

GARMIN

IRON TRIATHLON



RACE BOOK

WIELKI FINAŁ
SEROCK | 17.09.2023



GARMIN®

SPONSOR TYTULARNY CYKLU



GARMIN



IRON TRIATHLON

Miasto i Gmina Serock to szczególne miejsce, w którym każdy miłośnik turystyki znajdzie dla siebie coś wyjątkowego.

O współczesnym charakterze gminy decyduje Jezioro Zegrzyńskie, które zachęca do spędzenia tutaj czasu. Szlaki pieszo-rowerowe, o łącznej długości blisko 90 km, ścieżki spacerowe, wiodące przez urokliwe tereny wśród rezerwatów przyrody, opodal miejsc historycznych i zabytków, nadrzeczny bulwar z plażą i kąpieliskiem, większość imprez kulturalnych i sportowo - rekreacyjnych, średniowieczny układ miasta i historia, która daje się zauważyć w wielu zakamarkach gminy - wszystko to sprawia, że Serock jest ciekawą propozycją na weekend, na urlop, na wakacje i na całe życie.

Burmistrz Miasta i Gminy Serock
Artur Borkowski



Podróż
– 60 lat
nad Zalewem

– 60 lat Jeziora Zegrzyńskiego

Rejs statkiem

po Jeziorze Zegrzyńskim

16 września 2023 r. (sobota)
godz. **11:00**

szczegóły:
www.pik.legionowski.pl



partnerzy



Powiat Legionowski

Miasto Legionowo

Gmina Wągrowiec

Miasto i Gmina Serock

Gmina Białe Czołowe



Ministerstwo Kultury
i Dziedzictwa Narodowego

Dofinansowano za środków Ministra Kultury i Dziedzictwa Narodowego
pochodzących z Funduszu Promocji Kultury

PROGRAM ZAWODÓW

GARMIN IRON TRIATHLON

SOBOTA 16/09/2023

- 16:00 – 19:00 godziny otwarcia EXPO
- 16:00 – 19:00 wprowadzanie rowerów do strefy zmian i pobieranie pakietów w strefie zmian – wszystkie dystanse. UWAGA! Pobrać pakiet mogą wyłącznie zawodnicy pozostawiający swój sprzęt w strefie zmian!
- 19:00 odprawa techniczna online na oficjalnym profilu FB Garmin Iron Triathlon (wszystkie dystanse)

NIEDZIELA 17/09/2023

- 06:30 – 15:30 godziny otwarcia EXPO
- 06:30 – 07:00 wprowadzanie rowerów do strefy zmian i pobieranie pakietów w strefie zmian – tylko dystans 1/2 IM. UWAGA! Pobrać pakiet mogą wyłącznie zawodnicy pozostawiający swój sprzęt w strefie zmian!
- 07:00 – 07:30 wprowadzanie rowerów do strefy zmian i pobieranie pakietów w strefie zmian – tylko dystans 1/8 IM. UWAGA! Pobrać pakiet mogą wyłącznie zawodnicy pozostawiający swój sprzęt w strefie zmian!
- 07:30 – 08:15 wprowadzanie rowerów do strefy zmian i pobieranie pakietów w strefie zmian – tylko dystans 1/4 IM. UWAGA! Pobrać pakiet mogą wyłącznie zawodnicy pozostawiający swój sprzęt w strefie zmian!
- 08:00 – 08:50 wydawanie pakietów startowych Garmin Junior w biurze zawodów (wszystkie dystanse)
- 08:30 start dystans 1/2 IM
- 09:15 start dystans 1/8 IM
- 09:20 start Garmin Junior 1-3 lat – bieg na 200 m
- 09:25 start Garmin Junior 4-5 lat – bieg na 200 m
- 09:30 start Garmin Junior 6-7 lat – bieg na 200 m
- 09:35 start Garmin Junior 8-11 lat – bieg na 500 m
- 09:40 start Garmin Junior 12-15 lat – bieg na 1000 m
- 11:00 start dystans 1/4 IM
- 11:30 ceremonia wręczenia nagród dla dystansu 1/8 IM i zawodników Garmin Junior
- 13:30 – 15:30 wydawanie rowerów ze strefy zmian (wszystkie dystanse)
- 15:30 ceremonia wręczenia nagród dla dystansu 1/2 IM i 1/4 IM oraz dla finisherów cyklu GIT 1/8 IM, 1/4 IM i 1/2 IM
- 15:30 zamknięcie trasy

Program może ulec zmianie!

beko

Pogromca brudu w domowej dżungli



**Automatyczne
opróżnianie**



**Nawigacja
LDS**



**Kontrola
przez Wi-Fi**



**Funkcja
mopowania**



**Długi
czas pracy**



**2700
Pa**

**Duża
moc**



Dowiedz się więcej: www.beko.com/pl-pl/robosmart

PRAKTYCZNE INFORMACJE

BIURO ZAWODÓW

W zawodach Garmin Iron Triathlon Serock nie będzie klasycznego Biura Zawodów, w którym będzie można odebrać pakiet czy zapisać się na zawody. Rejestracja przeprowadzona będzie przez system startlist.pl, a przygotowane pakiety startowe będą do pobrania przez zawodników w strefie zmian. Biuro zawodów będzie usytuowane na terenie Rynku Miejskiego w Serocku w pobliżu budynku Urzędu Miasta i Gminy Serock. Czynne będzie w godzinach wydawania pakietów startowych.

