

بطولة الجمهورية تراثلون ودواثلون 2020

8 فبراير 2020 - السويس



دليل السباق



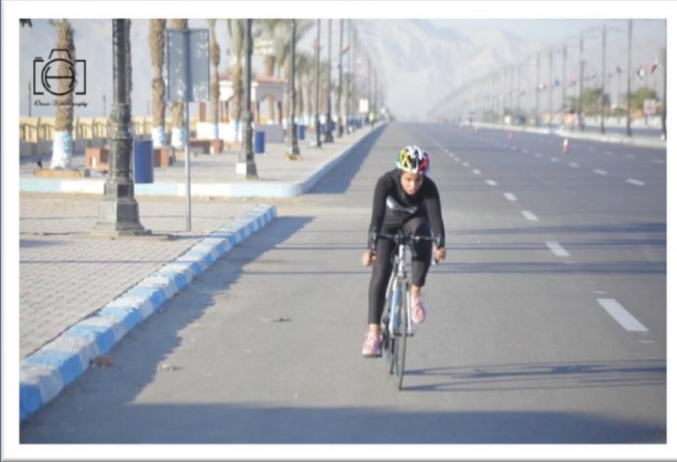
ينظم الاتحاد المصري للترايثلون بطولة الجمهورية الخامسة تنفيذاً لخطة نشاط الاتحاد المصري للترايثلون (الثلاثي) للموسم الرياضي 2019 – 2020 وذلك بمحافظة السويس يوم السبت الموافق 8 فبراير 2020 بقرية لوسيندا بمحافظة السويس.

حيث تقام فاعليات البطولة تحت رعاية السيد محافظ مدينة السويس السيد اللواء ا.ح عبد المجيد صقر والسيد اللواء أحمد ناصر رئيس الاتحاد المصري والعربي والافريقي.

وبعد النجاح الكبير لسباق المسافة القياسية ببطولة الجمهورية السابقة يقوم الاتحاد المصري بادراج هذه المسافة مرة اخرى وهذا سعيا من الاتحاد المصري لاقامة بطولات تحاكي البطولات الدولية من حيث المسافات وتطبيق القوانين الدولية لتكون فرصة هامة للاعبينا بتجربة هذه المسافات والتعود عليها استعداد للموسم الدولي القادم طبقا لتوجيهات السيد اللواء أحمد ناصر رئيس الاتحاد المصري، حيث تسضيف مصر اهم بطولة في القارة الافريقية على الاطلاق وهي الحدث الالم، البطولة الافريقية للترايثلون بشرم الشيخ وايضا البطولة الافريقية المؤهلة لاولمبياد الكبار، كما ينظم الاتحاد المصري للترايثلون سباق كأس افريقيا بالغردقة. ايضا ستشهد هذه البطولة تنظيم سباق التتابع المختلط لأول مرة ببطولات الجمهورية.



ومن ناحية اخرى شدد السيد اللواء محمود حسين المدير التنفيذي للاتحاد على خـروج البطولة في افضل الصور الممكنة بعد عمل الكثير من التغييرات التي طالب بها ممثلي الاندية المختلفة والمشاركين. ويتم تنظيم سبع سباقات مختلفة بمسافات مختلفة لرياضتي الترايثلون والدواثلون لاتاحة الفرصة لعدد اكبر من اللاعبين للاشتراك في البطولة، كما يتم تنظيم سباقيين اخريين الترايثلون البارالمبي والدواثلون البارالمبي



مع تحيات
اللجنة المنظمة للسباق

سباقات البطولة

الترايثلون:

