

# Εγχειρίδιο Οργάνωσης Αγώνων Τριάθλου

## Εισαγωγή

### 1. Σκοπός

Σκοπός του εγχειριδίου είναι να δώσει κατεύθυνση (πληροφορίες και συμβουλές) σε όσους εμπλέκονται ή θέλουν να εμπλακούν στη διοργάνωση αγώνων Triathlon, Duathlon και Aquathlon\* και να διαβεβαιώσει ότι οι αγώνες της Ομοσπονδίας Τριάθλου που αναλαμβάνονται από τρίτους έχουν σταθερή ποιότητα, είναι ασφαλείς και δίκαιοι για τους διαγωνιζόμενους. Επίσης να είναι σχεδιασμένοι με τρόπο που να είναι φιλικό προς τους θεατές και τα μέσα, να προάγουν τους χορηγούς και να είναι επικερδείς για τους διοργανωτές.

\* Χρησιμοποιούνται οι αγγλικοί όροι για αποφυγή παρεξηγήσεων.

### 2. Κυπριακή Ομοσπονδία Τριάθλου

Η Κυπριακή Ομοσπονδία Τριάθλου είναι η υπεύθυνη αρχή για την ανάπτυξη των αθλημάτων Triathlon, Duathlon και Aquathlon στην Κύπρο.

Η Κυπριακή Ομοσπονδία Τριάθλου είναι αναγνωρισμένη από τον Κυπριακό Οργανισμό Αθλητισμού, τη Διεθνή Ένωση Τριάθλου - International Triathlon Union (ITU) και την Ευρωπαϊκή Ένωση Τριάθλου - European Triathlon Union (ETU). Σκοπός της Ομοσπονδίας είναι να προωθήσει το άθλημα του Τριάθλου στην Κύπρο και να εκπροσωπήσει την χώρα μας σε αγώνες εξωτερικού φέρνοντας το καλύτερο δυνατό αποτέλεσμα.

### 3. Τρίαθλο

Το αγώνισμα του Τριάθλου (Triathlon) είναι συνδυασμός των αγωνισμάτων της κολύμβησης, ποδηλασίας δρόμου και δρόμου. Το Τρίαθλο είναι ένα ατομικό άθλημα και τα τρία επιμέρους αθλήματα διεξάγονται το ένα σε συνέχεια του άλλου. Ο χρόνος αρχίζει με την έναρξη του πρώτου αθλήματος και σταματά με το τέλος του τελευταίου.

Το Ολυμπιακό Τρίαθλο ή απλώς Τρίαθλο αποτελείται από 1500μ κολύμβηση, 40χλμ ποδηλασία δρόμου και 10χλμ δρόμο.

Υπάρχουν μικρότερες και μεγαλύτερες αποστάσεις.

### 4. Duathlon

Το Duathlon συνδυάζει ποδηλασία δρόμου και αγώνα δρόμου. Η συνήθης μορφή είναι δρόμος/ποδηλασία δρόμου/δρόμος. Όπως και στο Τρίαθλο το χρονόμετρο αρχίζει με την έναρξη του πρώτου αθλήματος και σταματά με το τέλος του τελευταίου.

### 5. Aquathlon

Το Aquathlon συνδυάζει κολύμβηση και αγώνα δρόμου. Η συνήθης μορφή είναι δρόμος/κολύμβηση/δρόμος. Όπως στο Τρίαθλο και το Duathlon το χρονόμετρο αρχίζει με την έναρξη του πρώτου αθλήματος και σταματά με το τέλος του τελευταίου.

## **Προγραμματισμός αγώνων**

Η διοργάνωση αγώνων Τριάθλου είναι μια περίπλοκη και χρονοβόρα διαδικασία. Η επιτυχία απαιτεί και προϋποθέτει ομαδική εργασία.

