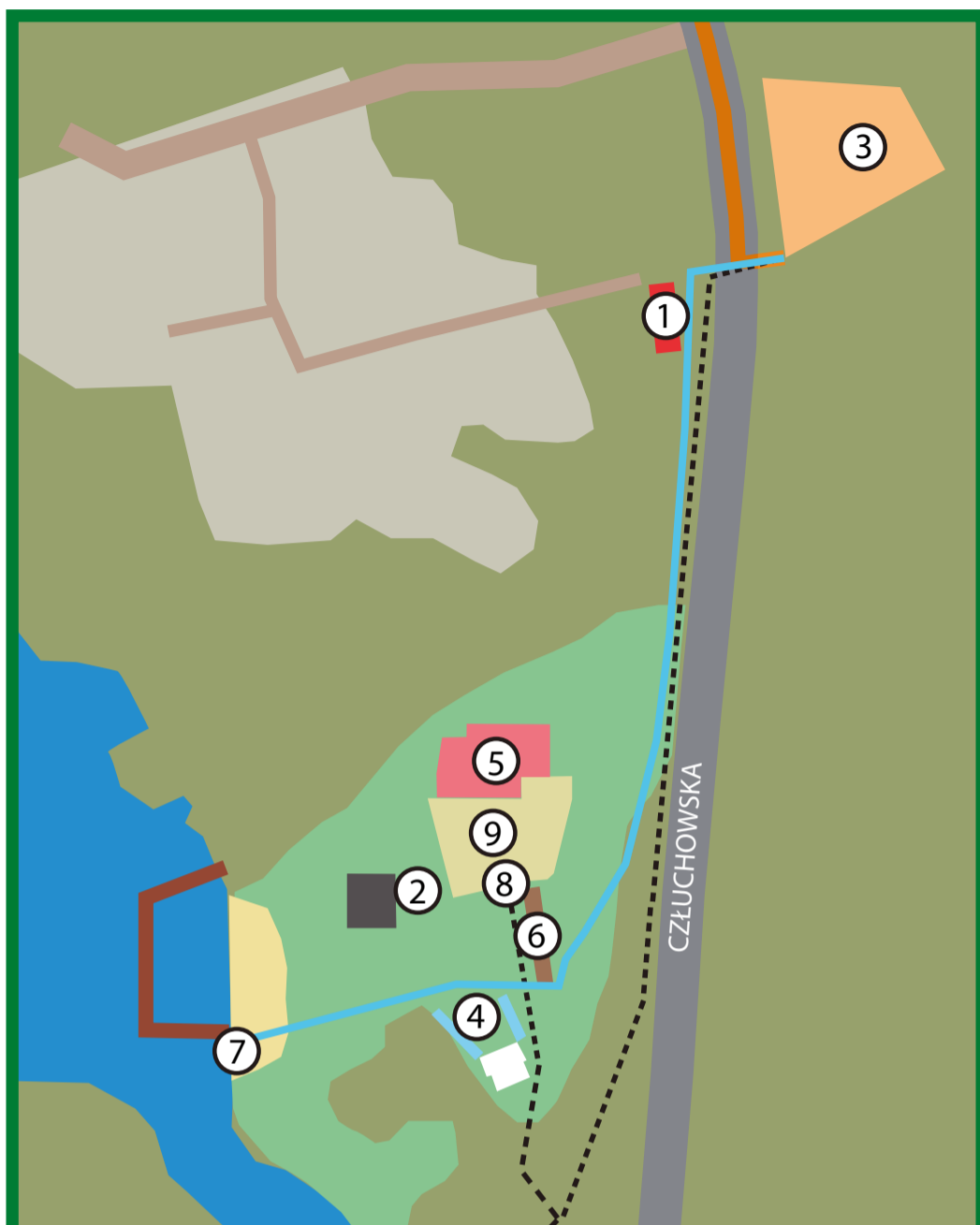




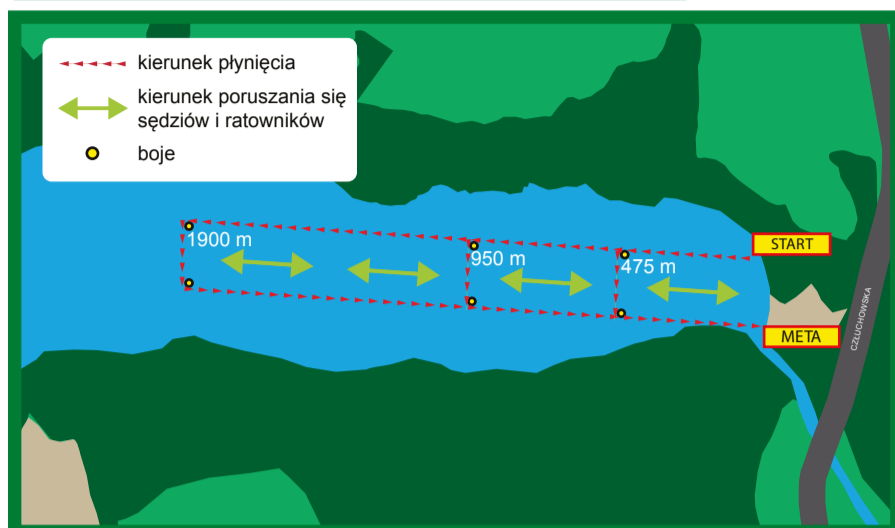
PLAN SYTAUACYJNY



LEGENDA:

- | | |
|---------------------------|----------------------|
| 1 - OSIR | 6 - DOBIEG DO METY |
| 2 - BIURO ZAWODÓW | 7 - START |
| 3 - STREFA ZMIAN | 8 - META |
| 4 - EXPO | 9 - STREFA FINISHERA |
| 5 - STREFA GASTRONOMICZNA | |

TRASA PŁYWACKA • 28,25 • 56,5 • 112,99 km



TRASA ROWEROWA • 28,25 • 56,5 • 112,99 km



TRASA BIEGOWA • 28,25 • 56,5 • 112,99 km



Święto triathlonu i dobrej zabawy – GOODVALLEY TRIATHLON PRZECHELEWO 2021

MNÓSTWO ŚWIETNEJ ZABAWY I SPORTOWA RYWALIZACJA DLA KAŻDEGO!
ZACHOWANIE BEZPIECZEŃSTWA WSZYSTKICH UCZESTNIKÓW IMPREZY

ATRAKCJE DLA CAŁYCH RODZIN:

- Konkurencja Tri Family wystartuj ze swoją rodziną!
- Specjalny dystans dla najmłodszych
- Możliwość startu z opiekunem!

CZEKA NA WAS DUŻO ZABAWY I POZYTYWNEJ ENERGII!

Konkurs kibicowania w sobotę i w niedzielę,

Konkurs typowania wyników (do wygania rower szosowy): typujemy dwa wyniki.

W sobotę dystans: połówka 112,99 km i w niedzielę 56,5 km.

STREFA ZABAW DLA DZIECI

ORGANIZATORZY:



PARTNERZY





Harmonogram imprezy GOODVALLEY TRIATHLON PRZECHLEWO 2020 (28-29.08.2021)

BIURO ZAWODÓW

Ośrodek Sportu i Rekreacji Przechlewo
ul. Człuchowska 60, tel: +48 59 833 44 05