DEPOZYT

Depozyt dla zawodników będzie mieścił się na terenie Rynku Miejskiego w Serocku w pobliżu budynku Urzędu Miasta i Gminy Serock w miejscu oznaczonym napisem „depozyt”. Będzie on czynny w dniu zawodów. Otwarcie depozytu nastąpi godzinę przed startem, a jego zamknięcie w czasie rozpoczęcia dekoracji. Rzeczy deponować należy w worku depozytowym oznaczonym numerem startowym, w którym zawodnik otrzymał pakiet startowy. Depozyt wydawany będzie na podstawie okazanego numeru startowego.

KARTA ZAWODNIKA

Każdy zawodnik przed odbiorem pakietu startowego powinien pobrać kartę zawodnika logując się na swoje konto w systemie www.startlist.pl. Prosimy o wydrukowanie i podpisanie karty oraz zabranie jej na zawody. Zawodnik bez wydrukowanej karty zawodnika nie będzie dopuszczony do startu.

Przed wejściem do strefy zmian należy przekazać sędziemu podpisaną kartę zawodnika, licencję PZTri oraz dokument tożsamości ze zdjęciem. Karta z numerem startowym zawiera oświadczenie o braku przeciwwskazań zdrowotnych do udziału w zawodach i starcie na własną odpowiedzialność.

Osoby niepełnoletnie ponadto mają obowiązek przedłożyć podpisaną zgodę rodzica lub opiekuna prawnego na udział w Garmin Iron Triathlon Serock 2023.

Informacja dla kapitanów sztafet – kartę zawodnika pobiera kapitan i wpisuje na nią nazwiska i imiona członków drużyny. Przed nazwiskiem i imieniem należy postawić numerki zgodnie z kolejnością konkurencji triathlonu. Oświadczenie o braku przeciwwskazań do startu musi być podpisane przez wszystkich zawodników sztafety (trzy podpisy na jednej karcie).

PAKIET STARTOWY

Pakiet startowy będzie znajdował się przy stanowisku z numerem startowym zawodnika i będzie włożony w torbę depozytową.

Chip do pomiaru czasu, który znajduje się w pakiecie zamocuj przed startem na lewej nodze nad kostką. Umieszczenie chipa w innym miejscu spowoduje brak odczytu na trasie i nieumieszczenie Twojego nazwiska na wynikach.

Numer startowy, który otrzymasz przygotuj w strefie zmian i załóż dopiero po zejściu z roweru. Każdy zawodnik powinien mieć własną gumkę do przymocowania numeru startowego! Numer startowy jest obowiązkowy tylko na etapie biegowym i musi być widoczny z przodu.

Ponadto otrzymasz czepek, numer do przyklejenia pod siodełko oraz trzy numery na kask, które należy przykleić z przodu i po bokach.

W ramach pakietu startowego uczestnicy otrzymają:

- numery startowe na kask i na rower,
- numer startowy na bieg,
- czepek pływacki (obowiązuje start w czepku pływackim dostarczonym przez organizatora),
- zwrotny chip do pomiaru czasu,
- profesjonalny pomiar czasu,
- profesjonalne zabezpieczenie etapu pływackiego i zabezpieczenie medyczne,
- nadzór licencjonowanych sędziów na trasie zawodów,
- wodę na punktach odświeżania,
- pakiet żywieniowy w strefie finishera,
- medal za ukończenie zawodów.



Najlepsza *Coca-Cola* Ever?

#WeźSpróbuj



PYSZNA



INFORMACJE DLA SZTAFET

W wyścigu sztafetowym mogą wziąć udział 3-osobowe zespoły, lecz w tej rywalizacji nie ma podziału na płeć i kategorie wiekowe.

Każdy uczestnik sztafety startuje w jednej z konkurencji według następującej kolejności: pływanie (1,9 km / 0,95 km / 0,475 km), kolarstwo (90 km / 45 km / 22,5 km), bieganie (21,1 km / 10,55 km / 5,275 km). Jeden uczestnik sztafety może pokonać jeden odcinek (pływanie lub rower lub bieg). W skład sztafety mogą wejść kobiety i/lub mężczyźni. Dopuszczone są sztafety mieszane. W przypadku sztafet minimum jedna osoba z teamu musi posiadać licencję PZTri.

Start kolejnego zawodnika sztafety odbywa się przy wyznaczonym stanowisku w strefie zmian. Miejsce to będzie znajdować się w okolicy strefy kar.

Start kolejnego zawodnika rozpoczyna się z chwilą zakończenia wcześniejszej konkurencji przez poprzedniego uczestnika i przekazania następnemu zawodnikowi sztafety w strefie zmian chipa do pomiaru czasu.

Każdy uczestnik sztafety otrzyma medal za ukończenie zawodów. Pakiet sztafety odebrać może dowolny zawodnik teamu po okazaniu sędziemu dokumentu tożsamości ze zdjęciem, licencji PZTri i przekazaniu karty zawodnika podpisanej przez wszystkich uczestników sztafety. Kartę może pobrać tylko kapitan sztafety, który wpisuje na niej pozostałych zawodników i oznacza numerem kolejność zmiany obok imienia i nazwiska danego uczestnika sztafety.

