**SIBERMAN 2020**

**Правила соревнований для эстафетных команд.**

Пожалуйста, прочитайте эти правила внимательно, прежде чем принять окончательное решение об участие или отказе от участия в нашем ультра триатлоне.

**SIBERMAN 515** – официальное название соревнований.

Официальный сайт соревнований:

<https://siberman515.com>

Официальная страница соревнований на Facebook и в Instagram:

<https://www.facebook.com/siberman515>

<https://www.instagram.com/siberman515>

**Даты проведения:**

05 августа 2020 г. – брифинг в 17:00

06 августа 2020 г. – 1 этап, старт в 08:00

07 августа 2020 г. – 2 этап, старт в 08:00

08 августа 2020 г. – 3 этап, старт в 08:00, награждение в 20:00

09 августа 2020 г. – восстановительный день 12:00-18:00

**Место проведения:**

Российская Федерация, город Абакан и Минусинск.

**Дистанция:**

Этап 1 (День 1): 10 км плавание (Ташебинский карьер, 4 круга по 2,5 км) + 145 км велосипед (старт от Ташебинского карьер, финиш на горе любви (Самохвал) в городе Абакан).

Этап 2 (День 2): 276 км велосипед, старт на границе города Абакан, финиш на смотровой площадке Братского моста, в городе Абакан.

Этап 3 (День 3): 84 км бег, старт и финиш в городе Минусинск.

Все маршруты могут быть изменены, но оставаться в пределах окрестностей городов Абакан и Минусинск.

**Расклад участников эстафетной команды по дистанции и передача эстафеты:**

Первый член команды проходит плавательный этап первого дня - 10 км, передает эстафету касанием руки второго члена команды, в транзитной зоне.

Второй член команды едет велосипедный этап первого дня - 145 км и велосипедный этап второго дня – 276 км.

Третий член команды проходит третий этап - бег 84 км.

**Транзитная зона перед этапом №1:**

1. Машина сопровождения не может находиться в транзитной зоне, а должна располагаться на официальной парковке.
2. Капитан команды должен зарегистрировать команду не позднее 06:30 по местному времени.
3. Находясь в транзитной зоне участнику и членам его команды запрещается мешать другим участникам и портить их имущество.
4. При постановке велосипеда в транзитную зону, организаторы проверяют техническое состояние велосипеда и шлем.

**Плавание:**

1. Каждый участник должен быть одет в официальную плавательную шапочку соревнований, которую выдают организаторы.
2. Запрещены ласты, трубки, лопатки и другие искусственные приспособления.
3. Обязательно использовать гидрокостюм, без него участник не допускается до старта.
4. Можно использовать очки или маску для плавания.
5. Участник может получать от членов своей команды питание и напитки только на берегу.
6. Запрещается использовать любое средство ограничивающее слух (MP3, радио, наушники).
7. Сопровождение на плавательном этапе запрещено.
8. Участнику запрещается получать помощь для продвижения вперед, в том числе использовать драфтинг за другими участниками.
9. В экстренном случае участник или сопровождающий должен поднять руку вверх и попросить о помощи.
10. Контрольное время на преодоление плавательного этапа 6 часов.

**Велосипедный этап (1 день 145 км + 2 день 276 км):**

1. Время проведенное в транзитной зоне после плавательного этапа прибавляется ко времени велосипедного этапа первого дня.
2. Запрещается использовать тандем, моторизированный или лежачий велосипед, а так же любые другие приспособления уменьшающие сопротивление, кроме аеробара.
3. Запасной велосипед/рама может перевозиться в машине сопровождения, но замена велосипеда/рамы возможна только при полном повреждении основного велосипеда/рамы. О замене велосипеда/рамы участник или его команда должны уведомить организаторов не позднее конца этого соревновательного дня. Запасной велосипед так же должен пройти процедуру проверки организаторами перед гонкой. Езда на велосипеде не прошедшим проверку может привести к дисквалификации. Замена велосипеда/рамы возможна лишь один раз за всю гонку. Все остальные детали велосипеда, кроме рамы, можно менять без ограничения.
4. Запрещено сопровождение участника на велосипеде.
5. Участник не допускается до старта, пока не устранит все неисправности, обнаруженные при проверке велосипеда организаторами. Устранение неисправностей производится за счет участника и его команды.
6. Во время велосипедного этапа драфтинг за любым механическим, мото/авто средством запрещен.
7. Каждый участник должен соблюдать все правила движения и несет ответственность за их нарушение.
8. Каждый участник должен иметь официальный номер во время прохождения велосипедного этапа. Номер должен быть читаемым и размещен сзади на пояснице.
9. На велосипеде номер участника должен быть закреплен на подседельном штыре.
10. Каждый участник должен на протяжении всего велосипедного этапа быть в шлеме соответствующем стандартам UCI (допускается использование разделочных шлемов). Шлем должен хорошо прилегать и быть застегнутым все время, даже в транзитной зоне.
11. На протяжении всего велосипедного этапа движение без велосипеда запрещено.
12. Запрещается использовать любое средство ограничивающее слух (MP3, радио, наушники).
13. Запрещается езда в паре и подталкивание руками.
14. Велосипедный этап первого дня закрывается через 12 часов после старта плавательного этапа. Велосипедный этап второго дня закрывается через 12 часов после его старта.

