



TRIATHLON ESTONIA

TRIATHLON ESTONIA, 19. AUGUST 2017

VÖISTLEJA MEELESPEA

Täname, et oled tulemas Triathlon Estonia startil! Et spordipäev kulgeks meeldival, soovitab korraldusmeeskond tähelepanelikult tutvuda alloleva infoga.

INFO: Võistluspäeva eel ja järgselt saab infot kirjutades e-mailile urmas.paejarv@gmail.com. Kui Sul tekib küsimusi võistluspäeval, saad abi korraldajatelt.

Vaata kindlasti veelkord üle võistluse **JUHEND** ja **PROGRAMM** ning **RAJA KIRJELDUS**

LOODUS-SÄÄSTLIKKUS: Hea tava on, et võistleja ei viska maha pudeleid, tühje geelipakke ja muud prahti mujal kui värskenduspunktide juures.

KÄEPAELAD: Sinised käepaelad on mõeldud võistlejale. Kollased käepaelad on mõeldud ühele võistleja kaaslasele. Rohelised käepaelad on mõeldud vabatahtlikele. Käepaelad palume peale panna võistluspäeva hommikul. Käepaelad on võistleja stardiümbrikus.

LIIKLUSKORRALDUS: Võistluse rattaetapp toimub avatud liiklusega maanteel. Jooksuetapp Keilas kulgeb osaliselt avatud liiklusega tänaval. Iga võistleja kohustub võistlusrajal järgima liiklusseadust ja käituma nii, et ei sea ohtu ennast, kaasvõistlejaid ega kaasliiklejaid.

Rattaetapi trassi igal suuremal ristmikul on erirõivastuses liikluskorraldaja, kelle juhiseid ja märguandeid kohustub iga võistleja järgima.

PARKIMINE

Stardialasse lubatakse ainult erilubadega korraldajate autod. Stardi parkimisala skeemi leiad **SIIN**. Ohutuse tagamiseks on võistlejatel ja pealtvaatajatel autode parkimine maantee äärde keelatud.

Ratta värskenduspunkti parkimisskeemi leiad **SIIN**.

Finišikeskuses – Keila Tervisekeskuse juures soovitame parkida Keila Tervisekeskuse parklas ja Keila kooli parklas. Parkimisala skeemi leiad **SIIN**. Ehitajate tee äärde on parkimine keelatud.

VÕISTLUSE TUTVUSTUS (BRIEFING): Toimub reedel, 18. augustil kell 17:00 Keila Tervisekeskuse pallisaalis. Soovitame kindlasti kohale tulla!

STARDIMATERJALID: Stardimaterjale saab kätte laupäeval, 18. augustil võistluse tutvustusel ja Võistluspäeval on sekretariaat avatud stardipaigas kl 06:00 – 10:30.

Stardipaiga sekretariaadis võistluspäeva hommikul toimub ka võistlejate märgistamine.

TUALETID: Asuvad stardialas, ratta värskenduspunktis ja jooksu värskenduspunktis. Täpsemad asukohad leiab rajakaardilt

LOGISTIKA STARDIALAST FINIŠIALASSE: Korraldaja toimetab kogu võistlejate poolt korrektselt T1 vahetusalasse jäetud ujumisvarustuse. Võistleja pakib oma asjad kottidesse, mitte jätta vahetusalasse laiali. Korraldaja kätte saab stardialas jätta ka koti, mida võistleja soovib kätte saada finišialas. Finišikotina võib märgistada oma koti.

Kõik T1 ja stardialas korraldaja kätte jäetud esemed saab kätte finišialas T2 juurest võistlejanumbri ettenäitamisel.

Samuti pakub korraldajale transporti stardiala ja finišiala vahel.

Sõidugraafik on libisev, mida vahendab moderaator.

KI 7.15 Finišiala – 1. Vahetusala

ENERVIT JOOGIKULLER: Stardialas saab Enerviti telki tuua iga võistleja omad joogipudelid ja võistlussöögi, mida soovib saata ratta ja jooksu värskenduspunktidesse. Iga võistleja tarbeks antakse isiklikud kastid, millele märgitakse peale võistleja number ja nimi ning värskenduspunkti nimi (ratta TP või jooksu TP). Võistleja leiab oma kasti ise värskenduspunktis eraldi laualt.

UJUMISETAPP Pöörded on tähistatud poidega vastavalt rajaskeemile, kõikidest poidest möödutakse paremalt ehk poid jäävad vasakule.

Ujumisetapi turvalisust tagatakse aerusurfi laudade ja mootoriga varustatud päästealustega.

T1: Vahetusalasse sisenevad ainult võistlusnumbriga varustatud võistlejad. Vahetusalasse jäetakse ainult hädavajalikud esemed.

Vahetusalal on võistlejatele riietumiseks kasutada eraldi telk nii meestele kui naistele.

Teatevahetuse info leiab SIIT

RATTETAPP: Rattarada on väga tasase profiiliga ning kulgeb Tallinn-Pärnu maanteel Kanama viadukti ja Ääsmäe harutee vahelisel lõigul (täispikal distantsil 8 ringi ja poolpikal distantsil 3 ringi) ning Keila poole suunduval maanteelõigul. TUTVU RAJA KIRJELDUSE JA KAARTIDEGA

Võistlejatele on ette nähtud lai teeserv, liikluseks avatud sõiduradasid mitte kasutada.