Godziny otwarcia biura zawodów:

27.08.2021 w godzinach **12:00 – 21:00**

28.08.2021 w godzinach **05:00 – 21:00**

29.08.2021 w godzinach **06:00 – 09:00**

PIĄTEK 27.08.2021

12:00 - 21:00 – wydawanie pakietów startowych – dystans 112,99 oraz dystans 28,25 km i wydawanie pakietów na Bieg Farmera

16:00 - 21:00 – wstawianie rowerów do strefy zmian – dystans 112,99 oraz dystans 28,25 km

18:00 - 21:00 – Pasta Party - dystans 112,99 oraz dystans 28,25 km, adres OSiR Przechlewo

SOBOTA 28.08.2021

05:00 - 06:45 – wydawanie pakietów startowych

05:00 - 06:45 – wstawianie rowerów do strefy zmian

06:45 – oficjalne otwarcie Goodvalley Triathlon Przechlewo

07:00 – odprawa techniczna – dystans 112,99 oraz dystans 28,25 km - scena nad jeziorem OSiR Przechlewo

08:00 – start Goodvalley Triathlonu Przechlewo na dystansie 112,99

09:15 – start dystans 28,25 km

14:00 – zamknięcie trasy rowerowej

16:00 – zamknięcie trasy biegowej

16:00 - 16:30 – ceremonia wręczenia nagród – dystans 112,99 km oraz dystans 28,25 km

14:00 - 16:30 – wydawanie rowerów ze strefy zmian

17:30 - start Bieg Farmera, po biegu poczęstunek OSiR nad jeziorem Końskie

19:30 - Ceremonia wręczenia nagród Bieg Farmera

Dystans 56,5 km (ćwiartka) oraz sztafety dystansu 56,5 km oraz Tri Family oraz Bieg Farmera

