



البطولة الأفريقية والعربية للدواثلون – الأقصر 2019



دليل السباق

الافتتاحية

ستشهد مدينة الأقصر التاريخية استضافة واحدة من أكثر سباقات الدواثلون تميزا في القارة الافريقية، ويسعد الاتحاد المصري للترايثلون أن يدعوكم للإشتراك في البطولة العربية والأفريقية للدواثلون، و المزمع إقامته في الفترة من 9-12 اكتوبر المقبل بمحافظة الأقصر و سوف تقام جميع الأحداث تحت رعاية معالي الأستاذ الدكتور / أشرف صبحي وزير الشباب و الرياضة و معالي الوزير المحافظ المستشار/ مصطفى ألهم محافظ مدينة الأقصر.



حيث تعد هذه هي المرة الثالثة التي يتم استضافة هذا الحدث الكبير على هذه الأرض التاريخية التي تعود للحضارة المصرية القديمة منذ ما يقرب من 7000 سنة، و بجانب مشاركتك في هذا السباق، يمكنك اخذ العديد من الجولات و الرحلات السياحية في مختلف المعابد الفرعونية و مدينة طيبة القديمة، عاصمة الدولة المصرية القديمة، و لا تنسى انه يقع بجوار الموقع نهر النيل أحد أعظم الأماكن الخلابة في العالم للقيام بالرحلات النهرية و لا تنسى زيارة البر الغربي على الضفة الاخرى من نهر النيل.



على الجانب الآخر، تعد هذه المرة من المرات القلائل التي يمكنك مشاهدة حدث منفردا لرياضة الدواثلون التي تجمع بين إثنين من أكثر الرياضات ممارسة في العالم هم الجري و ركوب الدراجات و لهذا السبب أنشأنا هذا الحدث للتركيز فقط على رياضة الدواثلون، اما اذا لم تكن رياضيا محترفا او من المستويات المتقدمة و كنت تود يوما بالتنافس والاشتراك في حد دولي، فقد اتحت لك الفرصة للاشتراك في هذا الحدث الرائع، حيث تتواجد سباقات بمسافات مختلفة لكافة الأعمار بداية من عمر 8 سنوات و حتى 89 عاما. فمن منا لا يستطيع الركض و ركوب الدراجات.

سيكون هذا الحدث تجربة فريدة على الصعيد الشخصي مدى الحياة داخل و خارج السباق، و نتطلع الى الترحيب بكم في مدينتكم الثانية مدينة الأقصر بجمهورية مصر العربية، لا تفوتها و احضر الكاميرا الخاصة بك حتى تتمكن من التقاط العديد من اللقطات التي لا تنسى في مكان السباق و خارجة في هذه المدينة الرائعة. ننتظرك في الأقصر.

مع تحيات
اللجنة المنظمة للسباق



السباقات و المسافات المختلفة

يعتبر سباق الدواثلون هو احد مشتقات رياضة الترياثلون، حيث يعد رياضة مركبة تجمع بين الرياضتين الأكثر انتشارا في العالم الركض وركوب الدراجات، و في هذا النوع يقوم اللاعب بالركض اولا و انتهاء المسافة المطلوبة ذلك قبل العودة لمنطقة التبديل و ارتداء واقي الرأس و ركوب الدراجة ثم إكمال المسافة المطلوبة للدرجات ثم العودة مرة أخرى لمنطقة التبديل و وضع الدراجة ثم واقي الرأس و الركض مرة أخرى لإنهاء المسافة المتبقية من مرحلة الركض قبل انتهاء السباق وعبور خط النهاية حيث تحسب النتيجة الكلية والنهائية و قد قامت اللجنة المنظمة بإعداد جدول سباقات يناسب مختلف الأعمار السنية و المستويات المختلفة فهيا بنا نتعرف على السباقات التي لدينا:



