

GREATMAN

RACEBOOK

Kłodawa Gorzowska

Triathlon

19 SIERPNIA

2023

DO IT BETTER

GREATMAN

HARMONOGRAM 2023

08:00 – otwarcie Biura Zawodów, rozpoczęcie wydawania pakietów startowych

08:30 – otwarcie strefy zmian

10:00 – zakończenie wydawania pakietów startowych dystans 1/8IM, TRI FUTURE

10:05 – zamknięcie strefy zmian TRI FUTURE

10:10 – odprawa techniczna TRI FUTURE

10:15 – zakończenie wydawania pakietów startowych dystansu 1/4 IM

~ 10:15 – **START TRI FUTURE**

10:15 – zamknięcie strefy zmian 1/8IM

10:20 – odprawa techniczna 1/8IM

~ 10:40 – **START zawodników indywidualnych i SZTAFET 1/8IM**

10:40 – zamknięcie strefy zmian dla dystansu 1/4IM

10:50 – odprawa techniczna 1/4 IM (na plaży)

~ 11:00 – **START zawodników indywidualnych i SZTAFET 1/4IM**

od 11:45 – Odbiór rowerów dystans 1/8IM, TRI FUTURE

12:30 – dekoracja 1/8IM, TRI FUTURE

~14:15 **START GREATKIDS (szczegółowy harmonogram w zakładce Greatkids)**

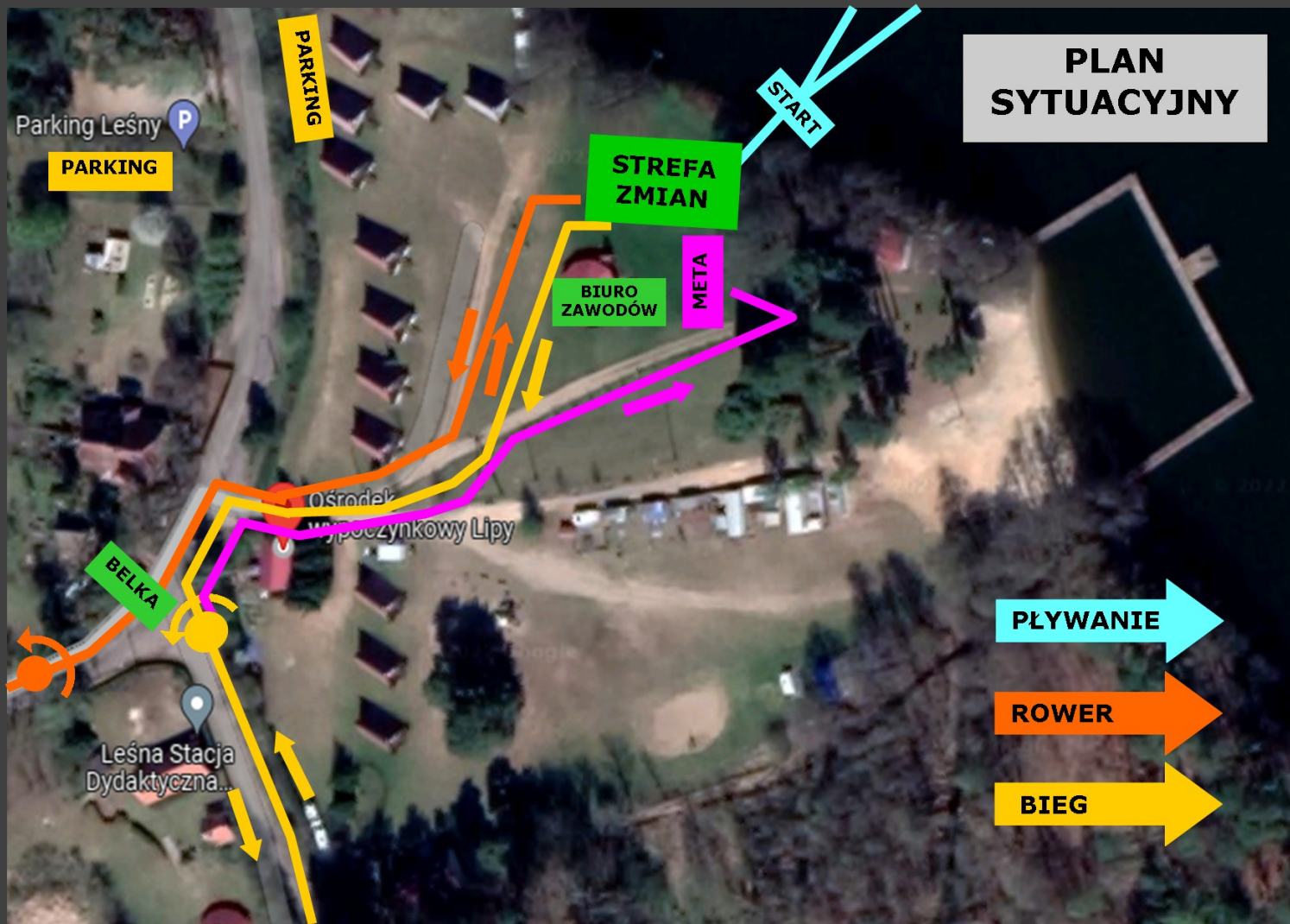
od 13:00 – odbiór rowerów dystans 1/4IM

15:00 – dekoracja 1/4IM, Greatkids



DDO IT BETTERR

GREATMAN



Biuro zawodów

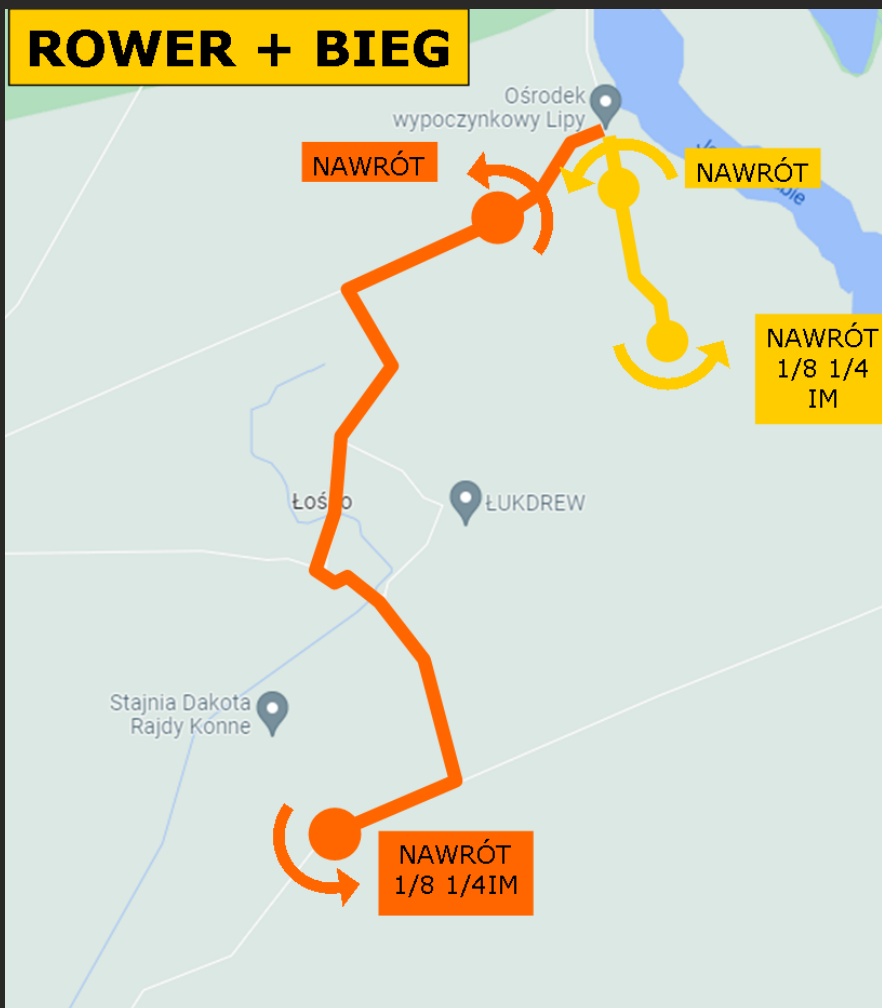
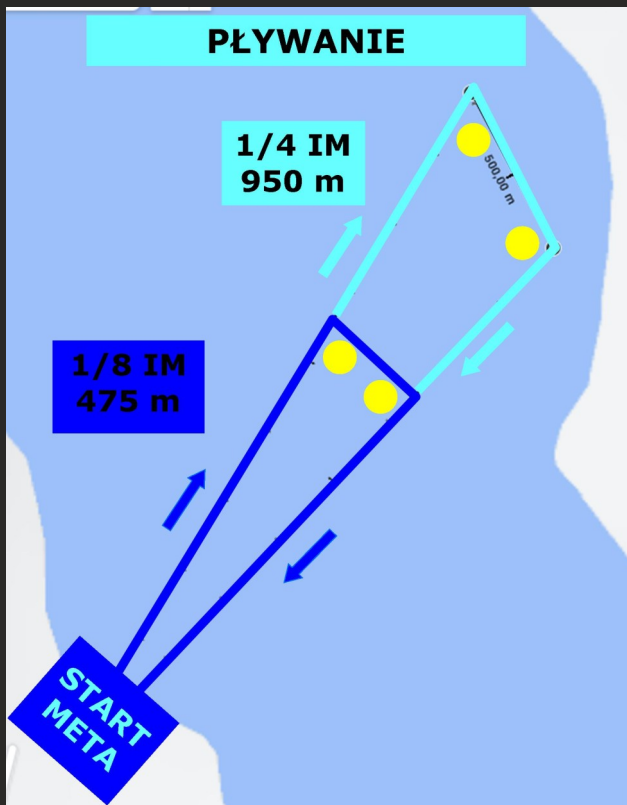
znajdować się będzie w altanie w Ośrodku wypoczynkowym Lipy nad jeziorem Lubie w gminie Kłodawa Gorzowska.

