiet czy zapisać się na zawody. Rejestracja przeprowadzona będzie przez system startlist.pl, a przygotowane pakiety startowe będą do pobrania przez zawodników w strefie zmian.

Biuro zawodów będzie usytuowane przy ulicy Kolonia Leśna Botanica Active Park w Radkowie (<https://goo.gl/maps/J2eo5UeD3Nbe3WWs9>). Czynne będzie w godzinach wydawania pakietów startowych.

Pakiet startowy odebrać można wyłącznie osobiście po wejściu do strefy zmian w godzinach wskazanych w regulaminie. Będzie on znajdował się przy stanowisku z numerem startowym zawodnika.

KARTA ZAWODNIKA

- Każdy zawodnik przed odbiorem pakietu startowego powinien pobrać kartę zawodnika logując się na swoje konto w systemie zapisów www.startlist.pl. Prosimy o wydrukowanie i podpisanie karty oraz zabranie jej na zawody.

Zawodnik bez wydrukowanej karty zawodnika nie będzie dopuszczony do startu.

- Przed wejściem do strefy zmian należy przekazać sędziemu podpisaną kartę zawodnika, licencję PZTri oraz dokument tożsamości ze zdjęciem. Karta z numerem startowym zawiera oświadczenie o braku przeciwwskazań zdrowotnych do udziału w zawodach i starcie na własną odpowiedzialność.

- Osoby niepełnoletnie ponadto mają obowiązek przedłożyć podpisaną zgodę rodzica lub opiekuna prawnego na udział w zawodach.

- Informacja dla kapitanów sztafet - kartę zawodnika pobiera kapitan sztafety i wpisuje na nią nazwiska oraz imiona pozostałych członków drużyny. Przed nazwiskiem i imieniem należy postawić numerki zgodnie z kolejnością konkurencji triathlonu (kto w jakiej konkurencji startuje). Oświadczenie o braku przeciwwskazań do startu musi być podpisane przez wszystkich zawodników sztafety (trzy podpisy na jednej karcie).

W miejscu, gdzie znajduje się miasteczko zawodów zasięg jest bardzo mocno ograniczony, internet nie działa. Dlatego nie będziemy w stanie wydrukować Waszych kart/oświadczeń. Nie będzie również możliwości zakupu licencji.

Zakupy na strefie EXPO tylko za gotówkę - terminale niestety również mogą nie działać. Przepraszamy za utrudnienia.

DEPOZYT

Depozyt dla zawodników będzie mieścić się przy ulicy Kolonia Leśna Botanica Active Park w Radkowie w miejscu oznaczonym napisem „depozyt”.

Będzie on czynny w dniu zawodów. Otwarcie depozytu nastąpi godzinę przed startem, a zamknięcie w czasie dekoracji. Rzeczy deponować należy w worku depozytowym oznaczonym numerem startowym.

Depozyt wydawany będzie na podstawie okazanego numeru startowego.

PAKIET STARTOWY

Pakiet startowy będzie znajdował się przy stanowisku z numerem startowym zawodnika i będzie włożony w torbę depozytową.

W ramach pakietu startowego zawodnik otrzyma:

- numery startowe na kask i na rower, numer startowy na bieg,
- czepki pływacki (obowiązuje start w czepku pływackim dostarczonym przez organizatora),
- zwrotny chip do pomiaru czasu, profesjonalny pomiar czasu,
- profesjonalne zabezpieczenie etapu pływackiego (zawody obsługują ratownicy wodni),
- profesjonalne zabezpieczenie medyczne,
- nadzór licencjonowanych sędziów na trasie zawodów,
- wodę na punktach odświeżania,
- pakiet żywnościowy w strefie finishera,
- medal za ukończenie zawodów.