DODATKOWE INFORMACJE

Przebieralnia - będzie dostępna w budynku w okolicy Plaży Miejskiej przy ul. Retmanskiej.

Toalety - typu ToiToi będą zlokalizowane w okolicy Plaży Miejskiej przy ul. Retmańskiej (w pobliżu startu etapu pływackiego i przy trasie biegowej), w okolicy Rynku oraz przy trasie kolarskiej.

PRZEPUSTKA DO STREFY FINISZERA

Każdy zawodnik Garmin Iron Triathlon Serock 2023 otrzyma specjalną opaskę, która upoważni go do przebywania w strefie finiszera i w strefie zmian po zawodach. Opaski będą dodane do pakietów startowych. Prosimy o założenie opasek od razu w strefie zmian po odbiorze pakietu.

PUNKTY ODŚWIEŻANIA

Na trasie kolarskiej dostępny będzie jeden punkt odświeżania tylko dla dystansu 1/2 IM, w którym będą podawane butelki z wodą.

Na każdej pętli biegowej dostępne będą dwa samoobsługowe punkty odświeżania. Zawodnicy zobowiązani są do samodzielnego pobierania butelek. Za metą będzie dostępny punkt odświeżania oraz przygotowany pakiet żywieniowy dla każdego zawodnika. Support z zewnątrz jest możliwy na końcu każdego punktu odświeżania – maksymalnie 50 m od końca każdego punktu. Za podawanie zawodnikowi produktów w innym miejscu poza wyznaczoną strefą grozi dyskwalifikacja.

Obowiązuje absolutny zakaz wyrzucania butelek w miejscach innych niż do tego wyznaczone! Wszystkich zawodników obowiązuje zakaz śmiecenia na trasie zawodów, w tym celu organizator wyznaczy strefy zrzutu, w których będzie można wyrzucić zużyte bidony, opakowania, butelki, kubeczki itp. Złamanie zakazu może grozić dyskwalifikacją!



WAŻNE!!!

Podczas zawodów zwróć uwagę na punkty kontrolne mierzące czas i na oznaczenia trasy. Ominięcie punktu lub skracanie trasy spowoduje dyskwalifikację.

Na metę wbiegacie sami: ze względów bezpieczeństwa nie mogą Wam towarzyszyć osoby nie biorące udziału w rywalizacji.

Pamiętaj, aby przed wbiegnięciem na metę zapiąć zamek w stroju triathlonowym. Po ukończeniu triathlonu i otrzymaniu medalu zwróć chip.

Na wszystkich zawodach w serii Garmin Iron Triathlon obowiązują przepisy PZTRI.

ODPRAWA TECHNICZNA

Serdecznie zapraszamy do udziału w odprawie technicznej, która odbędzie się on-line (w sobotę 16.09.2023 o godzinie 19:00) na oficjalnym profilu FB Garmin Iron Triathlon.

Podczas spotkania omówione zostaną zasady przeprowadzenia zawodów, pokazane strategiczne miejsca. Zachęcamy również do zadawania pytań w trakcie trwania odprawy – na wszystkie zapytania odpowiemy. Odprawa zostanie opublikowana jako film i będzie dostępna na profilu.



ENDURANCE



KROK PRZED WSZYSTKIMI

SPRAWDŹ NA [TREC.PL](https://www.trec.pl)

PARKINGI

Dla zawodników dostępne będzie kilka parkingów zlokalizowanych na terenie centrum Serocka, ale ze względu na bardzo dużą frekwencję sugerujemy szybszy przyjazd.

Zawodnikom przyjeżdżającym najwcześniej i kończącym zawody najpóźniej (dystans 1/2 IM) sugerujemy parkingi znajdujące się w okolicy ul. Wolskiego i Zdrojowej. Po rozpoczęciu zawodów dojazd do tych parkingów będzie utrudniony do godz. 14:00 – do zakończenia etapu kolarskiego zawodów.

Zawodnikom przyjeżdżającym nieco później sugerujemy parkingi zlokalizowane wzdłuż ul. Warszawskiej, 3 maja, Szygielskiego (dojazd od strony Legionowa) oraz ul. Zielonej i Pułtuskiej (dojazd od strony Pułtuska).

UWAGA!

Dla bezpieczeństwa zawodników zabrania się parkowania samochodów na ulicach, po których prowadzić będzie trasa zawodów – może to grozić odholowaniem pojazdu.

UTRUDNIENIA W RUCHU

W dniu zawodów, 17 września 2023 w godzinach 08:00–14:30 wyłączone z ruchu pojazdów zostaną ulice: Rynek (pierzeja wschodnia i północna), 11 Listopada, Nasielska, Retmańska, Brukowa, Zdrojowa, Wolskiego, Niska, Wąska, Rybaki oraz droga wojewódzka nr 622 na odcinku DK62 – Zabłocice.

Do godziny 16:00 wyłączone z ruchu pojazdów pozostaną ulice: Retmańska, Brukowa, Zdrojowa, Wolskiego, Niska, Wąska, Rybaki.