Εισήγηση για στελέχωση της ομάδας εργασίας:

### ***Διευθυντής Αγώνα:***

Το πρόσωπο που είναι γενικά υπεύθυνο για τον αγώνα και την οργανωτική ομάδα.

### ***Γραμματέας:***

Το πρόσωπο που είναι υπεύθυνο για τις διάφορες φόρμες του αγώνα και που μπορεί να αντικαταστήσει τον Διευθυντή του αγώνα αν χρειαστεί.

### ***Υπεύθυνος διαδρομής:***

Το πρόσωπο που είναι υπεύθυνο για την χαρτογράφηση, μαρκάρισμα, και μετρήσεις της διαδρομής του αγώνα.

### ***Ταμίας:***

Το πρόσωπο που είναι υπεύθυνο για να προτείνει τον προϋπολογισμό του αγώνα και να φέρει σε πέρας όλα τα οικονομικά του αγώνα.

Αυτά τα τέσσερα άτομα αποτελούν τον πυρήνα της ομάδας. Γύρω από αυτά τα άτομα μπορεί να είναι και άλλα άτομα υπεύθυνα για τις επιμέρους εργασίες.

Πριν από τον αγώνα πρέπει να γίνονται συναντήσεις, να αναθέτονται ευθύνες και ρόλοι και να αναπτύσσονται μηχανισμοί αντιμετώπισης προβλημάτων που μπορεί να προκύψουν.

## **Πριν από τον αγώνα**

Αρκετά πριν από τον αγώνα πρέπει να είναι ξεκάθαρος ο τρόπος εγγραφής στον αγώνα και αν χρειάζεται να υπάρχουν οι ανάλογες φόρμες.

Να γίνουν οι αναγκαίες ενέργειες για να εξασφαλιστεί η άδεια χρήσης του χώρου από τις τοπικές αρχές.

Να γίνουν οι αναγκαίες διευθετήσεις με την τροχαία για τη χρήση του δρόμου και την ασφάλεια.

Αν ο αγώνας θα διεξαχθεί σε κάποια μεταγενέστερη χρονική περίοδο, να εξασφαλιστεί ότι στη διαδρομή δεν θα γίνονται έργα.

Στην αλληλογραφία με τις αρχές θα πρέπει να περιλαμβάνονται:

- ο Η προτεινόμενη ημερομηνία και τοποθεσία
- ο Χρονοδιάγραμμα αγώνα και χρονοδιάγραμμα χρήσης του δρόμου
- ο Η προτεινόμενη διαδρομή
- ο Ο υπολογιζόμενος αριθμός των συμμετεχόντων.

Να γίνει αίτηση προς την Κυπριακή Ομοσπονδία Τριάθλου για έγκριση και περίληψη του αγώνα στο αγωνιστικό πρόγραμμα.

## **Προγραμματισμός διαδρομής**

Πολύ σημαντικός παράγοντας για την επιτυχία κάποιου αγώνα είναι η επιτυχημένη επιλογή της διαδρομής.

Μερικά σημαντικά στοιχεία που πρέπει να αποφασιστούν είναι:

- ο Δύο χώροι αλλαγής ή ένας;
- ο Πόσα laps;
- ο Καταλληλότητα διαδρομής
- ο Ασφάλεια
- ο Ίση πρόσβαση στον χώρο αλλαγής
- ο Κτλ

Είναι σημαντικό να μετρηθούν οι αποστάσεις από νωρίς για να είναι δυνατόν να γίνουν αλλαγές.

Η σηματοδότηση και προπαντός στα δύσκολα σημεία να είναι επαρκής.

Να αποφασιστεί τότε πρέπει να γίνει η σηματοδότηση.