تفاصيل السباقات و المسافات

السباقات و المسافات	الركض (1)	الدراجات	الركض (2)
مسافة الاسبرنت ويعد هذا السباق هو المسافة الأكبر في هذه البطولة، فإذا ما كنت محترفا أو هاويا فيمكنك الاشتراك في هذه المسافة حسب المستوى الخاص بك و فئتك العمرية. فسيتم تنظيم سباقين من هذه المسافة واحد للمراحل السنوية (الايديج جروب) و اخر للمحترفين من النخبة و تحت 23 عاما و الناشئين تحت 19 أصغر سن للمشاركة: 16 عاما	أولا العدو لمسافة خمس كيلومترات. طول المسافة: 5 كم عدد اللفات: لقتين طول اللفة: 2.5 كم	ثانيا ركوب الدراجات لمسافة 20 كم تقريبا طول المسافة: 20 كم عدد اللفات: 5 لفات طول اللفة: 4 كم	ثالثا العدو لمسافة 2.5 كيلومترات. طول المسافة: 2.5 كم عدد اللفات: لفة واحدة طول اللفة: 2.5 كم
مسافة السوبر اسبرنت اما اذا كنت من محبي السرعة او لم يكن لديك الوقت الكافي للتدريب، فقد اضفنا ايضا هذا السباق الصغير لكي تتمكن من الاشتراك به. أصغر سن للمشاركة: 13 عاما	أولا العدو لمسافة 2.5 كيلومترات. طول المسافة: 2.5 كم عدد اللفات: لفة واحدة طول اللفة: 2.5 كم	ثانيا ركوب الدراجات لمسافة 10 كيلومترا تقريبا طول المسافة: 10 كم عدد اللفات: 3 لفات طول اللفة: 3.3 كم	ثالثا العدو لمسافة 1.25 كيلومترات. طول المسافة: 1.25 كم عدد اللفات: لفة واحدة طول اللفة: 1.25 كم
سباق الصغار و اذا ما كنت تعد أحد أبنائك ليصبح بطلا في المستقبل فلا تقوت له الفرصة بالاشتراك في هذا السباق، اما اذا كنت اتيت للمشاركة في السباقات الكبرى بصحبة ابنائك فيمكنك ايضا الاشتراك لهم في هذا السباق أصغر سن للمشاركة: 7 سنوات	أولا العدو لمسافة 1000 م. طول المسافة: 1000 م عدد اللفات: لفة واحدة طول اللفة: 1000 م	ثانيا ركوب الدراجات لمسافة 3 كيلومترات تقريبا طول المسافة: 3 كم عدد اللفات: لفة واحدة طول اللفة: 3 كم	ثالثا العدو لمسافة 500 م. طول المسافة: 500 م عدد اللفات: لفة واحدة طول اللفة: 500 م

تنبيه هام: أن جميع السباقات الرئيسية و سباقات الايديج جروب هي سباقات تزلج و لن يسمح اطلاقا باستخدام دراجات ضد الساعة

المراحل السنوية و السباقات

السباقات و المسافات و الاعمار طبقا لآخر اصدار لقانون الاتحاد الدولي للمنافسات
تنبیه هام بأنه لا يوجد تصعيد في المراحل السنة مطلقا و كلا يشارك طبقا لسنه في المرحلة الخاصة بالفئة العمرية له.

كذلك الحال في السباقات الرئيسة يشارك كلا طبقا لمرحلته و سنة ميلاده و عمره بنهاية عام 2019 (31-ديسمبر-2019)

المراحل الرئيسية

المرحلة	العمر	سنة الميلاد	مسافة السباق
العمومي Elite	16+	2003+	اسبرنت دواثلون
تحت 23 U23	18-19-20-21-22-23	2001- 2000- 1999 - 1998 – 1997 – 1996	اسبرنت دواثلون
الناشئين (تحت 19) Juniors (U19)	16-17-18-19	2003- 2002 – 2001 – 2000	اسبرنت دواثلون
الشباب (تحت 17) Youth (U17)	15-16-17	2004 - 2003 – 2002	سوبر اسبرنت دواثلون

مراحل الصغار

المرحلة	العمر	سنة الميلاد	مسافة السباق
تحت 14 (U14)	13-14	2006-2005	سوبر اسبرنت دواثلون
تحت 12 (U12)	11-12	2008-2007	الكيدز دواثلون
تحت 10 (U10)	8-9-10	2011-2010-2009	الكيدز دواثلون

المراحل السنية (الايدج جروب)