W nagłych przypadkach medycznych prosimy o kontakt ze służbami porządkowymi zabezpieczającymi trasę.

Prosimy o zwrócenie uwagi na wprowadzoną na czas zawodów tymczasową organizację ruchu oraz o stosowanie się do poleceń służby porządkowej zabezpieczającej imprezę

**Przepraszamy za utrudnienia i zachęcamy do kibicowania
zawodnikom!**



KING **OF THE** **NIGHT**



ZOSTAŃ KRÓLEM NOCY

STREFA ZMIAN

W strefie zmian na zawodników będą czekały przygotowane pakiety startowe.

UWAGA!

Pobrać pakiet mogą wyłącznie zawodnicy pozostawiający swój sprzęt (rower i kask) w strefie zmian! Osoby, które pobierają pakiet w sobotę, inne rzeczy (buty, bidon, itp.) mogą donieść w niedzielę w godzinach wprowadzania rowerów do strefy zmian zgodnie z programem imprezy. Aby ponownie wejść do strefy musisz mieć przy sobie papierowy numer startowy oraz opaskę na rękę, które będą znajdowały się w pakiecie startowym.

WAŻNE !

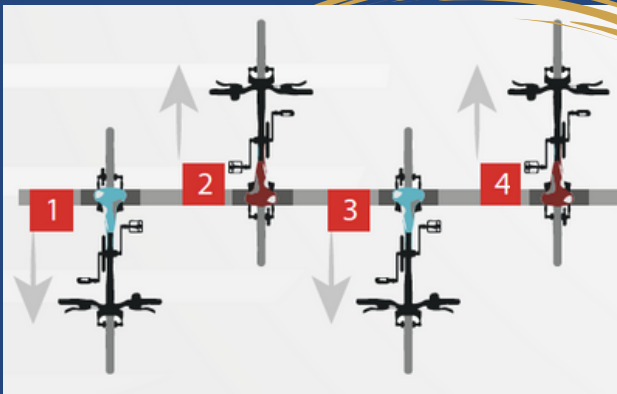
Wprowadzając rower do strefy zmian musisz mieć założony na głowę kask rowerowy, który powinien być zapięty. **BEZ KASKU NIE MA MOŻLIWOŚCI WPROWADZENIA ROWERU.**

Przy stanowisku znajduje się koszyk, w którym można pozostawić swoje rzeczy. Ułóż buty do jazdy na rowerze (jeśli takowych używasz), kask, okulary i wszystko czego będziesz potrzebować podczas zawodów. Dla bezpieczeństwa zawodników i mienia, miejsce zmian przeznaczone jest wyłącznie dla uczestników zawodów. Po zakończeniu etapu pływackiego udaj się do Twojego stanowiska w strefie zmian. Zdejmij piankę, przebierz się i najpierw załóż i zapnij kask, a następnie weź rower.

Podczas zawodów Garmin Iron Triathlon obowiązuje zakaz poruszania się na rowerze w strefie zmian. Ponadto trzymając rower w strefie zmian należy mieć założony i zapięty kask na głowie. Na wyjściu ze strefy zmian zaznaczona będzie linia, do której należy dojść lub dobiec z rowerem. Dopiero po przekroczeniu oznaczonego miejsca można wejść na rower i rozpocząć jazdę.

Po zakończeniu jazdy na rowerze, należy z niego zejść w oznaczonym miejscu i doprowadzić rower do swojego stojaka na rower. Rower należy odstawić dokładnie w to samo, oznaczone Twoim numerem startowym miejsce.

Wydawanie rowerów ze strefy zmian dla wszystkich dystansów w godz. 13:30 – 15:30.



**TAK WSTAWIAMY ROWERY
W STREFIE ZMIAN.**

**ROWER UMIEŚĆ KIEROWNICĄ
NA ZEWNĄTRZ.**

Pakuj się do... **MAXPACKA**



Idealny dla wszystkich trenujących przed pracą i po szkole.

Dzięki podziałowi na trzy komory, w tym dwie suche i jedną mokrą, w plecaku można z powodzeniem przechowywać mokry kostium pływakowski i ręcznik bez obawy, że zamoczą przechowywane w suchych komorach ubrania, książki, laptop czy tablet.

Zeskanuj QR kod
lub wejdź na stronę
aquaspeed.com.pl/code



Odbierz rabat na plecak!
**Wpisz kod
MaxPack20**



Nasze produkty
do trenowania w wodzie
znajdziecie na
www.aquaspeed.com.pl



Płetwy, pull buoys, fajka czołowa, wiosłka, okulary, ręcznik, buty biegowe, dresy, kask rowerowy i akcesoria – to wszystko pomieści się w Twoim podręcznym centrum logistycznym.

Wiele funkcjonalnych kieszeni pozwala tak przechowywać akcesoria, aby można było z łatwością je odnaleźć i wykorzystać podczas treningu, czy przed zawodami.

