



Triatonski praznik v LJUBLJANI – 28. in 29. avgust
Državno prvenstvo v super sprint triatlonu
Državno prvenstvo v sprint triatlonu
Alpe – Adria pokal

#triathlonLJUBLJANA2021

***SPRINT* „NO DRAFT“ – SUPER SPRINT – TRIATLON ZA NAJMLAJŠE – AKVATLON**

KOPALIŠČE KODELJEVO, LJUBLJANA

@FOTO: BOŠTJAN VIDRAJZ

OSNOVNE INFORMACIJE #TRIATLONLJUBLJANA2021

- Dvodnevni dogodek v soboto 28. in nedeljo 29. avgusta.
- Prijave so možne le preko aplikacije prijavim.se do 24. avgusta do 24h. PRIJAVE IN PLAČILA NA DAN DOGODKA NE BODO MOGOČA.
- Prevzem številok bo ob točno določenih časovnih intervalih [GLEJ ČASOVNICO]. Izven tega časovnega intervala prevzem žal ne bo mogoč – zagotavljanje priporočil in zahtev NIJZ.
- Menjalni prostor je zasnovan glede na zahteve NIJZ – položaj koles mora biti na označenem mestu.
- Vnos in iznos koles iz menjalnega prostora v natančno določenih časovnih okvirih.
- Na tekaškem delu sprint triatlona bo miza, kamor imajo tekmovalci možnost dati svoj bidon. Vsi bidoni bodo varovani s strani organizatorja.
- Ni pogostitvenega in družabnega prostora (okrepčilo bo v prijavni vrečki).
- Na prizorišče bo dovoljeno le posameznikom z izpolnjenim PCT pogojem.
- Dolžnost vseh tekmovalcev na tekmovališču je skrb za varno razdaljo.



TEKMOVANJA NA #TRIATLONLJUBLJANA2021



Mestna občina
Ljubljana



Sobota, 28. avgust 2021

- Triatlon za najmlajše A (cicibani): 50 m – 1,6 km - 500 m
- Triatlon za najmlajše B (mlajši dečki): 70 m – 3,2 km - 500 m
- Promocijski akvatlon za starše „*spoznaj moj šport triatlon*“: 70 m plavanja – 1 km teka*
- Akvatlon za VSE: 250 m plavanja – 2 km teka**
- Triatlon za VSE in medijsko državno prvenstvo: 250 m – 6,4 km – 2 km
- Državno prvenstvo za st. dečke/deklice in kadete/kadetinje: 250 m – 6,4 km – 2 km

*promocijski triatlon je brezplačen za vse starše otrok, ki tekmujejo na triatlonu za najmlajše

**pravica nastopa za letnike 2009 in starejši

Nedelja, 29. avgust 2021: Državno prvenstvo v sprint triatlonu

- SPRINT triatlon: 750 m – 20km – 5 km
 - Državno prvenstvo v sprint triatlonu Triatlonske zveze Slovenije
 - Odprt kronometrski triatlon
 - Štafetni triatlon
 - Prvenstvo Slovenske vojske



ČASOVNICA – SOBOTA, 28. AVGUST 2021



Triatlon mladi triatlonček – A in B

- prevzem števil: 12.30-13.20
- Polnjenje menjalnega prostora: 13.10-13.35
- **Tekma mladi triatlonček – A: 13.45-14.00**
- **Tekma mladi triatlonček – B: 14.15-14.30**
- Praznjenje menjalnega prostora: 14.30-14.45
- Podelitev 14.30

Promocijski akvatlon „spoznaj moj šport triatlon“ – (brezplačno za starše otrok, ki tekmujejo na triatlonu za najmlajše)

- **Tekma: 14.45 – 15.00**

Triatlon za VSE in medijsko državno prvenstvo

- prevzem števil: 14.15-14.45
- Polnjenje menjalnega prostora 14.30 - 14.50
- **Tekma: 15.00 – 15.45**
- Praznjenje menjalnega prostora 15.45-15.55 ali 16.45-17.00
- Podelitev 16.10

Državno prvenstvo za starejši dečki/deklice, kadeti/kadetinje

- prevzem števil: 14.15-14.45
- Polnjenje menjalnega prostora 14.30 - 14.50
- **Tekma: 16.00-16.45**
- Praznjenje menjalnega prostora 16.45-17.00
- podelitev 17.30

Akvatlon za VSE

- prevzem števil: 16.00-16.45
- Polnjenje menjalni prostor 16.45-17.00
- **Tekma: 17.00-17.30**
- podelitev 17.30



Mestna občina
Ljubljana

ČASOVNICA – NEDELJA, 29. AVGUST 2021



Prevzem številk

- 9.00-9.30 prevzem številk ženske
- 9.30-10.00 prevzem številk veterani
- 10.00-10.30 prevzem številk mladinci
- 10.30-11.00 prevzem številk člani

Odprt menjalni prostor

- 10.00-10.30 SV
- 10.30-10.45 ženske
- 10.45-11.00 veterani
- 11.00-11.15 mladinci
- 11.15-11.45 člani

Štart SPRINT KRONO se začne ob 12h!

- Štarti na 30 sekund → SV – štafete - ženske - moški
- Menjalni prostor se odpre, ko je zadnji v cilju (predvidoma ob 16.00)

Podelitev priznanj:

- SV med tekmo ob cca. 15.00h
- ostali ob 17.30



Prevzem koles v menjalnem prostoru:

- SV 16.00-16.15
- ženske 16.15-16.30
- veterani 16.30-16.45
- mladinci 16.45-17.00
- člani 17.00-17.15



Mestna občina
Ljubljana

PRIJAVNINE IN PLAČILO

- Triatlon mladi triatlonček A in B: 10 €
- Promocijski akvatlon „spoznaj moj šport triatlon“ – (brezplačno za starše otrok, ki tekmujejo na triatlonu za najmlajše, ostali prostovoljni prispevek)
- SUPER SPRINT
 - Državno prvenstvo: 25 €
 - Triatlon za VSE: 25 €
 - Medijsko DP – brezplačno za predstavnike medijev
- SPRINT triatlon
 - Individualno DRŽAVNO PRVENSTVO: 35 €
 - Štafeta plavalec + kolesar + tekač: 45 €
 - Slovenska vojska: prijave interno na razpisu SV
- Akvatlon za VSE: 10 €

Prijave so možne le v preko aplikacije prijavim.se do 24. avgusta do 24h. PRIJAVE IN PLAČILA NA DAN DOGODKA NE BODO MOGOČA.