المرحلة	العمر	سنة الميلاد	مسافة السباق
AG 15-19	15-19	2004 – 2000	سوبر اسبرنت دواثلون فقط
AG 16-19	16-19	2003 – 2000	سباق الاسبرنت دواثلون فقط
AG 20-24	20-24	1999 – 1995	سوبر اسبرنت مفتوح و اسبرنت
AG 25-29	25-29	1994 – 1990	سوبر اسبرنت مفتوح و اسبرنت
AG 30-34	30-34	1989 – 1985	سوبر اسبرنت مفتوح و اسبرنت
AG 35-39	35-39	1984 – 1980	سوبر اسبرنت مفتوح و اسبرنت
AG 40-44	40-44	1979 – 1975	سوبر اسبرنت مفتوح و اسبرنت
AG 45-49	45-49	1974 – 1970	سوبر اسبرنت مفتوح و اسبرنت
AG 50-54	50-54	1969 – 1965	سوبر اسبرنت مفتوح و اسبرنت
AG 55-59	55-59	1964 – 1960	سوبر اسبرنت مفتوح و اسبرنت
AG 60-64	60-64	1959 – 1955	سوبر اسبرنت مفتوح و اسبرنت
AG 65-69	65-69	1954 – 1950	سوبر اسبرنت مفتوح و اسبرنت
AG 70-74	70-74	1949 – 1945	سوبر اسبرنت مفتوح و اسبرنت
AG 75-79	75-79	1944 – 1940	سوبر اسبرنت مفتوح و اسبرنت
AG 80-84	80-84	1939 – 1935	سوبر اسبرنت مفتوح و اسبرنت