Adres:

Ośrodek wypoczynkowy Lipy
Lipy,
66-415 Kłodawa

Biuro zawodów, Start, Meta i Strefa Zmian znajdują się w obrębie 50m.

W sobotę w Biurze Zawodów znajdować się będzie **DEPOZYT**. Przyjmowanie i wydawanie depozytów na podstawie numeru startowego.



TRASY – KŁODAWA

TRIATHLON 2023

Dystans 1/8 IM

Zawody na dystansie 1/8 IM odbędą się w konwencji z zabronionym draftin-giem. Dozwolone wszystkie typy rowerów. Zawody rozpoczynają się rolling startem.

Pływanie w jeziorze LUBIE – gmina Kłodawa Gorzowska.

Obejmie 1 pętlę o długości 475 m.

Start przy Ośrodku wypoczynkowym Lipy.

Trasa rowerowa (22,5 km) obejmuje dojazd do pętli, 2pętlę o długości ok. 11km, powrót z pętli. Trasa Lipy-Łośno-Kłodawa.

Trasa biegu (5,25 km) dobieg do pętli, 2 pętlę o długości ok. 2,5km, dobieg do mety, nawierzchnia crossowa.

Dystans 1/4 IM

Zawody na dystansie 1/4 IM odbędą się w konwencji z zabronionym draftin-giem. Dozwolone wszystkie typy rowerów. Zawody rozpoczynają się rolling startem.

Pływanie w jeziorze LUBIE – gmina Kłodawa Gorzowska.

Obejmie 1 pętlę o długości ok. 950m.

Start przy Ośrodku wypoczynkowym Lipy.

Trasa rowerowa (ok. 45 km) obejmuje dojazd do pętli, 4pętlę o długości ok. 11km, powrót z pętli. Trasa Lipy-Łośno-Kłodawa

Trasa biegu (10,5km) dobieg do pętli, 4 pętlę o długości ok. 2,5km, dobieg do mety, nawierzchnia crossowa.