INFORMACJE DLA SZTAFET

- W wyścigu sztafetowym mogą wziąć udział 3-osobowe zespoły.
- Każdy uczestnik sztafety startuje w jednej z konkurencji według następującej kolejności: pływanie, kolarstwo, bieganie.
- Start kolejnego zawodnika sztafety odbywa się przy wyznaczonym stanowisku w strefie zmian (w okolicy strefy kar) z chwilą zakończenia wcześniejszej konkurencji przez poprzedniego uczestnika i przekazania następnemu zawodnikowi sztafety chipa do pomiaru czasu. Na etap biegowy zawodnik oprócz chipa musi zabrać również numer startowy.
- Zawodnik ze sztafety czekający na swoją kolej może przebywać w strefie zmian, przy swoim stanowisku, od momentu wystartowania zawodnika w poprzedniej konkurencji. Zawodnicy mają możliwość wbiegnięcia wspólnie na metę (ostatnie 200 metrów).
- W sztafetach na dystansach 1/2 IM i 1/4 IM mogą wziąć udział osoby, które najpóźniej w dniu startu mają ukończone 18 lat. W sztafecie na dystansie 1/8 IM mogą wziąć udział osoby, które rocznikowo są czternastolatkami i starsi.
- Pakiet sztafety odebrać może dowolny zawodnik zespołu po okazaniu sędziemu dokumentu tożsamości ze zdjęciem, licencji PZTri i przekazaniu karty zawodnika podpisanej przez wszystkich uczestników sztafety. Kartę może pobrać tylko kapitan sztafety, który wpisuje na niej pozostałych zawodników i oznacza numerem kolejność zmiany obok imienia i nazwiska danego uczestnika sztafety.

PUNKTY ODŚWIEŻANIA

- Na trasie kolarskiej dostępny będzie jeden punkt odświeżania tylko dla dystansu 1/2 IM w którym będą podawane butelki z wodą.
- Dla dystansu 1/4 IM oraz 1/8 IM na każdej pętli biegowej dostępne będą dwa samoobsługowe punkty odświeżania. Zawodnicy zobowiązani są do samodzielnego pobierania butelek. Dla dystansu 1/2 IM na trasie biegowej dostępne będą trzy samoobsługowe punkty odświeżania.
- Za metą będzie dostępny punkt odświeżania oraz przygotowany pakiet żywieniowy dla każdego zawodnika.
- Support z zewnątrz jest możliwy na końcu każdego punktu odświeżania – maksymalnie 50 m od końca każdego punktu. Za podawanie zawodnikowi produktów w innym miejscu poza wyznaczoną strefą grozi dyskwalifikacja.
- Obowiązuje absolutny zakaz wyrzucania butelek w miejscach innych niż do tego wyznaczone.



ODPRAWA TECHNICZNA

Serdecznie zapraszamy do udziału w odprawie technicznej, która odbędzie się on-line (w środę 06.09.2023 o godzinie 18:00) na oficjalnym profilu FB Trinator. Podczas spotkania omówione zostaną zasady przeprowadzenia zawodów, pokazane strategiczne miejsca. Zachęcamy również do zadawania pytań w trakcie trwania odprawy - na wszystkie zapytania odpowiemy. Odprawa zostanie opublikowana jako film i będzie dostępna na profilu.

WAŻNE INFORMACJE:

- Podczas zawodów zwróć uwagę na punkty kontrolne mierzące czas i na oznaczenia trasy. Ominięcie punktu lub skracanie trasy spowoduje dyskwalifikację.
- Wszystkich zawodników obowiązuje zakaz śmiecenia na trasie zawodów, w tym celu organizator wyznaczy strefy rzutu, w których będzie można wyrzucić zużyte bidony, opakowania, butelki, kubeczki itp. **Złamanie zakazu może grozić dyskwalifikacją!**
- Po ukończeniu triathlonu i otrzymaniu medalu zwróć chip.
- Na zawodach w obowiązują przepisy PZTRI.

UTRUDNIENIA W RUCHU:

Informujemy, że w związku z remontem Szosy Stu Zakrętów, droga wojewódzka 357 na odcinku Karłów-Radków jest zamknięta. Dojazd do Radkowa możliwy jest jedynie od strony Ścinawki Średniej oraz Wambierzyc.