## **Πληροφόρηση προς διαγωνιζομένους**

Πότε:	ημερομηνία, έναρξη – τερματισμός, απονομές
Πού:	χώρος διεξαγωγής, κατευθύνσεις (χάρτης)
Τι:	αποστάσεις και είδος αγώνα, κατάσταση επιφάνειας
Πόσα:	εγγραφή, βραβεία
Μορφή:	ανοικτοί-κλειστοί δρόμοι; Κατηγορίες, wave start, drafting or non drafting
Εγγραφές:	πως, πότε, που
Αποτελέσματα:	πότε, που
Σταθμοί ανεφοδιασμού:	πόσοι, που
Χώρος στάθμευσης:	κατευθύνσεις (χάρτης)

## **Διαδικασία για την περίληψη του αγώνα στο πρόγραμμα της Ομοσπονδίας Τριάθλου**

1. Η αίτηση προς το Δ.Σ. της Ομοσπονδίας μπορεί να γίνει 60 μέρες πριν από την προτεινόμενη ημερομηνία διεξαγωγής του αγώνα και εφόσον έχει εξασφαλιστεί προκαταρκτικά η άδεια από την τροχαία.
2. Η αίτηση να συνοδεύεται με σχέδιο διαχείρισης κινδύνων για να είναι σίγουρο ότι διασφαλίζεται η ασφάλεια.
3. Το Δ.Σ. της Ομοσπονδίας θα συνέλθει για την εξέταση της αίτησης.
4. Εφόσον εγκριθεί η αίτηση, ο διοργανωτής πρέπει να ορίσει τον υπεύθυνο διευθυντή ο οποίος θα φροντίσει για την τήρηση των κανονισμών και την ομαλή και ασφαλή ροή του αγώνα.

### **Διοργάνωση αγώνα**

#### **Εγγραφή – Παρουσία αθλητών**

Η διαδικασία παρουσίας αθλητών την ημέρα του αγώνα πρέπει να είναι επαρκώς ξεκάθαρη στους συμμετέχοντες πριν από την άφιξη τους στον χώρο διεξαγωγής του αγώνα.

Ο χώρος των εγγραφών πρέπει να είναι κατάλληλα διαρρυθμισμένος (με είσοδο και έξοδο) και επαρκώς στελεχωμένος για να μην προκαλείται υπερβολική καθυστέρηση.

Οι εγγραφές πρέπει να ολοκληρώνονται 1 ώρα πριν την εκκίνηση του αγώνα και πριν από την ενημέρωση των αθλητών.

#### **Κριτές**

Όταν ολοκληρωθεί η διαδικασία για τον καθορισμό της διαδρομής πρέπει να καθοριστεί ο αριθμός των κριτών-εθελοντών που χρειάζονται. Να στελεχωθούν τα διάφορα σημεία επαρκώς με κριτές που μπορούν να ανταποκριθούν στις ανάγκες του συγκεκριμένου σημείου. Ο κάθε κριτής να ενημερωθεί επαρκώς και εγκαίρως για τα καθήκοντα του και να του δοθεί ένα τηλέφωνο επικοινωνίας τουλάχιστον 30 λεπτά πριν την εκκίνηση του αγώνα.

Επίσης πρέπει να ξέρει επακριβώς το σημείο που στελεχώνει και τις ευθύνες του.

Πρέπει να γίνεται κατάλογος σύμφωνα με την προτεραιότητα των σημείων σε περίπτωση που θα χρειαστεί να αντικατασταθεί κάποιος κριτής λόγω μη παρουσίας.

Οι κριτές πρέπει να φορούν ειδικά γιλέκα.

Σε περίπτωση που θα πρέπει να γίνεται ρύθμιση στην τροχαία κίνηση, θα πρέπει να είναι παρών και αστυνομικός.

#### **Ενημέρωση Αθλητών**

Πρέπει να γίνει ξεχωριστή ενημέρωση για τους αθλητές και ξεχωριστή για τους κριτές.

Η ενημέρωση πρέπει να είναι σύντομη περιεκτική και να ολοκληρώνεται το αργότερο 30 λεπτά πριν την εκκίνηση του αγώνα. Να περιλαμβάνει οποιεσδήποτε αλλαγές από το αρχικό πλάνο και να αρχίζει και να τελειώνει στην ώρα και τον χώρο που έχει καθοριστεί.