يعتبر سباق التريثلون هو واحد من اسرع الرياضات الاولمبية مشاهدة وانتشارا، حيث يعد التريثلون احد الرياضات المركبة التجمع بين ثلاثة رياضات الأكثر انتشارا في العالم السباحة وركوب الدراجات والركض، و في هذا النوع يقوم اللاعب بالسباحة اولا و انتهاء المسافة المطلوبة ذلك قبل العودة لمنطقة التبدل و ارتداء وافي الرأس و ركوب الدراجة ثم إكمال المسافة المطلوبة للدرجات ثم العودة مرة أخرى لمنطقة التبدل و وضع الدراجة ثم وافي الرأس و الركض لإنهاء المسافة المتبقية من مرحلة الركض قبل انتهاء السباق وعبور خط النهاية حيث تحسب النتيجة الكلية والنهائية وقد قامت اللجنة المنظمة بإعداد جدول سباقات يناسب مختلف الأعمار السنية و المستويات المختلفة

الدواثلون:

يعتبر سباق الدواثلون هو احد مشتقات رياضة التريثلون، 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 التبدل و ارتداء وافي الرأس و ركوب الدراجة ثم إكمال المسافة المطلوبة للدرجات ثم العودة مرة أخرى لمنطقة التبدل و وضع الدراجة ثم وافي 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 فهنا بنا نتعرف على السباقات التي لدينا:

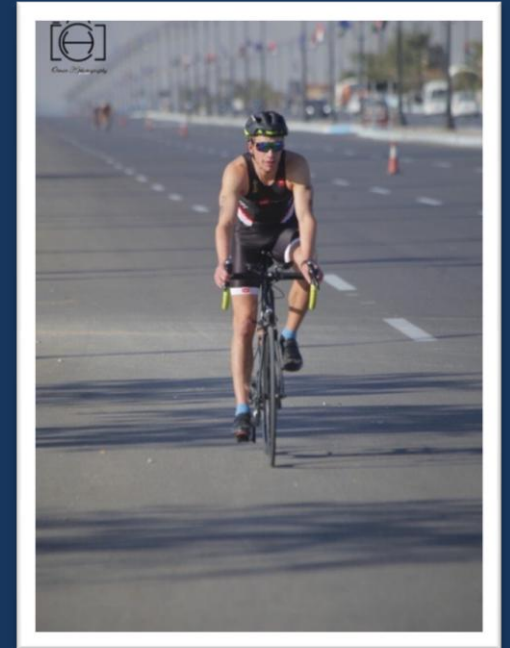
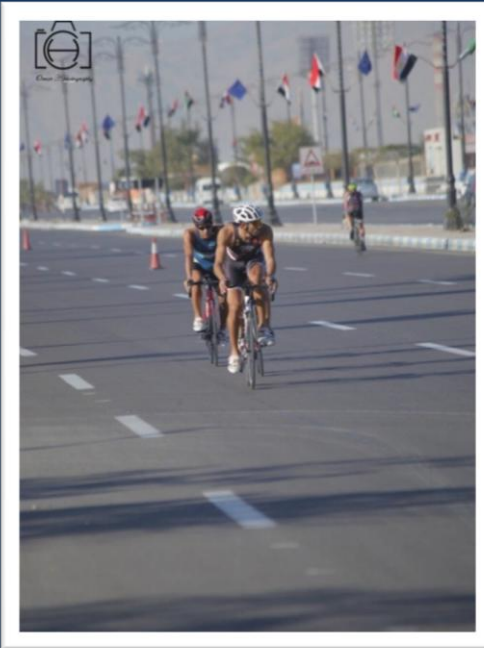