PARKINGI:

Dla zawodników Garmin Trinator Radków oraz kibiców dostępny będzie parking, który znajduje się przy ul. Kolonia Leśna, tuż przy Zalewie w Radkowie (parking płatny 10 zł za cały dzień). Będzie on czynny w sobotę od godziny 7:00. Wjazd od strony miasta Radków będzie możliwy tylko do godziny 8:00! Po tej godzinie lub w przypadku zapewnienia miejsc parkingowych, zawodnicy będą mogli skorzystać z parkingu znajdującego się przy Campingu w Radkowie przy ul. Piastowskiej.

Wyjazd z parkingu nad Zalewem w kierunku Radkowa będzie możliwy od godziny 16:00. Wyjazd z parkingu przy Campingu możliwy będzie przez cały czas trwania zawodów.

Przepraszamy za utrudnienia.

LICENCJE

Garmin Triminotor Radków

Podczas zawodów Garmin Triminotor Radków 2023 obowiązują licencje Polskiego Związku Triathlonu (na wszystkich dystansach). Licencje obowiązują wszystkich startujących zawodników.

Licencja może być roczna lub jednorazowa.

Przed wejściem do strefy zmian każdy zawodnik ma obowiązek okazać ważną licencję. Jeśli dysponujesz licencją w aplikacji, wystarczy, że okażesz ekran z widoczną licencją, aby to zrobić logujesz się do aplikacji PZTri, wybierasz „Twoje Licencje” i odpowiednią pozycję, ekran z widoczną licencją jest potwierdzeniem do odbioru pakietu przygotowanego w strefie zmian. Jeżeli posiadasz licencję roczną w formie karty, wówczas prosimy o okazanie tej karty.

Uwaga: Licencje będzie można zakupić wyłącznie przez system zapisów www.startlist.pl lub przez aplikację PZTri. Koszt licencji jednorazowej to 20 zł.



JAK KUPIĆ LICENCJĘ?

- 1 Pobierz i zainstaluj aplikację PZTri z App Store i Google Play
- 2 Załóż konto
- 3 Wprowadź niezbędne dane
- 4 Wybierz licencję, która Cię interesuje

LICENCJA JEDNORAZOWA (20 zł) vs **LICENCJA ROCZNA** (100 zł)

1 Wybierz zawodcy, w których startujesz.

1a Załóż/ujedźnij profilowe. Bez capsa / okularów. Przyjmy zdjęcie profilowe, tak aby widoczna było twarz z przodu.

1b Załóż/ujedźnij bioder. Po prawidłowym przykrośnieniu otrzymasz potwierdzenie.

- 2 Przeszlij i zaakceptuj oświadczenia.
- 3 Prześlij za stronę płatności **TAK**. Dostępny płatności profesjonalną metodą.
- 4 Po dokonaniu płatności otrzymasz potwierdzenie.
- 5 Kliknij **MOJE LICENCJE** i ładunek gotowości licencji rocznej lub jednorazowej.

BRAWO !!!

Masz już elektroniczną wersję licencji. Jest ona **AKTYWNA**.

Licencje roczną otrzymasz w formie karty na adres podany w formularzu.

DO ZOBACZENIA NA ZAWODACH !!!

W przypadku problemów prosimy o kontakt: licencje@pztriathlon.pl

Jeśli na **karcie zawodnika** znajduje się rubryka **LICENCJA>TAK**, to oznacza, że licencja jednorazowa PZTri została opłacona przez startlist i figuruje w ewidencji Polskiego Związku Triathlonu.

Wchodząc do strefy zmian wystarczy okazać kartę zawodnika podpisaną pod oświadczeniem i dowód tożsamości.