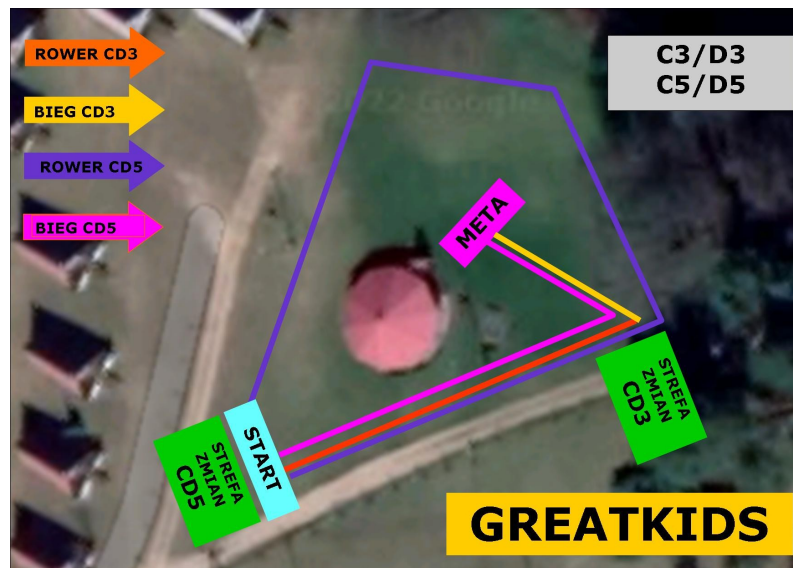
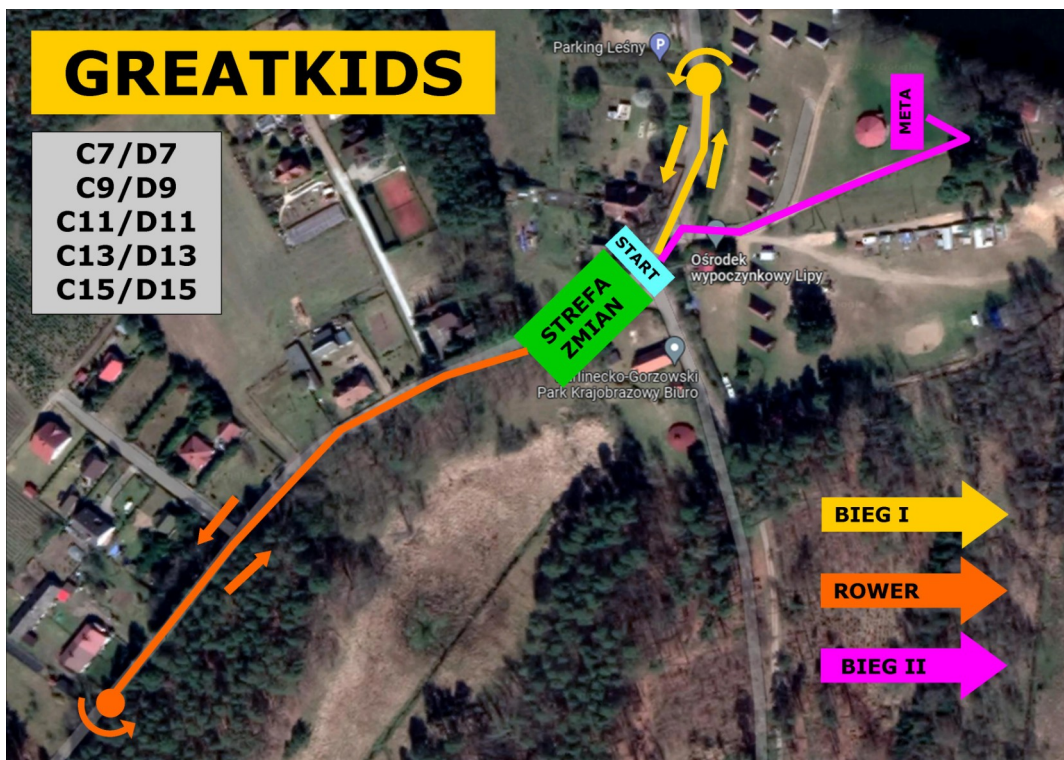
GREAT
MAN



GREATKIDS

- Nawierzchnia Greatkids—trawiasto-gruntowa (D/C3-5) lub asfalt (D/C7-15), częściowo słabej jakości - zalecany typ rowerów crossowy, górski, gravel
- Zbiórka dla kategorii CD3 i CD5 przy biurze zawodów
- Zbiórka dla kategorii CD7-15 odbędzie się przy belce startowej dorosłych (patrz plan sytuacyjny)
- Aby nie tłoczył się na starcie prosimy o przyjście na miejsce zbiórki nie szybciej niż 10 min przed startem
- Rowery wkładamy do strefy zmian dopiero tuż przed startem, po sygnale od organizatora
- Tuż przed każdym startem zostanie przeprowadzona odprawa dla dzieci
- Szczegółowe zasady dostępne są w Regulaminie
- Dekoracja tylko dla KIDS CD5-15 o godzinie 15:00
- w KIDS C3/C3 wszystkie dzieci są zwycięzcami :)