الاعتماد الدولي والمحلى لبطولة الجمهورية

ويعتبر هذا العام هو العام الرابع الذي يتم تنظيم بطولة الجمهورية المعتمدة دوليا بعد تطبيق هذا البند بقانون الاتحاد الدولي للترايثلون. تعتبر بطولة الجمهورية القادمة المقامة بالسويس 8 ديسمبر بمشيئة الله، هي احد البطولات التي تم اعتمادها من قبل الاتحاد الدولي للترايثلون، حيث سيتم نشر نتائجها على موقع الاتحاد الدولي للترايثلون، ومن المتعارف عليه، انه يسمح بنشر نتيجة اول 25 لاعبا لفئة الرجال وايضا اول 25 لاعبة لفئة السيدات. في حين تكون القيمة $\frac{1}{80}$ فقط اذا كان السباق مسافة الاسبرنت كما تم اعتماد سباق الناشئين تحت 19 سنة وستم وضع نتيجته على موقع الاتحاد الدولي للترايثلون بإذن الله. ويتحصل الفائز في كل فئة على ٥٠ نقطة من نقاط التصنيف الدولي للكبار. ويكون الزمن المسموح به للحصول على نقاط هو الدخول في فارق زمني $\frac{1}{5}$ من الفائز للرجال و $\frac{1}{8}$ للسيدات. وبمعدل تنازلي $\frac{1}{7,5}$ عن كل مركز.

هام جدا:

- بالاضافة للبطولات السابقة تعتبر هذه البطولة هامة لتكوين منتخب الشباب الجديد مراحل (2006-2005-2004)
- بالاضافة لبطولات الموسم الحالي ايضا تعتبر هذه البطولة هي احد نقاط تجارب المنتخب لاختيارات العناصر المشاركة بسباقات كأس أفريقيا بالغردقة ابريل 2020 وبطولة افريقيا بشرم الشيخ ابريل 2020



تفاصيل السباقات و المسافات

السباقات والمسافات	السباحة	الدراجات	الركض
المسافة القياسية (الاولمبية)/ترايثلون 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 سباق من هذه المسافة بانطلاقة واحدة للمراحل السنية (الايديج جروب) و للتحبة و تحت 23 عاما أصغر سن للمشاركة: 18 عاما	أولا السباحة لمسافة 1500م. طول المسافة: 1500م عدد اللفات: لفتين طول اللفة: 750م	ثانيا ركوب الدراجات لمسافة 40كم تقريبا طول المسافة: 40 كم عدد اللفات: 6 لفات طول اللفة: 6.6 كم	ثالثا العدو لمسافة 10 كيلومترات تقريبا. طول المسافة: 10كم عدد اللفات: 4 لفات طول اللفة: 2.5 كم
مسافة الاسبرنت/ترايثلون يعتبر سباق الاسبرنت هو السباق المفضل لدى الاغلبية، حيث يناسب جميع المستويات لذلك قمنا باضافة أصغر سن للمشاركة: 16 عاما	أولا السباحة لمسافة 750م. طول المسافة: 750م عدد اللفات: لفة واحدة طول اللفة: 750م	ثانيا ركوب الدراجات لمسافة 20كم تقريبا طول المسافة: 20 كم عدد اللفات: 3 لفات طول اللفة: 6.6 كم	ثالثا العدو لمسافة 5 كيلومترات تقريبا. طول المسافة: 5كم عدد اللفات: 2 لفات طول اللفة: 2.5 كم
مسافة السوبر اسبرنت / ترايثلون 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 السباحة لمسافة 350 م. طول المسافة: 350م عدد اللفات: لفة واحدة طول اللفة: 350م	ثانيا ركوب الدراجات لمسافة 10كيلومترا تقريبا طول المسافة: 10كم عدد اللفات: 2 لفات طول اللفة: 5كم	ثالثا العدو لمسافة 2.5 كيلومترات. طول المسافة: 2.5كم عدد اللفات: لفة واحدة طول اللفة: 2.5 كم
مسافة التتابع المختلط / ترايثلون يعتبر سباق التتابع المختلط هو فاكهة البطولات لما يحظى به من متابعة وممتعة ويتكون كل فريق من عدد 2 لاعبات و 2 لاعبين يقوم كل منهما بتكرار نفس السباق أصغر سن للمشاركة: 15 عاما	أولا السباحة لمسافة 250 م. طول المسافة: 250م عدد اللفات: لفة واحدة طول اللفة: 250م	ثانيا ركوب الدراجات لمسافة 5 كيلومترا تقريبا طول المسافة: 5كم عدد اللفات: لفة واحدة طول اللفة: 5كم	ثالثا العدو لمسافة 1.25 كيلومترات. طول المسافة: 1.25كم عدد اللفات: لفة واحدة طول اللفة: 1.25 كم