STREFA ZMIAN

W strefie zmian na zawodników będą czekały przygotowane pakiety startowe. Przed wejściem do strefy zmian należy przekazać sędziemu podpisaną kartę zawodnika, licencję oraz dokument tożsamości ze zdjęciem, zaś osoby niepełnoletnie dodatkowo mają obowiązek przedłożenia zgody od rodzica lub opiekuna prawnego.

UWAGA! Pobrać pakiet mogą wyłącznie zawodnicy pozostawiający swój sprzęt w strefie zmian!

Wejście do strefy zmian będzie możliwe w piątek 8 września:

16:00 – 19:00 wprowadzanie rowerów do strefy zmian oraz wydawanie pakietów w strefie zmian – wszystkie dystanse

Wejście do strefy zmian będzie możliwe w sobotę 9 września:

07:00-09:00 wprowadzanie rowerów do strefy zmian oraz wydawanie pakietów w strefie zmian – dystans Dzień Sądu (1/2IM)

07:00-09:45 wprowadzanie rowerów do strefy zmian oraz wydawanie pakietów w strefie zmian – dystanse I'll be back (1/4 IM), Terminacja (1/8 IM)

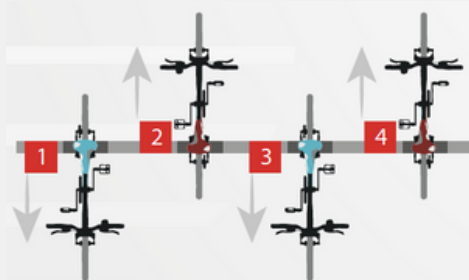
Przy stanowisku znajduje się koszyk, w którym można pozostawić swoje rzeczy. Dla bezpieczeństwa zawodników i zabezpieczenia mienia, miejsce zmian przeznaczone jest wyłącznie dla uczestników zawodów. Znajdź wejście, którym wejdiesz do strefy po ukończeniu pływania i upewnij się, że szybko będziesz w stanie zlokalizować swój rower oraz wyjście, którym wyjdiesz z rowerem na trasę kolarską.

Po zakończeniu etapu pływackiego udaj się do Twojego stanowiska w strefie zmian. Zdejmij piankę, przebierz się i najpierw załóż i zapnij kask, a następnie weź rower.

Podczas zawodów obowiązuje zakaz poruszania się na rowerze w strefie zmian. Ponadto trzymając rower w strefie zmian należy mieć założony i zapięty kask na głowie.

Po zakończeniu jazdy na rowerze, należy z niego zejść w oznaczonym miejscu i doprowadzić rower do swojego stojaka na rower. Rower należy odstawić dokładnie w to samo, oznaczone Twoim numerem startowym miejsce.

14:00 – 18:00 wydawanie rowerów ze strefy zmian



TAK WSTAWIAMY ROWERY
W STREFIE ZMIAN.

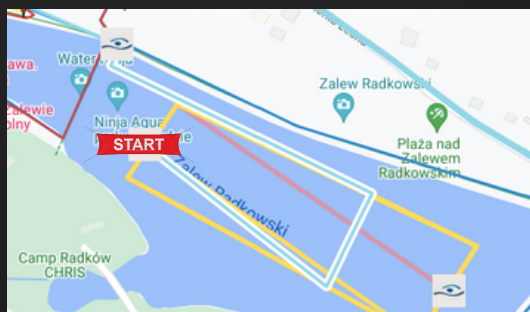
ROWER UMIEŚĆ KIEROWNICĄ NA
ZEWNĄTRZ

TRASA ZAWODÓW - etap pływacki

Start etapu pływackiego dla wszystkich dystansów odbędzie się w formule startu wspólnego z wody.

Stosowanie pianek jest dozwolone zgodnie z przepisami PZTri.

Ostateczną decyzję podejmuje Sędzia Główny zawodów po pomiarze temperatury wody na godzinę przed startem.