### **Χώρος Αλλαγής (Transition Area)**

Ο χώρος αλλαγής πρέπει να σχεδιαστεί με τέτοιο τρόπο που να αποκλείει όλους τους άλλους εκτός από τους διαγωνιζομένους και τους κριτές. Να είναι ξεκάθαρα σηματοδοτημένη η είσοδος και η έξοδος.

Ο χώρος αλλαγής πρέπει να είναι σχεδιασμένος με τέτοιο τρόπο ώστε να μην έχει κάποιος αθλητής πλεονέκτημα έναντι κάποιου άλλου. Να είναι ξεκάθαρη η ροή των αθλητών.

Ο χώρος αλλαγής πρέπει να είναι έτοιμος προς χρήση τουλάχιστον 2 ώρες πριν την εκκίνηση του αγώνα.

### **Εκκίνηση/τερματισμός**

Οι γραμμές εκκίνησης και τερματισμού πρέπει να είναι ευδιάκριτες και η διαδικασία εκκίνησης να είναι γνωστή σε όλους τους διαγωνιζόμενους.

Να υπάρχει ελεγχόμενη διακίνηση των θεατών στον χώρο εκκίνησης και τερματισμού.

### **Χρονομέτρηση**

Οι διοργανωτές πρέπει να φροντίσουν να υπάρχει κατάλληλο σύστημα χρονομέτρησης το οποίο να ανταποκρίνεται στον αριθμό των συμμετεχόντων. Πρέπει να γίνει πρόβλεψη και για χειροκίνητη χρονομέτρηση.

Οι διοργανωτές είναι υποχρεωμένοι να παρουσιάσουν τα αποτελέσματα του αγώνα της μορφής όπως φαίνεται πιο κάτω σε δύο μέρες από το τέλος του αγώνα, με έγκαιρη γνωστοποίηση προς τον γραμματέα της Ομοσπονδίας.

Race: TRIATHLON race 1  
Date: 9/5/10  
Venue: Larnaca

POS	RACE No.	NAME	CLUB	DIV	SWIM	BIKE	RUN	FINAL TIME
1	22	Marian CONSTANTIN	Famagusta Nautical Club	OM	00:20:41	01:04:45	00:38:21	02:03:47
2	13	David SIMPSON	Famagusta Nautical Club	MM	00:18:59	01:05:03	00:40:44	02:04:46
3	34	Stavros ANTONIOU	Famagusta Nautical Club	OM	00:21:04	01:04:40	00:39:30	02:05:14
4	19	Jon HEALY	Visitor	OM	00:19:34	01:07:43	00:38:13	02:05:30
5	25	Matt WALPOLE	Visitor	OM	00:19:39	01:11:25	00:42:12	02:13:16
6	9	Christos CHRISTOU	Famagusta Nautical Club	MM	00:24:14	01:06:44	00:42:39	02:13:37
7	5	Andy LINGHAM	Visitor	OM	00:27:02	01:08:01	00:40:26	02:15:29
8	29	Orpheas KYRIAKOU	Triathlon Club Nireus	OM	00:21:44	01:12:40	00:44:14	02:18:38
9	21	Kypros NICOLAOU	Triathlon Club Nireus	OM	00:19:28	01:13:00	00:46:19	02:18:47
10	57	Demetris KAFOURIS	Famagusta Nautical Club	OM	00:22:18	01:08:54	00:47:51	02:19:03

## **Βοηθητικοί χώροι**

- Αρκετός χώρος στάθμευσης για τους συμμετέχοντες, θεατές και κριτές.
- Τουαλέτες.
- Χώρος προθέρμανσης.
- Χώρος για νερό και αναψυκτικά.

