



PRAVIDLÁ STÚ

Platné
od ~~17.~~ 31. marca 2023

Súťažné pravidlá STÚ
Schválené VV STÚ dňa ~~17.~~ 31. 03. 2023

PRAVIDLÁ PRETEKOV VYHLASOVANÝCH SLOVENSKOU TRIATLONOVOU ÚNIOU

Pravidlá STÚ sú základným dokumentom určujúcim pravidlá triatlonu a odvodených multišportov, ktoré v Slovenskej republike vyhlasuje Slovenská triatlonová únia. Za návrhy zmien v pravidlách je zodpovedná Komisia rozhodcov STÚ. Zmeny schvaľuje Výkonný výbor STÚ, ktorý súčasne vykonáva aj výklad. Aktuálna verzia pravidiel je k dispozícii na oficiálnej webovej stránke STÚ www.triathlon.sk.

Kontakt:

Slovenská triatlonová únia / Slovenský triatlon

Junácka 6

832 80 Bratislava 3

email: triathlon@triathlon.sk

- Obsah:
1. ÚVOD
 2. VŠEOBECNÉ PRAVIDLÁ
 3. TRESTY
 4. PLÁVANIE
 5. CYKLISTIKA
 6. BEH
 7. DEPO, PRECHODOVÉ PRIESTORY
 8. DĹŽKY TRATÍ, DRUHY SÚŤAŽÍ, KATEGÓRIE
 9. CENY A OCENENIA
 10. OFICIÁLNI FUNKCIONÁRI SÚŤAŽÍ
 11. PROTESTY
 12. ODVOLANIA
 13. PRETEKY DRUŽSTIEV A ŠTAFIET
 14. AQUATLON
 15. ZIMNÝ TRIATLON
 16. KROS TRIATLON A KROS DUATLON
 17. KVADRIATLON
 18. AKVABIKE
 19. PRÍLOHY

1. ÚVOD

1.1. Účel

Tieto pravidlá sú platné pre všetky súťaže, ktorých vyhlasovateľom je STÚ alebo členovia STÚ, a ktoré nesú názov triatlon vrátane príslušných odvodených multišportov (ich zoznam je uvedený v článku 1.7.). Na takýchto súťažiach platia tieto pravidlá pre všetky vekové kategórie.

Pravidlá STÚ definujú podmienky a správanie sa pretekárov počas pretekov, ako aj bezprostredne pred pretekmi a bezprostredne po pretekoch.

Manuál súťaží STÚ (smernica Štandardy pre preteky zaradené do Slovenských pohárov) definuje povinnosti usporiadateľa pretekov a je súčasťou zmluvy medzi STÚ a organizátorom pretekov.

V prípade organizovania pretekov na úrovni ET, WT, sú pravidlá WT nadradené nad pravidlá STÚ.

Súťažný poriadok STÚ konkretizuje súťažnú sezónu pre preteky, ktorých vyhlasovateľom je STÚ. Pri výklade pravidiel má Súťažný poriadok STÚ na týchto pretekoch vyššiu prioritu.

1.2. Zámer

Pravidlá STÚ slúžia na:

- vytvorenie športovej atmosféry, zabezpečenie kvality a fair play na pretekoch,
- zabezpečenie bezpečnosti všetkých účastníkov,
- penalizáciu pretekárov v prípade porušenia pravidiel. Zoznam všetkých použitých skratiek je uvedený v článku 1.7.

1.3. Úpravy

Pravidlá STÚ môžu byť upravené pre potreby ďalších multišportov, ktoré nespadajú do kompetencie STÚ.

1.4. Výnimky

Súťažný výbor pretekov môže rozhodnúť o výnimke pre dané preteky pokiaľ si to vyžadujú zvláštne podmienky alebo bola táto výnimka schválená VV STÚ. Pretekári sa o zmene musia dozvedieť čo najskôr, najneskôr však v čase poučenia pretekárov pred pretekmi.

Pokiaľ pretekár vyžaduje výnimku z pravidiel, musí písomnou formou požiadať VV STÚ o výnimku na celú sezónu. VV STÚ následne rozhodne o udelení výnimky. Týka sa to predovšetkým handicapovaných pretekárov.

1.5. Osobitné právne úpravy

Súťažný výbor pretekov môže pre konkrétne preteky schváliť špecifické obmedzenie alebo pravidlo, pričom:

- špecifické pravidlo/obmedzenie nesmie byť v rozpore s Pravidlami STÚ;
- špecifické pravidlo/obmedzenie je nutné oznámiť najneskôr pri poučení pretekárov pred pretekmi. Odporúča sa však, aby to bolo oznámené VV STÚ týždeň pred konaním sa pretekov.
- špecifické pravidlo/obmedzenie môže byť uplatnené aj v rozpore s Pravidlami STÚ, a to výlučne v prípadoch nevyhnutných na zaistenie bezpečnosti pretekov z dôvodu zásahu vyššej moci v priebehu súťažného dňa. Toto obmedzenie musí byť oznámené najneskôr pred štartom danej kategórie.

1.6. Aktualizácia pravidiel

Zmeny pravidiel navrhuje Rozhodcovská komisia STÚ a ich schválenie podlieha VV STÚ.

1.7. Použité pojmy a skratky

Slovenská triatlonová únia	STÚ
Európsky triatlon	ET (Európska triatlonová únia)
Svetový triatlon	WT (Medzinárodná triatlonová únia)
Disciplinárna komisia STÚ	DK STÚ
Komisia rozhodcov STÚ	KR STÚ
Súťažný poriadok STÚ	SúPo
Technický delegát	TD
Hlavný rozhodca	HR
Rozhodca	R
Žltá karta	ŽK

Modrá karta	MK
Červená karta	ČK
Krátky (olympijský) triatlon	OTT
Šprint triatlon	ŠTT
Superšprint triatlon	SŠT
Zmiešané štafety (mix triatlon)	MXT
Stredný triatlon	STT
Dlhý triatlon	DTT
Krátky duatlon	KDT
Šprint duatlon	ŠDT
Superšprint duatlon	SŠD
Dlhý duatlon	DDT
Akvatlon	AQT
Zimný triatlon	ZTT
Šprint zimný triatlon	ŠZTT
Kros triatlon	KRTT
Šprint kros triatlon	ŠKTT
Kros duatlon	KRDT
Šprint kros duatlon	ŠKDT
Šprint kvadriatlon	ŠKT
Krátky kvadriatlon	KKT
Dlhý kvadriatlon	DKT
Akvabike	AQB
Šprint akvabike	ŠAQB
Majstrovstvá Slovenska	M-SR

1.8. Športy

- 1.8.1. **Triatlon** (SŠT, ŠTT, OTT, STT, DTT, MXT) je šport, počas ktorého pretekár absolvuje plaveckú, cyklistickú a bežeckú časť v uvedenom poradí, s priebežným meraním času od štartu plávania až po cieľ behu. Iná modifikácia nesmie byť nazvaná triatlonom a už jej názov musí vystihovať inú podstatu;
- 1.8.2. **Zmiešané štafety (mix triatlon)** je športová disciplína, počas ktorej 3, resp. 4 členovia štafety absolvujú celý triatlon (zvyčajne na objemoch SŠT). V prípade štartu 3-členných zmiešaných štafiet je spôsob štartu pohlavie X-pohlavieY-pohlavieX. V prípade štartu 4-členných zmiešaných štafiet je spôsob štartu muž-žena-muž-žena.
- 1.8.3. **Duatlon** (ŠDT, KDT, DDT) je šport, počas ktorého pretekár absolvuje prvú bežeckú, cyklistickú a druhú bežeckú časť v uvedenom poradí, s priebežným meraním času od štartu prvého behu až po cieľ druhej bežeckej časti. Iná modifikácia nesmie byť nazvaná duatlonom a už jej názov musí vyjadrovať inú podstatu.
- 1.8.4. **Akvatlon** (AQT) je šport, počas ktorého pretekár absolvuje minimálne plaveckú a bežeckú časť v ľubovoľnom poradí, s priebežným meraním času od štartu až po cieľ.
- 1.8.5. **Zimný triatlon** (ZTT, ŠZTT) je šport, počas ktorého pretekár absolvuje beh, cyklistiku a beh na lyžiach v uvedenom poradí.
- 1.8.6. **Kros triatlon** (KTT, ŠKTT) je triatlon, počas ktorého pretekár absolvuje cyklistickú časť v teréne na horskom alebo trekingovom bicykli.
- 1.8.7. **Kvadriatlon** (ŠKT, KKT, DKT) je šport, počas ktorého pretekár absolvuje plaveckú, kajakársku, cyklistickú a bežeckú časť v uvedenom poradí, s priebežným meraním času od štartu plávania až po cieľ behu. Kanoistická časť sa riadi ustanoveniami Pravidiel rýchlostnej kanoistiky pre dlhé trate, ak nie je týmito Pravidlami ustanovené inak. Iná modifikácia nesmie byť nazvaná kvadriatlonom a už jej názov musí vyjadrovať inú podstatu.
- 1.8.8. **Akvabike** (AQB, ŠAQB) je šport, počas ktorého pretekár absolvuje minimálne plaveckú, cyklistickú časť a záver (bežecký finiš) s priebežným meraním času od štartu až do cieľa.

1.9. Ďalšie pojmy

- a) Člen STÚ je definovaný Stanovami STÚ;
- b) Usporiadateľ je právny subjekt, ktorý nesie zodpovednosť za usporiadanie pretekov;
- c) Vyhlasovateľ je právny subjekt zodpovedný za riadenie súťaže. Súťaže, ktorých vyhlasovateľom je STÚ sú definované v Súťažnom poriadku STÚ.

2. VŠEOBECNÉ PRAVIDLÁ

2.1. Všeobecné správanie sa pretekárov

- 2.1.1. Pretekár v rámci svojej účasti na pretekoch zodpovedá za svoju bezpečnosť a za bezpečnosť ostatných;
- 2.1.2. Pretekár je povinný ovládať, rozumieť a dodržiavať Pravidlá STÚ;
- 2.1.3. Pretekár je povinný sa riadiť pokynmi rozhodcov a usporiadateľov;
- 2.1.4. Pretekár je povinný sa chovať slušne a nepoužívať vulgárne výrazy;
- 2.1.5. V prípade odstúpenia z pretekov je pretekár povinný informovať o tom najbližšieho rozhodcu alebo časomieru. Po odstúpení z pretekov si pretekár musí dať dole štartovné číslo, príp. odovzdať čip;
- 2.1.6. Pretekár je povinný poznať trať pretekov a absolvovať celú trať pretekov tak ako ju vyznačil usporiadateľ, vrátane počítania okruhov;
- 2.1.7. Pretekár je povinný sa nechať označiť (popísať) podľa pokynov usporiadateľa;
- 2.1.8. Štartovné číslo poskytnuté usporiadateľom nesmie byť žiadnym spôsobom upravované a musí byť použité tak, aby bola viditeľná celá jeho plocha;
- 2.1.9. Pretekár sa nesmie pohybovať (rozcvičovať) na trati pretekov v čase, keď na rovnakej trati práve prebiehajú iné preteky;
- 2.1.10. Pretekár nesmie blokovať iného pretekára, alebo urobiť náhle zmeny smeru tak, že skríži dráhu iného pretekára;
- 2.1.11. Pretekár musí absolvovať celú trať pretekov tak ako ju vyznačil usporiadateľ. V prípade ak opustí trať, musí sa na ňu vrátiť na tom mieste, na ktorom ju opustil;
- 2.1.12. V prípade nehody smie pretekár po poskytnutí prvej pomoci lekárom pokračovať v pretekoch za predpokladu súhlasu lekára alebo zdravotníckeho personálu;
- 2.1.13. Pretekár nesmie znečisťovať trať a jej okolie, obaly od jedla a pitia môže odhodiť iba v určenom priestore za občerstvovacou stanicou („Littering zone“ – priestor (zóna) na odhadzovanie odpadkov). V prípade, keď organizátor jasne vymedzí priestor (zóna) na odhadzovanie odpadkov a pretekár odhodí použitý odpad mimo tejto zóny, bude postihnutý penalizáciou;
- 2.1.14. Pretekár je povinný riadiť sa pokynmi uvedenými v oficiálnych propozíciách pretekov, ktoré nie sú špecifikované týmito pravidlami;

2.2. Cudzía pomoc

- 2.2.1. Asistencia/služba, ktorá je poskytnutá usporiadateľom alebo rozhodcami je povolená, ale je obmedzená na poskytnutie občerstvenia, mechanickú a zdravotnícku pomoc, prípadne môže byť rozšírená rozhodnutím technického delegáta alebo hlavného rozhodcu. Pretekári štartujúci v rovnakých pretekoch si môžu navzájom pomáhať v zmysle požičania náradia, poskytnutia občerstvenia, náhradnej duše alebo lepenia, prípadne fyzickej pomoci pri oprave;
- 2.2.2. Pretekár nesmie požičať časť vybavenia, pokiaľ by potom sám nebol schopný pokračovať v pretekoch. Toto sa týka napríklad požičania tretier, bicykla, kola, rámu, alebo prilby. V takomto prípade budú diskvalifikovaní obidvaja pretekári – ten ktorý pomoc poskytol a ten ktorý ju prijal;
- 2.2.3. Pretekár nesmie byť na trati sprevádzaný alebo vedený sprievodným autom, motorkou, cyklistom ani bežcom. Informácie môžu byť pretekárovi poskytované iba z okraja trate;
- 2.2.4. Pretekári sa nesmú navzájom tlačiť alebo odstrkovať, a to ani od sprievodných vozidiel;
- 2.2.5. Pretekár sa aktívne vyhýba asistencii/pomoci od svojho sprievodu aj od divákov.

2.3. Doping

- 2.3.1. Pretekár je povinný dodržiavať všeobecné ustanovenia WADA a ustanovenia Antidopingovej agentúry SR (www.antidoping.sk);
- 2.3.2. Pretekár je povinný na vyzvanie absolvovať dopingové testy a rešpektovať prípadný trest.

2.4. Zdravie

Triatlon a ďalšie odvodené multišporty sú vytrvalostné športy. Pretekár musí byť v dobrom zdravotnom stave. Dospelý pretekár zodpovedá sám za svoj zdravotný stav, za neplnoletého pretekára zodpovedá jeho zákonný zástupca.

2.5. Časové limity

- 2.5.1. Časové limity slúžia na ochranu zdravia pretekárov a na bezpečnosť pretekov;
- 2.5.2. Časové limity pre vypísané trate musia byť uvedené v propozíciách pretekov;
- 2.5.3. Pretekár, ktorý nesplní časový limit musí z pretekov odstúpiť. Odstúpeniu nemusí predchádzať červená karta.

2.6. Registrácia

- 2.6.1. Spôsob registrácie na preteky je uvedený v propozíciách pretekov, prípadne sa riadi Súťažným poriadkom pre daný rok;
- 2.6.2. Pretekár sa musí dostaviť na registráciu/prezentáciu na preteky v predpísanom čase, musí splniť všetky podmienky dané týmito pravidlami, Súťažným poriadkom a propozíciami pretekov;
- 2.6.3. Pretekár, ktorý má rozhodnutím Disciplinárnej komisie STÚ pozastavenú činnosť, nesmie štartovať na žiadnych pretekoch vyhlásených STÚ alebo usporiadaných členom STÚ a nesmie štartovať ani na pretekoch ET/WT;
- 2.6.4. Informácie o pretekoch sú obsiahnuté v propozíciách pretekov dostupných na webe STÚ (www.triathlon.sk) a na webovom sídle organizátora pretekov. Propozície na tomto webe sú nadradené všetkým prípadným ďalším verziám propozícií daných pretekov. Usporiadateľ je povinný prípadné zmeny v propozíciách oznámiť najneskôr 7 dní pred prvým štartom všetkým účastníkom pretekov (sekretariát STÚ, rozhodcovia, pretekári).