Kategoria	Fala	START
D3	Fala Ananasowa	14:20
C3	Fala Ananasowa	14:20
D5	Fala Bananowa	14:25
C5	Fala Bananowa	14:25
D7	Fala Cytrynowa	14:30
C7	Fala Cytrynowa	14:30
D9	Fala Dyniowa	14:37
C9	Fala Dyniowa	14:37
D11	Fala Eukaliptusowa	14:45
C11	Fala Eukaliptusowa	14:45
D13	Fala Eukaliptusowa	14:45
C13	Fala Eukaliptusowa	14:45
D15	Fala Eukaliptusowa	14:45
C15	Fala Eukaliptusowa	14:45



Wydawca książek
„Psi Patrol”
i „Świnka Peppa”.



GREATMAN

FAQ — Najczęściej zadawane pytania:

Czy mogę płynąć w piance?

TAK. Pianki są dozwolone ale nieobowiązkowe.

Czy we wszystkich pakietach startowych jest czepek?

NIE – można było dokupić w pakiecie lub wziąć swój. Można płynąć bez czepka lub dokupić czepek w Biurze Zawodów.

Czy na etapie kolarskim wystarczą naklejki z numerem pod siodłem i dwie na kasku (lewa/przód)?

TAK.

Po co ta dodatkowa naklejka?

Do depozytu, na prawą stronę kasku lub na pamiątkę.

Czy jest depozyt?

TAK. W Biurze Zawodów.

Czy na bieganiu musi być przypięty numer startowy?

TAK, z przodu, na pasku lub na agrafkach. Na rowerze numer nie jest obowiązkowy ale zachęcamy by mieć go na plecach wtedy łatwiej oznaczy was fotograf.

SZTAFETY. Czy kolarz może mieć na sobie kask i buty kolarskie?

TAK. Kolarz może mieć na sobie buty i może mieć kask podczas przyjęcia chipa od pływaka i przekazania biegaczowi.

SZTAFETY. Czy ktoś oprócz kolarza może wchodzić do strefy?

NIE. Przekazanie chipa przez pływaka do kolarza następuje zanim wejdzie do strefy zmian. Wstęp do strefy zmian ma tylko kolarz. Przekazanie chipa biegaczowi następuje po wyjściu ze strefy zmian.

Ile będzie punktów odżywczych?

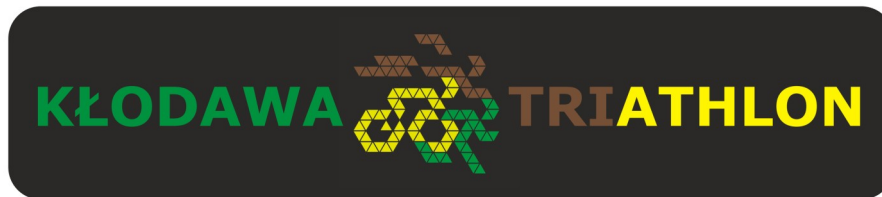
Na punktach odżywczych trasy biegowej będzie dostępny IZOTONIK OSHEE, WODA

Zachęcamy zawodników do wzięcia na rower co najmniej jednego bidonu, który można uzupełnić OSHEE z biura zawodów.

Na mecie zapraszamy do Strefy Finishera gdzie przywitają was owocowe szaszłyki, izotonik OSHEE, kanapki z produktami PRIMAVIKA oraz woda.



GREATMAN



KOSTRZYŃSKO-SŁUBICKA
SPECJALNA STREFA EKONOMICZNA S.A.



Lubuskie
Warte zachodu



Port Lotniczy
Zielona Góra



OSHEE™



g orzowskie.pl
więcej niż Gorzów



Auto Compol S.A.

Barlinek 24.pl



Akademia
Triathlonu.pl



MEDIA SERVICE ZAWADA

Wydawca książek
„Psi Patrol”
i „Świnka Peppa”.