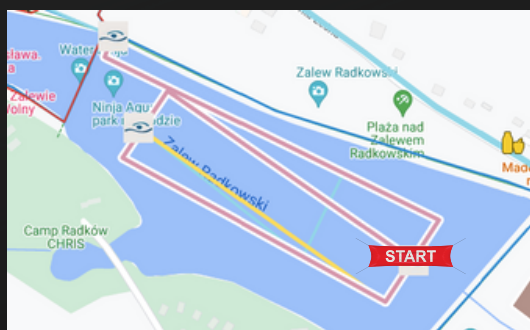


DYSTANS 1/8 IM

Terminacja

0,475 km

1 pętla

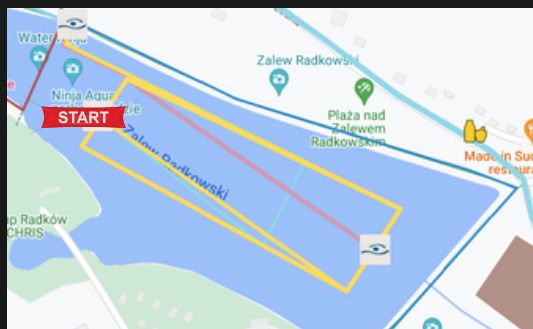


DYSTANS 1/4 IM

I'LL BE BACK

0,950 km

1,5 pętli



DYSTANS 1/2 IM

Dzień Sądu

1,9 km

3 pętli

TRASA ZAWODÓW - etap kolarski

Na trasie rowerowej na wszystkich trzech dystansach obowiązuje całkowity zakaz draftingu. Osoba jadąca z tyłu powinna trzymać odstęp minimum 10 metrów (1/8 IM i 1/4 IM) oraz 12 metrów (1/2 IM) licząc od przedniego koła zawodnika jadącego przed nim do przedniego koła zawodnika jadącego z tyłu. Gdy kolarz rozpoczyna manewr wyprzedzania ma 20 sekund na jego zakończenie tj, dojechanie do zawodnika mijanego, tak aby nie wjechać w strefę podciągania 10 m (dystans 1/8 IM i 1/4 IM). Gdy kolarz rozpoczyna manewr wyprzedzania ma 25 sekund na jego zakończenie tj, dojechanie do zawodnika mijanego, tak aby nie wjechać w strefę podciągania 12 m (dystans 1/2 IM), przejechanie obok zawodnika i odjechanie mu, tak aby mijana osoba, nie znajdowała się w strefie draftingu. Osoba mijana jest zobowiązana do zachowania stałej prędkości lub ewentualnie spowolnienia, w trakcie, gdy inny zawodnik ją wyprzedza.

W przypadku osób łamiących przepisy będą egzekwowane kary:

