



# 8. RAPSKI TRIATLON

UTRKE ZA KUP HRVATSKE U SPRINT I  
SUPERSPRINT TRIATLONU  
MINI AKVATLON I MINI TRIATLON  
RAB, 12.6. 2016.



Suha Punta 2016.

ORGANIZATOR: Triatlon klub Rab  
SUORGANIZATOR: Triatlon klub Rival  
MJESTO I DATUM ODRŽAVANJA UTRKA: Otok Rab, uvala Suha Punta, 12.6.2016.

**ORGANIZATOR** Triatlon klub Rab

**SUORGANIZATOR** Triatlon klub Rival

**MJESTO I DATUM ODRŽAVANJA UTRKA** Otok Rab, uvala Suha Punta, 12.06.2016.

**START, DISCIPLINE, DISTANCE I KATEGORIJE UTRKA**

**12:00 MINI AKVATLON (50 m plivanje + 500 m trčanje)**

12:00 Dječaci A (2007., 2008., 2009.)

12:15 Djevojčice A (2007., 2008., 2009.)

**12:45 MINI TRIATLON (50 m plivanje + 2 km vožnja bicikle + 500 m trčanje)**

Dječaci B (2005. i 2006.)

Djevojčice B (2005. i 2006.)

**13:15 SUPERSPRINT TRIATLON (375 m plivanje + 10 km vožnja bicikle + 2.5 km trčanje)**

Mlađi kadeti/kinje (2003. i 2004.)

Kadeti/kinje (2001. i 2002.)

**14:45 SPRINT TRIATLON (750 m plivanje + 20 km vožnje bicikle + 5 km trčanje)**

Ml.juniori-ke (1999. i 2000.), Juniori-ke (1997. i 1998.), Kat. M/Ž 20, 25, 30, 35, 40, 45, 50, 55, 60

Štafete apsolutno (2000.g. i stariji-je). Štafetu čine tri natjecatelja/ice, prvi/a pliva, drugi/a vozi biciklu, a treći/a trči. Štafeta može biti: muška, ženska ili mješovita. Osobe s invaliditetom.

**PLIVANJE** U akvatoriju uvale Suha Punta. Djeca u utrci Mini akvatlon i Mini triatlon plivaju 50 m. U utrci Supersprint triatlon pliva se u trokut dužine 375 m. U utrci Sprint triatlon plivaju se dva ista trokuta u ukupnoj dužini od 750 m.

**BICIKLA** U utrci Mini triatlon bicikla se vozi od hotela Carolina do prilaza Matovica i natrag. U utrci Supersprint triatlon bicikla se vozi od hotela Carolina do okretišta Soline i natrag (dva kruga). U utrci Sprint triatlon bicikla se vozi od hotela Carolina do okretišta Soline i natrag (četiri kruga).

**TRČANJE:** Natjecatelji Mini akvatlona i Mini triatlona trče obalnim šetalištem u dužini od 500m. U utrci Supersprint triatlon trči se od hotela Carolina pokraj teniskih terena do hotela Eva i natrag. U utrci Sprint triatlon trči se od hotela Carolina pokraj teniskih terena do hotela Eva i natrag (dva kruga).

**STARTNINE**

**Natjecatelji sa HTS licencom**

150 kn - štafete

120 kn - sprint triatlon

70 kn - supersprint triatlon

50 kn - mini triatlon

50 kn - mini akvatlon

**Natjecatelji bez HTS licence**

250 kn - štafete

170 kn - sprint triatlon

120 kn - supersprint triatlon

80 kn - mini triatlon

80 kn - mini akvatlon

Prijave startnina se obavljaju do četvrtka 9.6.2016. [www.grabarsport.hr](http://www.grabarsport.hr)

Uplate startnina se obavljaju do četvrtka 9.6.2016. na adresu: TK Rab, Barbat 245, 51280 Rab, IBAN 2724020061100618675

Podjela startnih paketa obaviti će se na dan utrke 12.6.2016. (nedjelja) od 9.00 do 11.00 sati u hotelu Carolina.