AG 85-89	85-89	1934 – 1930	سوبر اسبرنت مفتوح و اسبرنت

البرنامج الزمني

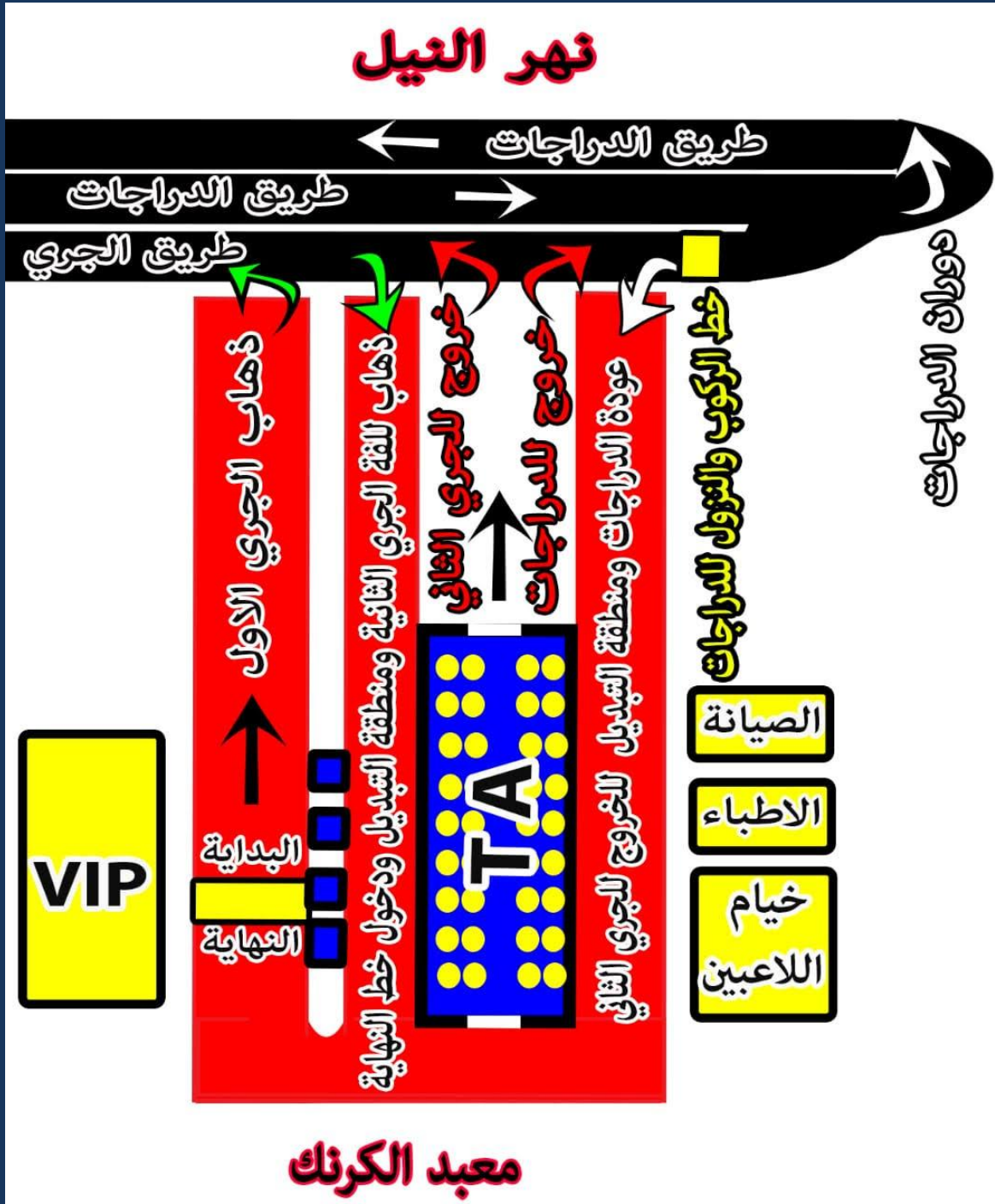
اليوم و التاريخ	الزمن	الحدث
الاربعاء 9 اكتوبر 2019	طوال اليوم	وصول المشاركين في البطولة العربية والافريقية للديوثلون
الخميس 10 اكتوبر 2019	15:00 – 13:00	اجتماع السادة الحكام – فندق ايتاب الاقصر
	21:00 - 14:00	فتح مكتب الاستعلامات و التسجيل و تسديد الرسوم بفندق ايتاب الاقصر
	16:30 – 15:30	اللفة التعريفية لمسار الدراجات – التجمع امام معبد الكرنك بداية من الساعة 15:45
	18:55 – 18:30	المؤتمر الفني لمراحل (الشباب – تحت 14 - المراحل السنوية سوبر اسبرنت – الايدج جروب سوبر اسبرنت) فندق ايتاب الاقصر
	19:25 – 19:00	المؤتمر الفني لمراحل (العمومي – تحت 23 – الناشئين - المراحل السنوية اسبرنت – الايدج جروب اسبرنت) – فندق ايتاب الاقصر
	19:55 – 19:30	المؤتمر الفني لمراحل (الكيدز دواثلون تحت 10 و تحت 12)

