

# Dolnokubínsky AKVATLON

## 4. ročník

### 05. 09. 2020 – sobota



- USPORIADATEĽ:** Mestský plavecký klub Dolný Kubín, Športovcov 1182/5, Dolný Kubín
- V SPOLUPRÁCI:** INTERŠPORT DK, good system s.r.o., Mesto Dolný Kubín a Aquarelax Dolný Kubín
- MIESTO:** Aquarelax, Športovcov 1182/5 - prezentácia, plávanie a beh
- DÁTUM:** 05.09. 2020 – sobota, začiatok o 7:00 na plavárni, Športovcov 1182/5
- ŠTATÚT:** Preteky sú zaradené do súťaží Slovenského pohára v akvatlone vyhlasovaných Slovenskou triatlonovou úniou.
- SÚŤAŽNÝ VÝBOR:** riaditeľ pretekov: Katarína Mikulová  
technický delegát: Daniel Paľa, hlavný rozhodca: Zuzana Szaboová
- INFO KONTAKT:** Katarína Mikulová, tel: +421 0905 899 500, mikulova.katka@gmail.com

**KATEGÓRIE /OBJEMY:** Preteká sa podľa vekových kategórií platných pre rok 2020.

Kategória	Vek	Rok narodenia	Súťaž
Nádeje B chlapani/dievčatá	9 a ml.	2011 a ml.	50 m plávanie - 250 m beh
Nádeje A chlapani / dievčatá	10 - 11	2010-2009	100 m plávanie - 500 m beh
Mladší žiaci / žiačky	12 - 13	2008-2007	200 m plávanie - 1 km beh
Starší žiaci / žiačky	14 - 15	2006-2005	400 m plávanie - 2 km beh
Dorastenci, Dorastenky	16 - 17	2004-2003	1000 m plávanie - 5 km beh
Juniori, Juniorky	18 - 19	2002-2001	1000 m plávanie - 5 km beh
Elite muži, ženy	20 - 39	2000-1981	1000 m plávanie - 5 km beh
Veteráni 1	40 - 49	1980-1971	1000 m plávanie - 5 km beh
Veteráni 2	50 - 59	1970-1961	1000 m plávanie - 5 km beh
Veteráni 3	60 a st.	1960 a st.	1000 m plávanie - 5 km beh
Veteránky 1	40 - 49	1980-1971	1000 m plávanie - 5 km beh
Veteránky 2	50 - 59	1970-1961	1000 m plávanie - 5 km beh
Veteránky 3	60 a st.	1960 a st.	1000 m plávanie - 5 km beh
Fit muži	16 -	2004 a st.	400 m plávanie - 2 km beh
Fit ženy	16 -	2004 a st.	400 m plávanie - 2 km beh

**PRIHLÁŠKY:** on-line na [triathlon.sk](http://triathlon.sk), do 04.09.2020 do 08:00 hod. Po tomto termíne už nebude možné sa prihlásiť! V prihláške treba uviesť aj predpokladaný čas zaplávania určenej trate (nádeje 50/100m, ml. Žiaci 200m, st. žiaci a Fit 400m, ostatní

1000m. **Kto neuvedie čas, bude zaradený do poslednej najpomalšej rozplavby.**

**Pretekári** z Oravy v kategórii Fit muži a ženy majú možnosť jednorázovej registrácie priamo na mieste v čase od 07:00 do 08:00 hod.

**ODHLÁŠKY:**

on-line na [triatlon.sk](http://triatlon.sk), do 04.09.2020 do 20:00 hod. Za každého neodhláseného pretekára, ktorý nenastúpi na štart, bude potrebné zaplatiť manipulačný poplatok 5€.

**ŠTARTOVNÉ:**

11 € všetky kategórie: zahŕňa vstupné na plaváreň ( 1€ ) a obed ( 4€ ). Štartovné sa hradí bankovým prevodom. Názov účtu je: Mestský plavecký klub Dolný Kubín o.z. Číslo účtu v tvare **IBAN: SK39 0900 0000 0000 5418 6314**, VS: 20200905, do poznámky uveďte meno a priezvisko pretekára, každý účastník (klub alebo oddiel) sa musí preukázať dokladom o zaplatení štartovného. Doklad o zaplatení štartovného zašlite e-mailom: mikulova.katka@gmail.com, môžete ho predložiť aj pri prezentácii.