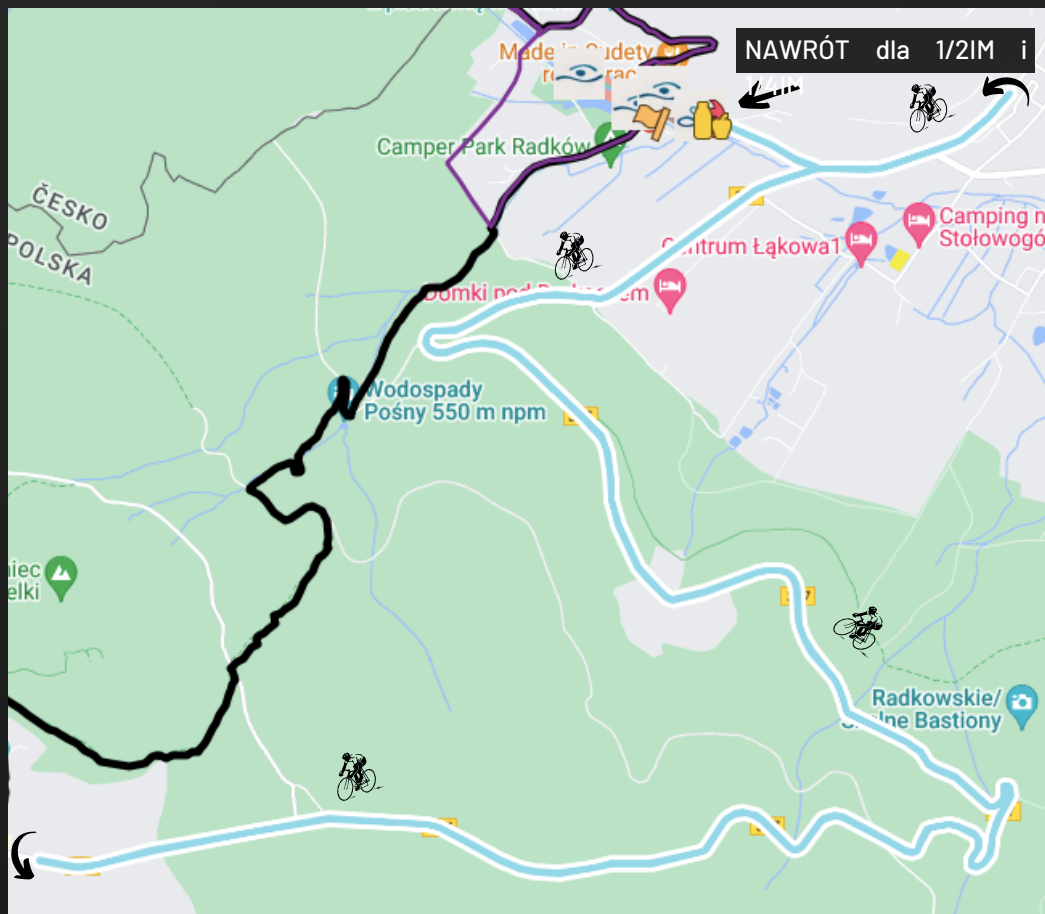
- 5' na dystansie 1/2 IM,
- 2' na dystansie 1/4 IM,
- 1' na dystansie 1/8 IM.

Sędzia nakłada karę czasową zgodnie ze swoją decyzją. Kartki niebieskiej sędzia używa w części kolarskiej w zawodach w formule bez draftingu, a kartki żółtej w pozostałych naruszeniach. Dla zachowania bezpieczeństwa sędzia może opóźnić nałożenie kary. Pokazanie czerwonej kartki oznacza dyskwalifikację.



12 m 25sek (1/2 IM) / 10 m 20 sek (1/4 IM i 1/8 IM)

TRASA ZAWODÓW – etap kolarski



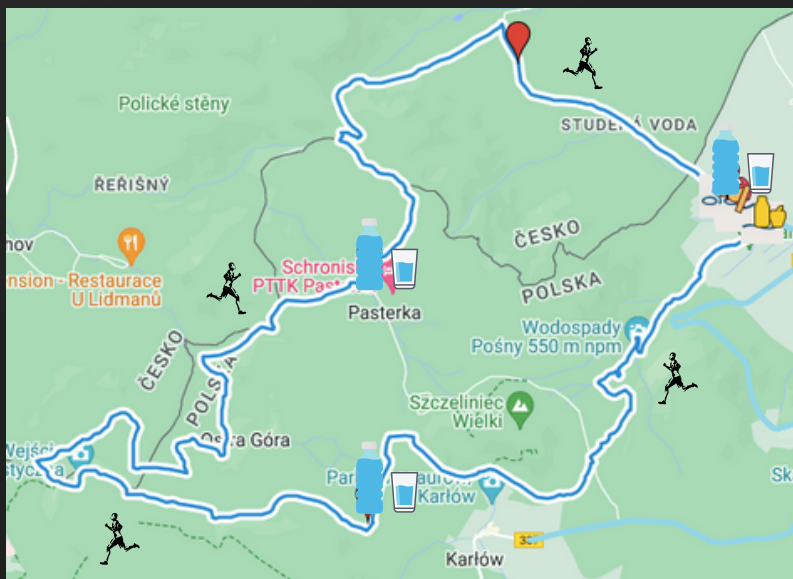
DYSTANS 1/8 IM Terminacja 1 okrążenie - 22,5 km

