



ПРОГРАММА ПЕРВЕНСТВА РОССИИ ПО ТРИАТЛУ СРЕДИ ЮНОШЕЙ И ДЕВУШЕК 15-16 ЛЕТ

г. Ростов-на-Дону

16-18.07.2024 г.

Размещение участников предлагается в гостинице Звезда (адрес: (г. Ростов-на-Дону, Соборный переулок, 104). Контактный номер для подачи заявок на размещение +7 (863) 303 37 42, эл. почта: zvezda@slavhotels.ru или гостиница Дон Кихот ул. Ульяновская д.58 тел +7 863 200 10 12

Категория	Возраст	Стрельба	Плавание	Бег	Общая дистанция	
					Плавание	Бег
Юноши, девушки	15-16 (2008-2009)	10м	4x50м	4x600м	200м	2400м

Предварительные заявки на участие в соревнованиях принимаются до 03 июля 2024 года на эл. почту: rostov-pentadon@mail.ru. Официальные заявки подаются через систему LSport не позднее 15 июля 2024 года.

К заявке прилагаются следующие документы на каждого спортсмена: паспорт гражданина Российской Федерации; свидетельство о рождении – для спортсменов, не достигших 14 лет; зачётная классификационная книжка; полис страхования жизни и здоровья от несчастных случаев (копия); полис обязательного медицинского страхования; сертификат РУСАДА о прохождении онлайн обучения.

К спортивным соревнованиям допускаются спортсмены спортивных сборных команд субъектов Российской Федерации. Соревнования проводятся только в личном зачете. К участию допускаются спортсмены, имеющие не ниже III разряда.

От субъекта Российской Федерации допускается одна команда в составе 14 человек (12 спортсменов (6 юношей, 6 девушек), 2 тренера). Спортсмен имеет право участвовать в соревнованиях старшей возрастной группы, следующей непосредственно за той, к которой он относится.

В беге спортсмены обязаны быть в обуви, соответствующей бегу по асфальтовому покрытию.

16 июля – день приезда;

17 июля «Гребной канал «Дон», ул. Пойменная 2а:

08.00-09.00 – мандатная комиссия, техническое совещание «Гребной канал «Дон»

09.00 – разминка 1 забега девушки;

09.20 – старт 1 забега девушки;

10.30 – торжественное открытие соревнований, награждение победителей и призеров соревнований (девушки);

10.50 – разминка 1 забега юноши;

11.10 – старт 1 забега юноши;

По окончании соревнований награждение победителей и призеров соревнований (юноши).

18 июля – день отъезда.

в программе возможны изменения

Тренеры команд перед выездом на соревнования обязаны провести со спортсменами инструктаж по технике безопасности во время нахождения в пути и на месте проведения соревнований, а также инструктаж участников по технике

безопасности при плавании на открытой воде.

ПАМЯТКА
Первенства России по триатлу на открытой воде
г. Ростов-на-Дону 17 июля 2024 г.

Состояние спортивного объекта должно соответствовать санитарно-гигиеническим требованиям. Оборудование должно быть надёжно закреплено и находится в исправном состоянии.

Уважаемые участники соревнований просим Вас ознакомиться и неукоснительно соблюдать, для Вашей безопасности, следующие правила:

- к участию в соревнованиях допускаются спортсмены имеющие медицинский допуск;

- одежда должна соответствовать погодным условиям. В беге спортсмены обязаны быть в обуви, соответствующей бегу по асфальтовому покрытию;

- бережно относиться к спортивному инвентарю и оборудованию, не использовать его не по назначению;

- быть внимательным при перемещениях по спортивному объекту. Не мешать другим, не ставить подножек, избегать столкновений;

- знать и выполнять настоящую инструкцию;

- снять с себя предметы, представляющие опасность для других участников соревнований (часы, серёжки и т.д.);

- убрать из карманов спортивной одежды колющие и другие посторонние предметы;

- внимательно слушать указания судейской коллегии и тренеров;

- при получении травмы или ухудшении самочувствия прекратить участие в соревнованиях и поставить в известность судейскую коллегию и тренера;

- при возникновении пожара, ухудшении погодных условий и других экстремальных ситуациях (угрозе теракта, хулиганских действиях посторонних лиц и т.д.) немедленно прекратить соревнования, организованно, под руководством судейской коллегии и тренеров покинуть место проведения соревнований;

- при плавании на открытой воде не допускать опасных ситуаций – не топить соперника, не хватать за волосы, за руки, за ноги и за плавательный костюм. При обгоне соперника не мешать ему, не подныривать под него и стараться не касаться соперника;

- плыть вольным стилем, быть на виду у спасателей и судей, не допускать проныривания под водой с задержкой дыхания;

- если во время прохождения дистанции кросса или плавания Вам стало плохо, не терпите, поднимите руку или привлечите внимание судей, спасателей, медперсонала или участников любым другим способом;

- плохо стало до соревнований на воде подними руку и не заходи в воду, снимись с дистанции, никакого позора или санкций за это нет.