**CENY:**

Prví traja pretekári v každej kategórii budú ocenení diplomom a medailou.

**POPIS TRATÍ:**

**Plávanie:** v 25 m bazéne, v samostatných rozplavbách. Rýchle rozplavby po 2 pretekároch na dráhe, pomalé po 3 a viac pretekároch. Štart je z vody, kotúľové obrátky sú povolené. Pri 2 plavcoch v dráhe jeden pláva stále na pravej polovici dráhy a druhý na ľavej polovici, vodiaca čierna čiara na dne určuje stred dráhy, ktorá je v tomto prípade hranicou. Pri 3 a viac plavcoch v dráhe plávajú pretekári za sebou dookola, smerom tam po pravej polovici dráhy a smerom späť po ľavej polovici.

Organizátor si vyhradzuje právo upraviť si počty pretekárov v dráhe.

**Beh:** popri rieke Orava po novovybudovanom cyklochodníku .

Po dobehnutí do cieľa treba číslo a čip vrátiť. Za stratený čip je účtovaný poplatok 30€.

**OBČERSTVENIE:**

Pre každého pretekára bude pripravený obed v reštaurácii Kopačka, Športovcov 1181

**POKYNY:**

Vstup na plaváreň je možný len v prezúvkach, plavecké čiapky sú povinné, v priestore bazéna je zakázané konzumovať jedlo a používať sklenené nádoby.

**PARKOVANIE:**

je možné priamo pri plavárni.

**ČASOVÝ PROGRAM:**

**Sobota 05.09.2020, Aquarelax Dolný Kubín (krytá plaváreň)**

**PLAVECKÁ ČASŤ**

07:30 - 8:30 prezentácia pre nádeje a žiacke kategórie, Fit muži a ženy

08:30 - 9:30 prezentácia pre ostatné kategórie

08:00 - 8:30 rozplavba (pre nádeje a žiacke kategórie, Fit muži a ženy)

08:30 - 8:45 štart Nádeje A/B – 50/100m

08:45 - 9:00 štart 200m mladší žiaci/ žiačky - 200m

09:00 – 09:30 štart 400m starší žiaci/ žiačky, Fit muži a ženy – 400m

09:30 - 10:00 rozplávanie ostatní 1000m

10:00 - 12:30 štart 1000m

Časy sú orientačné, budú upravené podľa počtu prihlásených pretekárov.

**BEŽECKÁ ČASŤ**

Štart bude Gundersenovou metódou podľa výsledku z plávania

12:50 poučenie

**13:00** ŠTART Nádeje a následne ďalšie kategórie

Od 13:00 obed

**VYHLÁSENIE VÝSLEDKOV:** Po dobehnutí posledného pretekára cca o 15:30.

**VŠEOBECNÉ USTANOVENIA:**

Plaváreň: Žiadame všetkých pretekárov, aby sa na plavárni správali podľa domáceho poriadku plavárne, aby sa zdržiavali len priestoroch na to určených, do šatní a k bazénu sa nesmie ísť v topánkach (teniskách) a zároveň prosíme, aby ste nejedli v priestoroch bazéna. Prosíme každého pretekára či fanúšikov, aby dodržiavali bezpečnosť a poriadok v priestoroch plavárne. Každý pretekár sa pretekov zúčastňuje na vlastnú zodpovednosť, bez akýchkoľvek nárokov na organizátora. Prihlásením na preteky resp. prevzatím štartovného čísla resp. zaplatením štartovného pretekár potvrdzuje túto skutočnosť. Každý pretekár preberá zodpovednosť za škodu spôsobenú na majetku alebo na zdraví voči tretím osobám aj za škodu na zdraví a majetku spôsobenú sebe samému. **Organizátori si vyhradzujú právo na zmenu v propozíciách a v organizácii pretekov. Účastníci budú o takejto zmene oboznámení v dostatočnom predstihu, minimálne 10 minút pred štartom.**