السباقات و المسافات (تابع)	السباحة	الدراجات	الركض
سباق الصغار / ترايثلون و اذا ما كنت تعد أحد أبنائك ليصبح بطلا في المستقبل فلا تفوت 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 السباحة لمسافة 100م. طول المسافة: 100م عدد اللفات: لفة واحدة طول اللفة: 100م	ثانيا ركوب الدراجات لمسافة 3كيلومترات تقريبا طول المسافة: 3كم عدد اللفات: لفة واحدة طول اللفة: 3كم	ثالثا العدو لمسافة 500م. طول المسافة: 500م عدد اللفات: لفة واحدة طول اللفة: 500م

تنبيه هام: أن جميع السباقات الرئيسية و سباقات الايدج جروب هي سباقات تزلج و لن يسمح اطلاقا باستخدام دراجات ضد الساعة عدا سباق المسافة الاولمبية ايدج جروب فقط (مراحل سنية) يسمح باستخدام دراجات ضد الساعة ولايسمح في المراحل السنية اسبرنت ولا سوبر اسبرنت

سباقات الدواثلون

السباقات والمسافات	الركض (1)	الدراجات	الركض (2)
مسافة السوبر اسبرنت / دواثلون 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: 2.5كم عدد اللفات: لفة واحدة طول اللفة: 2.5 كم	ثانيا ركوب الدراجات لمسافة 10كيلومترا تقريبا طول المسافة: 10كم عدد اللفات: 3 لفات طول اللفة: 3.3كم	ثالثا العدو لمسافة 1.25 كيلومترات. طول المسافة: 1.25 كم عدد اللفات: لفة واحدة طول اللفة: 1.25 كم
سباق الصغار /دواثلون و اذا ما كنت تعد أحد أبنائك ليصبح بطلا في المستقبل فلا تفوت 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 1000م. طول المسافة: 1000م عدد اللفات: لفة واحدة طول اللفة: 1000م	ثانيا ركوب الدراجات لمسافة 3كيلومترات تقريبا طول المسافة: 3كم عدد اللفات: لفة واحدة طول اللفة: 3كم	ثالثا العدو لمسافة 500م. طول المسافة: 500م عدد اللفات: لفة واحدة طول اللفة: 500م

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

الخرائط و المسار التوضيحي

درجة حرارة الجو المتوقعة:
19 درجة مئوية

السباحة:
بشاطئ قرية لوسيندا

درجة حرارة المياه:
16 درجة مئوية تقريبا
مسموح باستخدام بدلة المياه الساقعة
Wetsuit

الدراجات:
بطريق كورنيش السويس الجديد
مسار مستوي

الجرى:
داخل كورنيش السويس الجديد
مسار مستوي



المراحل السنوية والسباقات

السباقات و المسافات و الاعمار طبقا لآخر اصدار لقانون الاتحاد الدولي للمنافسات والنسخة المعمول بها ابتداءا من 1 يناير 2020 تنبيه هام بأنه لا يوجد تصعيد في المراحل السنة مطلقا وكلا يشارك طبقا لسنة في المرحلة الخاصة بالفئة العمرية له.