Prijava je veljavna, ko je plačana šartnina.



PRIJAVE:

od četrтка 5. avgusta do torka 24. avgusta

<https://prijavim.se/>



PLAČILA ŠARTNIN

Triatlonski klub Ljubljana, Zihherlova 40, 1000 Ljubljana
TR (NLB): SI56 02045-0018904909

DODATNE INFORMACIJE

Triatlonski klub Ljubljana, Zihherlova 40, 1000 Ljubljana
Info: mitja.mori@triatlonklub-lj.si / 041 505 003



Mestna občina
Ljubljana

KATEGORIJE SOBOTNA TEKMOVANJA

TRIATLON ZA NAJMLAJŠE - mladi triatlonček

- A - cicibanke in cicibani: 2012&2013&2014 in mlajši
- B - ml. deklice in ml. dečki: 2010&2011

AKVATLON: SPOZNAJ MOJ ŠPORT TRIATLON – ne-tekmovalne narave

SUPER SPRINT – državno prvenstvo

- Starejši dečki/deklice 2008&2009
- Kadeti/kadetinje 2006&2007

TRIATLON ZA VSAKOGAR: moški, ženske

MEDIJSKO DP: moški, ženske, štafete

AKVATLON: letniki 2009 in starejši – moška in ženska kategorija



KATEGORIJE SPRINT TRIATLON

KATEGORIJE DRŽAVNO PRVENSTVO - sprint krono triatlon

- Mlajši mladinci/mladinke: 2004&2005
- Starejši mladinci/mladinke: 2002&2003
- Člani in Članice I: 2001 – 1992
- Člani in Članice II: 1991 - 1982
- Veterani in Veteranke I: 1981 – 1977
- Veterani in Veteranke II: 1976 – 1972
- Veterani in Veteranke III: 1971 – 1967
- Veterani in Veteranke IV: 1966 – 1962
- Veterani in Veteranke V: 1961 – 1957
- Veterani in Veteranke VI: 1956 – 1952
- Veterani in Veteranke VII: 1951 in manj
- **Absolutno moška in ženska razvrstitev**

ODPRTE kategorije - sprint krono triatlon

- Ženska, moška in mešana štafeta
- Moška in ženska kategorija do 19 let (2002)
- Moška in ženska kategorija do 39 let (2001 – 1982)
- Moška in ženska kategorija 40 let in starejši (1981 in starejši)
- Slovenska vojska – kategorije SV



PRIREDITVENI PROSTOR IN DOSTOP

Udeležence prosim, da uporabijo parkirišče in dostop iz Fakultete za šport, Gortanova 22, 1000 LJ.

V primeru parkiranja pred bazenom bo **odhod z avtomobilom** otežen do konca prireditve:

- v soboto, 28.8., do predvidoma 18h in
- v nedeljo, 29.8., do predvidoma 17h.



Mestna občina
Ljubljana





MLADI TRIATLONČEK – CICI A CICIBANI/CICIBANKE

Kategorija A – cicibani in cicibanke

2012 & 2013 & 2014

Dolžina

- 50 m plavanja
- 1,6 km kolesarjenja
- 500 m teka



ZNAČILNOSTI IN ČASOVNICA – CICIBANI IN CICIBANKE

Ogled kolesarske in tekaške proge je možen do 13.10, ko se začne polniti menjalni prostor. Cesta še ne bo zaprta, zato uporabljajte pločnike in kolesarsko stezo.

Glej časovnico za polnjenje in praznjenje menjalnega prostora.

Najmlajši tekmovalci in tekmovalke bodo imeli posebej označeno območje v menjalnem prostoru.

Štart ob 13.45h.

Značilnosti tekmovalnih prog so predstavljene na naslednjih straneh.



KOLESARSKA PROGA (CICIBANI) – 1 KROG



Na kolo se lahko tekmovalci/tekmovalke povzpnejo na točki, ki je označena na zgornji sliki z „mount/dismount line“. Po zavoju levo in 1 km pretežno ravninskim kolesarskim delom, je na obrat oblikovan v obliki črke U. Tam bo redar, ki bo CICI tekmovalce pravilno usmerjal okoli stožca. CICI tekmovalci odpeljejo le 1 krog v celotni dolžini 1,6 km.



Mestna občina
Ljubljana

TEKAŠKA PROGA (CICIBANI) – 1 KROG

- Tek je v obe smeri po dovozu do bazena. Tekmovalci se držijo desnega roba.
- Obrat na 250 m ni klasičen obrat v obliki črke U, ampak gre za manjši krog (glej zemljevid na desni), ki bo primerno označen in kjer bo redar, ki bo tekmovalce usmerjal.





MLADI TRIATLONČEK – CICI B ML. DEČKI/ML. DEKLICE

Kategorija B – mlajši dečki in deklice
2010&2011

Dolžina

- 70 m plavanja
- 3,2 km kolesarjenja
- 500 m teka



ZNAČILNOSTI IN ČASOVNICA – ML. DEČKI/DEKLICE

Ogled kolesarske in tekaške proge **je možen do 13.10** ko se začne polniti menjalni prostor. Cesta še ne bo zaprta, zato uporabljajte pločnike in kolesarsko stezo.

Glej časovnico za polnjenje in praznjenje menjalnega prostora.

Najmlajši tekmovalci in tekmovalke bodo imeli posebej označeno območje v menjalnem prostoru.

Štart ob 14.15h.

Značilnosti tekmovalnih prog so predstavljene na naslednjih straneh.