تابع البرنامج الزمني

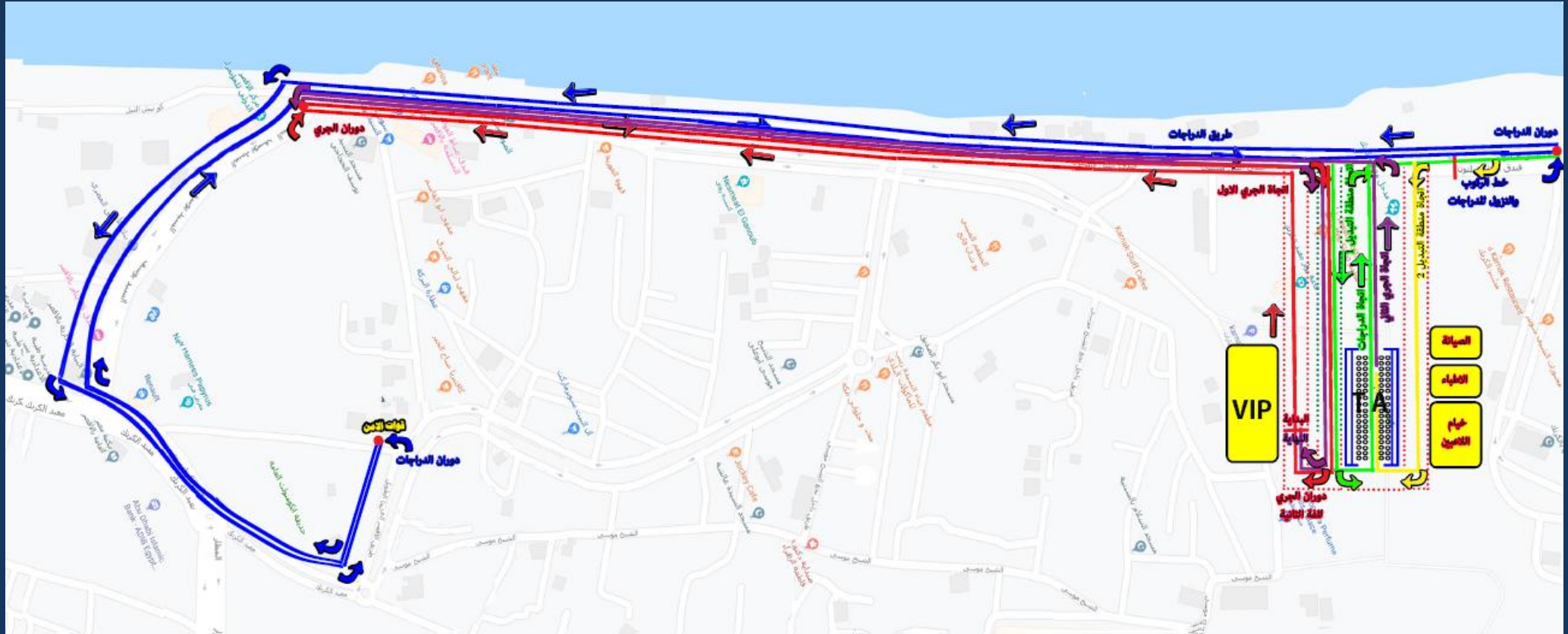
06:00 – 05:30	فتح منطقة التبديل للكشف ووضع الدراجات للمراحل (العمومي ايليت – تحت 23 – الناشئين جونيور – المراحل السنوية اسبرنت)
05:45	شروق الشمس بمدينة الاقصر
06:00	انطلاق سباق الاسبرنت (عمومي ايليت – تحت 23 – ناشئين تحت 19 – ايدج جروب اسبرنت)
08:05	إنهاء سباق الاسبرنت
08:20 – 08:05	فتح منطقة التبديل لآخذ الدراجات لسباق الاسبرنت
08:45 – 08:25	فتح منطقة التبديل للكشف ووضع الدراجات لسباقات (الشباب تحت 17 سنة – تحت 14 سنة – سباق المراحل السنوية المفتوح سوبر اسبرنت)
08:50	انطلاق سباق السوبر اسبرنت لمراحل (الشباب تحت 17 سنة – تحت 14 سنة)
09:45	انطلاق سباق سباق المراحل السنوية المفتوح سوبر اسبرنت
10:00	تتويج سباقات العمومي ايليت – تحت 23 – الناشئين - الايدج جروب اسبرنت
11:00 – 11:15	فتح منطقة التبديل لآخذ الدراجات لسباقات (الشباب تحت 17 سنة – تحت 14 سنة – سباق المراحل السنوية المفتوح سوبر اسبرنت)
11:15	فتح منطقة التبديل للكشف و وضع الدراجات لسباقات الكيدز دواثلون (تحت 10 – تحت 12)
11:30	انطلاق سباق الكيدز دواثلون تحت 10 – تحت 12
12:00	فتح منطقة التبديل لسباقات الكيدز دواثلون (تحت 10 – تحت 12) لآخذ الدراجات
11:45	صلاة الجمعة
12:30	توزيع جوائز السوبر اسبرنت و الكيدز دواثلون