**Бег:**

1. Участники должны бежать или идти на протяжении всей дистанции. Передвижение ползком запрещено.
2. Каждый участник должен иметь официальный номер соревнования, который должен быть хорошо читаемым и находиться спереди у атлета.
3. Сопровождение участника разрешено, но не более чем одним человеком одновременно. Все сопровождающие должны быть пешими, бежать рядом или сзади, бежать впереди участника запрещено.
4. Всем членам команды и сопровождающим запрещено использовать скейты, велосипеды, роликовые коньки и тому подобное.
5. Участник и члены его команды должны быть предельно осторожны при пересечении дороги.
6. Запрещается использовать любое средство ограничивающее слух (MP3, радио, наушники).
7. Беговой этап закрывается через 12 часов после его старта.

**Правила для всех трех этапов:**

1. Ответственность за прохождение всей дистанции возлагается на участника и членов его эстафетной команды. Участник и члены его команды изучают трассу самостоятельно, предварительно до старта 1 этапа. Если участник сбился с маршрута, итоговое время пересчитываться не будет. Неверное прохождение маршрута может привести к штрафному времени или дисквалификации. Каждый участник и команда получат схему всех маршрутов, с подробным описанием заранее.
2. Все остановки (отдых, ремонт, медицинская помощь, остановки по требованию полиции и на светофорах) которые сделает участник во время гонки не вычитаются из итогового времени.
3. Дороги не будут перекрываться, необходимо соблюдать все правила дорожного движения, дорожные знаки и светофоры.

**Команда поддержки:**

1. Во время прохождения одного из этапов не выступающие участники этой эстафетной команды могут являться командой поддержки участника и подчиняются официальным правилам соревнований.
2. Каждая команда поддержки должна состоять как минимум из одного совершеннолетнего лица на протяжении всей гонки. Все члены команды поддержки должны быть указаны в командном соглашении до старта гонки.
3. Каждая команда поддержки отвечает только за одного участника, кроме экстренных случаев.
4. Как минимум один из членов команды поддержки должен иметь действующее водительское удостоверение.
5. Каждый член команды поддержки должен указать свое имя, адрес, телефон и подписать командное соглашение до старта гонки.
6. Во время всей гонки всем членам команды нельзя использовать запрещенные препараты, в том числе алкоголь.
7. Один из членов команды должен быть назначен капитаном и этот человек должен говорить по-русски.
8. Капитан команды может официально выступать от лица участника и команды, в этом случае он отвечает за всю команду.
9. Ответственность за все затраты и организацию подготовки, тренировочного процесса, перевозки грузов, транспортные расходы, проживание и питание несет участник.
10. На предстартовом брифинге должен быть капитан команды или назначенный представитель команды. Все остальные члены также могут присутствовать.
11. Капитан той команды, чей участник не может закончить дистанцию должен доставить его на финишную линию.
12. Капитан той команды, чей участник не может закончить дистанцию должен доставить его на финишную линию.
13. Все члены эстафетной команды должны подчиняться правилам соревнования, местным законам, правилам движения, а также следовать и выполнять инструкции организаторов и местных властей.
14. Запрещено мешать другим участникам, членам команды и окружающим.
15. Находясь в машине член команды, не имеет права оказывать помощь участнику.
16. При необходимости оказать помощь участнику, автомобиль должен быть припаркован и должны быть включены аварийные огни.
17. Дисквалифицированные участники должны быть доставлены на финиш этапа как можно скорее. Если это невозможно, то капитан команды должен об этом уведомить организаторов как можно скорее.
18. Во время соревнования организаторы не несут ответственности за здоровье и безопасность участника и членов его команды. В случае возникновения экстренной ситуации, требующей медицинской помощи, группа поддержки должна самостоятельно транспортировать пострадавшего в ближайшее медицинское учреждение или позвонить организаторам для помощи в транспортировке.
19. Роль команды поддержки жизненно важна для каждого участника и безопасности соревнований. Т.к. члены команды будут обеспечивать участника питанием, оказывать ему медицинскую и техническую поддержку, они должны быть соответствующе подготовлены.
20. От слаженной работы всей команды будет зависеть итоговый результат гонки.
21. Все участники, их команды и организаторы руководствуются правилами честной игры.