**Wychodzisz na trening?
Jedziesz na zawody?
Spakuj się do naszego
nowego MAXPACKA!**

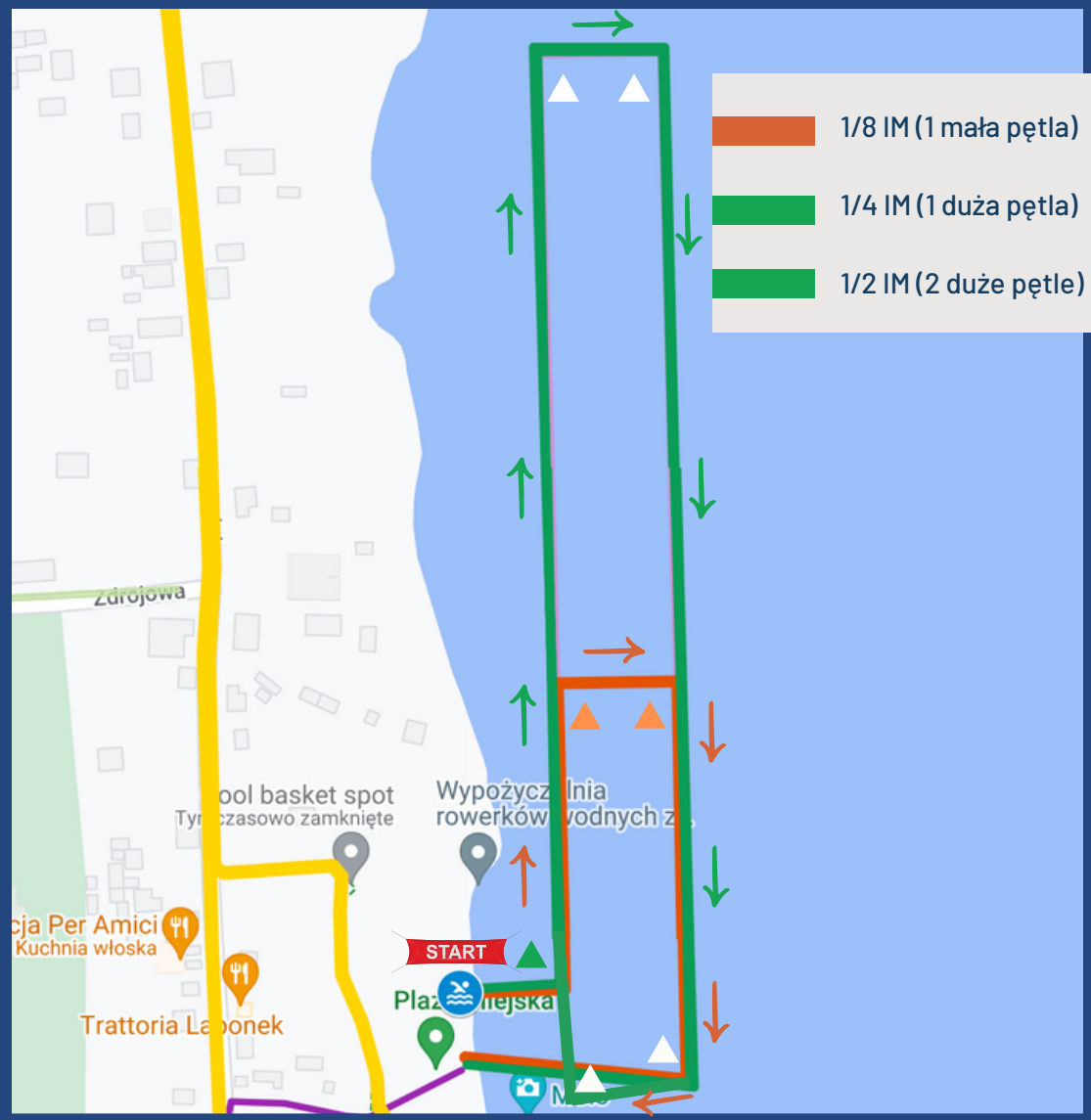
ETAP PŁYWACKI

ROLLING START

Start etapu pływackiego dla wszystkich dystansów odbędzie się w formule rolling start z brzegu.

PIANKI

Stosowanie pianek jest dozwolone zgodnie z przepisami PZTri. Ostateczną decyzję podejmuje Sędzia Główny zawodów po pomiarze temperatury wody na godzinę przed startem.





BMC

THE ROOTS

WIN FROM
THE VERY START

WWW.THEROOTS.PRO THE ROOTS

ETAP KOLARSKI

Na trasie rowerowej Garmin Iron Triathlon Serock na wszystkich trzech dystansach obowiązuje całkowity zakaz draftingu.

Osoba jadąca z tyłu powinna trzymać odstęp minimum 10 metrów (1/8 IM i 1/4 IM) oraz 12 metrów (1/2 IM) licząc od przedniego koła zawodnika jadącego przed nim do przedniego koła zawodnika jadącego z tyłu. Osoba mijana jest zobowiązana do zachowania stałej prędkości lub ewentualnie spowolnienia, w trakcie, gdy inny zawodnik ją wyprzedza.

W przypadku osób łamiących przepisy będą egzekwowane kary:

- 5' na dystansie 1/2 IM,
- 2' na dystansie 1/4 IM,
- 1' na dystansie 1/8 IM.