## **Τροφοδοσία**

Πρέπει να υπάρχουν αρκετά διαθέσιμα υγρά τουλάχιστον μετά από κάθε επιμέρους αγώνισμα. Πρέπει να είναι ανάλογα με τον αριθμό των αθλητών/κριτών, τον καιρό και την απόσταση του αγώνα.

Μπορούν να προσφερθούν και προϊόντα που παραχωρούν οι χορηγοί του αγώνα.

## **Ιατρικό προσωπικό**

Πρέπει να υπάρχει ασθενοφόρο και παραϊατρικό προσωπικό. Ο Διευθυντής του αγώνα να ξέρει κάθε στιγμή που βρίσκεται το ασθενοφόρο και να υπάρχει ένας τρόπος επικοινωνίας.

Το ασθενοφόρο να είναι επαρκώς εφοδιασμένο και να τοποθετηθεί σε σημείο με εύκολη πρόσβαση στη διαδρομή του αγώνα.

Πρέπει να υπάρχει αρκετό προσωπικό ανάλογα με τον αριθμό των συμμετοχών (1 για κάθε 80).

## **Αντί-ντόπινγκ**

Ο διοργανωτής είναι υποχρεωμένος να καθορίσει ένα χώρο που να μπορεί να χρησιμοποιηθεί από το προσωπικό της επιτροπής Αντί-ντόπινγκ και να προβλέψει να υπάρχουν αρκετά υγρά στη διάθεση της.

## **Επικοινωνία**

Να καθοριστεί ο τρόπος επικοινωνίας μεταξύ των κριτών και του Διευθυντή του αγώνα σε περίπτωση ανάγκης.

## **Οικονομικά**

1. Τα έσοδα που θα προκύψουν από τις εγγραφές αθλητών θα είναι προς όφελος του διοργανωτή.
2. Έσοδα από χορηγία του ΚΟΑ για τον εν λόγω αγώνα θα είναι προς όφελος του διοργανωτή.
3. Τυχόν έσοδα από ιδιωτικές εταιρείες ή άτομα - χορηγούς με του οποίους ο διοργανωτής συνάπτει συμφωνίες για τον εν λόγω αγώνα ανήκουν εξ ολοκλήρου στο διοργανωτή.
4. Τυχόν έσοδα από ιδιωτικές εταιρείες ή άτομα - χορηγούς με του οποίους η Ομοσπονδία συνάπτει συμφωνίες για τον εν λόγω αγώνα ανήκουν κατά 50% στο διοργανωτή και κατά 50% στην Ομοσπονδία.
5. Η χρήση των υπηρεσιών και εξοπλισμού που ανήκει στην Ομοσπονδία θα χρεώνεται κατόπιν συμφωνίας.

6. Χορηγοί του διοργανωτή που συμπίπτουν με την κατηγορία των χορηγών της Κυπριακής Ομοσπονδίας Τριάθλου θα προβάλλονται μέσω του αγώνα μόνο αν υπάρχει η συγκατάθεση του χορηγού της Κυπριακής Ομοσπονδίας Τριάθλου.
7. Πρέπει να ετοιμάζεται λεπτομερής και ακριβής προϋπολογισμός πριν από τον αγώνα και ισολογισμός εσόδων-εξόδων μετά τον αγώνα.

### **Δικαίωμα εγγραφής**

Καθορίζεται από τον διοργανωτή. Ο διοργανωτής πρέπει να πληρώσει προς την Κυπριακή Ομοσπονδία Τριάθλου όπως περιγράφεται πιο πάνω.

### **Βραβεία**

Είναι στη δικαιοδοσία του διοργανωτή να αποφασίσει για το ύψος των χρηματικών επάθλων που θα δώσει αρκεί να είναι εξίσου κατανεμημένα σε άντρες και γυναίκες. Να καθοριστεί χώρος απονομών.

### **Έκθεση – Αξιολόγηση του Αγώνα**

Να ετοιμάζεται έκθεση αξιολόγησης του αγώνα σύμφωνα με το παράρτημα Post race check list.