2.7. Meranie času, čipy, názvoslovie výsledkových listín

- 2.7.1. V priebehu pretekov sa tlačí „predbežná výsledková listina“ určená pre potreby moderátora a iné operatívne potreby;
- 2.7.2. Po dobehnutí posledného pretekára do cieľa sa na pokyn hlavného rozhodcu tlačí „neoficiálna výsledková listina“ určená na vyvesenie a na podanie prípadných protestov. Listinu musí podpísať hlavný rozhodca spolu s časom vyvesenia;
- 2.7.3. Po uplynutí stanovenej doby na podanie protestov alebo vyriešení prípadných protestov sa na pokyn hlavného rozhodcu tlačí „oficiálna výsledková listina“. Výsledkovú listinu musí podpísať hlavný rozhodca.;
- 2.7.4. Oficiálna výsledková listina musí obsahovať čisté časy všetkých disciplín, čas jednotlivých dep a čas pretekára v cieľi. Ďalej musí obsahovať mená pretekárov, ktorí odštartovali a preteky nedokončili s označením DNF (did not finished) a mená pretekárov, ktorí boli diskvalifikovaní s označením DSQ (disqualified) a uvedením dôvodu diskvalifikácie;
- 2.7.5. Oficiálna výsledková listina je podkladom na vyhlasovanie víťazov a musí obsahovať výsledky všetkých vyhlásených kategórií tak ako sú uvedené v propozíciách pretekov;
- 2.7.6. Na vyhlásenie víťazov pre média po dobehnutí prvých troch pretekárov je výnimočne možné použiť predbežnú výsledkovú listinu iba so súhlasom súťažného výboru;
- 2.7.7. Ak je na meranie času použitá čipová technológia, pretekár je povinný mať čip na sebe už pri ukladaní vecí do depa pred štartom. V prípade straty čipu je povinnosťou pretekára informovať o tom rozhodcu.
- 2.7.8. Výsledková listina musí obsahovať časy jednotlivých disciplín, depa a výsledný čas. Ďalej by mala obsahovať informáciu o teplote vody a vzduchu, mená technického delegáta, hlavného rozhodcu a riaditeľa pretekov a dĺžky tratí jednotlivých disciplín pre jednotlivé kategórie;
- 2.7.9. Štandardizácia skratiek pri menách pretekárov, ktorí nedokončili preteky:
 - LAP - pretekár vyradený pravidlom o dobehnutí o celý okruh počas cyklistickej časti;
 - DNF - pretekár, ktorý nedokončil preteky;
 - DSQ - pretekár, ktorý bol diskvalifikovaný (dostal červenú kartu);
 - DNS - pretekár, ktorý bol prihlásený, ale na preteky nenastúpil (v takomto prípade môže byť z výsledkovej listiny vypustený).

2.8. Štartovné čísla

- 2.8.1. V prípade, že organizátor zabezpečí štartové čísla a nariadi ich použitie, počas plaveckej časti štartovné číslo je pretekár povinný mať uložené v depe, ale nesmie byť voľne položené na zemi;
- 2.8.2. V prípade, že organizátor zabezpečí štartové čísla a nariadi ich použitie aj počas cyklistickej časti, pretekár je povinný mať štartovné číslo jasne viditeľné zozadu;
- 2.8.3. V prípade, že organizátor zabezpečí štartové čísla a nariadi ich použitie počas bežeckej časti, pretekár je povinný mať štartovné číslo počas bežeckej časti pretekov jasne viditeľné spredu;
- 2.8.4. V prípade, že organizátor zabezpečí podmienky na dostatočnú identifikáciu pretekárov (napr. tetovacie čísla na oboch rukách a oboch nohách) štartové čísla nemusí zabezpečiť.

2.9. Občerstvovanie, sprievod

- 2.9.1. Pretekári si môžu priniesť vlastné občerstvenie a požiadať o jeho umiestnenie na určenom občerstvovanom mieste;
- 2.9.2. Vlastné občerstvenie smie pretekárom podávať ich vlastný sprievod výlučne na usporiadateľom určených miestach, najčastejšie priamo pri občerstvovacej stanici;
- 2.9.3. Občerstvenie, vrátane vlastného občerstvenia, môže byť podávané iba v nerozbitných nádobách.

2.10. Oblečenie, vybavenie

- 2.10.1. Súťažný dres (oblečenie) môže byť jednodielny alebo dvojdielny. Musí však zakrývať vrchnú časť trupu spredu, chrbát môže byť odkrytý od pásu hore. Technický delegát môže rozhodnúť o povolení dodatočného oblečenia na základe aktuálnych meteorologických podmienok (dlhý rukáv...);
- 2.10.2. Jednodielny súťažný dres má mať zips na chrbtovej časti. Je zakázané odhaľovanie hornej časti tela.
- 2.10.3. Pretekári môžu ďalej použiť oblečenie a vybavenie špecifikované v článkoch 4, 5 a 6.;
- 2.10.4. Oblečenie a vybavenie nesmie obsahovať prvky politickej, náboženskej ani rasovej neznášanlivosti.

2.11. Výnimočné situácie

Výnimočné situácie sa riešia nasledujúcim spôsobom:

- 2.11.1. Pred štartom pretekov:
 - a) Štart pretekov môže byť odložený ak o tom rozhodol súťažný výbor. Pretekári musia byť o tom informovaní čo najskôr, musí byť oznámený dôvod odloženia a čas nového štartu. Odklad kratší ako 5 minút nie je nutné hlásiť;
 - b) Triatlon môže byť zmenený na duatlon alebo na kombináciu plávanie – beh, cyklistika – beh, prípadne beh – cyklistika na zodpovedajúcich vzdialenostiach. Štart upravených pretekov je buď hromadný alebo intervalový. Preferovaná alternatíva je duatlon s kratším prvým behom;
 - c) Duatlon môže byť zmenený na kombináciu cyklistika – beh, prípadne na beh – cyklistika na zodpovedajúcich vzdialenostiach. Štart upravených pretekov je buď hromadný alebo intervalový
 - d) Súťažný výbor môže rozhodnúť o inom riešení v prípade, že nie je možné použiť vyššie uvedené možnosti;
- 2.11.2. V priebehu pretekov:
 - a) Akákoľvek časť pretekov, maximálne však jedna, môže byť skrátená v priebehu pretekov. Technický delegát a hlavný rozhodca sa postarajú o maximálnu férovosť pretekov a bezpečnosť pretekárov. Pokiaľ to nie je možné zabezpečiť, preteky je nutné zastaviť.

2.12. Počty pretekárov

Limit počtu pretekárov určuje usporiadateľ a na pretekoch vyhlasovaných STÚ schvaľuje technický delegát.

2.13. Ceremoniál vyhlasovania výsledkov

Na vyhlasovanie výsledkov pretekári umiestnení na 1. až 3. mieste musia na ceremoniál nastúpiť vhodne oblečení, odporúča sa tímové oblečenie. Je zakázané si priniesť na stupne víťazov akýkoľvek reklamný predmet (vrátane bicykla, lyží...). Na vyhlasovanie je zakázané priniesť so sebou aj vlajku (vlajku klubu).

3. TRESTY

3.1. Všeobecné pravidlá

- 3.1.1. Tresty za porušenie pravidiel sú oprávnení udeľovať iba rozhodcovia;
- 3.1.2. Potrestanie pretekára je logickým dôsledkom porušenia pravidiel;
- 3.1.3. Porušenie Pravidiel STÚ môže viesť k postihu pretekára ústnym napomenutím, potrestaním časovou penalizáciou, diskvalifikáciou, dočasným pozastavením činnosti alebo úplným vylúčením z STÚ. Postih dočasné pozastavenie činnosti alebo úplné vylúčenie pretekára je iba za závažné porušenie Pravidiel STÚ alebo pravidiel Antidopingovej agentúry SR a rozhoduje o ňom Disciplinárna komisia STÚ;
- 3.1.4. Rozhodca môže potrestať pretekára aj v prípade získania výhody spôsobom, ktorý nie je priamo uvedený v pravidlách alebo v prípade nebezpečného správania sa;
- 3.1.5. Pretekár môže byť diskvalifikovaný aj v cieľi, prípadne rozhodnutím Komisie rozhodcov STÚ dodatočne aj po pretekoch a to do 30 dní od skončenia pretekov;
- 3.1.6. Tabuľka priestupkov a trestov je uvedená v prílohe týchto pravidiel.

3.2. Ústne napomenutie

Účelom je varovať pretekára pred možným porušením pravidiel. Ústne napomenutie môže byť uložené v prípade, ak:

- a) pretekár porušil pravidlo neúmyselne;
- b) rozhodca vyhodnotí, že by mohlo dôjsť k porušeniu pravidla;
- c) pretekár nezískal výhodu.

Postup pri uložení ústneho napomenutia: rozhodca zapíska na píšťalke a oznámi pretekárovi požiadavku. Pokiaľ to situácia vyžaduje, rozhodca pretekára zastaví a pretekár pokračuje v pretekoch po náprave.

3.3. Stop&Go

- 3.3.1. Pravidlo Stop&Go (v preklade zastav a pokračuj) sa používa na odstránenie menších porušení pravidiel;
- 3.3.2. Postup pri uložení Stop&Go - rozhodca ukáže pretekárovi žltú kartu a povie jeho číslo a „STOP“. Pretekár musí prestať pretekať a ďalej sa riadi pokynmi rozhodcu. V pretekoch pokračuje ihneď ako mu rozhodca povie „GO“;
- 3.3.3. Stop&Go nie je časová penalizácia, slúži iba k okamžitej náprave

3.4. Časová penalizácia

- 3.4.1. Časovej penalizácii nemusia predchádzať ústne napomenutie.
- 3.4.2. Časovú penalizáciu si pretekár odpyká buď v penalty boxe alebo v depe.
- 3.4.3. Postup pri uložení časovej penalizácie:
 - a) rozhodca zapíska na píšťalke, ukáže žltú alebo modrú kartu a oznámi pretekárovi „časová penalizácia“. Pretekár pokračuje v pretekoch bez zastavenia a zastaví až v príslušnom penalty boxe;
ALEBO
 - b) pretekár je informovaný o uložení časovej penalizácie cez informačnú tabuľku v penalty boxe. Pretekár je zodpovedný za sledovanie obsahu informačnej tabule a za zastavenie v penalty boxe.;
- 3.4.4. Modrá karta slúži na potrestanie draftingu na pretekoch so zakázanou jazdou v háku, žltá karta slúži na potrestanie ostatných porušení pravidiel.
- 3.4.5. Modrá karta sa netýka potrestania draftingu medzi mužmi a ženami (resp. medzi rovnakým pohlavím) na pretekoch s povolenou jazdou v háku. V takomto prípade rozhodca použije Stop&Go, prípadne priamo diskvalifikuje.
- 3.4.6. Časová penalizácia v prvom depe (pre všetky porušenia do tej doby):
 - a) rozhodca ukáže žltú kartu vo chvíli, keď trestaný pretekár dorazí na svoje miesto v depe. Pretekár musí zastaviť a bez akejkoľvek činnosti počkať na odpočítanie konca časovej penalizácie rozhodcom.
 - b) rozhodca začne počítať ihneď ako pretekár zastaví na svojom mieste. V prípade akejkoľvek aktivity pretekára rozhodca pozastaví odpočítavanie.
 - c) ihneď po odpykaní trestu rozhodca oznámi „GO“.
- 3.4.7. Časová penalizácia v cyklistickom penalty boxe (pri zakázanej jazde v háku - pokiaľ sú zriadené samostatné penalty boxy):

- a) Pretekár, ktorý bol na cyklistike potrestaný modrou kartou musí zastaviť v cyklistickom penalty boxe pred príchodom do depa. Čísla potrestaných pretekárov nie sú v boxe uvádzané na informačnej tabuli.
- b) Pretekár po príchode do penalty boxu nahlási svoje číslo a meno. Čas beží od momentu, keď pretekár vstúpi do priestoru penalty boxu. Po vypršaní stanoveného času pretekár pokračuje v pretekoch, čo mu je oznámené rozhodcom pokynom „GO“.
- c) Pretekár nesmie v penalty boxe vykonávať žiadnu činnosť (prezliekanie sa, úprava vybavenia, občerstvovanie...). V prípade akejkoľvek aktivity pretekára rozhodca pozastaví odpočítavanie času.

3.4.8. Časová penalizácia v bežekom penalty boxe (pre všetky priestupky od prvého depa, okrem draftingu - pokiaľ sú zriadené samostatné penalty boxy, ktorý sa nachádza minimálne 100m pred cieľom):

- a) Čísla penalizovaných pretekárov sú viditeľné na informačnej tabuli v penalty boxe. Po odpykaní trestu je číslo odstránené, prípadne škrtnuté.
- b) Pretekár po príchode do penalty boxu nahlási svoje číslo a meno. Čas beží od momentu, keď pretekár vstúpi do priestoru penalty boxu. Po vypršaní stanoveného času pretekár pokračuje v pretekoch, čo mu je oznámené rozhodcom pokynom „GO“.
- c) Pretekár nesmie v penalty boxe vykonávať žiadnu činnosť (prezliekanie sa, úprava vybavenia, občerstvovanie, ...). V prípade akejkoľvek aktivity pretekára rozhodca pozastaví odpočítavanie času.
- d) Pretekár sa môže zastaviť v penalty boxe v ktoromkoľvek z bežeckých okruhov.
- e) Informácia o časovej penalizácii pretekára musí byť na informačnej tabuli umiestnená pred vbehnutím tohto pretekára do posledného okruhu.

3.4.9. Časová penalizácia (vrátane penalty boxu) sa nepoužíva pri pretekoch nádejí, namiesto toho sa používa Stop&Go spojené s nápravou.

3.4.10. Dĺžka časovej penalizácie sa líši podľa druhu pretekov (viď tabuľka 3.4.10.a) a 3.4.10.b.)

Tab.3.4.10.a) Časová penalizácia (žltá karta)

Kategória	Časová penalizácia
žiaci	10 sekúnd
šprint	10 sekúnd
krátky	15 sekúnd
stredný	30 sekúnd
dlhý	60 sekúnd

Tab. 3.4.10.b) Časová penalizácia spojená s draftingom (modrá karta)

Druh pretekov	Časová penalizácia
šprint	1 minúta
krátky	2 minúty
stredný a dlhý	5 minút

3.5. Diskvalifikácia

3.5.1. Diskvalifikácia je uložená priamo za porušenie niektorých pravidiel, za nebezpečné alebo nešportové správanie.

3.5.2. Pokiaľ to čas a podmienky dovoľujú, tak diskvalifikácia prebieha nasledovne: zapískaním na píšťalke, ukázaním červenej karty, oznámením čísla pretekára a dôvodu diskvalifikácie. Diskvalifikácia môže byť oznámená dodatočne.

3.5.3. Diskvalifikovaný pretekár môže pokračovať v pretekoch. Výnimkou je pravidlo o dobehnutí o jeden okruh počas cyklistickej časti.