**Транспортное средство команды поддержки:**

1. На протяжении всей гонки участник может иметь только одно сопровождающее его моторное транспортное средство.
2. На каждом транспортном средстве в указанном организаторами месте должен быть размещен официальный знак мероприятия.
3. Транспортное средство не может двигаться непосредственно перед участником и рядом с ним.
4. При сопровождении участника очень важна постоянная смена членов команды поддержки.
5. Каждый участник должен самостоятельно обеспечить себе машину сопровождения на протяжении всей гонки.

**Пункт оказания первой медицинской помощи:**

Т.к. помощь участнику оказывается командой поддержки на протяжении всей гонки, организаторы не предоставляют пункты оказания первой медицинской помощи.

**Награждение:**

Все участники эстафетных команд, закончившие все три этапа, получат памятную награду. Она будет вручена после финиша 3 этапа. Команда победитель определяется по сумме времени трех дней соревнований.

**Процедура регистрации на каждом этапе:**

В начале и конце каждого этапа участник и капитан команды должны зарегистрироваться у организаторов, которые будут находиться в стартовом и финишном городке. В противном случае участник не будет допущен до прохождения дистанции.

**Непредвиденные обстоятельства:**

Если во время гонки произойдут непредвиденные обстоятельства, которые могут помешать проведению соревнований (в том числе получение травм не совместимых с жизнью любого из атлетов) организаторы могут:

* перенести соревнования
* изменить маршрут
* отменить соревнования

В случае невозможности проведения плавательного этапа в первый день он переносится на утро, следующее за этапом 3. Если соревнования или его часть переносится, изменяется или отменяется по причинам не зависящим от организаторов, стартовый взнос не возвращается.

**Кредитные карты:**

Все возможные траты во время проведения соревнований оплачиваются наличными в рублях.

**Временной лимит на этапах:**

Для обеспечения безопасности установлены следующие лимиты: плавание - 6 часов, 1, 2, 3 этап по 12 часов каждый, всего 36 часов. Любой участник, не уложившись в один из лимитов, будет дисквалифицирован вместе со всей эстафетной командой. Продолжение гонки, возможно, только неофициально, без результатов в протоколе. Лимиты могут быть изменены при форс-мажорных обстоятельствах.

**Дисквалификация:**

Участники, не уложившись в лимит любого из этапов или не вышедшие на старт следующего этапа, будут дисквалифицированы вместе со всей эстафетной командой. Участники и члены команды, не соблюдающие правила соревнований будут дисквалифицированы. Дисквалифицированные участники могут продолжить гонку только не официально, без результатов в протоколе и финишной награды, под свою ответственность.

**Драфтинг:**

Любой драфтинг на всех этапах запрещен.

**Видео и фотосъемка:**

Весь отснятый фото/видео материал во время проведения гонки организаторы имеют право использовать в своих целях.

**Официальный язык:**

Все участники и члены команды должны понимать русский язык.

**Лимит участников:**

Лимит эстафетных команд - 10 команд (по 3 человека каждая).

Участие возможно только по приглашению организаторов.

**Праздничный ужин:**

Питание для всех участников и их команд будет организовано только на 3 этапе гонки, на протяжении всего этапа.

**Опасные участки:**

Для обеспечения безопасности участников соревнований и других участников дорожного движения питание на опасных участках запрещено. Такие участки будут обозначены на карте маршрута.

**Нумерация:**

Каждой эстафетной команде будет присвоен уникальный номер.

На плавание номер будет размещен на руке участника, на велосипедном этапе один номер будет на подседельном штыре, второй на пояснице, третий на шлеме, на беговом этапе один номер на поясе спереди.

Каждому капитану команды выдадут две наклейки, на заднее и переднее стекло автомобиля.