KOLESARSKA PROGA (ML. DEČKI) – 2 KROGA



Na kolo se lahko tekmovalci/tekmovalke povzpnejo na točki, ki je označena na zgornji sliki z „mount/dismount line“. Po zavoju levo in 1 km pretežno ravninskim kolesarskim delom, je na obrat oblikovan v obliki črke U. Tam bo redar, ki bo CICI tekmovalce pravilno usmerjal okoli stožca. CICI tekmovalci odpeljejo **2 kroga v celotni dolžini 3,2 km.**



Mestna občina
Ljubljana

TEKAŠKA PROGA (ML. DEČKI) – 1 KROG

- Tek je v obe smeri po dovozu do bazena. Najmlajši tekmovalci se držijo desnega roba.
- Obrat na 250 m ni klasičen obrat v obliki črke U, ampak gre za manjši krog (glej zemljevid na desni), ki bo primerno označen in kjer bo redar, ki bo tekmovalce usmerjal.





PROMOCIJSKI AKVATLON ZA STARŠE

SPOZNAJ MOJ ŠPORT TRIATLON

- Ne-tekmovalne narave
- S podporo vaših otrok
- Brezplačno za starše najmlajših tekmovalcev: cicibanov/cicibank in mlajših dečkov/deklic, ostali prostovoljni prispevek

ZA STARŠE: SPOZNAJ MOJ ŠPORT TRIATLON



Dodatno približati otroške izzive staršem

Narediti družinski moment, kjer otroci spodbujajo starše

Dolžine bodo zgolj za pokušino: 70 m plavanja in nekaj manj kot 1000 m teka

Dovoljeno je tudi spremstvo otrok na teku za dodatno motivacijo

Opremo in superge boste starši imeli tik ob ograji menjalnega prostora na označenem mestu

Nagrado v cilju boste dobili tudi starši ;-)

POKAŽITE OTROKOM, DA ZMORETE TUDI VI!



Mestna občina
Ljubljana

TEKAŠKA PROGA (PROMO AKVATLON) – 2 KROGA

- Tek je v obe smeri po dovozu do bazena. Tekmovalci se držijo desnega roba.
- Obrat na 250 m in 750 m ni klasičen obrat v obliki črke U, ampak gre za manjši krog (glej zemljevid na desni), ki bo primerno označen in kjer bo redar, ki bo tekmovalce usmerjal.





SUPER SPRINT TRIATLON

- 250 m plavanja
- 6,4 km kolesarjenja
- 2 km teka

Rostjan

ZNAČILNOSTI IN ČASOVNICA SUPER SPRINT TRIATLONA



Super sprint triatlon:

- Državno prvenstvo TZS za starejše dečke in deklice ter kadete in kadetinje.
- Triatlon za VSE
- Medijsko državno prvenstvo

Državno prvenstvo ima **ločen štart** od triatlona za VSE in medijskega DP – **glej časovnico tekmovanja!**

Kolesa bodo tekmovalci/tekmovalke dali na označen prostor v menjalnem prostoru z napisom „SUPER SPRINT“.

Za polnjenje in praznjenje menjalnega prostora glejte časovnico!



Mestna občina
Ljubljana

SUPER-SPRINT KOLESARSKA PROGA – 4 KROGI



Na kolo se lahko tekmovalci/tekmovalke povzpnejo na točki, ki je označena na zgornji sliki z „mount/dismount line“. Po zavoju levo in 1 km pretežno ravninskim kolesarskim delom, je na obrat oblikovan v obliki črke U. Tam bo redar, ki bo tekmovalce pravilno usmerjal okoli stožca. **Tekmovalci odpeljejo 4 kroge!**



SUPER-SPRINT TEKAŠKA PROGA – 1 KROG



- Na teku za super sprint je 1 krog v dolžini 2 km.
- Obrat je na 1,1 km in je v obliki črke U.
- Po dovoznem koridorju do bazena je tek v obe smeri, zato se tekmovalci držijo desnega roba.





AKVATLON ZA VSE

- 250 m plavanja
- 2 km teka

AKVATLON TEKAŠKA PROGA – 1 KROG



- Na teku za akvatlona za vse je 1 krog v dolžini 2 km.
- Obrat je na 1,1 km in je v obliki črke U.
- Po dovoznem koridorju do bazena je tek v obe smeri, zato se tekmovalci držijo desnega roba.





KRONOMETRSKI SPRINT TRIATLON

DRŽAVNO PRVENSTVO V SPRINT TRIATLONU

Krono „NO DRAFT“

- 750 m plavanja
- 20 km kolesarjenja
- 5 km teka

ZNAČILNOSTI IN ČASOVNICA SPRINT „NO DRAFT“ TRIATLONA



Sprint triatlon šteje za **slovenski TZS pokal** za razpisane kategorije.

Tekmovanje je v obliki „NO DRAFT“ kronometrski sprint triatlon, kar pomeni da vsak tekmovalec na progo gre sam in mora z njo opraviti samostojno, brez vožnje v zavetrju na kolesarskem delu.

Na kolesarskem delu je dovoljena uporaba **kronometrskih koles oz. koles za vožnjo na čas.**

Štart plavanja bo narejen **v časovnih intervalih** (30sek – 1 min) glede na celotno število prijavljenih.

Tekmovanje začne Slovenska vojska, nadaljujejo štafete, nato se prične DRŽAVNO PRVENSTVO za tekmovalke in na koncu še tekmovalce.