3.6.1. Dočasné pozastavenie činnosti

3.6.1 Dočasné pozastavenie činnosti je trest spojený so závažným porušením pravidiel, ako je napr. nebezpečné alebo násilné nešportové správanie. O tomto treste rozhoduje súťažný výbor pretekov a návrh na pozastavenie posielajú na Disciplinárnu komisiu STÚ a sekretariát STÚ technický delegát pretekov ako predseda súťažného výboru a to najneskôr do 2 pracovných dní od skončenia pretekov.

3.6.2. Pretekár s dočasne pozastavenou činnosťou sa nesmie zúčastniť na pretekoch vyhlasovaných STÚ alebo usporiadaných členom STÚ, ani na pretekoch ET/WT.

- 3.6.3. O podanom podnete rokuje Disciplinárna komisia STÚ podľa platného Disciplinárneho poriadku STÚ. Dočasné pozastavenie činnosti platí do rozhodnutia Disciplinárnej komisie STÚ, prípadne Výkonného výboru STÚ.
- 3.6.4. O dočasnom pozastavení licencie je pretekár informovaný prostredníctvom elektronickej pošty na adresu uvedenú v registračnom systéme STÚ, prípadne inou formou, pokiaľ elektronickej adresa nie je k dispozícii. Informácia je pretekárovi zaslaná do 3 pracovných dní od prijatia informácie sekretariátom STÚ.

4. PLÁVANIE

4.1. Všeobecné pravidlá

- 4.1.1. Pretekár môže plávať akýmkoľvek plaveckým spôsobom, šliapať vodu alebo splývať. Pretekár sa môže odrážať od dna iba na začiatku a na konci plaveckého okruhu.
- 4.1.2. Pretekár musí absolvovať plaveckú časť tak ako je usporiadateľom vytýčená.
- 4.1.3. Pretekár môže stáť na dne, pridŕžiavať sa neživých objektov ako sú bóje a stojaca loď. Pretekár ich ale nesmie využiť na to, aby získal výhodu. Státie na dne alebo pridŕžanie sa je povolené iba pokiaľ ide o bezpečnosť pretekára.
- 4.1.4. V prípade nebezpečenstva pretekár dvihne ruku a zavolá pomoc. Pokiaľ je pretekár vytiahnutý z vody, už ďalej nesmie pokračovať v pretekoch.
- 4.1.5. Medzi plávaním a depom nesmie pretekár trvalo odložiť žiadnu časť plaveckej výstroje. Ak pretekár odloží časť svojej plaveckej výstroje počas plaveckej časti, je zodpovedný za to, že nebude prekážať ostatným pretekárom a že ním bude následne transportovaná do depa.
- 4.1.6. Pretekár je povinný si sám uložiť všetky časti výstroja použité pri plaveckej časti na svoje vyhradené miesto v depe. V prípade, že tak neurobí bude penalizovaný. Výnimku má kategória žiaci – Nádeje C.
- 4.1.7. Povolené sú tieto spôsoby hromadného štartu:
- z vody;
 - z brehu vbehnutím do vody;
 - skokom do vody.
- 4.1.8. Ak sa pláva v rieke (tečúcej vode), technický delegát môže rozhodnúť o skrátení plaveckej časti alebo jej zrušení v závislosti na veľkosti prúdu rieky (tečúcej vody).

4.2. Teplota vody, použitie neoprénu

- 4.2.1. Teplota vody sa meria na niekoľkých miestach trate vrátane najvzdialenejšieho bodu od brehu v hĺbke 60 cm. Najnižšia nameraná teplota je oficiálnou teplotou vody. Oficiálne meranie musí byť vykonané jednu hodinu pred štartom pretekov pod dohľadom technického delegáta alebo hlavného rozhodcu.
- 4.2.2. Pravidlá použitia neoprénu sa riadia podľa tabuľky 4.2.2.a) a 4.2.2.b):

Tab. 4.2.2.a)

Seniori, juniori, dorastenci, veteráni		
Dĺžka plávania	Zakázaný	Povinný
do 1500 m vrátane	22°C a viac *	15,9°C a menej
1501 m a viac	24,6°C a viac	15,9°C a menej

* v prípade pretekov na úrovni ET a WT, hranica 22°C sa pre kategórie Seniorov, Juniorov a Dorastencov znižuje na 20°C a hranica 24,6°C na 22,0°C v zmysle pravidiel WT;

Tab. 4.2.2.b)

Všetky žiacke kategórie		
Dĺžka plávania	Zakázaný	Odporúčaný
do 500 m vrátane	22°C a viac	od 19,0°C vrátane

* Starší a mladší žiaci majú plávanie zrušené pri teplote 17,9°C a nižšej.

* Všetky tri žiacke kategórie nádejí majú plávanie zrušené pri teplote nižšej ako 20,0°C a nižšej.

- 4.2.3. V prípade prikázania povinného použitia neoprénov pretekármi, tabuľka 4.2.3. udáva maximálny čas pobytu vo vode vzhľadom na dĺžku trate.

Dĺžka plávania	Dorastenci a juniori	M, Ž, AG, veteráni
do 300m	10 minút	20 minút

301 – 750 m	20 minút	30 minút
751 – 1500 m	x	30 minút *
751 – 1500 m	x	1 hod 10 minút
1501 – 3000 m	x	1 hod 15 minút*
1501 – 3000 m	x	1 hod 40 minút
3001 – 4000 m	x	1 hod 45 minút*
3001 – 4000 m	x	2 hod 15 minút

* hodnota platí pre preteky organizované na území Slovenska na úrovni ET, WT

- 4.2.4. Pri teplote vody 11,9 °C a nižšej sa plávanie vždy ruší. Pri pretekoch juniorov a dorastencov sa plávanie ruší pri teplote 14,9°C a nižšej.
- 4.2.5. Ak štartuje spoločne viacero kategórií, použitie neoprénov pre všetky spoločne štartujúce kategórie sa riadi najmladšou kategóriou v takomto štarte.
- 4.2.6. V prípade nepriaznivých poveternostných podmienok (silný vietor, prudký dážď, krupobitie) môže súťažný výbor rozhodnúť o zmene dĺžky plaveckej časti aj pravidla o použití neoprénu. Toto rozhodnutie musí byť pretekárom oznámené technickým delegátom najneskôr 30 minút pred plánovaným štartom.
- 4.2.7. Plavecká časť môže byť skrátená alebo dokonca zrušená podľa tabuľky:

Teplota vody / Pôvodná dĺžka plávania					
Teplota vody	Teplota vody	Teplota vody	Teplota vody	Teplota vody	Teplota vody
Pôvodná dĺžka	30,9°C – 15,0°C	14,9°C – 14,0°C	13,9°C – 13,0°C	12,9°C – 12,0°C	11,9°C a menej
750 m	750 m	750 m	750 m	750 m	zrušené
1000 m	1000 m	1000 m	1000 m	750 m	zrušené
1500 m	1500 m	1500 m	1500 m	750 m	zrušené
1900 m	1900 m	1900 m	1500 m	750 m	zrušené
2000 m	2000 m	2000 m	1500 m	750 m	zrušené
3000 m	3000 m	3000 m	1500 m	750 m	zrušené
4000 m	4000 m	3000 m	1500 m	750 m	zrušené

- 4.2.8. Teplota vody použitá v tabuľke 4.2.7. nemusí byť vždy teplotou nameranou. V prípade, ak je teplota vody nižšia ako 22°C a teplota vzduchu nižšia ako 15°C, je nameraná teplota vody prepočítaná podľa tabuľky 4.2.8. a výsledná hodnota je použitá na rozhodnutie o prípadnom skrátení alebo zrušení plaveckej časti podľa tabuľky 4.2.3. Oficiálnou teplotou vody zostáva nameraná hodnota podľa tabuľky:

Teplota vody / Teplota vzduchu											
	15°	14°	13°	12°	11°	10°	9°	8°	7°	6°	5°
22°	18,5	18,0	17,5	17,0	16,5	16,0	15,5	15,0	14,5	14,0	zrušené
21°	18,0	17,5	17,0	16,5	16,0	15,5	15,0	14,5	14,0	13,5	zrušené
20°	17,5	17,0	16,5	16,0	15,5	15,0	14,5	14,0	13,5	13,0	zrušené
19°	17,0	16,5	16,0	15,5	15,0	14,5	14,0	13,5	13,0	12,5	zrušené
18°	16,5	16,0	15,5	15,0	14,5	14,0	13,5	13,0	12,5	12,0	zrušené
17°	16,0	15,5	15,0	14,5	14,0	13,5	13,0	12,5	12,0	zrušené	zrušené
16°	15,5	15,0	14,5	14,0	13,5	13,0	12,5	12,0	zrušené	zrušené	zrušené
15°	15,0	14,5	14,0	13,5	13,0	12,5	12,0	zrušené	zrušené	zrušené	zrušené
14°	14,0	14,0	13,5	13,0	12,5	12,0	zrušené	zrušené	zrušené	zrušené	zrušené
13°	13,0	13,0	13,0	12,5	12,0	zrušené	zrušené	zrušené	zrušené	zrušené	zrušené

4.3. Výstroj

- 4.3.1. Pretekár je povinný použiť plaveckú čiapku, ak je pridelená usporiadateľom a je na nej vyznačené štartovné číslo pretekára. Ak sa pretekár rozhodne použiť aj vlastnú čiapku, tak čiapka pridelená usporiadateľom musí byť vrchná.
- 4.3.2. Plavecké okuliare, upchávka nosa a štuple do uší sú povolené.

- 4.3.3. Minimálne oblečenie pre plaveckú časť tvoria pre mužov nepriehľadné plavky, pre ženy nepriehľadné jedno alebo dvojdielne plavky.
- 4.3.4. Maximálne hrúbka plaveckého neoprénu nesmie v žiadnej časti presahovať 5mm. Neoprén sa nesmie skladať z viac ako troch samostatných častí, a to z kapucne alebo čiapky, vrchnej a spodnej časti. Jednotlivé samostatné časti obleku sa môžu prekrývať (vo vzpriamenej polohe) max. do 5 cm. Nie je povolené použitie neoprénu iba na nohy. Materiál na rukávoch a nohaviciach môže byť tenší ako materiál častí pokrývajúcich trup.
- 4.3.5. Neoprén môže zakrývať akúkoľvek časť tela okrem tváre, dlaní a chodidiel.
- 4.3.6. Použitie prídavnej plaveckej kombinézy na plaveckú časť je povolené. Táto kombinéza musí byť vyrobená z textilného materiálu a nesmie zakrývať paže od ramien dolu a nohy od kolien dolu.
- 4.3.7. Pretekár nesmie použiť:
 - a) rukavice alebo ponožky, kompresné návleky (pri strednom a dlhom triatlone sa použiť môžu na výnimku s lekárskej potvrdením), návleky na ruky, šnorchel, plutvy, plavecké packy akékoľvek vybavenie alebo zariadenie, ktoré umelo zvyšuje výkon alebo dodatočné nadľahčovacie pomôcky;
 - b) neoprén, ak je jeho použitie zakázané;
 - c) štartovné číslo.

4.4. Prezentácia pred plávaním, výber štartovacej pozície

- 4.4.1. Pretekár je povinný sa dostaviť na prezentáciu pred štartom. Čas prezentácie by mal byť uvedený v časovom harmonograme a zopakovaný počas výkladu k pretekcom.
- 4.4.2. Neabsolvovanie predpretekovej prezentácie môže byť dôvod na diskvalifikáciu.
- 4.4.3. Na pretekoch M-SR sa odporúča umožniť výber štartovej pozície pretekárom postupne podľa aktuálneho poradia v SIPO.
- 4.4.4. Pretekár, ktorý neodšartuje v čase na to určenom (napr. z dôvodu neskorého príchodu) je z pretekov diskvalifikovaný.

4.5. Štartovací proces

- 4.5.1. Štartovací proces riadia minimálne dvaja rozhodcovia, prípadne môže vypomôcť usporiadateľ po dohode s hlavným rozhodcom. Minimálny počet je štartér (HR) a pomocný štartér (R alebo usporiadateľ).
- 4.5.2. Štart sa môže uskutočniť až po tom, keď sú všetci pretekári zoradení a pomocný štartér dá znamenie zdvihnutou rukou, že môže byť odšartované. Následne štartér oznámi „Pripravte sa“ a nasleduje štartový signál. Pomocný štartér drží zdvihnutú ruku na znamenie, že je všetko v poriadku (pokiaľ to tak naozaj je) až do zaznenia štartového signálu.
- 4.5.3. Štartovým signálom môže byť napríklad: súvislý zvuk trúbky alebo súvislý hvizd píšťalky alebo výstrel zo štartovacej pištole alebo podobné signalizačné zariadenie. Typ štartového signálu musí byť oznámený pri výklade k pretekcom.
- 4.5.4. Pomocný štartér stojí tak, aby mal dokonalý prehľad nad celým štartovým poľom. Štartér stojí uprostred za pretekármi.
- 4.5.5. Medzi oznámením „Pripravte sa“ a štartovým signálom môže byť ľubovoľné oneskorenie.
- 4.5.6. Predčasný štart:
 - a) V prípade, ak sa niekto z pretekárov pohne vpred pred štartovým signálom, musí byť štartovacia procedúra zopakovaná. Na toto dohliada pomocný štartér, ktorý v prípade pohybu vpred pred štartovacím signálom dá ruku dole
 - b) V prípade predčasného štartu (pred štartovým signálom) jedného alebo niekoľkých pretekárov sú možné dva postupy:
 - ba) rozhodcovia potrestajú ŽK s časovou penalizáciou v prvom depe všetkých pretekárov, ktorí odšartovali predčasne, alebo
 - bb) preteky sú zastavené a štart sa zopakuje. Na zastavenie sa použijú člny a plavidlá, ktoré sú počas pretekov k dispozícii.
- 4.5.7. Rovnaká procedúra sa použije aj v prípade ostatných multišportov pod hlavičkou STÚ.
- 4.5.8. V prípade nedostatku rozhodcov, môže prácu pomocného štartéra vykonávať vyškolený usporiadateľ.

