

## DUATLON в MySportExpert K10

Дуатлон - это вид спорта включающий в себя этап бега, затем этап велогонки и затем ещё один этап бега.

Мы впервые организуем соревнование на открытом воздухе, с прекрасным видом на озеро и велотрек. Беговой этап будет проходить на поле, велосипедный этап будет проходить на пирсе озера.

Соревнование состоит из трех этапов

1й этап – бег (3 круга)

2й этап – велогонка на Wattbike 15 км

3й этап – бег (6 кругов)

Особенность соревнования состоит в преодолении определенной дистанции. Участники должны показать свой наилучший результат.

### **Формат соревнований:**

- Бег 2 км
- “Транзит — 1”
- Велогонка 15 км на Wattbike
- “Транзит — 2”
- Бег 4 км

### **Стандартная программа соревнований:**

- 12:00 – 12:30 Сбор участников первой волны («Волна №1») и регистрация
- 12:30 – 12:50 Брифинг
- 13:00 Старт участников «Волна №1»
- 14:30 – 15:00 Сбор участников второй волны («Волна №2») и регистрация
- 15:00 – 15:20 Брифинг
- 15:30 Старт участников «Волна №2»
- 17:10 – 17:30 Награждение участников

### **Место проведения:**

Поляна у озера

**Дата проведения соревнований:** 25 мая 2019 года

### **ПОЛОЖЕНИЕ О ПРОВЕДЕНИИ СОРЕВНОВАНИЯ ПО ТРИАТЛОНУ В**

Лимит регистраций: 20 (человек)

Регистрация начинается 1 мая 2019 года и завершается 25 мая 2019 года в 12.00 или по достижении лимита участников.

Стартовый взнос: Стоимость: 1500 рублей

### **Соревнования проводится в целях:**

- популяризации и дальнейшего развития дуатлона и циклических видов спорта в России;

- создания атмосферы спортивного соперничества, предоставления Участникам равных возможностей и условий честной борьбы;

- создания атмосферы спортивного праздника.

Участник обязан подписать заявление, в соответствии с которым он полностью снимает с организаторов ответственность за возможный ущерб здоровью, полученный им во время соревнований

6. Общие сведения о Соревновании

Участники делятся на 2 волны, по 10 человек.

Первый этап (бег) на поляне (3 круга)

После прохождения первого этапа, спортсмен меняет беговую обувь на велосипедные туфли и стартует свой второй этап (время прохождения Транзитной зоны не лимитировано и идет в зачет общего времени гонки)

Второй этап проходит на велотренажере Wattbike.

На этом этапе необходимо преодолеть расстояние 15 км (условий по выставлению мощности или поддержания определенного каданса, нет, участник вправе преодолевать вело этап так как ему хочется)

После прохождения второго этапа, спортсмен меняет велосипедные туфли на беговую обувь на и стартует свой третий этап (время прохождения Транзитной зоны не лимитировано и идет в зачет общего времени гонки)

Третий этап (бег) проходит на поляне (6 кругов)

После прохождения третьего этапа, спортсмен пересекает финиш.

Победитель определяется по времени прохождения дистанции.