Štartna lista tekmovanja bo znana v soboto **28. avgusta** na spletni strani www.com.triatlonklub-lj.si, facebook strani TK Ljubljana in na prijavim.se



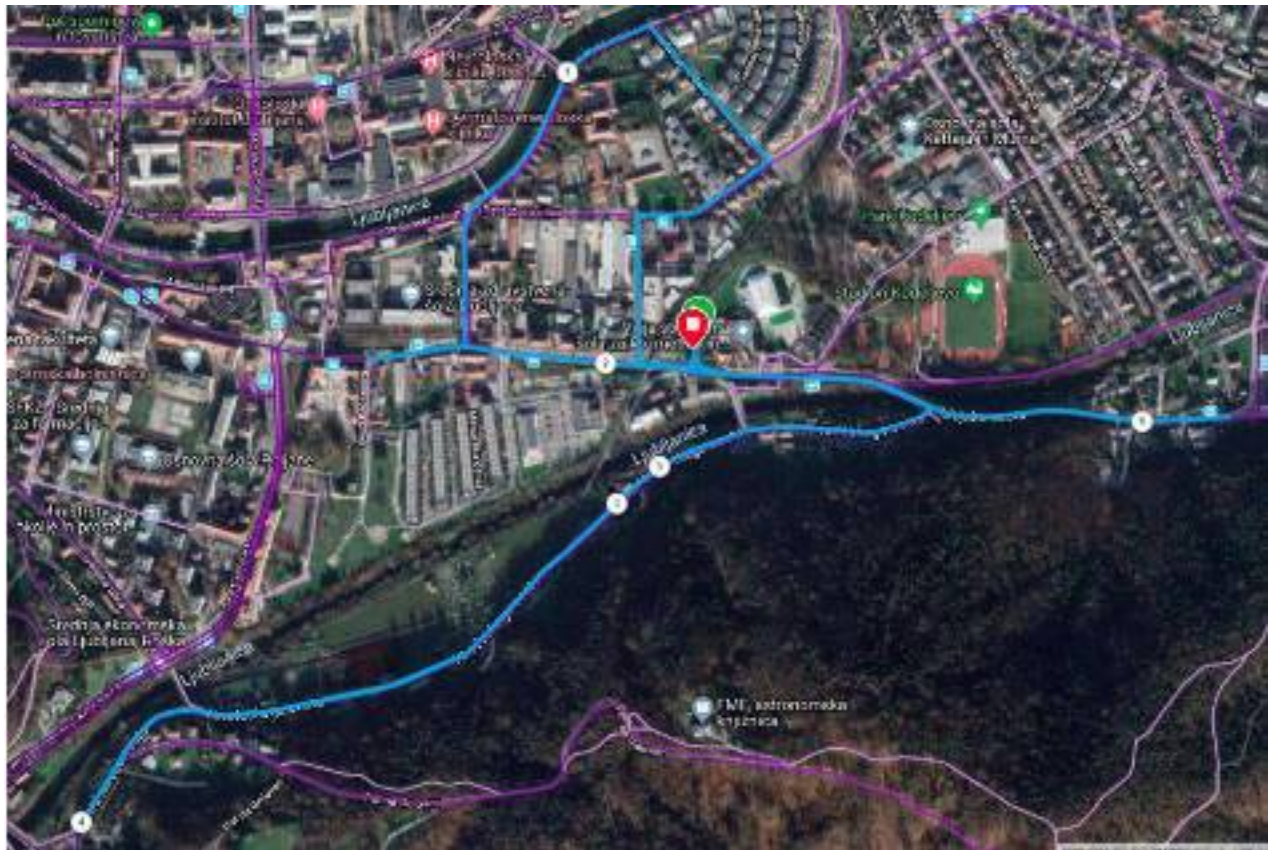
SPRINT PLAVALNI DEL



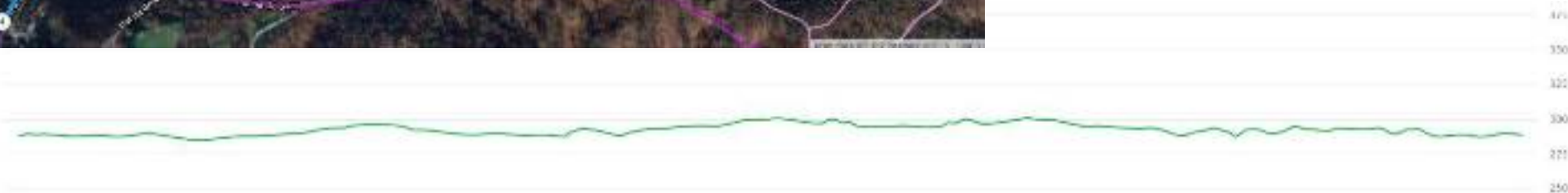
- Plavanje bo potekalo v 10 progah velikega bazena.
- Vsak tekmovalec šteje preplavane dolžine sam, sodnik je tam zgolj za kontrolo.
- Tekmovalke in tekmovalci bodo štartali v časovnih razmakih 30" do 1 min.
- Štart je na nasprotni strani bazena, kjer je izhod iz vode. Na izhodu bo nudena pomoč tistim, ki bodo imeli težave s previsokim robom bazena.
- Tekmovalci se morajo (glede na štartni čas) zglasiti starterju 15 min pred predvidenim štartom. Nato se lahko za 10 min gredo še ogrevati v pomožen bazen.



SPRINT KOLESARSKA PROGA – 3 KROGI



- Vožnja v zavetrju ni dovoljena
- Ob prejemu kazni (rumen karton), mora tekmovalec odslužiti kazen v „penalty coni“, ki se nahaja takoj na izhodu na tekaški del, kjer je tudi tabla, kjer so zapisane številke kaznovanih.
- Kazen mora biti odslužena ali na izhodu na tek ali pred prihodom v cilj. V nasprotnem primeru je tekmovalec diskvalificiran.
- **Kazen za vožnjo v zavetrju je 1 min!**



Na kolo se lahko tekmovalci/tekmovalke povzpnejo na točki, ki je NA PROGI označena s trakom na cestišču.. Po zavoju desno opravijo tekmovalci s tremi krogi po 6,7 km (20,1 km skupaj), ki so tehnično zahtevni. Sestop s kolesa je pred črto, ki označuje sestop s kolesa.

SPRINT TEKAŠKA PROGA – 3 KROGI



- Na teku za sprint so 3 krogi v skupni dolžini 5 km.
- Po dovoznem koridorju do bazena je tek v obe smeri, zato se tekmovalci držijo desnega roba.



Mestna občina
Ljubljana

NAGRADE IN PRIZNANJA

- V vsaki razpisani kategoriji prvi trije prejmejo pokale/medalje za državno prvenstvo
- Prvi trije v absolutni moški in ženski kategoriji prejmejo pokale
- Posebna razvrstitev bo narejena za državno prvenstvo Slovenske vojske.