5. CYKLISTIKA

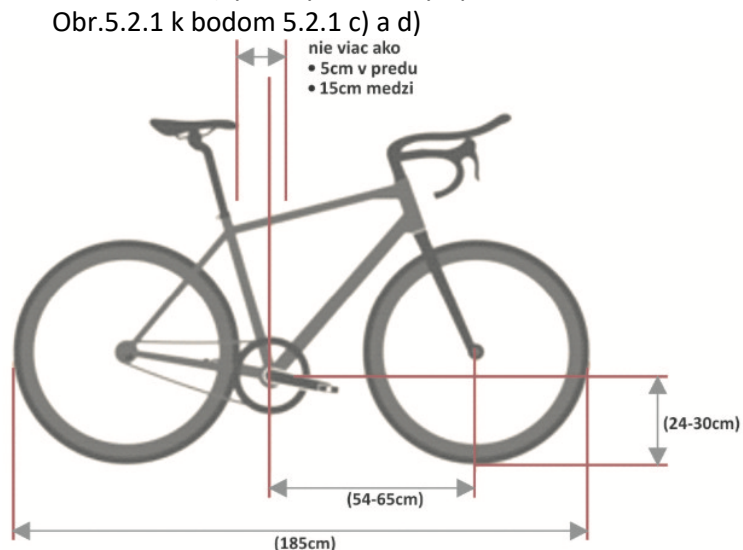
5.1. Všeobecné pravidlá

- 5.1.1. Vo všeobecnosti pre preteky v triatlone, duatlone a akvabiku platia UCI pravidlá pre cestnú cyklistiku;
- 5.1.2. Vo všeobecnosti pre preteky v zimnom triatlone, v kros triatlone a kros duatlone platia UCI pravidlá pre MTB cyklistiku;
- 5.1.3. Pretekár nesmie blokovať ani inak ohrozovať iných pretekárov;
- 5.1.4. Pretekár môže na trati kráčať a bicykel tlačiť alebo niesť, nesmie však ohroziť ani obmedziť ostatných pretekárov a účastníkov pretekov;
- 5.1.5. Pretekárom nie je povolené prijať cudziu pomoc;
- 5.1.6. Pretekár musí mať zahalenú hornú časť trupu;
- 5.1.7. Pokiaľ nie je trať celkom uzatvorená, musí mať pretekár počas cyklistickej časti so sebou štartovné číslo jasne viditeľné zozadu (ak je organizátorom pridelené);
- 5.1.8. Pretekár, ktorý opustí trať kvôli bezpečnosti musí sa na trať vrátiť tak, aby nezískal výhodu. Pokiaľ získa výhodu, bude potrestaný časovou penalizáciou v penalty boxe počas behu;
- 5.1.9. Pretekár, ktorý na cyklistickej časti poruší pravidlá (okrem draftingu), bude potrestaný žltou kartou spojenou s časovou penalizáciou podľa druhu pretekov a trest si odpyká v bežeckom penalty boxe. O tomto treste je informovaný na tabuli v penalty boxe, kde je zobrazené štartovné číslo pretekára;
- 5.1.10. Pretekár, ktorý na cyklistickej časti poruší pravidlá draftingu, bude potrestaný modrou kartou spojenou s časovou penalizáciou podľa druhu pretekov a trest si odpyká v cyklistickom penalty boxe (v prípade ak cyklo penalty box nie je, trest si odpyká v bežeckom penalty boxe);
- 5.1.11. Na pretekoch vyhlasovaných STÚ musí byť na cyklistickej časti k dispozícii zabezpečená zóna pre náhradné kolesá.

5.2. Vybavenie

5.2.1. Bicykel musí spĺňať nasledujúce požiadavky:

- a) dĺžka max. 185 cm a šírka max. 50 cm pri povolenej jazde v háku,
- b) vzdialenosť stredovej osi od zeme medzi 24 - 30 cm,
- c) predná hrana sedla môže byť max. 5 cm pred alebo 15 cm za vertikálnou osou bicykla prechádzajúcou stredovou osou bicykla a pretekár nesmie mať možnosť úpravy za tieto hranice počas pretekov,
- d) vzdialenosť medzi zvislou osou predchádzajúcou stredom a stredom predného kolesa musí byť medzi 54 a 65 cm (výnimky môžu byť povolené iba u veľmi nízkych alebo veľmi vysokých pretekárov).



- e) pre preteky s povolenou jazdou v háku je nutný cestný bicykel, výnimkou sú žiacke kategórie, preteky typu HOBBY, OPEN, FIT...
- f) pre preteky so zakázanou jazdou v háku je možné použiť cestný, horský alebo trekingový bicykel;
- g) bicykel spĺňajúci požiadavky bodov a) až d) tohto článku je vyžadovaný len pre kategórie AG 20 až 39 M/Ž v triatlone, resp. M/Ž v multišporte.

5.2.2. Predné a zadné koleso musí spĺňať tieto požiadavky:

- a) odporúčajú sa kolesá certifikované UCI a zverejnené na stránke UCI, ktoré sú povinné pri všetkých pretekoch vyhlasovaných WT a ET;
- b) predné koleso môže mať iné parametre ako zadné koleso, ale musí mať lúčovitú konštrukciu; plný disk môže byť použitý iba na zadnom kolese;
- c) žiadne koleso nesmie mať mechanizmus, ktorý by ho zrýchľoval;
- d) galusky musia byť dobre nalepené, ráfiky pevné a kolesá zaistené;
- e) koleso musí mať osadenú funkčnú prednú a zadnú brzdu;
- f) na pretekoch s povolenou jazdou v háku musí mať koleso minimálne 12 špíc, lúčové kolesá sú povolené iba na bezhákových pretekoch;
- g) výmena kolesa je možná iba v depe alebo na mieste na to určenom - na mieste označenom „Náhradné kolesá“ („Wheel station“). Pretekár môže použiť iba svoje kolesá, prípadne kolesá jeho klubu. Výnimkou je služba poskytovaná usporiadateľom a dostupná pre všetkých pretekárov ako napr. sprievodné vozidlo;
- h) pretekár si môže vymeniť (podľa bodu 5.2.2 f)) iba predné alebo zadné koleso, nesmie vymeniť celý bicykel;
- i) všetky opravy musí vykonať pretekár sám s použitím náradia a náhradných súčiastok, ktoré má v depe alebo ktoré si vezie so sebou. Výnimkou je služba poskytovaná usporiadateľom a dostupná pre všetkých pretekárov.

5.2.3. Riadidlá pri povolenom draftingu:

- a) ako základ môžu byť použité iba klasické cyklistické riadidlá (barany);
- b) riadidlá musia byť bezpečne upevnené a otvorené konce musia byť zabezpečené krytkou,

5.2.4. Riadidlá pri zakázanom draftingu:

- a) ako základ môžu byť použité akékoľvek riadidlá,
- b) riadidlá musia byť bezpečne upevnené a otvorené konce musia byť zabezpečené krytkou,
- c) prídavné triatlonové riadidlá nesmú presahovať cez predné koleso.
- d) opierky laktov sú povolené.

5.2.5. Neštandardné vybavenie

O povolenie použiť neštandardné vybavenie musí pretekár požiadať hlavného rozhodcu najneskôr pred ukladaním vecí do depa.

5.2.6. Cyklistická prilba

- a) na pretekoch môže byť použitá iba cyklistická prilba, ktorá musí byť pevná (kompaktná), nepoškodená a certifikovaná s predpismi UCI (označenie CE),
- b) akékoľvek úpravy prilby sú zakázané (odobranie časti prilby, výmena remienkov pod bradou, kryt na prilbu),
- c) prilba musí byť bezpečne zapnutá počas trvania celej cyklistickej časti, to znamená od odobratia bicykla zo stojana až po jeho vrátenie späť po ukončení cyklistickej časti; bezpečné zapnutie prilby platí počas samotných pretekov ako aj počas rozcvičenia/rozjazdenia sa pred pretekmi,
- d) prilba môže byť počas cyklistickej časti rozopnutá iba v krajnom prípade (kvôli bezpečnosti, oprave bicykla, použití toalety) a to pod podmienkou, že pretekár opustí priestor cyklistiky (vozovka, depo). Prilba musí byť opäť bezpečne zapnutá pri návrate do priestoru cyklistickej časti.

5.2.7. Oblečenie

- a) pri cyklistickej a bežeckej časti pretekár nesmie mať obnaženú hornú polovicu trupu;
- b) pretekársky dres (triatlonová kombinéza) musí byť označená priezviskom (nie prezývka, alebo krstné meno) v zmysle pravidiel WT;
- c) pretekársky dres (triatlonová kombinéza) na tratiach do objemov krátkeho triatlonu, duatlonu... musí mať zips vzadu v zmysle pravidiel WT;
- d) pretekársky dres (triatlonová kombinéza) na tratiach v objemoch stredného a dlhého triatlonu, duatlonu... môže mať zips vpredu, pričom však platí zákaz obnažovania hornej časti tela;
- e) pretekár môže použiť návlaky na telo.

5.2.8. Kotúčové brzdy

Kotúčové brzdy sú povolené.

5.2.9. Pretekár nesmie použiť:

- a) slúchadlá alebo handsfree sadu;
- b) nádoby na stravu a nápoje, ktoré sú vyrobené z rozbitného materiálu;
- c) mobilný telefón a iné elektronické komunikačné zariadenie;
- d) bicykel alebo jeho časti, ktoré nezodpovedajú týmto pravidlám;
- e) zrkadlá;
- f) oblečenie, ktoré nevyhovuje týmto pravidlám.

5.4. Dobehtie o okruh

5.4.1. Pretekár môže byť vyradený z pretekov, pokiaľ v cyklistickej časti stráca na prvého pretekára jeden okruh. Pretekár vtedy nesmie ďalej pokračovať v pretekoch. Pravidlo neplatí medzi oboma pohlaviami vo všetkých kategóriách. Použitie tohto pravidla musí byť uvedené v propozíciách pretekov.

5.4.2. Rozhodca môže vyradiť pretekára vo chvíli, keď je dobehnutý na menej ako 100 m a je pravdepodobné, že by došlo k jeho predbehnutiu prvým pretekárom.

5.5. Drafting, blokovanie

5.5.1. Preteky môžu prebiehať v jednej z dvoch variácií:

- a) s povolenou jazdou v háku (drafting),
- b) so zakázanou jazdou v háku (bez draftingu).

5.5.2. Jazda v háku medzi pretekármi rôznych kategórií je zakázaná pokiaľ je to jasne uvedené v propozíciách ku konkrétnym pretekom. Na pretekoch, ktorých vyhlasovateľom je STÚ, je jazda v háku medzi pretekármi rôznych kategórií povolená v prípade, ak títo pretekári štartujú spoločne v jednej vlne a môžu získať body do rovnakej dlhodobej súťaže.

5.5.3. Jazda v háku medzi pohlavím je zakázaná. Výnimkou je kategória nádejí a žiakov.

5.5.4. V závislosti na dĺžke pretekov a kategórii pretekárov môže byť jazda v háku povolená, resp. zakázaná (viď tab. 5.4.4.). Na pretekoch, ktoré vyhlasuje STÚ je toto upravené v propozíciách pretekov. Tab. 5.4.4.:

Druh pretekov	Žiaci	Dorastenci a juniori	Juniori a dospelí
Žiacke kategórie - TRI, DUA	povolená	x	x
SŠT, ŠTT, KDT, ŠDT, DDT, MXT	x	povolená	povolená
DTT, STT, ŠKT, KKT, DKT	x	x	zakázaná
OTT	x	voliteľná	voliteľná
ZTT, ŠZTT, KRRT, ŠKRT, KRDT, ŠKDT	x	povolená	povolená
ŠAQB, AQB	x	zakázaná	zakázaná

5.5.5. Preteky so zakázanou jazdou v háku/draftingom:

- a) jazda v háku za iným pretekárom alebo motorovým vozidlom je zakázaná. Pretekár sa musí takejto jazde aktívne vyhýbať;
- b) Pretekár sa musí správať tak, aby nemohlo dôjsť ku kontaktu s iným pretekárom. Pokiaľ sa rozhodne predbiehať, nesmie ohroziť ostatných pretekárov a musí si byť istým tým, že sa následne bude mať kam zaradiť;
- c) Každý pretekár má okolo seba draftingovú zónu 1,5 m vľavo, 1,5 m vpravo a (meraná od predných kolies) 10 m pre šprint a krátke vzdialenosti, a 12 m vzad pre stredné a dlhé vzdialenosti;



Štandard a šprint objemy: 10m
Stredné a dlhé objemy: 12m
Stredné a dlhé objemy pod hlavičkou Challenge: 20m

- d) V prípade pretekov organizovaných pod hlavičkou Challenge Family je draftingová zóna (meraná od predných kolies) pri stredných a dlhých vzdialenostiach 20 m rozstup;

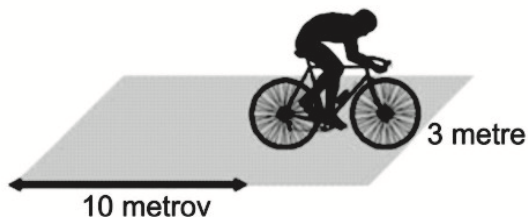
- e) Proces, keď pretekár vojde do draftingovej zóny pretekára pred sebou sa nazýva predbiehanie. Maximálny čas, počas ktorého sa pretekár môže pohybovať v draftingovej zóne iného pretekára je 20s pre šprint a krátke vzdialenosti a 25 s pre stredné a dlhé vzdialenosti. Po celý čas sa musí predbiehaný pretekár pohybovať draftingovou zónou smerom vpred;
- f) Draftingová zóna okolo motorového vozidla je 35 m dlhá a 5 m široká (merané od zadnej časti vozidla). Draftingová zóna motocykla je 12 m na dĺžku a 3 m na šírku. Toto platí aj pre preteky s povolenou jazdou v háku;
- g) Súbežná jazda dvoch a viac pretekárov je zakázaná;
- h) Pretekár môže vojsť do draftingovej zóny iného pretekára iba v týchto prípadoch:
 - pri predbiehaní,
 - z bezpečnostných dôvodov,
 - 100 m pred a za depom, občerstvovacou stanicou, prípadne stanicou prvej pomoci, na obrátke,
 - v miestach, ktoré sú počas výkladu označené ako menej bezpečné (obchádzky, stavenisko, zúžená vozovka).
- i) Proces predbiehania:
 - pretekár je predbehnutý vo chvíli, keď predné koleso iného pretekára je pred jeho predným kolesom, akonáhle je pretekár predbehnutý, musí do 5 s opustiť draftingovú zónu pretekára pred sebou,
 - pri predbiehaní je zakázané dôjsť za pretekára pred sebou a až následne odbočiť. Vyhýbací manéver musí byť plynulý,
 - akákoľvek jazda, pri ktorej pretekár neprechádza draftingovou zónou iného pretekára trvale vpred je považovaná za jazdu v háku.

5.5.6. Blokovanie:

- a) pretekár sa musí držať pri pravej strane vozovky a musí sa tak vyhnúť tomu, aby blokoval iného pretekára,
- b) jazda, pri ktorej sa pretekár nedrží pravého okraja vozovky je vždy považovaná za blokovanie a to aj v prípade, že nablízku nie je iný pretekár,
- c) k blokovaniu ďalej dôjde vo chvíli, keď pretekár svojou pozíciou bráni v predbiehaní inému pretekárovi.

5.5.7. Názorné príklady možných situácií:

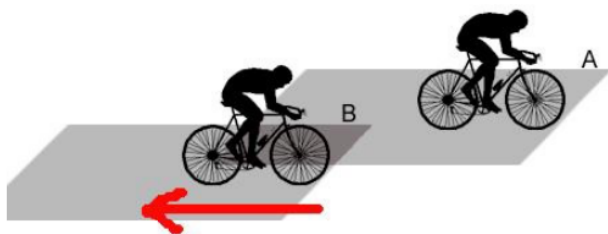
- a) Draftingová zóna každého pretekára.



- b) Pretekár B jazdí v háku za pretekárom A, ak ho práve nepredbieha.



- c) Pretekár B bol predbehnutý a musí do 5 s opustiť draftingovú zónu pretekára A, pretekár A musí zájsť na pravú časť vozovky vo chvíli, keď to bude bezpečné.



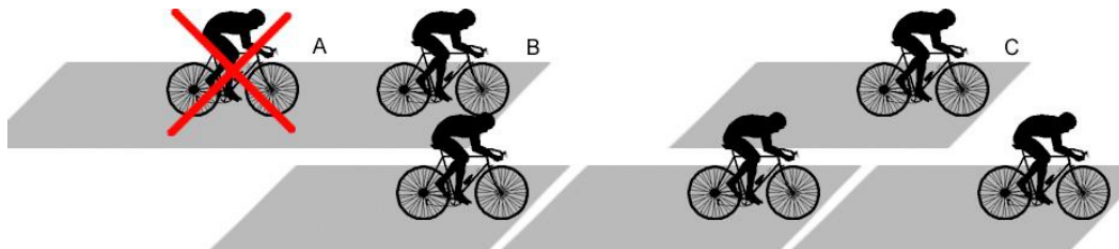
d) Pretekár C porušuje pravidlo o jazde v háku.



