

# PROPOZICE

## Triatlon LABE ARÉNA 113

TERMÍN ZÁVODU:	22.5.2021 (sobota)
MÍSTO KONÁNÍ:	Labe Aréna Račice - (veslařský areál) 50.4582328N, 14.3429011E
POŘADATEL: ŘEDITEL ZÁVODU:	SPORT FUTURE GROUP, z. s. Jan Kubeš, hamrmantour@gmail.com
STATUT ZÁVODU:	Závod je určen pro širokou sportující veřejnost a je vhodný i pro naprosté začátečníky a ty, kteří chtějí triatlon zkusit poprvé.

Pro start není zapotřebí žádná licence, každý závodník se musí při prezentaci identifikovat a svoji účastí v závodě stvrzuje, že si je vědom svého zdravotního stavu a že startuje na vlastní nebezpečí.

REGISTRACE:	Registrace pouze předem na stránkách <a href="http://www.czechtriserie.cz">www.czechtriserie.cz</a>
PREZENTACE:	V prostorách tribuny, vstup od vody.
PARKOVÁNÍ:	Parkoviště P1 (nad tribunou)
PRAVIDLA:	Závodí se podle pravidel triatlonu, propozic tohoto závodu
TRATĚ:	Plavání 1900m / Kolo 90km / Běh 21km
VYPSANÉ KATEGORIE:	M1/Z1 – Muži/Ženy do 40 let M2/Z2 - Muži/Ženy nad 40 let
VÝHRY:	Vítězové v kategoriích obdrží drobné ceny
UBYTOVÁNÍ:	Kontakt na ubytovací kapacity v areálu <a href="mailto:sportcentrum@racice.info">sportcentrum@racice.info</a> (775 557 888)

## Důležité sdělení!

- Závod probíhá dle platného nařízení vlády a pohyb osob v blízkosti závodu se řídí též dle aktuálního nařízení vlády
- V prostoru areálu budou umístěny nádoby s dezinfekcí k použití. V prostoru WC budou umístěny mýdla k omytí rukou
- **Každý závodník si musí donést vlastní pásek na čip na nohu, v případě že jej nemáte, bude k zakoupení na místě (originál Hamrman, nebo no-name)**
- **Doporučujeme „přahazovačku na číslo“, případně bude na místě k zakoupení**
- Každý startuje na vlastní nebezpečí
- Povinnost plavat v plavecké čepici, prosíme o výraznější barvy

## ČASOVÝ HARMONOGRAM (Předběžně)

Čas	Činnost	Místo
8:00-9:00	Příjezd závodníků	Parkoviště nad tribunou
<b>8:30-10:00</b>	<b>Prezentace závodníků</b>	<b>Závodní kancelář</b>
9:00-10:30	Ukládání věcí do depa	Závodní depo
<b>10:30</b>	<b>Uzavření depa</b>	<b>Závodní depo</b>
<b>10:30</b>	<b>Rozprava</b>	<b>Prostor před tribunou</b>
10:45-10:55	Rozplavání	Molo u hlavní věže
<b>11:00</b>	<b>Start závodu</b>	<b>Z vody - hromadně</b>
17:00	Otevření depa	Závodní depo
cca 17:30	Vyhlášení vítězů	Prostor před tribunou
18:00	Ukončení akce	

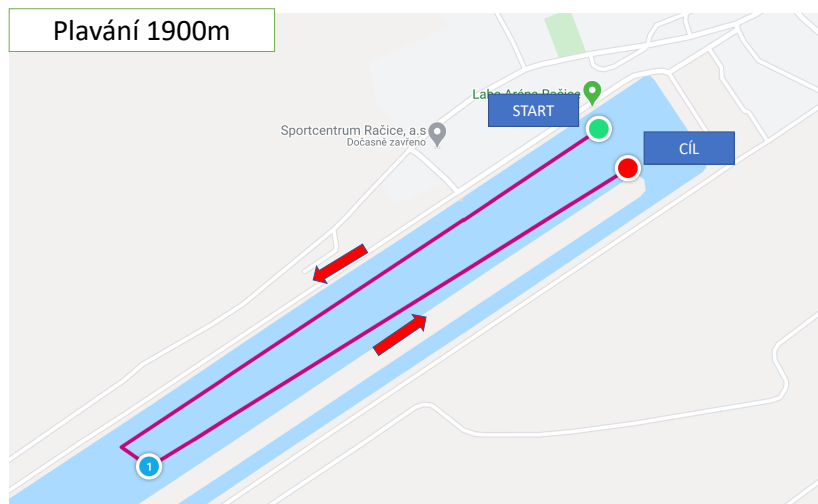
Změna programu vyhrazena.