الجمعة

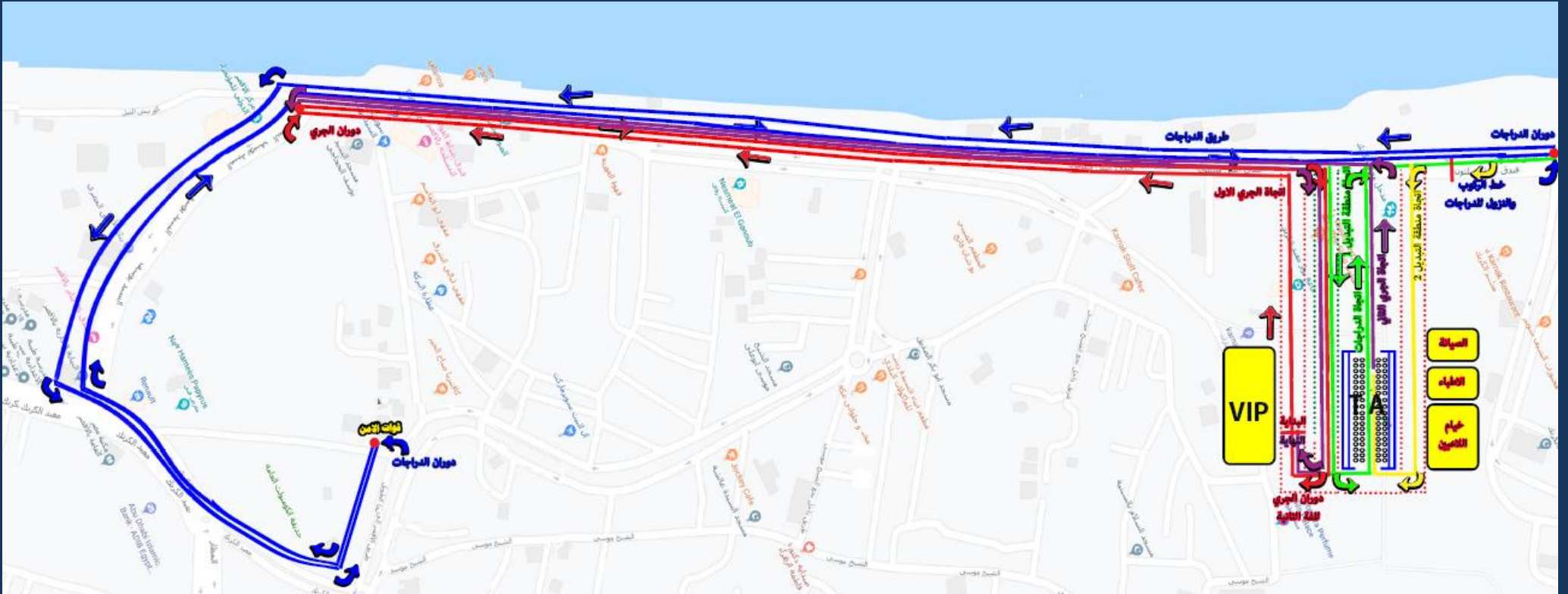
11 اكتوبر 2019



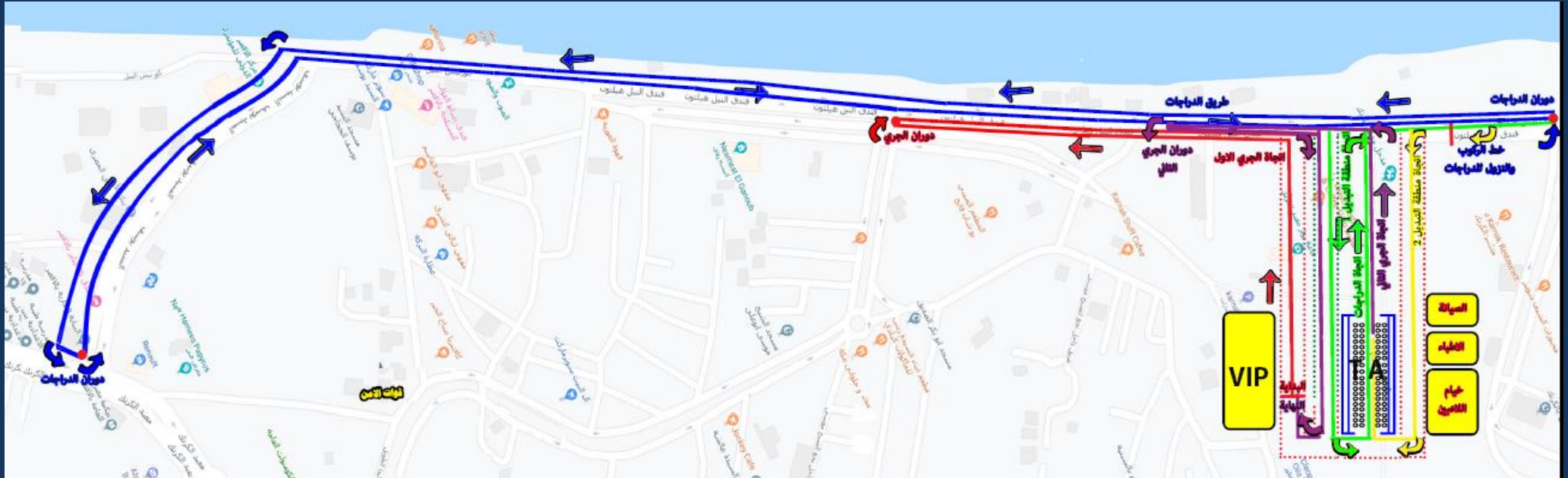
خرائط و مسار سباق الاسبرنت دواثلون



خرائط و مسار سباق السوبر اسبرنت دواثلون



خرائط و مسار سباق السوبر الكيدز دواثلون



الجوائز المالية

تمنح اللجنة المنظمة جوائز مالية قيمتها 3000 دولار حيث تم دمج ثلاث سباقات مختلفة هي سباق العمومي (ايليت) و تحت 23 عاما و الناشئين و يحصل اصحاب المراكز الثلاثة الاولى في الترتيب العام لهذا السباق على الجوائز المالية بغض النظر عن ترتيب مرحلتهم. و توزع الجوائز كالآتي:

الرجال	السيدات
المركز الاول 750 دولار	المركز الاول 750 دولار
المركز الثاني 450 دولار	المركز الثاني 450 دولار
المركز الثالث 300 دولار	المركز الثالث 300 دولار

رسوم الاشتراكات

البطولة الافريقية		البطولة العربية للديوثلون		بطولة الجمهورية		السباقات
للأجانب	للمصريين	للأجانب	للمصريين	للحر	للاندية	
40 \$	400 LE	40 \$	400 LE	100 LE	75 LE	سباق تحت 10 سنوات - (U10)
40 \$	400 LE	40 \$	400 LE	100 LE	75 LE	سباق تحت 12 سنة (U12)
40 \$	400 LE	40 \$	400 LE	100 LE	75 LE	سباق تحت 14 سنة - (U14)
40 \$	400 LE	40 \$	400 LE	100 LE	75 LE	سباق الشباب - Youth (U17)
40 \$	400 LE	40 \$	400 LE	100 LE	75 LE	سباق تحت 19 سنة - Juniors (U19)