كذلك الحال في السباقات الرئيسة يشارك كلا طبقا لمرحلته و سنة ميلاده وعمره بنهاية عام 2020 (31-ديسمبر-2020) اي هناك اختلاف في الاعمار عن اخر بطولة ويجب التأكد من اختيار المرحلة الصحيح ويعتبر غشا اذا ما قام احدا بالتسجيل في مرحلة خاطئة وبداية من هذا العام لن يتم ترقيم اي لاعب بدون بطاقة القيد

المراحل الرئيسية

المرحلة	العمر	سنة الميلاد	مسافة السباق
العمومي Elite	+18	2002+	المسافة الاولمبية ترايثلون
تحت 23 U23	18-19-20-21-22-23	1998 - 1999 - 2000 - 2001 - 2002 - 1997	المسافة الاولمبية ترايثلون
الناشئين تحت 19 Juniors	16-17-18-19	2001-2002-2003-2004	مسافة الاسبرنت ترايثلون
الشباب (تحت 17) Youth (U17)	15-16-17	2003 - 2004 - 2005	سوبر اسبرنت ترايثلون

مراحل الصغار

المرحلة	العمر	سنة الميلاد	مسافة السباق
تحت 14 (U14)	13-14	2006-2007	سوبر اسبرنت دواثلون سوبر اسبرنت ترايثلون
تحت 12 (U12)	11-12	2008-2009	الكيدز دواثلون
تحت 10 (U10)	8-9-10	2010-2011-2012	الكيدز دواثلون

المراحل السنية (الايدج جروب)

المرحلة	العمر	سنة الميلاد	مسافة السباق
AG 15-19	15-19	2005 – 2001	سباقات السوبر اسبرنت ترايثلون ودواثلون
AG 18-19	16-19	2004 – 2001	سباق الاسبرنت ترايثلون
AG 18-19	18-19	2002 – 2001	سباق المسافة الاولمبية
AG 20-24	20-24	2000 – 1996	سوبر اسبرنت دواثلون سوبر اسبرنت ترايثلون مسافة اولمبية ترايثلون
AG 25-29	25-29	1995 – 1991	
AG 30-34	30-34	1990 – 1986	
AG 35-39	35-39	1985 – 1981	
AG 40-44	40-44	1980 – 1976	
AG 45-49	45-49	1975 – 1971	
AG 50-54	50-54	1970 – 1966	
AG 55-59	55-59	1965 – 1961	
AG 60-64	60-64	1960 – 1956	
AG 65-69	65-69	1955 – 1951	
AG 70-74	70-74	1949 – 1945	
AG 75-79	75-79	1944 – 1940	
AG 80-84	80-84	1939 – 1935	
AG 85-89	85-89	1934 – 1930	

البرنامج الزمني

اليوم و التاريخ	الزمن	الحدث
الأحد 12 يناير 2020	16:30 – 10:30	فتح التسجيل لبطولة الجمهورية 2020 – ديسمبر بالسويس يوميا عدا الجمعة و السبت
الاثنين 3 فبراير 2020	17:00	الموعد النهائي لتسديد الاشتراكات والتسجيل على الاستمارة الالكترونية
السبت 8 فبراير 2020	06:20	بداية الترقيم لجميع السباقات (يحضر كل متسابق لمنطقة الاعداد قبل ساعة من انطلاق سباقه)
	06:30 – 06:45	فتح منطقة التبديل للكشف ووضع الدراجات لسباقات سوبر اسبرنت دواثلون (تحت 14 سنة – المراحل السنية) + الاسبرنت ترايثلون (ناشئين تحت 19 + مراحل سنية)
	06:35	شروق الشمس بمدينة السويس
	06:50	انطلاق سباق السوبر اسبرنت دواثلون لمراحل (تحت 14 سنة – مراحل سنية/ايدج جروب)
	07:15	انطلاق سباق الاسبرنت ترايثلون (ناشئين تحت 19 – مراحل سنية/ايدج جروب)
	07:40 – 07:50	انتهاء سباق السوبر اسبرنت دواثلون وفتح منطقة التبديل لاستلام الدراجات
	07:45 – 07:55	فتح منطقة التبديل للكشف ووضع الدراجات المسافة الاولمبية (العمومي ايليت – تحت 23 – المراحل السنية/الايدج جروب)
	08:10	انطلاق سباق المسافة الاولمبية (عمومي ايليت – تحت 23 – ايدج جروب)
	لم يحدد بعد	إنهاء سباق الاسبرنت ترايثلون وفتح منطقة التبديل لاستلام الدراجات
	10:00 – 10:20	تتويج سباقات السوبر اسبرنت دواثلون (تحت 14 – مراحل سنية)
	10:20 – 10:40	تتويج سباقات الاسبرنت ترايثلون (ناشئين – مراحل سنية)
	11:00 – 11:15	إنهاء سباق المسافة الاولمبية والاسبرنت وفتح منطقة التبديل لاستلام الدراجات لسباق المسافة الاولمبية

