

## **Εγχειρίδιο Οργάνωσης Αγώνων Τριάθλου**

### **Εισαγωγή**

#### **1. Σκοπός**

Σκοπός του εγχειριδίου είναι να θέσει κατευθυντήριες γραμμές και ποιοτικά κριτήρια όσον αφορά στη διοργάνωση αγώνων Triathlon, Duathlon, Aquathlon\*, και να διασφαλίσει ότι οι αγώνες της Ομοσπονδίας που εκχωρούνται για διοργάνωση σε τρίτους, είναι ασφαλείς και δίκαιοι για τους διαγωνιζόμενους, είναι σχεδιασμένοι με τρόπο που να είναι φιλικό προς τους θεατές και τα ΜΜΕ, προάγουν τους χορηγούς, και 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, Aquathlon στην Κύπρο.

Η Κυπριακή Ομοσπονδία Τριάθλου είναι αναγνωρισμένη από τον Κυπριακό Οργανισμό Αθλητισμού, την Κυπριακή Ολυμπιακή Επιτροπή, 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 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 Τρίαθλο αποτελείται από 1500μ κολύμβηση, 40χλμ ποδηλασία δρόμου και 10χλμ δρόμο.

Υπάρχουν μικρότερες και μεγαλύτερες αποστάσεις.

#### **4. Duathlon**

Το Duathlon συνδυάζει ποδηλασία και αγώνα δρόμου. Η συνήθης μορφή είναι δρόμος / ποδηλασία / 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.

Η Ομοσπονδία σε περίπτωση ανάθεσης της διοργάνωσης αγώνα σε τρίτους θα διορίσει από τη πλευρά της :

### Τεχνικό Αντιπρόσωπο

Ο Τεχνικός Αντιπρόσωπος θα έχει την ευθύνη να ελέγξει και να εγκρίνει την διαδρομή του αγώνα. Θα έχει την ευθύνη της εφαρμογής των όρων του εγχειριδίου διοργάνωσης αγώνων και θα είναι ο αρμόδιος να εγκρίνει τις οιοσδήποτε παρεκκλίσεις. Σε κάθε περίπτωση ο Διοργανωτής οφείλει να υιοθετεί τις υποδείξεις του Τεχνικού Αντιπροσώπου. Ο Τεχνικός Αντιπρόσωπος θα είναι παρών την ημέρα του αγώνα, και θα είναι υπεύθυνος για την τήρηση των κανονισμών και των συμφωνηθέντων για τη διεξαγωγή του αγώνα. Με το πέρας του αγώνα θα συμπληρώνει έκθεση αγώνα την οποία θα υποβάλει στο Δ.Σ της Ομοσπονδίας.

### Ελλανόδικο Επιτροπή

Η Ελλανόδικος Επιτροπή η οποία θα έχει τριμελή σύσταση, θα είναι υπεύθυνη να εξετάσει και να γνωμοδοτήσει σε τυχόν ενστάσεις που αφορούν στον συγκεκριμένο αγώνα, και η οποία θα αποτελείται από τον Τεχνικό Αντιπρόσωπο, εκπρόσωπο του Δ.Σ της Ομοσπονδίας και εκπρόσωπο του Διοργανωτή.

Εισήγηση για στελέχωση της ομάδας εργασίας του Διοργανωτή:

#### **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. ( Δημοτικές – Δημόσια Έργα – Αστυνομία Κύπρου )

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

Στην αλληλογραφία με τις αρχές θα πρέπει να περιλαμβάνονται:

- Η προτεινόμενη ημερομηνία και τοποθεσία
- Χρονοδιάγραμμα αγώνα και χρονοδιάγραμμα χρήσης του δρόμου
- Η προτεινόμενη διαδρομή
- 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:

- Δύο χώροι αλλαγής ή ένας;
- Πόσα laps;
- Καταλληλότητα διαδρομής
- Ασφάλεια
- Ίση πρόσβαση στον χώρο αλλαγής
- Σε αγώνες non drafting θα πρέπει να οριστεί penalty box με υπεύθυνο κριτή για το σχετικό έλεγχο τόσο των αθλητών κατά τη διάρκεια της ποδηλασίας, όσο και των αθλητών που τυχόν τιμωρηθούν για τη τήρηση του χρόνου παραμονής τους στο penalty box.

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 πότε 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 πρέπει να γίνει 120 μέρες πριν από την προτεινόμενη ημερομηνία διεξαγωγής του αγώνα. Η αίτηση θα συνοδεύεται από τα απαραίτητα δικαιολογητικά όπως αυτά προβλέπονται στη Συμφωνία Διοργάνωσης Αγώνων.
2. Το Δ.Σ. της Ομοσπονδίας θα συνέλθει για την εξέταση της αίτησης.
3. Εφόσον εγκριθεί η αίτηση, ο Διοργανωτής πρέπει να ορίσει τον υπεύθυνο Διευθυντή ο οποίος σε συνεργασία με τον Τεχνικό Αντιπρόσωπο 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 καθορισθεί 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 την πρόσβαση σε όλους πλην των διαγωνιζόμενων και των κριτών. 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**

Ο Διοργανωτής πρέπει να φροντίσει να υπάρχει κατάλληλο σύστημα χρονομέτρησης το οποίο να ανταποκρίνεται στον αριθμό των συμμετεχόντων.

Ο Διοργανωτής είναι υποχρεωμένος να παρουσιάσει στην ιστοσελίδα του ή/και στην ανάλογη σελίδα στο Facebook, τα αποτελέσματα του αγώνα δίνοντας χρόνους για κάθε άθλημα χωριστά, και τα οποία θα πρέπει να έχουν τη μορφή του πιο κάτω

σχεδίου, σε δύο μέρες από το τέλος του αγώνα, με ταυτόχρονη γνωστοποίηση προς τον Γενικό Γραμματέα της Ομοσπονδίας.

Σε περίπτωση που ο συγκεκριμένος αγώνας αποτελεί αγώνα Πρωταθλήματος, θα παρουσιάζονται επιπλέον ξεχωριστά αποτελέσματα για τους αθλητές 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

Στην διάθεση των αθλητών θα πρέπει να υπάρχουν επαρκώς διαθέσιμα υγρά κατά την διάρκεια του αγωνίσματος του δρόμου ( τουλάχιστον κάθε 2.5 χλμ ), και μετά το πέρας του αγώνα. Πρέπει να είναι ανάλογα με τον αριθμό των συμμετοχόντων, τον καιρό και την απόσταση του αγώνα.

Μπορούν να προσφερθούν και προϊόντα που παραχωρούν 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

### **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.

### **Βραβεία**

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

### **Έκθεση – Αξιολόγηση του Αγώνα**

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