Mestna občina
Ljubljana

DODATNE INFORMACIJE



- **Vstop na prireditveni prostor (letno kopališče) bo dovoljen le posameznikom z izpolnjenimi PCT pogoji.**
- **Na prireditvenem prostoru naj tekmovalci pazijo na medsebojno razdaljo (1,5 m).**
- **Prehrana: Vsak udeleženec v cilju prejme flaširano vodo, pakirano tablico in pakiran sendvič . Ob tekaški progi bo okrepčevalnica, na katero si tekmovalec LAHKO sam pripravi bidon s tekočino. Pijača tekmovalcev bo varovana s strani organizatorja.**
- **Odgovornost: Tekmovalci tekmujejo na lastno odgovornost. S prijavo vsak prijavljeni potrdi, da se zaveda tveganosti tekmovanja in da je kondicijsko sposoben prenesti fizične napore.**
- **Tekmuje se skladno s pravili in določbami Tekmovalnega pravilnika TZS.**





Triathlon weekend festival, 28. in 29. August
Alpen – Adria Cup
Nationals in sprint triathlon



#triathlonLJUBLJANA2021

***SPRINT*, „NO DRAFT“ – SUPER SPRINT – TRIATHLON FOR KIDS – AQUATHLON**

SWIMMINGPOOL KODELJEVO, LJUBLJANA

@FOTO: BOŠTJAN VIDRAJZ

BASIC INFORMATION#TRIATLONLJUBLJANA2021

- Two-days event: Saturday 28. and Sunday 29. August.
- Applications only through web page prijavim.se. Applications are possible till 24. of August till 12.59 PM. Applications and payment of starting fee on the day of the event is not possible.
- Take over of numbers is at designated time [look at the TIMELINE].
- The transition area is designed according to Covid-19 restrictions. Bike has to be at marked place.
- Entering the transition area and taking the equipment out of the transition area is at specific times.
- On the running segment there will be 2 tables to put your own drink on the table. It will be monitored by organizer.
- There is no social area – food and drinks will be in the application bag.
- Only individuals with a PCT condition will be allowed in the venue.
- Safety distance 1.5 m is required all of the time in race venue.



RACES: #TRIATLONLJUBLJANA2021

SATURDAY, 28. august 2021

- Triathlon for KIDS (2012 and younger) : 50 m – 1,6 km - 500 m
- Triathlon for KIDS (2010, 2011): 70 m – 3,2 km - 500 m
- PROMO aquathlon for parents „*get to know my sport triathlon*“: 70 m swim – 1 km run*
- Aquathlon for ALL: 250 m swim – 2 km run**
- Triathlon for ALL: 250 m – 6,4 km – 2 km
- Nationals for 2009&2008, 2007&2006: 250 m – 6,4 km – 2 km

*promotional aquathlon is free for all parents of children competing in triathlon for the youngest

**the right to compete 2009 and older

SUNDAY, 29. august 2021

- SPRINT triathlon: 750 m – 20km – 5 km
 - Open Chrono Triathlon
 - National championship in sprint triathlon race (Slovenian competition licence only)
 - Individual and relay (see page categories)
 - The Slovenian Triathlon Cup
 - Military Championship



Mestna občina
Ljubljana



TIMELINE – SATURDAY, 28. AUGUST 2021

Triathlon for kids

- Take over the race numbers: 12.30-13.20
- Filling the transition area: 13.10-13.35
- **Race kids 2012 and younger: 13.45-14.00**
- **Race kids 2011, 2010: 14.15-14.30**
- Collecting the gear out of transition area: 14.30-14.45
- Award ceremony: 14.30

PROMO aquathlon „get to know my sport triathlon “ – (free for parents of children competing in triathlon for kids)

- **PROMO race: 14.45 – 15.00**



Mestna občina
Ljubljana

Triathlon for ALL

- Take over the race numbers: 14.15-14.45
- Filling the transition area: 14.30 - 14.50
- **Race: 15.00 – 15.45**
- Collecting the gear out of transition area: 15.45-15.55 or 16.45-17.00
- Award ceremony: 16.10

Nationals Super Sprint for 2009&2008, 2007&2006

- Take over the race numbers: 14.15-14.45
- Filling the transition area: 14.30 - 14.50
- **Race: 16.00-16.45**
- Collecting the gear out of transition area: 16.45-17.00
- Award ceremony: 17.30

Aquathlon for ALL

- Take over the race numbers: 16.00-16.45
- Filling the transition area: 16.45-17.00
- **Race: 17.00-17.30**
- Award ceremony: 17.30



TIMELINE – SUNDAY, 29. AUGUST 2021



Take over the race numbers

- 9.00-9.30 women
- 9.30-10.00 M/W 40 and older
- 10.00-10.30 youth, juniors
- 10.30-11.00 U23, M/W24 - 39

START SPRINT CHRONO is at 12h!

- Start every 30 sekunds → military – relays - women - men
- Transition area will be opened when the last athlete enters the finish (approx. at 16.00)

Award ceremony: 17.30

Transition area opened

- 10.30-10.45 women
- 10.45-11.00 M/W 40 and older
- 11.00-11.15 youth, juniors
- 11.15-11.45 U23, M/W24 - 39



Mestna občina
Ljubljana



@ChristianVidmar

@pozitivnaizvestja

APPLICATIONS AND PAYMENT

- Triathlon for kids 2010 and younger: 10 €
- **PROMO aquathlon** „get to know my sport triathlon “
– (free for parents of children competing in triathlon for kids, for others voluntary contribution)
- **SUPER SPRINT**
 - Nationals: 25 €
 - Triathlon for ALL: 25 €
- **SPRINT triathlon**
 - Individual: 35 €
 - Relay swimmer + biker + runner: 45 €
- Aquathlon for ALL: 10 €

Applications are only possible through the prijavim.se webpage until 24th August by midnight. REGISTRATION AND PAYMENTS WILL NOT BE POSSIBLE ON THE DAY OF THE EVENT.

The registration is valid when the entry fee is paid. The number of applications is limited.