Do strefy podciągania można wjechać unikając kary, jeżeli: wyjeżdżasz lub wjeżdżasz do strefy zmian, mijasz rywala, lecz nie dłużej niż przez 20 sekund, rowerzyści zwalniają ze względów bezpieczeństwa, jesteś w trakcie skrętu lub nawrotu przekraczającym kąt 90 stopni.

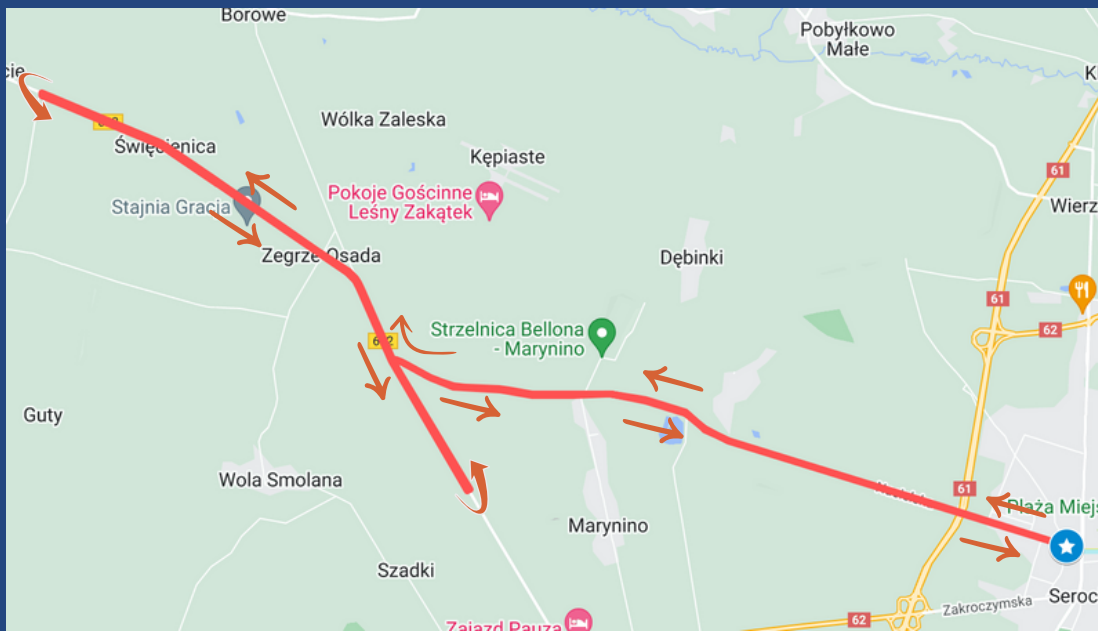
Powyższe kary dotyczą również takich przewinień jak: blokowanie i utrudnianie wymijania, pozostawienie bidonów na trasie, niesportowe zachowanie, pomoc z zewnątrz (dotyczy podawania jedzenia, picia, polewania wodą, naprawy sprzętu).

Kary czasowe odbywamy w strefie kar. Zawodnikom nie przysługuje odwołanie się od kary czasowej, a decyzja sędziego jest ostateczna!



12 m (1/2 IM) / 10 m (1/4 IM i 1/8 IM)

ETAP KOLARSKI - MAPA



1/8 IM (1 pętla)

1/4 IM (2 pętle)

1/2 IM (4 pętle)



SPRAWDŹ TRASĘ



RUN HAPPY



Prosto do celu w Brooks!