DYSTANS 1/4 IM I'll be back 2 okrążenia - 45 km

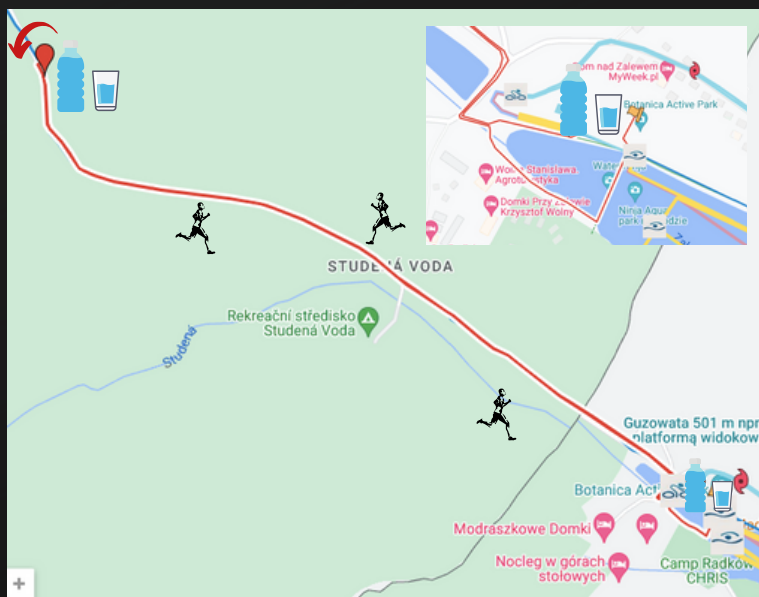
DYSTANS 1/2 IM Dzień Sądu 4 okrążenia - 90 km

Uwaga - na trasie fragmentami występują ubytki w jezdni, które będą oznaczone białą kredą w sprayu. Na trasie znajduje się również zwężenie, w miejscu osuwiska. Zwężenie będzie oznaczone oraz zabezpieczone, jednak prosimy o zachowanie szczególnej ostrożności, w szczególności podczas zjazdu z Karłowa do Radkowa.

TRASA ZAWODÓW - etap biegowy



DYSTANS 1/2 IM
DZIEŃ SĄDU
trasa trailowa
24 km
1 pętla



DYSTANS 1/8 IM
TERMINACJA
5,275 km
1 pętla

DYSTANS 1/4 IM
I'll be back
10,55 km
2 pętla

OZNACZENIE TRAS



Trasa biegowa dystans 1/2 IM oznaczona będzie strzałkami kierunkowymi, wykorzystanymi również podczas znaczenia tras dla zawodników startujących w Garmin Ultra Race Radków 2023.

Zawodników Garmin Trinator Radków 2023 dystans 1/2 IM obowiązują strzałki w kolorze **ZIELONYM**.

Trasa biegowa dystansu 1/8 IM i 1/4 IM oznaczona będzie taśmami pomarańczowymi w logo Labosport Polska oraz strzałkami białymi namalowanymi na asfalcie.

WAŻNE!!!

NUMER ALARMOWY: 793-794-552

OGNIKO INTEGRACYJNE!



Kochani Triathloniści!

Serdecznie zapraszamy Was oraz Waszych bliskich, którzy przyjechali razem z Wami do Radkowa na integracyjne ognisko.

Ognisko odbędzie się w sobotę, 9 września, po dekoracji zawodników z dystansu 1/2IM, czyli około godziny 18:30 w okolicach Zalewu w Radkowie.

***Do zobaczenia!
Labosport Team***

GOSPODARZ



ORGANIZATOR

labo[®]
SPORT



SPONSOR TYTULARNY

GARMIN[®]

PARTNER