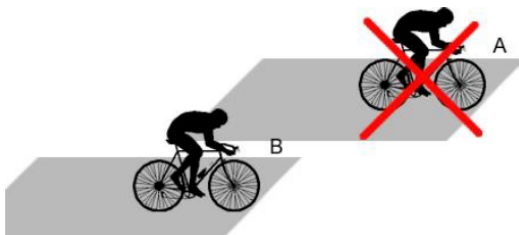
e) Pretekár A musí predísť všetkých pretekárov pred ním, pretože zaradením sa za niektorého z nich by porušil pravidlo o jazde v háku (nie je medzi nimi priestor na zaradenie sa), na predídenie každého z nich má 20 s, resp. 25 s, celkom teda 80 s, resp. 100 s (podľa druhu pretekov).



f) Pretekári B a C predbiehajú správne, pretekár A porušuje pravidlo o jazde v háku. Pretekár môže začať predchádzať až vo chvíli, keď nehrozí riziko hákovania alebo iné bezpečnostné riziko.



g) Pretekár B jazdí správne (v prípade nepodchádzania), pretekár A porušuje pravidlo blokovania (bráni pretekárovi B v predchádzaní).



5.4.8. Pretekár nesmie získať výhodu jazdou v háku za vozidlami usporiadateľa, oficiálnych funkcionárov pretekov, médií, a pod.

5.4.9. Pri pretekoch so zakázanou jazdou v háku môže súťažný výbor rozhodnúť o jej povolení v kategóriách nádejí a žiakov s ohľadom na bezpečnosť pretekov.

5.5. Spôsob jazdenia (posed)

5.5.1. Od 1. januára 2023 je povolený len tradičný posed na sedadle bicykla;



5.5.2. Nepovolené jazdenie (posedy na bicykli) na pretekoch s povolením jazdy v háku (drfting);



5.5.3. Nepovolené jazdenie na všetkých triatlonových pretekoch;



5.6. Tresty za drafting

- 5.6.1. Jazda v háku či pokusy o ňu sú pri bezhákových pretekoch zakázané;
- 5.6.2. Ak je na pretekoch jazda v háku zakázaná, bude pretekár, ktorý sa nie príliš čistým spôsobom takejto jazde vyhýba napomenutý modrou kartou, ktorá je spojená s časovou penalizáciou;
- 5.6.3. Ak je na pretekoch jazda v háku zakázaná, bude pretekár, ktorý je pristihnutý pri jazde v háku diskvalifikovaný.
- 5.6.4. Ak je na pretekoch jazda v háku povolená, tak hákovanie medzi pohlaviami bude potrestané penalizáciou podľa tabuľky 3.4.10.
- 5.6.5. Pretekár, ktorý bol na cyklistickej časti potrestaný modrou kartou, musí zastaviť v najbližšom cyklistickom penalty boxe a musí tam zostať stanovený čas podľa tabuľky 3.4.2. (v prípade ak cyklistický penalty box nie je, trest si odpyká v bežeckom penalty boxe):
- 5.6.6. Pretekár je povinný zastaviť v penalty boxe, ak tak neurobí, bude diskvalifikovaný.
- 5.6.7. Druhá modrá karta na pretekoch na krátkych vzdialenostiach (triatlon, duatlon, akvabike) znamená diskvalifikáciu.
- 5.6.8. Tretia modrá karta na pretekoch na dlhých tratiach (triatlon, duatlon, kvadriatlon) znamená diskvalifikáciu.
- 5.6.9. V prípade, ak z bezpečnostných dôvodov nie je možné udeliť modrú kartu na trati, tak časová penalizácia pretekára bude zapísaná na informačnej tabuli priamo v penalty boxe.

5.7. Obmedzenie prevodov

5.7.1. Pre kategórie Nádejí sú prevody obmedzené - na jedno otočenie kľuk je maximálna prejdená vzdialenosť 6,17m (platí pre cestné bicykle).

Za správnosť sprevodovania bicyklov je zodpovedný klub, popr. zákonný zástupca dieťaťa. Na premeranie prevodov na pretekoch je vopred vyhradené a vyznačené miesto, rozhodca má právo po dobehnutí pretekára do cieľa premerať prevody prvým trom pretekármi na pódiovom umiestnení a ďalším náhodne vybraným pretekárom.

5.7.2. Tabuľka prevodov/prejdenej vzdialenosti:

	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28
40	7,12	6,57	6,10	5,69	5,34	5,02	4,74	4,50	4,27	4,07	3,88	3,71	3,56	3,42	3,29	3,16	3,05
41	7,30	6,73	6,25	5,84	5,47	5,15	4,86	4,60	4,37	4,17	3,98	3,80	3,64	3,50	3,37	3,24	3,13
42	7,47	6,90	6,40	5,98	5,60	5,27	4,98	4,72	4,48	4,27	4,07	3,90	3,73	3,58	3,45	3,32	3,20
43	7,65	7,06	6,56	6,12	5,74	5,40	5,10	4,83	4,59	4,37	4,17	3,99	3,82	3,67	3,53	3,40	3,28
44	7,93	7,23	6,71	6,26	5,87	5,52	5,22	4,94	4,70	4,47	4,27	4,08	3,91	3,76	3,61	3,48	3,36
45	8,01	7,39	6,86	6,40	6,00	5,65	5,34	5,05	4,80	4,57	4,37	4,18	4,00	3,84	3,69	3,56	3,43

46	8,18	7,55	7,01	6,55	6,14	5,78	5,45	5,17	4,91	4,67	4,46	4,27	4,09	3,93	3,78	3,64	3,51
47	8,36	7,72	7,17	6,69	6,27	5,90	5,57	5,28	5,02	4,78	4,56	4,36	4,18	4,01	3,86	3,71	3,58
48	8,54	7,88	7,31	6,83	6,40	6,03	5,69	5,39	5,12	4,88	4,66	4,45	4,27	4,10	3,94	3,79	3,66
49	8,72	8,05	7,47	6,97	6,54	6,15	5,81	5,50	5,23	4,98	4,75	4,55	4,36	4,18	4,02	3,87	3,73
50	8,90	8,21	7,63	7,12	6,67	6,28	5,93	5,62	5,34	5,08	4,85	4,64	4,45	4,27	4,10	3,96	3,81
51	9,07	8,38	7,78	7,26	6,81	6,40	6,05	5,73	5,44	5,18	4,95	4,73	4,54	4,35	4,19	4,03	3,89
52	9,25	8,54	7,93	7,40	6,94	6,53	6,17	5,84	5,55	5,29	5,04	4,93	4,62	4,44	4,27	4,11	3,96
53	9,43	8,70	8,08	7,54	7,07	6,66	6,29	5,95	5,66	5,39	5,14	4,92	4,72	4,52	4,35	4,19	4,04
54	9,61	8,87	8,23	7,69	7,20	6,78	6,40	6,07	5,76	5,49	5,24	5,01	4,80	4,61	4,43	4,27	4,12
55	9,79	9,03	8,36	7,81	7,31	6,87	6,49	6,16	5,83	5,59	5,33	5,10	4,89	4,69	4,51	4,35	4,20
56	9,97	9,20	8,54	7,97	7,48	7,04	6,64	6,30	5,98	5,70	5,44	5,20	4,98	4,78	4,60	4,43	4,27
57	10,15	9,36	8,70	8,17	7,61	7,16	6,76	6,41	6,08	5,80	5,53	5,29	5,07	4,87	4,68	4,51	4,35

6. BEH

6.1. Všeobecné pravidlá

6.1.1. Pretekár počas bežeckej časti pretekov

- smie bežať alebo kráčať;
- musí mať zahalenú vrchnú časť trupu;
- nesmie vybehnúť s výstrojom použitým pri plávaní alebo cyklistike (plav. čiapka, okuliare, prilba,...),
- nesmie využívať stĺpy, stromy a iné pevné body na manévrovanie v zákrutách;
- pri obrátkach, alebo v zákrutách sa nesmie fyzicky kontaktovať (odraziť sa, prichytiť sa) žiadneho usporiadateľa, rozhodcu, alebo inej osoby prítomnej na obrátke, alebo v zákrute;
- nesmie byť sprevádzaný a to na žiadnej časti trate;
- musí mať štartovné číslo jasne viditeľné spredu (pokiaľ ho organizátor prideli);
- je povinný prijať identifikátor, obvykle signalizujúci rôzny počet odbehnutých okruhov v bežeckej časti, pokiaľ je dodaný usporiadateľom;
- nesmie bežať bosý.

6.1.2. V prípade ak je beh prvou disciplínou, pretekár je povinný sa dostaviť na prezentáciu pred štartom. Čas prezentácie by mal byť uvedený v časovom harmonograme a zopakovaný počas výkladu k pretekom.

6.2. Definícia cieľa

Pretekár dokončí preteky vo chvíli, keď jeho trup dosiahne zvislú rovinu preloženú bližším okrajom cieľovej čiary.

6.3. Zakázané vybavenie

6.3.1. Pretekár nesmie použiť:

- slúchadlá alebo handsfree sadu - ani pri vstupe do depa;
- nádoby na stravu a nápoje, ktoré sú vyrobené z rozbitného materiálu;
- mobilný telefón a iné elektronické komunikačné zariadenie;
- zrkadlá;
- oblečenie, ktoré nevyhovuje týmto pravidlám.

7. DEPO A PRECHODOVÉ PRIESTORY

7.1. Všeobecné pravidlá

7.1.1. Depo slúži na uloženie všetkého materiálu na preteky, ukladanie vecí do depa je kontrolované kvalifikovaným rozhodcom vo vopred ohlásenom čase.

7.1.2. Pretekár, ktorý si neuloží veci do depa v čase na tom určenom, môže byť potrestaný časovou penalizáciou alebo diskvalifikáciou, rozhodnutie je na hlavnom rozhodcovi.

7.1.3. Pri vstupe do depa pretekár musí mať svoj súťažný dres pri sebe, resp. ho musí mať oblečený. Pretekár je povinný umiestniť bicykel na svoje miesto v depa a zaistiť ho proti pádu.

7.1.4. Ak je depo riešené horizontálnou tyčou:

- a) v prvom depe - bicykel musí byť zavesený za sedlo, predným kolesom smerom k pretekárovi - v smere pretekov;
- b) v druhom depe (po cyklistickej časti) - bicykel musí byť zavesený v smere príjazdu, buď za prednú časť sedla alebo za obe brzdy. Bicykel sa musí nachádzať v priestore pretekára a nesmie prekážať ostatným pretekárom.
- c) v prípade, keď nie je možné bicykel z objektívnych dôvodov zavesiť predpísaným spôsobom, je nutné zvoliť také zabezpečenie, aby nedošlo k obmedzeniu alebo ohrozeniu ostatných pretekárov.
- d) pretekár v snahe zavesiť bicykel nesmie bicykel otáčať, v prípade otáčania bicykla bude potrestaný časovou penalizáciou.

7.1.5. Ak je depo riešené samostatným vertikálnym stojanom:

- a) v prvom depe - bicykel musí byť vsunutý do vertikálneho stojana zadným kolesom smerom k pretekárovi - v smere pretekov;
- b) v druhom depe (po cyklistickej časti) - bicykel musí byť zasunutý do vertikálneho stojana predným kolesom.

7.1.6. Pretekár musí mať všetky svoje veci umiestnené vo svojom priestore (polovica vzdialenosti medzi značkami s číslami) a musí zabezpečiť, aby jeho veci neprekážali ostatným pretekárom. Cyklistické tretry môžu byť na bicykli (v pedáloch), rozopnutá prilba musí byť na bicykli a štartovné číslo musí byť na riadidlách bicykla.

7.1.7. Ak usporiadateľ vybaví depo debničkami, pretekári sú povinní uložiť všetky použité veci do debničky. Výnimkou sú bežecké tenisky pri duatlone, ktoré môžu byť umiestnené po prvom bežeckom úseku mimo debničky.

7.1.8 Pretekár nesmie brániť ani prekážať inému pretekárovi v pohybe v depe.

7.1.9. Pretekár nesmie prísť do styku s výstrojom alebo vybavením iného pretekára.

7.1.10. Jazda na bicykli je v depe zakázaná. Pretekár môže nasadnúť na bicykel až za čiarou označujúcou koniec depa a zosadnúť musí už pred čiarou označujúcou začiatok depa.

Výnimkou sú preteky, v rámci ktorých je depo prejazdne (prejazd do ďalšieho cyklistického, bežeckého kola). V takomto prípade má pretekár, ktorý má o kolo navyše, prednosť pred pretekárom, ktorý len vbieha do depa, resp. má o kolo menej. Za bezpečnosť prejazdu prvých pretekárov je zodpovedný hlavný rozhodca so zástupcami organizátorov.

7.1.11. Nudzismus je zakázaný. Výnimkou je prezliekanie v depe, pokiaľ nie je k dispozícii stan na prezliekanie.

7.1.12. V depe môže mať pretekár iba vybavenie, ktoré potrebuje na preteky (bežnú batožinu nie je možné si nechať uloženú v priestoroch depa).

7.1.13. Pretekár počas pretekov nesmie zastaviť v spoločných priestoroch depa (hlavné uličky depa).

7.1.14. Vlastné značenie v depe je zakázané. Prípadné značky (uteráky...) budú odobrané bez toho, aby bol pretekár o tom informovaný.

7.1.15. Pretekár je povinný umožniť rozhodcovi kontrolu technického stavu bicykla. Pretekár, ktorý neabsolvuje kontrolu bicykla rozhodcom, nesmie štartovať na pretekoch. V prípade štartu bude z pretekov diskvalifikovaný. Rozhodca kontroluje zhodu bicykla a prilby pretekára s týmito pravidlami. Cyklistickú prilbu má pretekár pripevnenú na hlave (zapnutú) pre urýchlenie procesu, štartovné číslo (pokiaľ ho organizátor na preteky určí) má umiestnené jasne viditeľné spredu a čip upevnený na nohe.

7.1.16. Usporiadateľ môže asistovať v priebehu pretekov pri preberaní a ukladaní bicyklov. Tento servis však musí byť pre všetkých pretekárov rovnaký pre daný štart. V prípade štartu kategórií B a C má povolený vstup do depa spolu s pretekármi svojho klubu jeden zástupca daného klubu, ktorý je riadne označený vestou STÚ.

7.1.17. Pretekár je povinný si vyzdvihnúť svoju výstroj a bicykel z depa v čase, ktorý bude oznámený pri výklade (resp. je uvedený v časovom harmonograme v propozíciách pretekov), najneskôr však do 30 minút po ukončení pretekov.

7.1.18. Vstup do depa je povolený iba pretekárom zaregistrovaným na dané preteky a príslušným organizátorom pretekov, ktorí musia byť náležite označení.

7.1.19. Ak pretekár počas nasadania alebo zosadania z bicykla neúmyselne stratí tretru alebo inú časť svojho vybavenia, nebude penalizovaný.

7.1.20. Na pretekoch, kde je použitý systém s cyklistickým a bežeckým vrecom, musia byť všetky veci uložené v nich. Výnimkou sú cyklistické tretry, ktoré môžu byť zacvaknuté v pedáloch.