هام جدا: المواعيد قابلة للتغيير حسب الاعداد برحاء الرجوع لصفحة الاتحاد المصري اخر ثلاثة ايام قبل البطولة

تابع البرنامج الزمني

اليوم و التاريخ	الزمن	الحدث
السبت 8 فبراير 2020	09:30 – 09:00	فتح منطقة التبديل للكشف و وضع الدراجات لسباقات الكيزز دواثلون (تحت 10 – تحت 12)
	10:00	انطلاق سباق الكيزز دواثلون تحت 10 – تحت 12
	10:25 -	انتهاء سباق الكيزز دواثلون وفتح منطقة التبديل لاستلام الدراجات
	10:50 – 10:40	فتح منطقة التبديل للكشف ووضع الدراجات لسباقات السوبر اسبرنت ترايثلون (الشباب تحت 17 سنة – تحت 14 سنة – المراحل السنة)
	11:00	انطلاق سباق السوبر اسبرنت ترايثلون
	11:45 – 11:30	تنويع سباقات العمومي ايليت – تحت 23- الايدج جروب مسافة اولمبية
	12:15 – 12:00	تنويع سباق الكيزز دواثلون
	12:25 – 12:15	إنهاء سباق السوبر اسبرنت ترايثلون وفتح منطقة التبديل لاستلام الدراجات
	11:20 – 11:10	فتح منطقة التبديل لسباقات الكيزز ترايثلون (تحت 10 – تحت 12) لوضع الدراجات والكشف
	11:40	انطلاق سباق الكيزز ترايثلون
	12:15 – 12:05	انتهاء سباق الكيزز ترايثلون وفتح منطقة التبديل لاستلام الدراجات
	12:30	تنويع سباق الكيزز ترايثلون
	لم يحدد بعد	منطقة التبديل لسباق التتابع المختلط
	لم يحدد بعد	انطلاق سباق التتابع المختلط
	لم يحدد بعد	انتهاء سباق التتابع المختلط وفتح منطقة التبديل لاستلام الدراجات
	لم يحدد بعد	تنويع سباق التتابع المختلط

هام جدا:

-المواعيد قابلة للتغيير حسب الاعداد برجاء الرجوع لصفحة الاتحاد المصري اخر ثلاثة ايام قبل البطولة

-تسخين السباحة يكون قبل بدء اى سباق بعشرين دقيقة بعد صافرة البدء من رئيس حكام السباحة

