



# OKI

## OKI veslački triatlon 2016.



## 26.11.2016.

Veslački klub Trešnjevka  
Veslački savez Zagreba  
OKI Team

# OKI veslački triatlon 2016.

## Mjesto i vrijeme

Natjecanje će se održati na savskom nasipu ispred Veslačkog kluba Trešnjevka (u daljnjem tekstu VKT), **u subotu 26.11.2016. s početkom u 10:00 sati.**

Start i cilj su ispred VK Trešnjevka na savskom nasipu.

Točan raspored bit će objavljen 25.11.2016. na stranicama [www.vsz.hr](http://www.vsz.hr).

## Pravila natjecanja

### **OKI veslački triatlon sastoji se od tri discipline:**

1. veslanje na veslačkim ergometrima Concept II na **6.000 m**
2. vožnja biciklom **8.600 m** (vozi se po savskom nasipu od VKT do mosta Mladosti, preko njega, te natrag nasipom do Savskog mosta, pa do VKT).
3. trčanje **3.800 m** - od VKT po nasipu do mosta Slobode, oko kontrolora i nazad do VKT

Mjerenje vremena počinje na znak startera, startom na veslačkom ergometru.

### **1. Veslanje na ergometrima Concept II**

1. Svi natjecatelji veslaju na 6.000 m.
2. Svi natjecatelji jedne grupe kreću istovremeno.
3. Podešavanje opterećenja (drag faktor) je slobodno, ali se za vrijeme utrke ne smije mijenjati.

### **2. Vožnja bicikla**

1. Vozi se krug, u smjeru od VKT prema mostu Mladosti, preko njega i po nasipu natrag do Savskog mosta, pa preko njega, te do VKT gdje je i cilj. Prelaze se most Mladosti i Savski most, preko kojih se vozi po biciklističkim stazama.
2. Natjecatelji sami osiguravaju bicikle.
3. Izbor vrste bicikala je slobodan.
4. Preporučamo da natjecatelji za vrijeme vožnje biciklom nose zaštitnu kacigu.

### **3. Trčanje**

1. Start trkačkog dijela je ispred VKT na označenom mjestu za ostavljanje bicikala. Trči se po nasipu do mosta Slobode, obilazi se kontrolora i vraća istim putem natrag, do VKT.
2. Svaki natjecatelj mora obići kontrolnu točku/kontrolora kod mosta Slobode.
3. Za vrijeme trčanja zabranjuje se ometanje drugih trkača.
4. Utrka završava prolaskom kroz cilj nakon trkačke dionice.
5. Biciklisti su dužni propuštati i zaobilaziti pješake i šetače pasa na nasipu kao i na mostovima.

#### 4. Trajanje utrke

1. Svaki natjecatelj mora se prijaviti kontrolnoj komisiji 90 minuta prije starta utrke, radi provjere grupa. Organizator može popuniti grupe unutar iste kategorije drugim kategorijama, a konačna startna lista objavljuje se 60 minuta prije predviđenog starta utrke.
2. Mjerenje vremena počinje istovremeno startom natjecatelja jedne grupe na ergometrima, a utrka završava prolaskom kroz cilj nakon trčanja.
3. Vremenski limit za završetak utrke je 90 minuta.
4. Rezultati svih grupa unutar iste kategorije objedinjuju se u jedan poredak.

#### 5. Kategorije natjecatelja (M i Ž)

##### Pojedinačno:

1. Otvorena kategorija
2. veterani A - od 40 do 49 godina
3. veterani B - od 50 do 59 godina
4. veterani C - 60 i više godina

##### Ekipno:

1. Ekipe mogu formirati: športski klubovi/udruge, tvrtke, javna poduzeća, ustanove, studenti fakulteta i veleučilišta.
2. Sve ekipe natječu se u TRI KATEGORIJE, muški, žene i mješovito (M, Ž, MIX)

**Utrka kategorije u kojoj je prijavljeno manje od 5 natjecatelja neće se posebno bodovati. Ukoliko žele, natjecatelji u tom slučaju mogu nastupiti u drugoj (jačoj) kategoriji.**

#### 6. Ekipe

1. Ekipe prijavljuje klub/udruga, tvrtka ili fakultet, i sl., na priloženoj prijavnici.
2. Ekipu čine tri člana, a u mješovitim ekipama 1 osoba mora biti suprotnog spola.
3. Ekipe nastupa kao štafeta.
4. Pojedini član ekipe nastupa u samo jednoj disciplini. Natjecatelj koji završi trku na ergometrima mora dotrčati do natjecatelja na biciklu i dotaknuti ga. Trkač kreće kada biciklist završi trku, siđe s bicikla i dotakne trkača.
5. Može se prijaviti i četvrti član kao rezerva za sve discipline.

#### 7. Rezultati

1. Službeni rezultati i proglašenje pobjednika je 30 minuta nakon posljednje trke u kategoriji.
2. Rezultati će biti objavljeni na oglasnim mjestima SVKZ, u dnevnom tisku i na [www.vsz.hr](http://www.vsz.hr)

## 8. Nagrade

1. Medalje za troje prvoplasiranih u svakoj navedenoj kategoriji
2. Pojedini sponzori dodjeljuju posebnu nagradu za pobjednike svake kategorije i za najbolji apsolutni rezultat na natjecanju.

## 9. Prijave

1. Svaki natjecatelj popunjava pojedinačnu prijavu.
2. Startnina za pojedinca iznosi 20kn, a za ekipu 50kn. Ukoliko se za pojedinu kategoriju pojedinačnih trka prijavi manje od 5 natjecatelja, a natjecatelj se ne želi prijaviti u drugu, mlađu kategoriju (pogledati pod 5.), startina se vraća.
3. Startnine se uplaćuju do 9:00h na dan utrke ili na **IBAN VKT: HR2523600001101218707.**
4. Natjecatelji se razvrstavaju u grupe prema prijavljenom vremenu.
5. Klub/udruga/fakultet/škola/tvrtka popunjavaju ekipnu prijavu.
6. Prijave se šalju na e-mail: [prijave@vsz.hr](mailto:prijave@vsz.hr) **do 24. studenog 2016.**
7. Startnina se plaća prilikom uzimanja brojeva.
8. Stanje prijave bit će objavljeno na [www.vsz.hr](http://www.vsz.hr) 25.11.2016.

## 10. Sudačka služba

Sudačku službu odredit će organizator natjecanja.

## 11. Sigurnost

Svi sudionici na natjecanju sudjeluju o vlastitom riziku. Organizator, njegovi suradnici i opunomoćenici ne prihvaćaju nikakvu odgovornost za bilo kakav gubitak, štetu, povredu ili nezgodu nastalu iz bilo kojeg razloga. Svaki sudionik je osobno odgovoran za svoje zdravlje i mora biti fizički spreman za napore tijekom i nakon utrke.