APPLICATION:

From Thursday 5th August till Tuesday 24th August

<https://prijavim.se/>



PAYMENT

Triatlonski klub Ljubljana, Zihherlova 40, 1000 Ljubljana

IBAN: SI56 0204 5001 8904 909

Swift: LJBAS12X

ALL ADDITIONAL INFO

Triatlonski klub Ljubljana, Zihherlova 40, 1000 Ljubljana

Info: mitja.mori@triatlonklub-lj.si / +386 41 505 003



Mestna občina
Ljubljana

CATEGORIES SATURDAY RACES

TRIATHLON FOR KIDS – open category

- 2012&2013&2014 and younger
- 2010&2011

AQUATHLON: GET TO KNOW MY SPORT TRIATHLON – non competitive

SUPER SPRINT – nationals and open category

- Kids 2008 &2009
- Kids 2006&2007

Triathlon for ALL: men, women

Aquathlon for ALL: 2009 and older – men and women category



CATEGORIES SPRINT RACE

OPEN sprint triathlon categories

- Men, women and mixed relay
- Men and women till age 19 years (2002 included)
- Men and women from 20 to 39 years (2001 – 1982)
- Men and women from 40 years and older (1981 and older)
- Slovenian armed forces – specific categories of SV

CHRONO „NO DRAFT“ sprint triathlon – NATIONALS*

- Youth: 2004&2005
- Juniors: 2002&2003
- M/W I: 2001 – 1992
- M/W II: 1991 - 1982
- Masters I: 1981 – 1977
- Masters II: 1976 – 1972
- Masters III: 1971 – 1967
- Masters IV: 1966 – 1962
- Masters V: 1961 – 1957
- Masters VI: 1956 – 1952
- Masters VII: 1951 and less
- Relay: men, women, mixed
- **Absolute men and women**

*for Slovenian nationals Slovenian competition licence is mandatory!



CATEGORIES ALPEN ADRIA CUP

After the race **results will be also available** separately for Alpen Adria cup.

Due to nationals in sprint race **no separate award ceremony** is planned. All competitors without Slovenian competition licence will be included in open categories.

Senior-classes 2021:

Juniors	2003 - 2002
M/W U 23	2001 - 1998
M/W 24 - 29	1997 - 1992
M/W 30 - 34	1991 - 1987
M/W 35 - 39	1986 - 1982
M/W 40 - 44	1981 - 1977
M/W 45 - 49	1976 - 1972
M/W 50 - 54	1971 - 1967
M/W 55 - 59	1966 - 1962
M/W 60 - 64	1961 - 1957
M/W 65 - 69	1956 - 1952

M/W 70 - 74	1951- 1947
W/W 75 +	1946 and older

Kids-classes 2021:

kids E	2014 and younger
kids D	2013 - 2012
kids C	2011 - 2010
kids B	2009 - 2008
kids A	2007 - 2006
Youth	2005 - 2004



EVENT LOCATION AND ACCESS

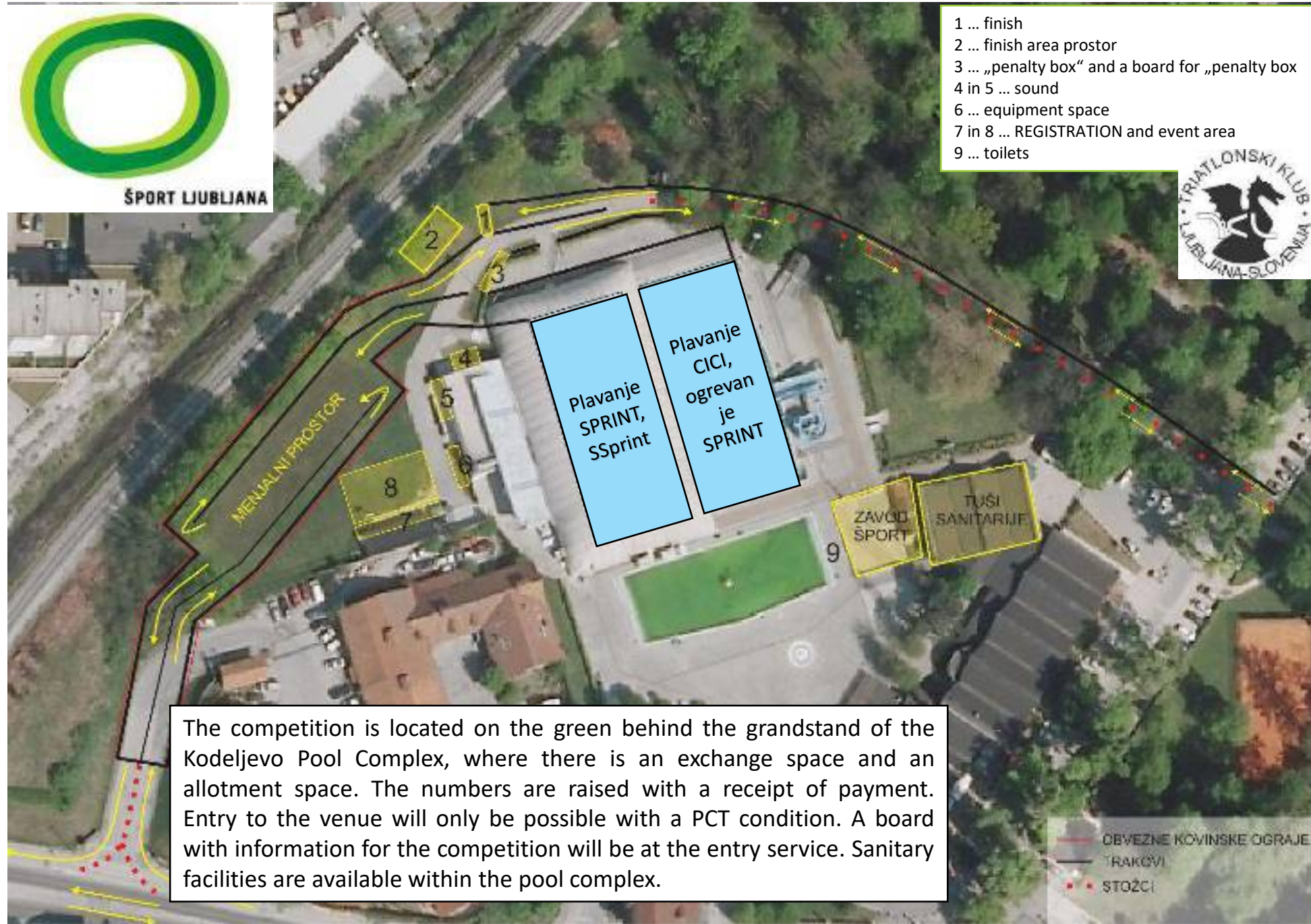
Participants are asked to use the parking lot and access from the Faculty of Sports, Gortanova 22, 1000 LJ.