-الرجاء الالتزام بالمواعيد المعلنة

رسوم الاشتراكات

السباقات		الترايثلون - الثلاثي		الدواثلون - ثنائي	
		للاندية	للحر	للاندية	للحر
سباق تحت 10 سنوات - (U10)		100 جنيها	150 جنيها	75 جنيها	100 جنيها
سباق تحت 12 سنة (U12)		100 جنيها	150 جنيها	75 جنيها	100 جنيها
سباق تحت 14 سنة - (U14)		100 جنيها	150 جنيها	75 جنيها	100 جنيها
سباق الشباب - Youth (U17)		100 جنيها	150 جنيها	75 جنيها	100 جنيها
سباق تحت 19 سنة - Juniors (U19)		100 جنيها	150 جنيها	75 جنيها	100 جنيها
سباق تحت 23 سنة - U23		100 جنيها	150 جنيها	75 جنيها	100 جنيها
العمومي - Elite		100 جنيها	150 جنيها	75 جنيها	100 جنيها
سباق مراحل سنوية		100 جنيها	150 جنيها	75 جنيها	100 جنيها
رسم اشتراك سباق التتابع المختلط لكل لاعب		100 جنيها	150 جنيها		
رسم الاشتراك السنوي للهيئة / النادي للاتحاد		300 جنيها			
رسم استخراج بطاقة لاعب/ لاعبة سنويا تابع لنادي أو هيئة		30 جنيها			
رسم استخراج بطاقة لاعب/لاعبه حر سنوياً		75 جنيها			
بطاقة لاعب بالأكاديميات المعتمدة من الاتحاد		75 جنيها			
رسم اشتراك لاعب اجنبي ببطولات الجمهورية		200 جنيها			

- ولا يسمح باشتراك أي لاعب غير مسدد لرسوم الاشتراك.
 -للتعديلات والتغيرات بعد الدفع والتسجيل: غرامة 100 جنيها على كل تعديل
 اخر موعد لدفع الاشتراكات: الاثنين 3 فبراير 2020 الساعة الخامسة عصرا
 اخر موعد للتسجيل بالاستمارة الالكترونية: الثلاثاء 4 فبراير 2020 الساعة التاسعة مساء

هام جدا جدا: التسجيل بالاستمارة الالكترونية جزء لا يتجزء من عملية التسجيل وان تسديد الرسوم فقط لا يعني التسجيل بالبطولة مطلقا
 برجاء الالتزام بالمواعيد المحددة

تعليمات و شروط البطولة

- يوقع اللاعب على إقرار بسلامته صحيا و انه خالي من اي امراض او اصابات تمنعه من المشاركة فى أي أنشطة ومسابقات رياضية
- يسمح بالاشتراك بأي نوع من أنواع الدراجات الهوائية.
- لا يشارك اي لاعب بدون تسليم بطاقة القيد للمنظمين قبل انطلاق سباقه
- الدراجات مسئولية 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 – اربعة لاعبين على الاقل)
- يتم تطبيق قانون الاتحاد الدولي باخر تعديلات معلنة.
- يتم اعلان النتيجة بعد دخول اخر متسابق بالسباق بنصف ساعة و يتم فتح باب الاعتراضات و الشكاوي المكتوبة فقط لمدة 10 دقيقة قبل التنوير مع دفع رسم 200 جنيها. و يرد المبلغ فقط في حالة ثبوت خطأ في النتيجة.
- يتم إلغاء نتيجة كل من يتواجد في حرم منطقة النتائج و التحكيم. و يتم إلغاء نتيجة اي لاعب او لاعبة تواجد أولياء أمورهم أو مدربهم في حرم منطقة النتائج و التحكيم.

التعليمات الفنية

- اولا: غير مسموح للاعبين باستخدام دراجات ضد الساعة (TT bike)
- ثانيا: غير مسموح بتركيب (Handlebar Aero)
- وذلك بناء قوانين الاتحاد الدولي وأن السباقات مسموح فيها بالاحتماء
- ثالثا: غير مسموح للرجال بالاحتماء خلف السيدات أو العكس
- رابعا: فى حالة قيام اول لاعب بعمل لفة علي اخر لاعب فغير مسموح لآخر لاعب بالاحتماء خلفه
- خامسا: مسموح للاعبين بتركيب (Aerobar) الخاص بالترابثلون فقط
- سادسا: بالنسبة لسباقات المراحل السنية مسموح لهم باستخدام (TT bike & Handlebar Aero) في سباقات المسافة القياسية (الأولمبية) بشرط أن يكون سباق منفصل وفي حالة انطلاق سباق المراحل السنية مع سباقات المراحل الأساسية فيطبق قانون المراحل الأساسية بعدم استخدام (TT bike & Handlebar Aero)
- سابعا: تقاس درجة حرارة المياه قبل انطلاق السباقات بساعة واحدة لتحديد السماح بلبس بدلة المياه الساقعة من عدمه (Wet-suit)
- ثامنا: يجب ان تغطي منطقة الصدر للاعب خلال مرحلة الدراجات والجري وخلال عبور خط النهاية ويشطب كل مخالف لذلك
- تاسعا: سباقات العمومي وتحت 23 والناشئين والشباب تكون بدلة السباق قطعة واحدة يكون الزمام او السوستة من الخلف.