Во время всей гонки все номера должны быть читаемы и размещены по правилам. Участие с неофициальными номерами и изменение официальных номеров запрещено.

**Сопровождение участника:**

Сопровождение на плавательном этапе разрешено одним членом команды в лодке или другом безмоторном плавательном средстве, по желанию команды.

Сопровождение на велосипедном этапе запрещено.

Сопровождение на беговом этапе разрешено, но не более чем одним человеком одновременно. Все сопровождающие должны быть пешими, бежать рядом или сзади, бежать впереди участника запрещено.

**Парковка:**

Все автомобили сопровождения при оказании помощи участнику должны быть припаркованы по правилам дорожного движения.

**Штрафы:**

За нарушение правил назначаются временные штрафы или дисквалификация. За каждое первое нарушение - 6 минут, за второе – 12 минут, за третье – дисквалификация. Штрафы, полученные на каждом этапе, суммируются. Директор гонки имеет право изменить правила в нестандартной ситуации для ее безопасного продолжения. Все участники и их члены команды соглашаются с этим правилами.

**Экипировка и инвентарь:**

Рекомендуется промаркировать все свои личные вещи и инвентарь до начала соревнований. Организаторы гонки не несут ответственности за собственность участников.

**Планирование:**

Все участники эстафетной команды должны тщательно спланировать свою подготовку и подготовку всех членов команды до момента регистрации. Капитан должен познакомить свою команду со всеми правилами соревнования и вовремя доводить до них информацию обо всех изменениях. Никто не сможет начать любой из этапов без необходимого оборудования на этом этапе и команды поддержки.

**Протесты:**

Протест от лица участника и любого члена команды может подавать только капитан. Протест должен быть подан в письменном виде в течении 30 минут после окончания этапа во время которого было сделано нарушение. Форма протеста произвольная.

**Безопасность:**

Безопасность на первом месте, команда поддержки необходима на всем протяжении дистанции. При этом участник должен быть очень стойким, выносливым и сильным. На всех этапах возможен риск несчастного случая, получения травм, в том числе не совместимых с жизнью. Чтобы соревнования были безопасными очень важно хорошо подготовиться к ним, иметь качественное оборудование и уважать всех участников гонки. В экстренном случае организаторы имеют право изменить правила.

**Стартовые сигналы:**

Все стартовые сигналы будут подаваться за 1 минуту, а за 10 секунд до старта начнется обратный отсчет. После окончания 10 секунд дается стартовый сигнал. Каждый участник должен стартовать во время стартового сигнала, в случае опоздания время пересчитываться не будет.

**Хранение инвентаря и оборудования:**

Ответственность за оборудование команды на протяжении всей гонки несет участник и капитан команды. Организаторы не отвечают за сохранность оборудования участников и их команд.

**Страхование:**

Каждый участник эстафетной команды должен быть застрахован на время проведения соревнований на сумму не менее 500 000 рублей. Страховка должна распространяться на тот вид спорта, который он проходит (пловец - плавание 10 км сроком на 1 день, велосипедист - велосипедные соревнования на 421 км, сроком на 2 дня, бегун - легкоатлетические соревнования на 84 км, сроком на 1 день). Во время предстартового брифинга будет работать страховой агент.

**Стартовый пакет участника:**

В стартовый пакет эстафетной команды входит: плавательная шапка спонсора, три пары валенок, три футболки для команды и две наклейки на авто.

**Финишный** **пакет участника:**

На финише команда получает: три медали финишера, питание, торт.

**Транспорт и проживание:**

Все транспортные расходы, расходы на проживание и питание (кроме питания на протяжении 3 этапа гонки) несет участник.

**Регистрация:**

Участие в соревновании возможно только по приглашению организаторов. Все члены эстафетной команды на момент регистрации должны иметь финиш на марафонской дистанции в своем виде спорта, на котором они будут выступать, не ранее 2018 года или иметь опыт участия в других соревнованиях на выносливость не ранее 2018 года. Регистрация на старт откроется 10 августа 2019 года и закрывается по исчерпанию лимита команд – 10 команд. Команда считается зарегистрированной, после того, как капитан подтвердил командное участие и оплатил стартовый взнос. Стартовый взнос с команды 75 000 рублей.

**Возврат средств за стартовый взнос:**

Крайний срок требования возврата средств 01 января 2020 г, до 1 января возвращается вся сумма за минусом 15 000 рублей (затраты на сувенирную продукцию). После 01 января 2020 г. требования на возврат стартового взноса не принимаются.