8. DĹŽKA TRATÍ, DRUHY PRETEKOV, VEKOVÉ KATEGÓRIE

8.1 Dĺžky štandardných tratí a vekové obmedzenia

8.1.1. Triatlon

	Plávanie	Cyklistika	Beh	Minimálny vek
štafety	250 - 300 m	5 - 8 km	1,5 - 2 km	15 rokov
superšprint *	250 - 500 m	6,5 - 13 km	1,7 - 3,5 km	15 rokov
šprint	do 750 m	do 20 km	do 5 km	16 rokov
krátky - štandard	1,5 km	40 km	10 km	20 rokov
stredný	1,9 - 3,0 km	80 - 90 km	20 - 21 km	20 rokov
dlhý	3,0 - 4,0 km	91 - 200 km	22 - 42,2 km	20 rokov

Poznámka superšprint * - v prípade jednodňových pretekov štatútu M-SR aj kvalifikačné, či semifinálové kolá musia dodržať objemy v tabuľke. V prípade pretekov úrovne Slovenského pohára nemusia kvalifikačné/ semifinálové jazdy dodržať objemy ani poradie disciplín vo vyššie uvedenej tabuľke (8.1.1.), pri trojkolových jednodňových pretekoch môže byť základné kvalifikačné kolo aj vo forme plaveckej/cyklistickej/bežeckej kvalifikácie.

Pri dvojdňových pretekoch musia byť aj kvalifikačné/semifinálové kolá pretekov akéhokoľvek významu vypísané v zmysle objemov v tabuľke 8.1.1.

8.1.2. Duatlon

	1. beh	Cyklistika	2. beh	Minimálny vek
šprint	5 km	20 km	2,5 km	15 rokov
superšprint *	1,7 - 3,5 km	6,5 - 13 km	500 m - 1,7 km	15 rokov
krátky - štandard	5 km	30 km	5 km	20 rokov
	10 km	40 km	5 km	20 rokov
stredný	10 km	60 km	10 km	20 rokov
dlhý	10 km	120 km	20 km	20 rokov
	20 km	150 km	30 km	20 rokov

Poznámka superšprint * - v prípade jednodňových pretekov štatútu M-SR aj kvalifikačné, či semifinálové kolá musia dodržať objemy v tabuľke. V prípade pretekov úrovne Slovenského pohára nemusia kvalifikačné/ semifinálové jazdy dodržať objemy ani poradie disciplín vo vyššie uvedenej tabuľke (8.1.2.), pri trojkolových jednodňových pretekoch môže byť základné kvalifikačné kolo aj vo forme plaveckej/cyklistickej/bežeckej kvalifikácie.

Pri dvojdňových pretekoch musia byť aj kvalifikačné/semifinálové kolá akéhokoľvek významu vypísané v zmysle objemov v tabuľke 8.1.2.

8.1.3. Akvatlon

	Beh	Plávanie	Beh	Minimálny vek
krátky - štandard	2,5 km	1,0 km	2,5 km	16 rokov
štandard studená voda	-	1 km	5 km	16 rokov

8.1.4. Zimný triatlon

	Beh	MTB	Beh na lyžiach	Minimálny vek
štafety	2 - 3 km	4 - 5 km	3 - 4 km	15 rokov
šprint	3 - 4 km	5 - 6 km	5 - 6 km	16 rokov
krátky - štandard	7 - 9 km	12 - 14 km	10 - 12 km	20 rokov

8.1.5. Kros triatlon

	Plávanie	MTB	Beh	Minimálny vek
štafety	200 - 250 m	4 - 5 km	1,2 - 1,6 km	15 rokov
šprint	500 m	10 - 12 km	3 - 4 km	16 rokov

8.2.2.

Nádeje C	7 a ml.	0,025-0,5- 0,12	0,25-0,5-0,12	0,025-0,125	x	x	x	x
Nádeje B	8-9	0,05-1,5-0,25	0,5-1,5-0,25	0,05-0,25	x	x	x	x
Nádeje A	10-11	0,1-3-0,5	1-3-0,5	0,1-0,5	x	x	x	x
Mladší žiaci	12 - 13	0,2-6-1	2-6-1	0,5-0,2-0,5/0,2-1	x	x	x	x
Starší žiaci	14-15	0,35-10-2	3-10-2	1-0,4-1/0,4-2	x	x	x	x
Žiaci štafety	11-15	0,1-0,15 - 3-4 - 0,5-1	x	x	x	x	x	x
Dorastenci	16 - 17	ŠTT	ŠDT	AQT	ŠZTT	ŠTT	ŠKT	ŠAQB
Juniori	18 - 19	ŠTT	ŠDT	AQT	ŠZTT	ŠTT	ŠKT	ŠAQB
Seniori	20 - 39	DTT	DDT	AQT	ZTT	DTRT	DKT	AQB
AG	od 20	DTT	DDT	AQT	ZTT	DTRT	DKT	AQB
Veteráni 1	40 - 49	DTT	DDT	AQT	ZTT	DTRT	DKT	AQB
Veteráni 2	50 - 59	DTT	DDT	AQT	ZTT	DTRT	DKT	AQB
Veteráni 3	60 a viac	DTT	DDT	AQT	ZTT	DTRT	DKT	AQB
Veteránky 1	40 - 49	DTT	DDT	AQT	ZTT	DTRT	DKT	AQB
Veteránky 2	50 - 59	DTT	DDT	AQT	ZTT	DTRT	DKT	AQB
Veteránky 3	60 a viac	DTT	DDT	AQT	ZTT	DTRT	DKT	AQB

Jednotlivé kategórie pre každé preteky konkretizuje Súťažný poriadok STÚ pre daný rok.

8.2.3. Na zaradenie do kategórie je rozhodujúci vek pretekára dosiahnutý v danom kalendárnom roku. Pre preteky detských a žiackych kategórií môžu byť jednotlivé dĺžky tratí úmerne skrátené podľa miestnych podmienok.

8.2.4. Pretekár môže požiadať o štart v inej kategórii (ostaršenie/omladšenie). Podmienky takéhoto štartu upravuje Súťažný poriadok STÚ pre daný rok.

8.3. Druhy pretekov

- Súťaž jednotlivcov;
- Súťaž 3-členných štafiet;
- Súťaž 3-členných, alebo 4-členných zmiešaných štafiet;
- Súťaž klubových družstiev (súčet časov 3 členov klubu v jedných pretekoch).

Spôsob organizácie a vyhodnotenia súťaže družstiev, resp. tímov je v kompetencii vyhlasovateľa. Princíp súťaže, na pretekoch vyhlasovaných STÚ (M-SR), definuje Súťažný poriadok STÚ pre daný rok.

9. CENY A OCENENIA

9.1. Všeobecné pravidlá

9.1.1. Vyhodnocované kategórie, ceny a výška odmien pre konkrétne preteky a SIPO sa riadi Súťažným poriadkom, smernicou Štandardy pre preteky zaradené do Slovenských pohárov, prípadne propozíciami pretekov, pričom smernica Štandardy pre preteky zaradené do Slovenských pohárov je nadradená propozíciám pretekov.

9.1.2. Rozdelenie finančných cien za absolútne poradie každých pretekov musí byť uvedené v propozíciách pretekov. Usporiadateľ musí vyhlásiť aspoň prvých troch mužov a tri ženy; celková čiastka vyplatená ženám musí byť minimálne vo výške 40% z celkovej čiastky vyplatenaj mužom, odporúča sa však pomer 50%-50%.

10. OFICIÁLNI FUNKCIONÁRI PRETEKOV

10.1. Všeobecné pravidlá

10.1.1. Povinnosťou rozhodcov je rozhodovať tak, aby preteky prebehli v súlade s pravidlami STÚ, postupovať objektívne, korektne a nezaújať.

10.1.2. Na zabezpečenie priebehu pretekov v súlade s pravidlami STÚ je nutná účasť technického delegáta a hlavného rozhodcu na pretekoch.

10.2 Zástupcovia STÚ

10.2.1 Oficiálni zástupcovia STÚ na pretekoch vyhlasovaných STÚ sú:

- a) Technický delegát (TD) - dohliada na dodržiavanie pravidiel STÚ, manuálu pretekov a zmluvy s STÚ. Je spoluzodpovedný za prípravu a organizáciu pretekov. Hodnotí kvalitu pretekov a píše súhrnnú správu o pretekoch, ktorú doručí na sekretariát STÚ (vyplní online).
- b) Hlavný rozhodca (HR) - dohliada na dodržiavanie pravidiel STÚ, na rozdelenie rozhodcov na jednotlivé pozície, potvrdzuje správnosť neoficiálnej výsledkovej listiny a má konečné slovo pri rozhodovaní o uložení/neuložení trestu pretekárovi. Rozhoduje o každom probléme, ktorý nie je výslovne uvedený v pravidlách. Hodnotí kvalitu pretekov a píše súhrnnú správu o uložených trestoch a problémoch riešených počas pretekov, doručí na sekretariát STÚ (vyplní online).
- c) Rozhodcovia (R) - plnia úlohy zadané HR, sú zodpovední za zverenú časť pretekov, určujú a ukladajú tresty pretekárom, riadia usporiadateľov na zverenej časti pretekov.

10.2.2 Zloženie rozhodcovského zboru najmä hlavného rozhodcu, technického delegáta a prípadne ďalších delegovaných rozhodcov určuje STÚ. Na pretekoch vyhlásených STÚ môže vykonávať funkciu rozhodcu, hlavného rozhodcu a technického delegáta iba držiteľ platnej licencie rozhodcu vydanéj STÚ.

10.2.3 V prípade neúčasti technického delegáta má hlavný rozhodca zastupiteľskú právomoc. Ak je prítomný iba technický delegát, preberá právomoci hlavného rozhodcu.

10.2.4 Rozhodcovia, hlavný rozhodca aj technický delegát sú viditeľne označení.

10.2.5 Rozhodcovia môžu používať elektronické zariadenia alebo inú technologickú podporu na zber dát súvisiacich s možným porušením pravidiel STÚ. Takto získané dáta môžu byť následne použité na preukázanie porušení pravidiel STÚ.

10.3 Riaditeľ pretekov

10.3.1 Riaditeľ pretekov je zástupcom usporiadateľa.

10.3.2 Kompetencie a povinnosti riaditeľa pretekov sú:

- a) zodpovedá za organizačnú stránku pretekov a riadi činnosť usporiadateľov;
- b) zabezpečuje dohľad nad dodržiavaním bezpečnostných opatrení a zdravotníckym zabezpečením;
- c) nezasahuje do činnosti rozhodcov;
- d) pozná a rozumie pravidlám STÚ, zodpovedá za ich dodržiavanie zo strany usporiadateľov, nesmie štartovať na pretekoch, ktoré riadi.

10.4 Súťažný výbor

10.4.1. Súťažný výbor pretekov je trojčlenný a tvorí ho technický delegát, hlavný rozhodca a riaditeľ pretekov. Súťažnému výboru predsedá technický delegát.

10.4.2 V prípade neprítomnosti technického delegáta, alebo hlavného rozhodcu, prítomný delegovaný funkcionár zastúpi toho absentujúceho.

10.4.3. Mená členov súťažného výboru, spolu s telefonickými, príp. e-mailovými kontaktmi, musia byť uverejnené v propozíciách.

10.4.4. Kompetencie súťažného výboru:

- a) schádza sa minimálne v týchto prípadoch:
 - pred začiatkom prezentácie,
 - hodinu pred štartom pretekov,
 - po dobehnutí posledného pretekára do cieľa,
- b) vykonáva celkové zhodnotenie pretekov;
- c) rozhoduje o protestoch, ktoré boli podané v súlade s týmito pravidlami, má právo na zmenu poradia v cieľi pretekov (napr. po uznaní protestu);
- d) má právomoc na zrušenie, resp. zastavenie pretekov, pokiaľ nie je možné zaistiť ich bezpečný priebeh alebo by ich priebeh bol v rozpore s pravidlami;

- e) za účelom zvýšenia bezpečnosti pretekárov alebo zvýšenia objektivity pretekov (ak nie je takáto potreba v rozpore s požiadavkami na bezpečnosť) má právomoc na povolenie zmien v organizácii pretekov, aj keď tieto zmeny nie sú v plnom súlade s pravidlami;
- f) môže si k zasadnutiu pozvať hostov (odborníci, svedkovia udalosti). Do prípadného hlasovanie však hostia nezasahujú.

10.5. Časomerači

10.5.1 Časomeračov a ich pomocníkov v zodpovedajúcom množstve určuje usporiadateľ pretekov, ktorý je tiež zodpovedný za ich technické vybavenie. Na pretekoch, ktoré vyhlasuje STÚ, sú časomerači vrátane technického vybavenia zabezpečovaní vyhlasovateľom.

10.5.2 Kompetencie a povinnosti časomeračov a ich pomocníkov:

- a) nemajú právomoci rozhodcov;
- b) sú riadení rozhodcami na jednotlivých úsekoch;
- c) zaznamenávajú priebežné a cieľové časy jednotlivých pretekárov;
- d) musia byť zreteľne označení, pričom ich označenie nesmie byť zameniteľné s označením rozhodcov a TD;
- e) nesmú zasahovať do priebehu pretekov, môžu tak urobiť iba v prípade nutnosti odvrátenia hroziaceho nebezpečenstva.

10.6. Usporiadateľská služba

10.6.1 Usporiadateľskú službu v dostatočnom množstve určuje usporiadateľ na zabezpečenie hladkého priebehu pretekov.

10.6.2 Členovia usporiadateľskej služby musia byť zreteľne označení, pričom ich označenie nesmie byť zameniteľné s označením rozhodcov a TD.

10.6.3 Členovia usporiadateľskej služby plnia čiastkové organizačné úlohy. Nesmú zasahovať do priebehu pretekov, môžu tak urobiť iba v prípade nutnosti odvrátenia hroziaceho nebezpečenstva.

10.6.4. Členovia usporiadateľskej služby musia poznať pravidlá STÚ, ktoré sa ich týkajú, aby sa vyhli sporným situáciám s pretekármi.

10.6.5. Po dohode s hlavným rozhodcom môžu vypomáhať rozhodcom na určenom úseku.

11. PROTESTY

11.1. Všeobecné pravidlá

11.1.1. Protesty môžu byť vznesené voči správaniu alebo vybaveniu iných pretekárov, voči iným osobám porušujúcim pravidlá, voči neregulárnosti pri organizácii pretekov, voči rozhodnutiam rozhodcov a voči výsledkom pretekov.

11.1.2. Protesty môžu podávať pretekári alebo členovia ich sprievodu. Protesty musia byť podané písomne na oficiálnom formulári hlavnému rozhodcovi, a to v priebehu, resp. po ukončení pretekov, najneskôr však do 15 minút po vyvesení neoficiálnej výsledkovej listiny.

11.1.3. Protest voči tratiam:

- protest ohľadom bezpečnosti tratí alebo odchýlky od pravidiel STÚ či propozícií pretekov musia byť odovzdané hlavnému rozhodcovi najneskôr 2 hodiny pred štartom pretekov.

11.1.4. Protest voči priebehu pretekov:

- pretekár, ktorý chce podať protest voči správaniu alebo vybaveniu iného pretekára alebo rozhodnutiu rozhodcu, musí tak urobiť v priebehu, resp. po ukončení pretekov, najneskôr však do 15 minút po vyvesení neoficiálnej výsledkovej listiny. Protest musí byť podaný písomne na oficiálnom formulári a odovzdaný hlavnému rozhodcovi.