50 \$	400 LE	50 \$	400 LE	100 LE	75 LE	سباق تحت 23 سنة - U23
50 \$	500 LE	50 \$	500 LE	100 LE	75 LE	العمومي - Elite
75 \$	400 LE	75 \$	400 LE	100 LE	75 LE	سباق مراحل سنوية اسبرنت Sprint AG
75 \$	400 LE	75 \$	400 LE	100 LE	75 LE	سباق مراحل سنوية اسبرنت Super Sprint AG



تعليمات و شروط البطولة

- أن يكون اللاعب المصري حصل مسبقا على بطاقة قيد لاعب من الاتحاد المصري للترايثلون سارية حتى 30 يونيو 2020
- يوقع اللاعب على إقرار بسلامته صحيا و انه خالي من اي امراض او اصابات تمنعه من المشاركة فى أي أنشطة ومسابقات رياضية
- الدراجات مسؤولية الهيئات والأندية والمتسابقين المشاركين في البطولة.
- لا يسمح باشتراك أي لاعب أو لاعبة دون وافي الرأس الخاص بالدراجات.
- يتواجد مندوب مع كل هيئة مشتركة في البطولة.
- شهادة لأصحاب المراكز الثلاثة الأولى (و ميداليات فقط إذا اكتملت المرحلة لأكثر من ثلاثة لاعبين)
- يتم تطبيق قانون الاتحاد الدولي باخر تعديلات معلنة خاصة على الدراجة التي يشترك بها اللاعب في سباقات الايليت – تحت 23 – الناشئين – الشباب.
- يتم اعلان النتيجة بعد دخول اخر متسابق بالسباق بنصف ساعة و يتم فتح باب الاعتراضات و الشكاوي المكتوبة فقط لمدة 5 بعد دخول اخر متسابق مع دفع رسوم الاعتراض 50 دولارا حيث انها بطولة دولية