LOCATION:

<https://goo.gl/maps/UnzhnBwKiSEy3odj7>

In case of parking in front of the pool, departure by car will be difficult until the end of the event:

- on Saturday, August 28th, until approximately 6 p.m.
- on Sunday, August 29th, until approximately 5 p.m.





TRIATHLON FOR KIDS

2012 & 2013 & 2014 AND
YOUNGER

- 50 m swim
- 1,6 km bike
- 500 m run



FEATURES AND TIMETABLE – 2012 & 2013 & 2014 AND YOUNGER



Familiarization of the cycling and running track is **possible until 13.10**, when the transition area starts to fill up. The road will not be closed yet, so use sidewalks and a bike path.

See timetable for filling and emptying the transition area.

The youngest competitors will have a specially marked area in the transition area.

Start at 13.45.

The characteristics of the specific race are presented on the following pages.





Mestna občina
Ljubljana

RUN COURSE: TRIATHLON FOR 2012 AND YOUNGER – 1 LAP



- Running is in both directions after access to the pool. Competitors stick to the right edge.
- The 250 m turn is not a classic U-shaped turn, but a smaller circle (see map on the right), which will be appropriately marked and where there will be technical staff to guide the competitors.



Mestna občina
Ljubljana





TRIATHLON FOR KIDS

KIDS 2010&2011

- 70 m swim
- 3,2 km bike
- 500 m run



FEATURES AND TIMETABLE – KIDS 2010 AND 2011

Familiarization of the cycling and running track is **possible until 13.10**, when the transition area starts to fill up. The road will not be closed yet, so use sidewalks and a bike path.

See timetable for filling and emptying the transition area.

The youngest competitors will have a specially marked area in the transition area.

Start at 14.15.

The characteristics of the specific race are presented on the following pages.



BIKE COURSE: TRIATHLON FOR KIDS 2010 AND 2011 – 2 LAPS



Riders can climb the bike at the point marked "mount / dismount line" in the picture above. After turning left and 1 km of mostly flat cycling sections, the U-shaped turn is on the turn. There will be technical staff who will guide the CICI riders correctly around the cone. CICI competitors run 2 laps in the total length of 3.2 km.



Mestna občina
Ljubljana



RUN COURSE: TRIATHLON FOR KIDS 2010 AND 2011 – 1 LAP



- Running is in both directions after access to the pool. Competitors stick to the right edge.
- The 250 m turn is not a classic U-shaped turn, but a smaller circle (see map on the right), which will be appropriately marked and where there will be an official to guide the competitors.



Mestna občina
Ljubljana





PROMO AQUATHLON FOR PARENTS

GET TO KNOW MY SPORT TRIATHLON

- Non-competitive in nature
- With the support of your children
- free for parents of children competing in triathlon for kids, for others voluntary contribution

FOR PARENTS: GET TO KNOW MY SPORT TRIATHLON



Bring the children's challenges even closer to the parents

Make a family moment where children encourage parents

Lengths will be for tasting only: 70 m swimming and a little less than 1000 m running

Accompanying children on the run is also allowed for extra motivation

Parents will have the equipment and sneakers right next to the fence of the transition area in the marked place

Parents will also receive a souvenir at the finish line ;-)

SHOW THE CHILDREN THAT YOU CAN DO IT TOO!



Mestna občina
Ljubljana

RUN COURSE: PROMO AQUATHLON – 2 LAPS



- Running is in both directions after access to the pool. Competitors stick to the right edge.
- The 250 m and 750 m turns are not a classic U-shaped turn, but a smaller circle (see map on the right) that will be appropriately marked and where there will be an official to guide the competitors.



Mestna občina
Ljubljana





SUPER SPRINT TRIATHLON

- 250 m swim
- 6,4 km bike
- 2 km run

FEATURES AND TIMETABLE OF A SUPER SPRINT TRIATHLON



Super sprint triathlon:

- Nationals for kids (2009, 2008) and kids (2007, 2006)
- Triathlon for ALL

The bikes will be placed by the competitors in the marked space in the transition area where is marked "SUPER SPRINT".

See the timeline for filling and emptying the transition area!



Mestna občina
Ljubljana



SUPER-SPRINT BIKE COURSE – 4 LAPS



Riders can climb the bike at the point marked "mount / dismount line" in the picture above. After a left turn and 1 km of mostly flat cycling work, the U-shaped turn is on the turn. There will be technical staff who will guide the riders correctly around the cone. Competitors take 4 laps!



Mestna občina
Ljubljana

SUPER-SPRINT RUN COURSE – 1 LAP



- On the run for the super sprint is 1 lap 2 km long.
- The turn is at 1.1 km and is U-shaped.
- There is a run in both directions along the access corridor to the pool, so the competitors stick to the right edge.





AQUATHLON FOR ALL

- 250 m swim
- 2 km run

AQUATHLON RUN COURSE – 1 LAP



- On the run for aquathlon for all there is 1 lap in the length of 2 km.
- The turn is at 1.1 km and is U-shaped.
- There is a run in both directions along the access corridor to the pool, so the competitors stick to the right edge.





CHRONO SPRINT TRIATHLON

Chrono „NO DRAFT“

- 750 m swim
- 20 km bike
- 5 km run

Rostjan

FEATURES AND TIME OF SPRINT 'NO DRAFT' TRIATHLON



The sprint triathlon counts for **Slovenian Cup** and **Alpen Adria Cup** according to categories in each cup.