z kodem: GITSerock15

15% rabatu

na zakup butów marki Brooks

 **BROOKS**

brooks-running.pl

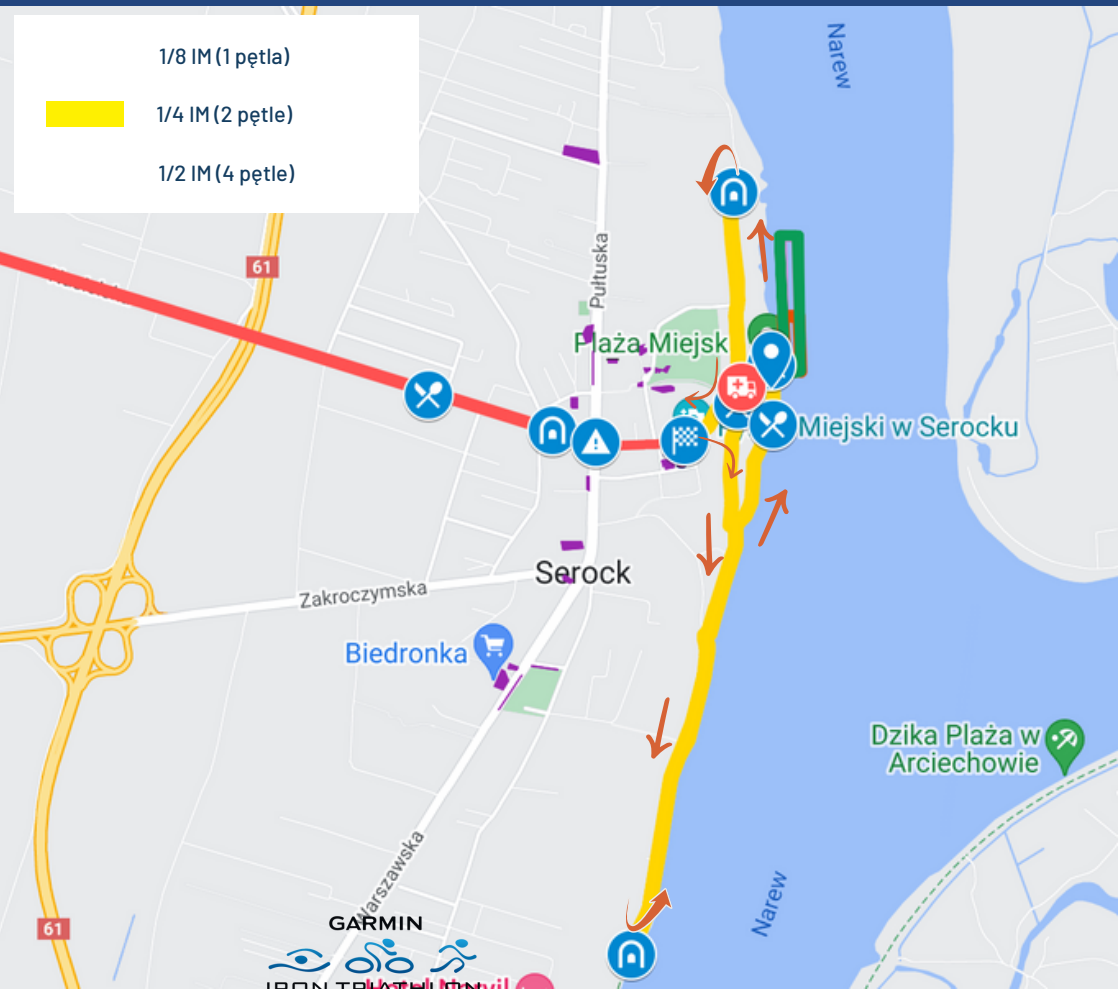
ETAP BIEGOWY

1/8 IM (1 pętla)



1/4 IM (2 pętle)

1/2 IM (4 pętle)



SPRAWDŹ TRASĘ



PRIMABIOTIC

COLLAGEN SPORT

COLLAGEN
TECHNOLOGY
SWISS + 10 000 mg
★★★★★



Siła & wytrzymałość

Primabiotic Collagen Sport

 <p>AŻ 10.000 MG KOLACENU W JEDNEJ BUTELECZCE</p>	 <p>TYLKO 45 KCAL W 1 PORCJI</p>	 <p>ZAWIERA KWAS ORTOKRZEMOWY</p>
 <p>PRZYSWAJALNY DO 95%</p>	 <p>BEZ DODATKU CUKRU I KONSERWANTÓW</p>	 <p>Z DODATKIEM 12 WITAMIN</p>
 <p>WYGODNA FORMA SHOTÓW</p>	 <p>ANANASOWY SMAK</p>	 <p>EKOLOGICZNE OPAKOWANIE</p>

TWOJE EFEKTY

- wsparcie układu sercowo - naczyniowego
- gładka, nawilżona i jędrna skóra
- zmniejszenie cellulitu
- mniej widoczne rozstępny
- szybsza regeneracja tkanek
- redukcja przebarwień
- mocne i błyszczące włosy
- twarde paznokcie
- sprawne stawy
- wytrzymałe więzadła i ścięgna
- zdrowe kości
- więcej energii
- lepsza odporność
- mniej zmarszczek

primabiotic.pl



GARMIN JUNIOR

**Biegi dla dzieci i młodzieży w ramach Garmin Iron Triathlon
to wspaniała zabawa dla najmłodszych!**

Zawody zostaną rozegrane we wszystkich 11 lokalizacjach na trasie cyklu Garmin Iron Triathlon 2023.

KLASYFIKACJE i KATEGORIE WIEKOWE DZIECI I MŁODZIEŻY (decyduje rok urodzenia):

D1 (dziewczynki 1-3 lat) i C1 (chłopcy 1-3 lat)

- rok urodzenia 2022-2020 **DYSTANS 200 m**

D4 (dziewczynki 4-5 lat) i C4 (chłopcy 4-5 lat)

- rok urodzenia 2019-2018 **DYSTANS 200 m**

D6 (dziewczynki 6-7 lat) i C6 (chłopcy 6-7 lat)

- rok urodzenia 2017-2016 **DYSTANS 200 m**

D8 (dziewczynki 8-9 lat) i C8 (chłopcy 8-9 lat)

- rok urodzenia 2015-2014 **DYSTANS 500 m**

D10 (dziewczynki 10-11 lat) i C10 (chłopcy 10-11 lat)

- rok urodzenia 2013-2012 **DYSTANS 500 m**

D12 (dziewczynki 12-13 lat) i C12 (chłopcy 12-13 lat)

- rok urodzenia 2011-2010 **DYSTANS 1000 m**

D14 (dziewczynki 14-15 lat) i C14 (chłopcy 14-15 lat)

- rok urodzenia 2009-2008 **DYSTANS 1000 m**



Pierwszych trzech zawodników i pierwsze trzy zawodniczki w każdej kategorii wiekowej otrzymają dyplomy i nagrody.