## REGISTRACE

- Registrace je prostorách pod tribunou areálu.
- Na registraci obdržíte číslo, arch s čísly na helmu a kolo, čip a tetovací číslo.
- Vezměte si **vlastní neoprenový pásek** na čip (případně budete moci zakoupit na místě)
- **Čip se umísťuje na LEVOU nohu** a pásek musí být pod čipem
- Tetování si dáte nebo vám bude aplikováno na levou ruku tak, aby bylo vidět, když pojedete na kole nebo poběžíte (kůže při aplikaci musí být nemastná)
- V registrační místnosti prosíme použijte roušku a bude pro vás k dispozici i dezinfekce na ruce
- Kolo do depa si dáváte s helmou zapnutou na hlavě
- Každý závodník obdrží RedBull a gel PENCO

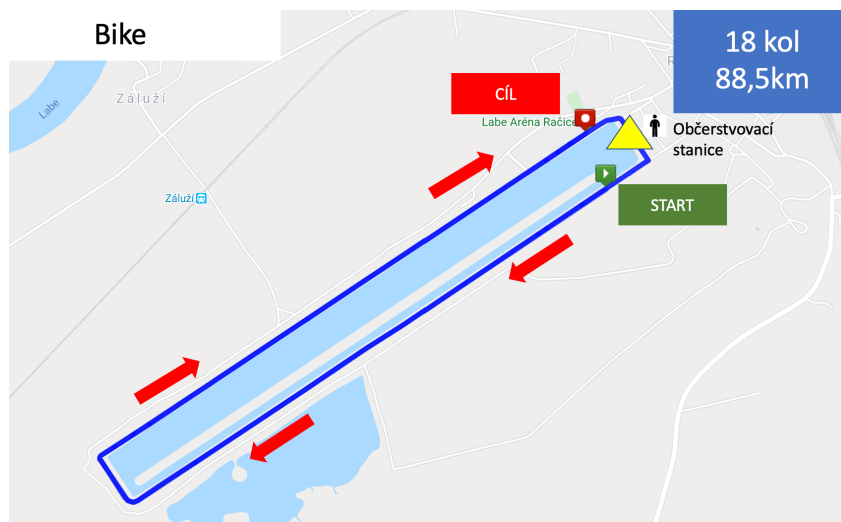
# PLAVÁNÍ

- Start plavání je z vody a plave se na hranici 900m.
- Použití neoprenů bude dle aktuální teploty vody.
- Plavecká čepička **povinná!** – ideálně pestré barvy.
- Ploutve a packy zakázány 😊.



# KOLO

- Kolo se jede v okruzích – 5km x 18 okruhů (88,5km) v prostoru areálu.
- Na kole je povinná nepoškozená a certifikovaná cyklistická přilba a je povinnost označit kolo a helmu čísly.
- Povrch je asfalt, kvalita z 99% perfektní.
- Drafting není povolen zóna zadní kolo-přední kolo 10m!
- Lze jet s časovkářskými řídítky na tzv. „koze“



# BĚH

- Běží se 5x okruh – 4,15km v prostoru veslařského areálu.
- Povrch je asfalt a polní cesta.



Změna tras vyhrazena. V případě nutnosti bude trasa změněna v den závodu.

## OBČERSTVOVACÍ STANICE

### KOLO

- Občerstvovací stanice (OS) je na 4,9,13,...kažém 5km (voda, jont, banán)
- Občerstvení bude započato od 6 kola prvního jezdce tedy po cca 40min od vyplavání prvního závodníka.
- Prosíme, abyste respektovali, že při závodě si vezmete max 4 lahve a že si tak povežete s sebou dostatek pití na prvních 30km.
- U OS bude zpomalovací pruh, kde je povinnost zpomalit a bezpečně převzít občerstvení
- **Předběžně domlouváme že budou distribuovány lahve MATTONI SPORT, tedy prosíme abyste se ujistili, že vaše košíky budou schopné tuto lahev udržet.**
  - Do lahví pak budeme dávat i jontový nápoj PENCO Ionogen – isotonická koncentrace

### BĚH

- Občerstvovací stanice je na 0km a 2,1km (voda, jont, cola, banán)
- **Po vzoru IRONMAN, bude na občerstvovací stanici SELF SERVICE!!!**
  - Budou připraveny kelímky a atlet si vezme kelímek tak, aby neshodil zbytek kelímků
  - Výživu dodává společnost PENCO a jontový nápoj bude mírně hypotonický
  - Bude to test pro všechny vás, kteří se chystáte jet závod série IM