The competition is in the form of "NO DRAFT" chronometer sprint triathlon, which means that each competitor goes to the track alone and must do it independently, without drafting on the bike course.

The use of time trial bikes is also allowed on the cycling part.

The start of swimming will be made in time intervals (30sec - 1 min) according to the total number of applicants.

The competition starts with the Slovenian Army, the relays continue, then women and last men.

The starting list of the competition will be known on Saturday 28th of August on the website www.triatlonklub-lj.si, the facebook page of TK Ljubljana and on prijavim.se

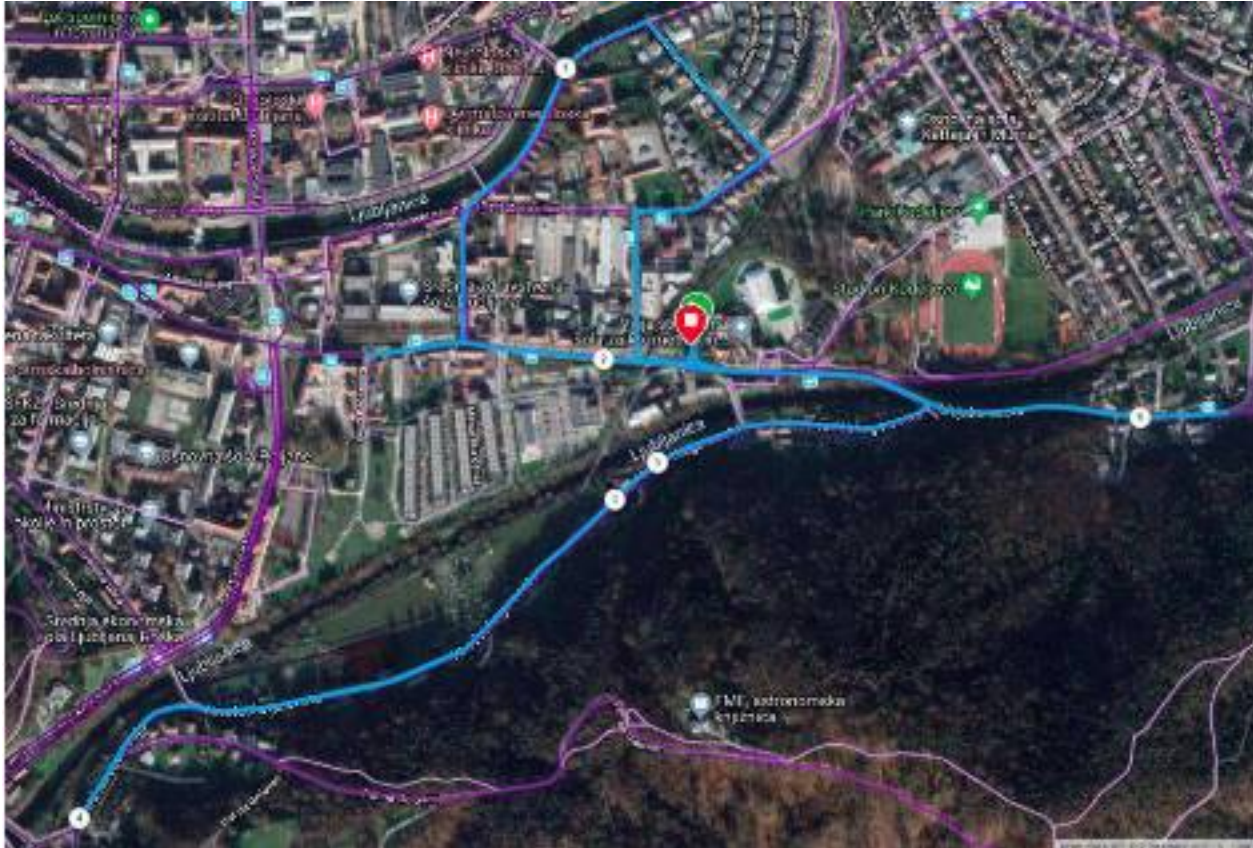


SPRINT SWIM COURSE

- Swimming will take place in 10 lanes of the large pool.
- Each competitor counts the swim lengths himself; the official is there only for control.
- Competitors will start at intervals of 30,, to 1 min.
- The start is on the opposite side of the pool where the exit from the water is. At the exit, help will be provided to those who will have problems with the edge of the pool being too high.
- Competitors must (according to the start time) report to the starter 15 minutes before the scheduled start time. Then they can go to the warming-up pool to warm up for 10 minutes.



SPRINT BIKE COURSE – 3 KROGI



- Drafting is NOT allowed!
- Timetrial bikes are allowed.
- In the case of the penalty (yellow card), the competitor must serve the penalty in the "penalty zone", which is located immediately at the exit to the running part, where there is also a board where the numbers of the punished are written.
- The penalty must be served either at the exit on the run or before reaching the finish line. Otherwise, the competitor is disqualified.
- The penalty for drafting is 1 min!



Competitors can climb the bike at a point marked ON the TRACK with a lane on the road. After the turn to the right, the riders complete three laps of 6.7 km (20.1 km in total), which are technically demanding. The descent from the bike is in front of the line marking the descent from the bike.

SPRINT RUN COURSE – 3 LAPS



- There are 3 laps in the sprint run with a total length of 5 km.
- There is a run in both directions along the access corridor to the pool, so the competitors stick to the right edge.



Mestna občina
Ljubljana

AWARDS

- In each category, the first three receive trophies / medals
- The top three in the absolute men's and women's categories receive trophies



Mestna občina
Ljubljana



ADDITIONAL INFO

- Entry to the event venue (summer swimming pool) will be allowed only to individuals who meet the PCT conditions.
- At the event venue, competitors should keep the distance (1.5 m).
- Meals: Each participant at the finish line receives bottled water, and a packed sandwich. There will be a table on the running track, where the competitor CAN prepare his own water bottle. The drinks of the competitors will be guarded by the organizer.
- Responsibility: Competitors compete at their own risk. By registering, each entrant confirms that he is aware of the risks of the competition and that he is fit to withstand physical exertion.
- The competition is in accordance with TZS Competition Rules.