Każdy zawodnik, który ukończy Garmin Junior otrzyma okolicznościowy medal, niezapomniane wspomnienia, dobrą zabawę i **WIELKIE BRAWA!**



KLASYFIKACJA GENERALNA CYKLU GIT

Wszyscy zawodnicy, którzy ukończą minimum 4 imprezy z cyklu GARMIN Iron Triathlon 2023 na danym dystansie wezmą udział w klasyfikacji końcowej cyklu na dystansie na jakim ukończyli te 4 zawody.

Klasyfikacja generalna cyklu rozgrywana będzie na wszystkich 3 dystansach (1/8IM, 1/4IM i 1/2IM), a zawodnicy zostaną nagrodzeni pamiątkową statuetką w kategorii Open na każdym dystansie oraz w kategoriach wiekowych na każdym dystansie. Klasyfikacja generalna nie dubluje się z klasyfikacjami wiekowymi.

Każdy zawodnik, który zostanie FINISHEREM cyklu Garmin Iron Triathlon otrzyma pamiątkową koszulkę polo.



Sprawdź aktualne wyniki!



1/8IM



1/4IM



1/2IM



„BATTLE OF THE SEXES”

Dodatkową klasyfikacją generalną cyklu na dystansie 1/4 IM w ramach GARMIN Iron Triathlon 2023, w której zostaną wręczone nagrody rzeczowe, będzie „Battle of the sexes” czyli bitwa płci (połączona klasyfikacja kobiet i mężczyzn). W bitwie płci liczy się łączny czas czterech najlepszych wyników z imprez na dystansie 1/4 IM trzech najlepszych mężczyzn i łączny czas czterech najlepszych wyników z imprez na dystansie 1/4 IM trzech najlepszych kobiet, który będzie porównywany z wynikami Mistrzów Świata Ironman z Hawajów z 2022 roku.

Czasy mężczyzn będą porównywane do czasu Gustava Idena (07:40:24), a czasy kobiet będą porównywane do czasu Chelsea Sodaro (08:33:46). Trzy osoby (bez względu na płeć), które będą bliżej czasu do porównywanego zawodnika/zawodniczki lub które pokonają ten czas z większą przewagą staną na podium w klasyfikacji „Battle of the sexes”. W ten sposób wyłoni się trzy najlepsze osoby całego cyklu na dystansie 1/4 IM i będzie można wirtualnie porównać ich czasy z najlepszymi zawodnikami na świecie. Klasyfikacja „Battle of the sexes” będzie prowadzona wyłącznie na dystansie 1/4 IM.



KOŃCOWA KLASYFIKACJA GENERALNA DRUŻYN

Prowadzona będzie oddzielnie na wszystkich trzech dystansach. Zgłoszona drużyna może być formalna lub nieformalna np. klub sportowy, stowarzyszenie, firma, grupa koleżeńska itp. Warunkiem klasyfikacji jest wpisanie przez wszystkich członków teamu w panelu zawodnika, w rubryce KLUB takiej samej nazwy (liczą się wielkie i małe litery, polskie znaki itp. – nazwa musi być identyczna). Minimalna ilość zawodników teamu musi składać się z trzech osób. Klasyfikacja będzie wspólna dla drużyn żeńskich, męskich i mieszanych. Na każdym dystansie klasyfikacja oparta będzie na sumie indywidualnych czasów czterech najlepszych zawodników i/lub zawodniczek danego teamu na danym dystansie na podstawie najlepszych wyników uzyskanych w czterech imprezach cyklu Garmin Iron Triathlon 2023.

W przypadku drużyn trzyosobowych do sumy czasów trzech zawodników zostanie doliczony czas ostatniego zawodnika z danego dystansu. Jeśli w drużynie na danym dystansie ukończą zawody więcej niż 4 osoby, to każdy kolejny zawodnik pomniejszy czas łączny o jedną minutę, a zawodniczka o 2 minuty. Zwycięzcą zostanie team, który uzyska najlepszy czas łączny spośród 4 imprez w cyklu Garmin Iron Triathlon 2023. Trzy najlepsze kluby/drużyny na każdym dystansie w końcowej klasyfikacji generalnej klubów/drużyn cyklu Garmin Iron Triathlon 2023 otrzymają pamiątkowe statuetki.

Prawie
.PRO | Odkryj jakość odzieży
sportowej Made in **Poland**



www.Prowie.PRO

Prawie
.PRO
Made in Poland

Skorzystaj z kodu rabatowego "GIT"
Zyskaj -10% na całą kolekcję Prowie.PRO.

**NABÓR
NA BOHATERÓW!**

POW!

WHAM!

BANG

**ZAPRASZAMY DZIECI I
MŁODZIEŻ OD 8 R.Ż NA
TRENINGI TRIATHLONOWE!**

**SUPER
HERO**



+48 781 222 111



Junior Luft Tri Team



www.lufttriteam.pl

GOSPODARZ



ORGANIZATOR



SPONSOR TYTULARNY

GARMIN®

SPONSOR STRATEGICZNY



**PARTNER
ETAPU BIEGOWEGO**



**PARTNER
ETAPU PŁYWACKIEGO**



PARTNERZY CYKLU



4MOVE



Tri Swim Run

PARTNER LOKALNY

PRIMABIOTIC

PATRONAT MEDIALNY

triathlonlife.pl

bikeBoard