11.1.5. Protest voči chybám vo výsledkovej listine:

- a) Protest voči chybám v neoficiálnej výsledkovej listine, majúci vplyv na poradie v pretekoch, je možné podať do 15 minút od jej vyvesenia;
- b) Protest voči typografickým chybám vo výsledkovej listine, ktorý nemá vplyv na poradie, je možné podať iba ústne hlavnému rozhodcovi, prípadne poslať emailom na sekretariát STÚ do 30 kalendárnych dní od skončenia pretekov.

11.2. Proces podávania protestu

- 11.2.1. Najprv je potrebné vyplniť formulár protestu. Ten je možné vytlačiť z prílohy týchto pravidiel alebo si ho vyzdvihnúť u hlavného rozhodcu pretekov alebo na prezentácii.
- 11.2.2. Vklad pri vznesení jedného bodu (jednej témy) protestu je 20 € a hradí sa rozhodcovi. Pri neuznanom proteste vklad prepadá a vyúčtuje ho riaditeľ pretekov v rámci účtovníctva k usporiadaniu akcie. Pri uznanom proteste sa celý vklad vracia navrhovateľovi.
- 11.2.3. O podaných protestoch rokuje súťažný výbor v mieste pretekov. Svoje rozhodnutie odovzdá v písomnej podobe osobe, ktorá protest podala a bez odkladu ho zašle aj na sekretariát STÚ.

12. ODVOLANIE

12.1 Všeobecné pravidlá

- 12.1.1. Odvolať sa dá proti rozhodnutiu súťažného výboru, a to do 30 kalendárnych dní.
- 12.1.2. Odvolanie sa proti rozhodnutiu súťažného výboru sa podáva emailom predsedovi Odvolacej komisii STÚ, ktorá je druhostupňovým orgánom s prieskumnou právomocou.
- 12.1.3. Odvolanie obsahuje dôvod nesúhlasu s rozhodnutím súťažného výboru a očakávané rozhodnutie. Odvolanie môže podať štartujúci pretekár, prípadne klub alebo akýkoľvek člen STÚ.
- 12.1.4. Odvolacia komisia STÚ svoje rozhodnutie oznámi podávateľovi odvolania a sekretariátu STÚ do 30 kalendárnych dní od podania odvolania.
- 12.1.5. Odvolanie sa proti rozhodnutiu Odvolacej komisii STÚ je možné podať do 30 kalendárnych dní odo dňa prijatia rozhodnutia Odvolacej komisii STÚ odvolávajúcim sa na Výkonný výbor STÚ. Výkonný výbor STÚ definitívne rozhodne do 30 kalendárnych dní odo dňa prijatia odvolania proti rozhodnutiu Odvolacej komisii STÚ.

13. PRETEKY ŠTAFIET A PRETEKY DRUŽSTIEV

13.1. Preteky:

- 13.1.1. STÚ môže organizovať podujatia v štafetových súťažiach a súťaže pre družstvá uvedených v tejto tabuľke:

Šport	Druh súťaže
Triatlon	3 pretekári / 4 x zmiešané štafety
Dlhý triatlon	Súčet 3 najlepších časov
Duatlon	3 pretekári / 4 x zmiešané štafety
Dlhý duatlon	Súčet 3 najlepších časov
Zimný triatlon	3 pretekári / 4 x zmiešané štafety
Kros triatlon	3 pretekári / 4 x zmiešané štafety
Kros duatlon	3 pretekári / 4 x zmiešané štafety

- 13.1.2. V súťaži zmiešaných štafiет, štafiет a družstiev môže STÚ vypísať M-SR.

13.2. Definícia:

- 13.2.1. Zmiešané štafety (mix): Štafeta sa skladá zo 4 športovcov (2 muži a 2 ženy), alebo 3 športovcov (2 muži a 1 žena, prípadne 1 muž a 2 ženy) ktorí súťažia v tomto poradí: muž, žena, muž, žena; v prípade 3-člennej štafety v zložení: muž, žena, muž, alebo žena, muž, žena. Každý zo štartujúcich absolvuje kompletný triatlon, duatlon, kros triatlon, zimný triatlon, kros duatlon alebo kros duatlon. Celkový čas pre družstvo/štafetu sa ráta od štartu prvého člena po dobehnutie do cieľa posledného člena. Čas sa neprerušuje a ráta sa absolútny čas v cieľi. Organizátor môže povoliť štart družstiev/štafiет zložených zo športovcov rôznych klubov, resp. bez klubovej príslušnosti, do hodnotenia M-SR sa však tieto štafety nezarátavajú.
- 13.2.2. 3x štafeta: Štafeta sa skladá z 3 športovcov. Každý z nich bude absolvuje kompletný triatlon, duatlon, kros triatlon, zimný triatlon, kros duatlon alebo kros duatlon. Čas sa neprerušuje a ráta sa absolútny čas v cieľi. Organizátor môže povoliť štart zmiešaných družstiev/štafiет zložených zo športovcov rôznych klubov, resp. bez klubovej príslušnosti. STÚ v tomto type štafiет M-SR nevyhlasuje.
- 13.2.3. Štafeta JA-TY-ON: Štafeta sa skladá z 3 športovcov bez ohľadu na pohlavie. Prvý športovec absolvuje plaveckú časť, druhý športovec cyklistickú časť a tretí bežeckú časť. Celkový čas pre družstvo/štafetu sa ráta

od štartu prvého člena po dobehnutie do cieľa posledného člena. Čas sa neprerušuje a ráta sa absolútny čas v cieľi. STÚ v tomto type štafiet M-SR nevyhlasuje.

13.2.4. Súťaž družstiev na základe súčtu časov zo súťaže jednotlivcov: Celkový tímový čas je súčet troch najlepších časov športovcov z toho istého klubu. V prípade rovnosti rozhodne čas tretieho člena družstva.

13.3. Výsledky - vyhodnotenie

Jednotlivé kluby môžu postaviť viac štafiet/družstiev (tímov), do oficiálneho poradia sa zarátajú všetky tímy (pódiové umiestnenie môže byť zložené z jedného klubu). Pre poradie M-SR sa zaráta vždy len najvyššie umiestnená štafeta daného klubu.

13.4. Spôsobilosť

a) platia všeobecné pravidlá oprávnenosti. Minimálny vek je 15 rokov s výnimkou pretekov žiackych štafiet, kde je minimálny vek určený v Súťažnom poriadku STÚ.

b) športovci, ktorí súťažia bez klubovej príslušnosti môžu štartovať len v tzv. zmiešanom tíme, bez nároku na majstrovskú medailu.

13.5. Dresy - tímové oblečenie

Pri pretekoch štafiet všetci členovia jedného klubového tímu musia mať rovnaký dres s výnimkou kategórie AG, kde sa rovnaké dresy odporúčajú. Výnimku tvoria štafety kombinované z členov rôznych tímov, resp. neregistrovaných členov, teda štafety, ktoré nesúťažia o body do Slovenského pohára.

Je zakázané štartovať na všetkých pretekoch organizovaných STÚ v reprezentačných dresoch.

13.6. Porada pred pretekmi

V prípade vypísania M-SR inštruktáž pre trénerov a pre pretekárov sa uskutoční deň pred pretekmi ako povinná porada.

13.7. Zloženie tímu

a.) Tímový tréner (klubový funkcionár) oznámi zostavu tímu na porade deň pred pretekmi. Všetky zostavy tímov budú zverejnené po porade na viditeľnom a dohodnutom mieste.

b.) Z akéhokoľvek dôvodu môže tréner najneskôr dve hodiny pred štartom oznámiť TD zmenu. TD zmenu zverejní.

Pokiaľ dôjde k samovoľnej zmene členov štafety alebo výmene poradia bez oznámenia technickému delegátovi alebo časomiere v stanovenom termíne (najneskôr 2 hodiny pred štartom), celá štafeta bude diskvalifikovaná.

13.8. Súťažný deň

a.) Všetci členovia tímu sa musia spoločne prihlásiť.

b.) Členovia tímu môžu používať ten istý bicykel.

13.9. Územie na výmenu pretekárov (Odobzdávacie územie):

a.) Územie vymedzené na výmenu pretekárov (ďalej „odobzdávku“) je dlhé 15 metrov;

b.) Odobzdávka sa uskutoční ako fyzický kontakt (rukou na telo), prípadne odobzdaním čipu.

c.) Ak sa odobzdávka uskutoční zjavne neúmyselne mimo vymedzeného územia, tím dostane trest 10 sekúnd. Ak bola odobzdávka uskutočnená úmyselne mimo vymedzeného územia, tím bude diskvalifikovaný.

d.) Ak odobzdávka nie je ukončená, tím bude diskvalifikovaný;

e.) Pred odobzdávkou budú športovci čakať na výmenu vo vymedzenom priestore až kým rozhodca nepovie, aby vstúpili do územia odobzdávky.

13.10. Cieľ

Do cieľa - cieľovou bránou môžu prebehnúť všetci členovia štafety ak tým neohrozujú inú finišujúcu štafetu.

13.11. Zmena disciplíny

V prípade, že náhla zmena počasia v deň pretekov ovplyvní možnosť uskutočnenia plaveckej časti štafetového triatlonu za predpokladu, že preteky sa uskutočnia môžu, Súťažný výbor pretekov rozhodne

o zmene triatlonu na duatlon. Úvodné plávanie sa mení na beh s dĺžkou časovo sa rovnajúcou plaveckej časti. Preteky budú vyhlásené ako triatlon.

14. AKVATLON

14.1. Všeobecné pravidlá

- 14.1.1. Akvatlon sa skladá z kombinácie behu a plávania, medzi jednotlivými disciplínami môže byť prestávka.
- 14.1.2. Pri akvatlone sa nepoužíva bežecský penalty box, tresty uložené so žltou kartou na bežeckej časti sa riešia pomocou Stop&go na čas zodpovedajúci časovej penalizácii spojený so žltou kartou.

14.2. Plavecká časť

- 14.2.1. Plavecká časť sa môže uskutočniť v bazéne alebo na otvorenej vode.
- 14.2.2. Ak sa plavecká časť odohráva v bazéne:
 - a) Každý pretekár má vyhradenú svoju plaveckú dráhu alebo jej časť. Plávanie v jednej dráhe za sebou a kríženie smeru je zakázané. V prípade porušenia tohto pravidla nasleduje trest žltá karta s časovou penalizáciou, ktorá bude pripočítaná k času plávania. Ak je na dráhe viac pretekárov (3 a viac), plávanie za sebou je povolené.
 - b) Za predčasný štart pri plaveckej časti je trest žltá karta s časovou penalizáciou, ktorá bude pripočítaná k času plávania. Ak už zaznel štartovací signál, preteky sa nezastavujú. Ak štartovací signál ešte nezaznel, všetkým pretekárom, ktorí odštartovali bude uložená žltá karta/penalizácia.
 - c) Časová penalizácia sa líši podľa dĺžky plaveckej časti. Pre trate do 100 m vrátane je to 5 sekúnd, do 200 m vrátane 10 sekúnd, pre dlhšie trate 15 sekúnd.
 - d) Plavecká časť je rozdelená do niekoľkých po sebe nasledujúcich rozplavieb. O spôsobe vyžrebovania do rozplavieb rozhoduje usporiadateľ v spolupráci s hlavným rozhodcom.
 - e) Štart pretekov môže byť z okraja bazénu alebo z vody, spôsob štartu určí hlavný rozhodca.
 - f) Kotúľové obrátky sú povolené pri maximálne dvoch pretekároch plávajúcich v jednej dráhe. Pri viacerých pretekároch (3 a viac) sú zakázané. Hlavný rozhodca môže zakázať kotúľové obrátky z bezpečnostných dôvodov (napr. znížený okraj bazéna...).
- 14.2.3. Povoleným vybavením sú iba plavky príp. triatlonový dres, plavecké okuliare, plavecká čiapka, štuple do uší, upchávka nosa. Plutvy, packy, neoprén a ďalšie pomôcky sú zakázané. Neoprén je povolený, ak je plavecká časť na otvorenej vode, a použitie dovoľuje teplota vody. Použitie alebo zakázanie použitia neoprénov je vyhlásené hlavným rozhodcom hodinu pred štartom.
- 14.2.4. Plavky pre mužov nesmú presahovať nad pupok ani pod kolená, plavky pre ženy nesmú zakrývať krk a nesmú presahovať cez ramená ani pod kolená. Všetky plavky musia byť vyrobené z textilných materiálov. Je zakázané používanie plaviek z neoprénových materiálov. Výnimku môže povoliť výhradne hlavný rozhodca s ohľadom na preukázateľné zdravotné okolnosti.

14.3. Bežecská časť

- 14.3.1. Na bežeckej časti pretekov je možné použiť akékoľvek bežecské tenisky, beh na boso je povolený.
- 14.3.2. Ak je medzi plávaním a behom prestávka, štart behu prebieha tzv. Gundersenovou metódou alebo hromadným štartom. Spôsob štartu musí byť uvedený v propozíciách pretekov.
- 14.3.3. Pri predčasnom štarte na bežeckej časti bude pretekár potrestaný podľa miery previnenia buď žltou kartou alebo červenou kartou; rozhodnutie je na rozhodcovi.
- 14.3.4. Štartovné číslo (ak ho organizátor vydá) musí byť pripevnené tak, aby bolo jasne viditeľné spredu.

15. ZIMNÝ TRIATLON

15.1. Definícia

- 15.1.1 Zimný triatlon sa skladá z behu, jazdy na horskom alebo trekingovom bicykli a bežecského lyžovania. Všetky časti by sa mali uskutočniť na snehu. Podľa okolností, beh a cyklistika môžu byť na rôznom povrchu.

15.2. Odovzdávanie vecí do depa, depo

- 15.2.1. Pretekár si necháva skontrolovať minimálne lyže, bežecské palice, bicykel, prilbu a štartovné číslo.

15.2.2. V depe je jazda na bicykli a jazda na lyžiach zakázaná. V prípade porušenia je pretekár potrestaný žltou kartou.

15.3. Bežecká časť

15.3.1. Na bežeckú časť pretekov je možné použiť akúkoľvek bežeckú obuv.

15.3.2. Počas bežeckej časti pretekov je možné použiť bežeckú obuv s hrotmi.

15.4. Cyklistická časť

15.4.1. Nie je povolené použiť cestný bicykel.

15.4.2. Minimálne rozmery pláštia sú 26 x 1,5 palca, čo je minimálne 40mm šírky.

15.4.3. Pretekár počas pretekov môže bicykel tlačiť alebo niesť.

15.4.4. Jazda v háku je povolená, z bezpečnostných dôvodov však môže byť zakázaná pred začiatkom depa. Pretekár dobehnutý o jeden okruh nie je vyradený z pretekov.

15.4.5. Povolené je tlačenie bicykla.

15.5. Lyžiarska časť

15.5.1. Pretekár môže použiť ľubovoľnú techniku lyžovania.

15.5.2. Môžu byť definované časti trate, kde je predpísaná technika lyžovania.

15.5.3. Z bezpečnostných dôvodov musí pretekár, ktorý je dobehnutý iným pretekárom uhnúť na stranu a umožniť predídanie a to hneď ako dostane pokyn od pretekára, ktorý ho dobehol.

15.5.4. Pretekár musí bez zbytočného odkladu opustiť cieľový priestor a lyže si môže odopnúť až za cieľovým priestorom.

15.5.5. Výmena palíc je povolená. Výmenu musí pretekár urobiť v depe alebo na mieste na to určenom. Palice musia byť na toto miesto uložené počas odovzdávania vecí. Cudzía pomoc je zakázaná.