Rattaraja värskenduspunkt asub Ääsmäel enne tagasipööret, maanteeäärses peatusalas. Värskenduspunktis pakutakse Enerviti spordijooki, vett, banaani, rosinaid, soola, leiba ja soolakurki.

Võistleja, kes ei soovi värskenduspunkti teenuseid kasutada, ei pea peatusalasse sisse sõitma!

T2: T2 vahetusala on Keila Tervisekeskuse ees.

Vahetusalas on võistlejatele riietumiseks kasutada eraldi telk nii meestele kui naistele.

Võistkondliku distantsi võistlejad annavad T2 vahetuaalas kiibi ja võistlejanumbri üle järgmise vahetuse võistlejale.

JOOKSUETAPP: Jooksuetapp toimub Keilas valdavalt asfaltkattega kergliiklusteedel ja kõnniteedel. Väike osa joostakse liiklusele avatud tänaval! TUTVU RAJA KIRJELDUSE JA KAARTIDEGA. Jooksuringi pikkus on 5.27km, mida läbitakse vastavalt 1, 2, 4 ja 8 ringi vastavalt sprindi-, olümpia-, poolpikal- ja täispikal distantsil. Finišisirge pikkus on 27 m.

Jooksuringil saadab esimesi võistlejaid esimestel ringidel jalgrattal korraldusmeeskonna liige.

Jooksurajal on kaks värskenduspunkti, milles ühes pakutakse ainult vett ja teises värskenduspunktis pakutakse Enerviti spordijooki, vett, banaani, rosinaid, soola, leiba ja soolakurki.

FINIŠ: Kohe pärast finišit ootab võistlejat Värske mahl ja *recovery*-laud

Finiš suletakse pärast viimase võistleja saabumist, kuid mitte hiljem kui kell 01:00.

RATTA JA VARUSTUSE TAGASTAMINE: Pärast võistlust toimub ratta ja muu varustuse tagastamine T2 vahetusalas võistlejakiibi vastu ja võistlejanumbri ettenäitamisel.

Kiibi kaotamise korral on varustuse kättesaamiseks nõutv isikut tõendav dokument ning võistleja kohustub sel juhul tasuma kohapeal 70 EUR sularahas.

AJAVÕTT: Võistlejal peab võistlusrajal olema igal hetkel jala küljes kiip. Stardinumber peab rattaetapil olema nähtav seljal ja jooksuetapil eespool. Ajavõttu korraldab Antrotsenter OÜ.

Live tulemusi näeb reaajas SIIT

MEDITSIINILINE ABI: Kogu võistluspäeva jooksul turvab võistlejate tervislikku olukorda kiirabi. Kiirabiauto on rattaetapi jooksul Kanama ja Ääsmäe harutee lõigu keskel ja jooksuetapi vältel finišikeskuses.

Lisaks kiirabile osutavad väiksemat esmaabi MTÜ Vabatahtlik Reservpäästerühma parameedikud.

TOITLUSTAMINE: Võistlejate toitlustamine toimub finišikeskuses toitlustustelgis. Võistlejatele (ka lastevõistlusel osalenutele) on toitlustamine TASUTA ja seda käepaela alusel. Võistluse pealtvaatajatele on menüü tasuline.

Toitlustustelk finišialas on avatud alates 11:30 kuni viimase võistleja lõpetamiseni. Müük pealtvaatajatele toimub kuni kl 21:00.

Tasuda saab sularahas.

MASSAAŽ: Eesti Massaaži- ja Teraapiakool toob võistluspäeval finišikeskusesse oma kooli kasvandikud. Iga võistlejale on ette nähtud TASUTA lühike, kerge taastav massaažisessioon. Erinevad massaažiliigid (spordi, Tai- jne) on saadaval.

Massaažisessiooni soovitame ajastada pärast pesemist.

PESEMINE: Võistlejale ja ühele tema kaaslasele on käepaelte alusel TASUTA avatud Keila Tervisekeskus, kus saab nautida nii soome- kui aurusauna, külastada ujulat või lihtsalt keha üle loputada.

FINIŠEERIJA LOUNGE: Finišisirge juurest leiab lõpetaja ka ala, kus on tema väsinud keha jaoks mõeldud pehmed kotid. Sealt alalt avaneb otsevaade finišisirgele, mis võimaldab aktiivset kaasaelamist lõpetavatele konkurentidele.

AUTASUSTAMINE: Autasustamine algab võimalikult kiirelt pärast viimase võistleja lõpetamist. Eeldatav algusaeg 22:30. Autasustamine leiab aset Keila Tervisekeskuse pallisaalis.

TULEMUSED, FOTOD JA DIPLOMID: Tulemused ilmuvad reaalajas Triathlon Estonia kodulehel märgitud lingil. Tulemused avaldatakse jooksvalt esialgsetena võistluskeskuse ekraanidel. Lõplikud, žürii poolt kinnitatud ametlikud ja diplomiga tulemused avaldatakse hiljemalt kolme päeva jooksul Korraldaja kodulehel www.triathlonestonia.ee tulemuste lingi all.

Pärast lõpetamist saab igaüks protokollis oma nimele vajutades avada personaalse elektroonilise diplomi, mida saab salvestada, trükkida või sotsiaalmeedias jagada.

Finišiprotokoll on avalik dokument.

Korraldajal on õigus kasutada ja avaldada kõiki korraldaja poolt tehtavaid fotosid ja videoülesvõtteid turunduslikel eesmärkidel.

Meeldivaid emotsioone Triathlon Estonial,

Triathlon Estonia meeskond