تعليمات التسجيل

- يقوم اللاعب بتسديد الاشتراك الخاص بالبطولة (تسديد اشتراك البطولة لا يعني مطلقا التسجيل بالبطولة بل هو جزء من عملية التسجيل و عليك التسجيل و ملئ استمارة التسجيل الإلكترونية أو لن يحصل اللاعب على نتيجة في حالة عدم التسجيل الإلكتروني)
- تضاف 200 جنيهها على رسوم اشتراك المصريين من 1 أكتوبر حتى 5 أكتوبر
- آخر موعد للتسجيل هو يوم السبت الموافق 5 أكتوبر 2019
- تسجيل الغير مصريين لسباقات الايليت و تحت 23 و الناشئين تحت 19 و الشباب و الاسبرنت مراحل سنوية يتم عن طريق منصة الاتحاد الدولي بواسطة اتحاد بلدك المحلي.
- يتم التسجيل باللغة الإنجليزية نظرا لانها بطولة دولية و يتم استخراج النتائج باللغة الانجليزية
- يقوم اللاعب بإدخال البيانات الخاصة بالتسجيل في استمارة التسجيل باللغة الانجليزية فقط.
- تقوم اللجنة المنظمة بوضع قائمة البدء قبل انطلاق البطولة بأسبوع .
- في حالة عدم ظهور اسم لاعب بقائمة التسجيل عليه إدخال بياناته مرة أخرى بصورة صحيحة او الرجوع للجنة المنظمة و مراسلتها على الإيميل الموجود بالرابط.
- برجاء العلم أنه من مسؤولية اللاعب التأكد من وجود اسمه وبياناته الصحيحة في قائمة التسجيل. أو إعادة التسجيل مرة أخرى بالبيانات الصحيحة. يؤخذ فقط بأول تسجيل ويلغى الباقي

استمارة التسجيل

برجاء ادخال جميع البيانات باللغة الانجليزية نظرا لأنها بطولة دولية مع مراعاة اختيار سنة الميلاد الصحيحة و ادخال الاسم الاول فقط في خانة الاسم الاول و الاسم الرابع في شهادة الميلاد او بطاقة الهوية او الباسبور او لقب العائلة
برجاء ادخال اسم واحد فقط بكل خانة
First Name / الاسم اللاعب الاول
Last Name / اسم اللاعب الاخير او لقب العائلة او كما هو مشار اليه اعلى الاسم الرابع
Date of Birth / تاريخ الميلاد مع التأكيد بادخال السنة الميلاد الصحيحة
Country / اسم البلد
Gender / النوع

Club / اسم النادي فقط لمن هو مشارك في بطولة الجمهورية
Championship / نوع البطولة
Category / المرحلة السنية
Receipt No. / رقم إيصال الدفع

للتسجيل برجاء الضغط هنا



الإقامة و الاعاشة

تقدم اللجنة المنظمة عدد من الفنادق المميزة التي تتمتع بوجودها في أكثر الأماكن الرائعة بمدينة الأقصر مع توفير سعر خاص للمشاركين المصريين و الأجانب أيضا

اسم الفندق	النجوم	اسعار الغرف	فردى	زوجى	ثلاثى	المميزات الإضافية
<u>Aracan Eatabe Luxor Hotel</u>	4*	للمصريين	900 LE	1400 LE	1900 LE	إقامة وإعاشة كاملة (إفطار+غداء+عشاء)
		للأجانب	75\$	130\$	180\$	
<u>Jolie Ville Kings Island</u>	5*	للمصريين	1750LE	2650 LE	3550 LE	إقامة وإعاشة كاملة (إفطار+غداء+عشاء)
		للأجانب	130\$	200\$	270\$	

المواصلات

يعتبر التاكسي هو المواصله الكثر انتشارا في مدينة الاقصر
و توفر اللجنة المنظمة التوصيلات الداخلية من و الى للفنادق بسعر 20 دولار للفرد الواحد العرض متوفر لمن يقوم بحجز الفنادق عن طريقنا

برجاء الضغط هنا لحجز الفنادق و التوصيلات

للاتصال بنا

للتواصل معنا و الاشتراكات برجاء مراسلتنا على البريد الالكتروني التالي:

trieinfo@gmail.com

triathlonegypt@gmail.com



يسعدنا مساعدتكم --- في انتظاركم ☺