15.5.6. Výmena jednej lyže je povolená.

15.6. Cieľ

15.6.1. Pretekár je klasifikovaný v cieľi vo chvíli, keď dosiahne špičkou pravej alebo ľavej topánky cieľovú čiaru.

15.7. Teplotné podmienky

15.7.1. Preteky sa rušia ak je teplota vzduchu nižšia ako -18°C.

15.7.2. V prípade, že poveternostné - snehové dôvody neumožnia uskutočniť zimný triatlon, preteky môžu byť zmenené na zimný duatlon.

16. KROS TRIATLON A KROS DUATLON

16.1. Definícia

16.1.1 Kros triatlon (duatlon) je šport, pri ktorom pretekár absolvuje plaveckú (len pri kros triatlone), cyklistickú a bežeckú časť v uvedenom poradí, s priebežným meraním času od štartu plávania do cieľa behu. Väčšia časť trate musí viesť mimo asfaltového povrchu. Takýto nespevnený povrch musí tvoriť minimálne 80% dĺžky trate.

16.2. Depo

16.2.1 Ak je depo vybavené debničkami alebo vrecami, pretekár je povinný odložiť do nich všetko použité vybavenie vrátane plaveckých okuliarov, čiapky, neoprénu, prilby.

16.3. Cyklistická časť

16.3.1. Cyklistická trať vedie vo voľnom teréne – nespevnenom povrchu, ktorý si vyžaduje použitie horských bicyklov. Takýto nespevnený povrch musí tvoriť minimálne 80% dĺžky trate.

16.3.2. Cyklistickú časť je možné absolvovať na horskom alebo trekíngovom bicykli. Cestný bicykel nie je povolený, rovnako bicykel s „baranmi“.

16.3.3. Prídavná hrazda (triatlonový predstavec) je zakázaná.

16.3.4. Pretekár je povinný upevniť plastové štartovné číslo na riadidlá tak, aby ho bolo zreteľne viditeľné spredu.

16.3.5. Pretekár počas pretekov môže bicykel tlačiť alebo niesť.

16.3.6. Pretekár dobehnutý o jeden okruh nie je vyradený z pretekov.

16.4. Bežecká časť

16.4.1 Na bežeckú časť pretekov je možné použiť akákoľvek bežecká obuv.

17. KVADRIATLON

17.1. Všeobecné pravidlá

17.1.1. Počas pretekov môže loď zmeniť smer jazdy iba ak neprekáža v jazde lodi idúcej za ňou. Predchádzajúca loď je vždy povinná vyhnúť sa lodi, ktorú predchádza. Predchádzaná loď nesmie predchádzajúcej lodi brániť v jazde.

17.1.2. Jazda na vlne je povolená.

17.1.3 Všetky lode sú hodnotené spoločne bez ohľadu na druh lode.

17.1.4. Občerstvenie počas kajakárskej časti je povolené.

17.1.5. Výmena pádla počas kajakárskej časti je povolená.

17.1.6. Výmena lode počas pretekov nie je povolená.

17.2. Vybavenie

17.2.1. Na kajakárskej časti kvadriatlonu je možné použiť kajak K1, špeciálny morský kajak, prípadne po dohode s usporiadateľom kanoe C1.

17.2.2. Lode musia byť označené štartovným číslom prideleným usporiadateľom.

17.3. Trate

17.3.1. Pri kvadriatlonových pretekoch musia byť trate situované tak, aby bol zaručený bezpečný a plynulý prechod medzi plaveckou a kajakárskou časťou.

18. AKVABIKE

18.1. Všeobecné pravidlá

18.1.1. Akvabike sa skladá z plávania, depa č. 1, cyklistiky a depa č. 2.

18.1.2. Druhy akvabiku:

a) šprint akvabike

b) (krátky) akvabike

18.1.3. Pravidlá pre akvabike sa riadia pravidlami pre dlhý triatlon.

18.1.4. Pretekár po dokončení cyklistickej časti musí odložiť bicykel, prilbu a cyklistické tretry a vybehnúť do cieľa. Záverečnú bežeckú časť môže pretekár dobehnúť na boso.

19. PRÍLOHY

19.1. FORMULÁR NA PODANIE PROTESTU

Časť 1 – vyplní podávateľ protestu. <i>Formulár musí byť vyplnený a podpísaný podávateľom protestu v súlade s Pravidlami STÚ a odovzdaný hlavnému rozhodcovi.</i>	
Názov pretekov:	Dátum:
Miesto konania:	Čas podania protestu:
Podávateľ protestu	
Meno a klubová príslušnosť:	
Telefón:	Email:
Dôvod podávania protestu	
* Protest proti tratiam	
* Protest proti inému pretekárovi alebo rozhodcovi	
* Protest proti zverejneným výsledkom	
* Protest proti vybaveniu iného pretekára	
Meno prípadného svedka/svedkov:	
Porušené pravidlo:	Čas:
Bližší popis (kde, ako, koho ďalšieho sa protest týka, ako došlo k porušeniu?)	
Podpis podávateľa protestu:	

Časť 2 – vyplnia členovia súťažného výboru	
VKLAD 20 € PRIJATÝ OD PODÁVATEĽA PROTESTU	* áno * nie
MENÁ ČLENOV SÚŤAŽNÉHO VÝBORU	
1.	
2.	
3.	
POPIS ČINNOSTI SÚŤAŽNÉHO VÝBORU (OVERENIE INFORMÁCIÍ, VYPOČUTIE SVEDKOV, ...):	
ROZHODNUTIE SÚŤAŽNÉHO VÝBORU (OPRÁVNENOSŤ PROTESTU, NÁSLEDNÉ KROKY,):	
PRESEDA SÚŤAŽNÉHO VÝBORU:	
PODPIS:	
DÁTUM A ČAS PRIJATIA PROTESTU:	
DÁTUM A ČAS ROZHODNUTIA:	
VRÁTENÁ ČIASTKA, PRÍP. ČIASTKA ODOVZDANÁ USPORIADATEĽOVI NA VYÚČTOVANIE:	

19.2. Tab. PORUŠENÉ PRAVIDLO – TREST

TENTO ZOZNAM OBSAHUJE NAJČASTEJŠIE PRIESTUPKY PRI PRETEKoch A ZODPOVEDAJÚCE TRESTY. V PRÍPADE RÔZNEJ INTERPRETÁCIE JE TEXT OBSAHU PRAVIDIEL NADRADENÝ TOMUTO ZOZNAMU.

PORUŠENÉ PRAVIDLO	TREST
Všeobecné pravidlá	
1. Opustenie vyznačenej trasy pretekov.	Časová penalizácia (ŽK) a vrátenia sa na trať v mieste opustenia trate (pokiaľ nedošlo k získaniu výhody). V ostatných prípadoch diskvalifikácia.
2. Urážlivé správanie voči oficiálnym funkcionárom pretekov, usporiadateľom, iným pretekárom, doprovodu.	Diskvalifikácia, zápis do správy z pretekov a prípadný podnet na Disciplinárnu komisiu STÚ.
3. Nešportové správanie.	Diskvalifikácia, zápis do správy z pretekov a prípadný podnet na DK STÚ.
4. Blokovanie, bránenie v postupe vpred inému pretekárovi.	Neúmyselné – ústne napomenutie. Úmyselné – diskvalifikácia.
5. Nešportový kontakt s iným pretekárom. Samotný kontakt nemusí byť priestupkom, napr. v obmedzenom priestore.	Neúmyselné – ústne napomenutie. Úmyselné – diskvalifikácia.
6. Prijatie cudzej pomoci od kohokoľvek iného ako od oficiálnych funkcionárov pretekov alebo súpera.	Pretekár nezískal výhodu – ústne napomenutie. Pretekár získal výhodu – diskvalifikácia.
7. Odmietnutie riadiť sa pokynmi rozhodcov alebo technického delegáta.	Diskvalifikácia.
8. Pretekár nemá štartovné číslo (ak je povinné) alebo ho má akokoľvek upravené.	Neúmyselné – Stop&Go spojené s nápravou (ak je to možné). Úmyselné – diskvalifikácia.
9. Odhodenie osobných vecí počas pretekov (plavecké okuliare, fľaše, obaly, atď.)	Časová penalizácia v bežeckom penalty boxe.
10. Použitie neoprávneného vybavenia poskytujúceho výhodu alebo nebezpečného pre ostatných.	Stop&Go s nápravou. Ak nie je napravené – diskvalifikácia.
11. politická, náboženská alebo rasistická propaganda.	Diskvalifikácia.
12. Prihlásenie sa na preteky pod nepravým menom, falšovanie licencie alebo nahlásenie nesprávnych údajov.	ČK (diskvalifikácia) a návrh na pozastavenie licencie (spojené so zákazom štartu na ďalších pretekoch STÚ).
13. Rozcvičovanie sa na trati pretekov počas iných práve prebiehajúcich pretekov.	Ústne napomenutie až ČK (diskvalifikácia) pre vlastné dané preteky.
14. Účasť na pretekoch ak nie je povolená (vek, zákaz ako rozhodnutie DK alebo VV STÚ).	Diskvalifikácia, zápis do správy z pretekov a prípadný podnet na DK STÚ.
15. Použitie zakázaných látok (doping).	Diskvalifikácia a ďalší postih podľa ADA SR.

16. Neobvyklé a násilné nešportové správanie.	Dočasné pozastavenie činnosti rozhodnutím súťažného výboru priamo na mieste a odovzdanie podkladov DK a sekretariátu STÚ.
17. Pretekánie bez vrchnej časti oblečenia.	Stop&Go s nápravou.
18. Cudzí pomoc – požičanie celého bicykla, rámu, predného alebo zadného kolesa, prilby, cyklistických tretier alebo ďalšieho vybavenia inému pretekárovi, ktoré pretekára vyradí z pretekov.	Diskvalifikácia oboch pretekárov.
19. Nudizmus alebo exhibicionizmus.	Stop&Go s nápravou. Ak nie je napravené – diskvalifikácia.
20. Získanie výhody nedovoleným spôsobom.	Diskvalifikácia.
21. Nezastavenie sa v penalty boxe.	Diskvalifikácia.
22. Odmietnutie prijatia identifikátorov (čip, plavecká čiapka, číslo na bicykel a prilbu, štartovné číslo, popis tela,...).	Diskvalifikácia.
23. Strata čipu bez nahlásenia rozhodcovi.	Diskvalifikácia, ak bol čip použitý zároveň ako identifikátor počtu okruhov.
24. Štart s inou kategóriou ako s tou, do ktorej bol pretekár prihlásený.	Diskvalifikácia.
Registrácia, odovzdávanie vecí, depo	
25. Neskorý príchod na odovzdanie vecí do depa.	Časová penalizácia odpykaná v 1.depe, prípadne štart zo zadnej pozície.
26. Umiestnenie vecí do depa bez ich kontroly rozhodcom.	Diskvalifikácia.
27. Označenie miesta v depe.	Ústne napomenutie spojené s nápravou (rozhodca môže značku odstrániť aj bez informovania pretekára).
28. Zavesenie bicykla iba za jednu brzdnú páku.	Časová penalizácia (ŽK) odpykaná v bežeckom penalty boxe.
29. Nasadnutie na bicykel pred čiarou depa.	Časová penalizácia (ŽK) odpykaná v bežeckom penalty boxe.
30. Neskorý príchod na predštartovú prezentáciu (ak je), prípadne zmeškanie štartu.	Časová penalizácia odpykaná v 1.depe, prípadne štart zo zadnej pozície alebo ČK so zákazom pokračovať v pretekoch – o výške trestu rozhodne hlavný rozhodca s prihliadnutím na aktuálne podmienky pretekov.
31. Umiestnenie bicykla mimo svoj vyhradený priestor v depe.	Pred pretekmi – ústne napomenutie. Počas pretekov – časová penalizácia (ŽK) odpykaná v bežeckom penalty boxe.
32. Zosadnutie z bicykla za čiarou depa.	Časová penalizácia (ŽK) odpykaná v bežeckom penalty boxe.
33. Položenie/pohodenie vecí mimo svoj vyhradený priestor v depe.	Časová penalizácia (ŽK) odpykaná v bežeckom penalty boxe.
Plávanie, štart pretekov	

34. Štart pred štartovým signálom. Cyklistika	Časová penalizácia (ŽK) odpykaná v 1.depe.
35. Porušenie pravidiel cestnej premávky.	Neúmyselné/bezpečné – ústne napomenutie a náprava, prípadne časová penalizácia (ŽK). Úmyselné alebo nebezpečné – diskvalifikácia.
36. Jazda na bicykli alebo beh s obnaženou hornou časťou trupu.	Stop&Go s nápravou. Ak nie je možné napraviť – diskvalifikácia.
37. Jazda v háku pri zakázanej jazde v háku pri šprint a krátkych vzdialenostiach.	1.priestupok – časová penalizácia (MK). 2.priestupok – diskvalifikácia.
38. Jazda v háku pri zakázanej jazde v háku pri stredných a dlhých vzdialenostiach.	1. a 2. priestupok – časová penalizácia (MK). 3.priestupok – diskvalifikácia.
39. Nezastavenie v penalty boxe po uložení modrej karty počas cyklistiky (pri zakázanej jazde v háku).	Diskvalifikácia.
40. Nezapnutá alebo zle upevnená prilba počas cyklistiky.	Stop&Go s nápravou.
41. Jazda na bicykli bez čísla pri zakázanej jazde v háku.	Časová penalizácia (ŽK) odpykaná v bežeckom penalty boxe.
42. Výmena kolesa mimo oficiálneho miesta „Náhradné kolesá“.	Diskvalifikácia.
43. Jazda na bicykli bez prilby.	Diskvalifikácia.
Beh, cieľ	
44. Pretekár nemá štartovné číslo viditeľné jasne spredu.	Ústne napomenutie s nápravou. Pri opakovaní – časová penalizácia (ŽK) odpykaná v bežeckom penalty boxe.
45. Beh s prilbou.	Stop&Go s nápravou. Ak nie je možné napraviť – diskvalifikácia.
46. Neprebehnutie cieľom.	Diskvalifikácia.
47. Prebehnutie cieľom s menším počtom okruhov ako určil usporiadateľ.	Ak pretekár nebude pokračovať v pretekoch – diskvalifikácia. Ak pretekár chce pokračovať v pretekoch musí splniť nasledujúce 3 podmienky: 1. musí to oznámiť najbližšiemu rozhodcovi, 2. nesmie dôjsť k skráteniu trate, 3. nesmie byť už vyvesená oficiálna výsledková listina. Inak nasleduje diskvalifikácia.
48. Rozcvičovanie sa na ktorejkoľvek časti trati pretekov	Časová penalizácia (ŽK) odpykaná v bežeckom penalty boxe.

19.3 Tab. MIESTO PRIESTUPKU – KDE SI PRETEKÁR ODPYKÁ ČASOVÚ PENALIZÁCIU

MIESTO PRIESTUPKU	KDE SI PRETEKÁR ODPYKÁ ČASOVÚ PENALIZÁCIU	
štart	1.depo	
plávanie (beh pri duatlone)	1.depo	
1.depo	bežecký penalty box	
cyklistika	cyklistický penalty box na tresty za drafting	bežecký penalty box za tresty spojené so žltou kartou
2.depo	bežecký penalty box	
beh	bežecký penalty box	

Poznámka: Týka sa všetkých kategórií, okrem kategórií nádejí. Ak nie je cyklistický penalty box, pretekár si odpyká trest v bežeckom penalty boxe.