غير مسموح باستخدام هذا الشكل في سباقات
التلزيق بشرط
فقط مسموح في سباقات عدم الاحتماء
Draft-illegal



مسموح باستخدام هذا الشكل المغلق في
سباقات التلزيق بشرط ان لا تتعدى
المقابض



دراجة ضد الساعة: غير مسموح في سباقات التلزيق
draft-legal



Standard and shorter distances: 10m
Middle and longer distances: 12m

المسافة المسموح بها بين كل دراجة والاخرى في المسافة القياسية هي عشرة امتار
فقط في سباقات عدم الاحتماء draft-illegal



دراجة طريق باستخدام ايرو بار – غير مسموح في سباقات
التلزيق

تعليمات التسجيل

- أن يكون اللاعب حصل مسبقا على بطاقة قيد لاعب من الاتحاد المصري للترايثلون سارية حتى 30 يونيو 2020
- يقوم اللاعب بتسديد الاشتراك الخاص البطولة (تسديد اشتراك البطولة لا يعني مطلقا التسجيل بالبطولة بل هو جزء من عملية التسجيل و عليك التسجيل وملئ استمارة التسجيل الإلكترونية أو لن يحصل اللاعب على نتيجة في حالة عدم التسجيل الإلكتروني)
- يقوم اللاعب بإدخال البيانات الخاصة بالتسجيل في استمارة التسجيل
- تقوم اللجنة المنظمة بوضع قائمة البدء قبل انطلاق البطولة بثلاثة ايام .
- في حالة عدم ظهور اسم لاعب بقائمة التسجيل عليه إدخال بياناته مرة أخرى بصورة صحيحة او الرجوع للجنة المنظمة و مراسلتها على الإيميل الموجود بال رابط.
- للحصول على ملف الاكسل أو ملف التسجيل الخاص بتسجيل الأندية الرجاء المراسلة على البريد الإلكتروني الموجود بالأسفل!

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 وبلغى الباقي

تسجيل سباق التتابع المختلط لا يشترط ان يكون الفريق من نفس الهيئة/النادي ويسجل في جميع اعضاء الفريق على نفس الاستمارة الالكترونية باختيار مشترك في خانة التتابع المختلط و اضافة اسم الفريق ويجب ان يكون اسم الفريق للاعضاء الاربعة نفس التسمية والحروف و اضافة الترتيب بحيث يكون الفرد الاول والثالث لاعبة والثاني والرابع ذكر على النحو التالي:

اسم الفريق/1

اسم الفريق/2

اسم الفريق/3

اسم الفريق/4

تسجيل الهيئات خارج القاهرة:

رجاء العلم أن السيد مدير الاتحاد قد نظر في أمر الهيئات التي تقع خارج القاهرة و بناءا عليه تقرر الموافقة على التسجيل المجمع على أن يكون الدفع في يوم البطولة، و بالرجاء من مندوبي الهيئات مراسلتنا للحصول على معلومات أكثر على البريد الإلكتروني.

[التسجيل برجاء الضغط هنا](#)

للاتصال بنا

للتواصل معنا و الاشتراكات برجاء مراسلتنا على البريد الالكتروني التالي:

trieginfo@gmail.com



يسعدنا مساعدتكم --- في انتظاركم ☺