09:00 - 21:00 – wydawanie pakietów startowych

09:00-14:00- wydawanie pakietów startowych Biegu Farmera

18.00 - 21:00 – Pasta Party dla zawodników dystansu 56,5 km oraz sztafet dystansu 56,5 km, OSiR Przechlewo

17:30 - 21:00 – wstawianie rowerów do strefy zmian

NIEDZIELA 29.08.2021

06:00 - 07:30 – wydawanie pakietów startowych

06:00 - 07:30 – wstawianie rowerów do strefy zmian

07:45 – oficjalne otwarcie zawodów

08:00 – odprawa techniczna na scenie nad jeziorem, OSiR Przechlewo

09:00 – start dystans 56,5 km

09:30 – start sztafety dystansu 56,5 km

13:00 - zamknięcie trasy rowerowej dla triathlonistów

13:00 - 14:30 – wydawanie rowerów ze strefy zmian

14.00- rozpoczęcie zawodów Tri Family

14:30 – zamknięcie trasy biegowej dla triathlonistów

14:30 - 15:00 – ceremonia wręczenia nagród, oficjalne zamknięcie zawodów

Miejsce: OSiR Przechlewo nad jeziorem Końskie

Niezbędnik zawodnika:

1. Wycofanie się z wyścigu

Każdorazowo poinformuj najbliższego sędziego o takiej sytuacji podając swój numer – jeśli tego nie zrobisz, istnieje ryzyko że podejmiemy akcję ratowniczo-poszukiwawczą obciążając Ciebie kosztami takich działań.

2. Pamiętaj o:

Pływanie:

1. Strój triathlonowy / strój do pływania.
2. Pianka pływacka – Przy temperaturze wody poniżej 14 st. (dystans 56,5km) oraz 16st. (112,99km, 226km) pianka jest obowiązkowa, natomiast przy wyższej jak najbardziej wskazana!
3. Okulary do pływania.
4. Zatyczka na nos/ do uszu – jeśli zazwyczaj ich potrzebujemy.
5. Środek ułatwiający zdejmowanie pianki – nie zalecamy oliwki ani wazeliny ze względu na szkodliwe działanie na pianki neoprenowe.

Rower:

1. Kask – absolutny obowiązek!
2. Okulary rowerowe.
3. Strój rowerowy (jeśli nie używamy stroju triathlonowego).
4. Obuwie rowerowe.
5. Skarpetki.
6. Pompka ręczna lub zapasowe naboje z Co2.
7. Zapasowa dętka + łyżki do opon lub uszczelniacz do opon (przydatne w trakcie startu aby nie tracić czasu na zmianę dętki).
8. Komplet kluczy imbusowych.
9. 2 Bidony.
10. Torebka do przechowania batonów i żeli energetycznych.
11. Licznik rowerowy.

Bieg:

1. Buty do biegania.
2. Strój biegowy (jeśli nie używamy stroju triathlonowego).
3. Skarpetki – jeśli ich potrzebujemy, a nie założyliśmy przed etapem rowerowym.
4. Czapka.

Dodatkowo:

1. Dokument tożsamości ze zdjęciem.
2. Pasek na numer startowy – zakładamy z przypiętym numerem po etapie pływackim.
3. Klapki – przydatne przed etapem pływackim.
4. Nożyczki.
5. Drugą parę butów do biegania (jedną parę zostawimy w strefie zmian, to druga przyda się tuż przed startem do rozgrzewki).
6. Ubranie na rozgrzewkę.
7. Żele i batony energetyczne.
8. Dodatkowy czepek – przyda się w przypadku zimnej wody.
9. Olejek do opalania.
10. Zegarek / pulsometr + opaska na klatkę piersiową.
11. Ręcznik.
12. Taśma izolacyjna – bardzo wiele zastosowań przy mocowaniu ekwipunku do roweru.
13. Smar do łańcucha.
14. Szmatki do czyszczenia roweru.
15. Duża pompka rowerowa stojąca – łatwiej uzyskać za jej pomocą duże ciśnienie powietrza w oponach.
16. Zapasowe dętki i opony – na wypadek ich uszkodzenia w przeddzień zawodów.
17. Gumki recepturki – przydatne do zamocowania butów rowerowych na rowerze w optymalnej pozycji.

3. Czego nie wolno?

- używanie odtwarzaczy mp3, słuchawek, etc – jest zabronione i grozi dyskwalifikacją,
- w trakcie rywalizacji nie można towarzyszyć zawodnikowi ani podawać jemu żadnych płynów czy jedzenia – również zagrożone dyskwalifikacją.

SPONSORZY:

CISOWIANKA

H2O SHOP.PL
POMAGAMY WYGRYWAĆ!



BROWAR FORTUNA



GOODVALLEY
Since 1994
Home of Quality