Kontakt: e-mail [rapski.triatlon@gmail.com](mailto:rapski.triatlon@gmail.com) mob. 098 415 816 (Neno), [hts.triatlon@gmail.com](mailto:hts.triatlon@gmail.com)

Delegat utrke: Ivan Pavić

**PRAVILA NATJECANJA**

Određena su HTS i ITU pravilnikom.

Svi natjecatelji dobivaju chipove koje moraju vratiti ulaskom u cilj.

Kacige su za sve natjecatelje obavezne.

Vožnja u zavjetrini je dozvoljena, osim za žene iza muškaraca.

Tokom trčanja obavezna je majica ili triatlon dres.

Limit utrke Supersprint triatlona je 1sat, a Sprint triatlona 2 sata. Nastup je na vlastitu odgovornost.

Svi natjecatelji dobivaju poklon utrke i ručak.

Natjecatelji Mini akvatlona i Mini triatlona ulaskom u cilj dobivaju medalju.

Prva tri mjesta u apsolutnoj kategoriji (muški i ženski) osvajaju pehare.

Prva tri natjecatelja po kategorijama osvajaju medalju.

Prve tri štafete osvajaju medalje.

## SATNICA

- 09:00 Otvaranje prijava
- 11:00 Zatvaranje prijava
- 11:30 Otvaranje zone za utrku Mini triatlon i Supersprint triatlon
- 12:00 Zatvaranje zone
- 12:00 Start utrke Mini akvatlon
- 12:45 Start utrke Mini triatlon
- 13:15 Start utrke Supersprint triatlon
- 14:15 Proglašenje pobjednika utrke Mini akvatlon
- 14:15 Otvaranje zone za utrku Sprint triatlon
- 14:35 Zatvaranje zone
- 14:45 Start utrke Sprint triatlon
- 15:00 Proglašenje pobjednika utrke Mini triatlon
- 16:45 Završetak utrke Sprint triatlona
- 17:00 Proglašenje pobjednika utrke Supersprint triatlon i Sprint triatlon.
- 18:00 Završetak programa utrke

INFO: TURISTIČKA ZAJEDNICA GRADARABA [www.tzg-rab.hr](http://www.tzg-rab.hr)

**HOTEL CAROLINA** Tel. 051/724 133, e-mail: [carolina@imperial.hr](mailto:carolina@imperial.hr) [www.imperial.hr](http://www.imperial.hr)

**HOTELEVA** Tel. 051/724 233, e-mail: [eva@imperial.hr](mailto:eva@imperial.hr) [www.imperial.hr](http://www.imperial.hr)

## KAKO DO RABA:

### Trajektna linija Stinica - Mišnjak:

Povezanost otoka s kopnom je trajektima Rapske plovidbe iz luke Stinica na kopnu do luke Mišnjak na otoku Rabu. Plovidba traje 15 minuta. Red plovidbe:

[www.rapska-plovidba.hr](http://www.rapska-plovidba.hr)

### Trajektna linija Valbiska-Lopar:

Trajektna linija iz luke Lopar na sjeveru otoka Raba za luku Valbiska na otoku Krku i obrnuto u ljetnim mjesecima plovi četiri puta dnevno. Plovidba traje 1 sat i 30 minuta.

[www.jadrolinija.hr](http://www.jadrolinija.hr)

### Katamaranska linija Rijeka-Rab

Linija za prijevoz samo putnika katamaranom iz luke Rijeka za luku Rab i obrnuto održava tijekom cijele godine sa polascima jedanput dnevno. Plovidba traje 2 sata.

[www.jadrolinija.hr](http://www.jadrolinija.hr)



HOTEL EVA



HOTEL CAROLINA

STAZA:



**MINI AKVATLON**

12:00 START DJEČACI "A" • 12:15 START DJEVOJČICE "A"

50 m PLIVANJE 500 m TRČANJE



**MINI TRIATLON**

START U 12:45

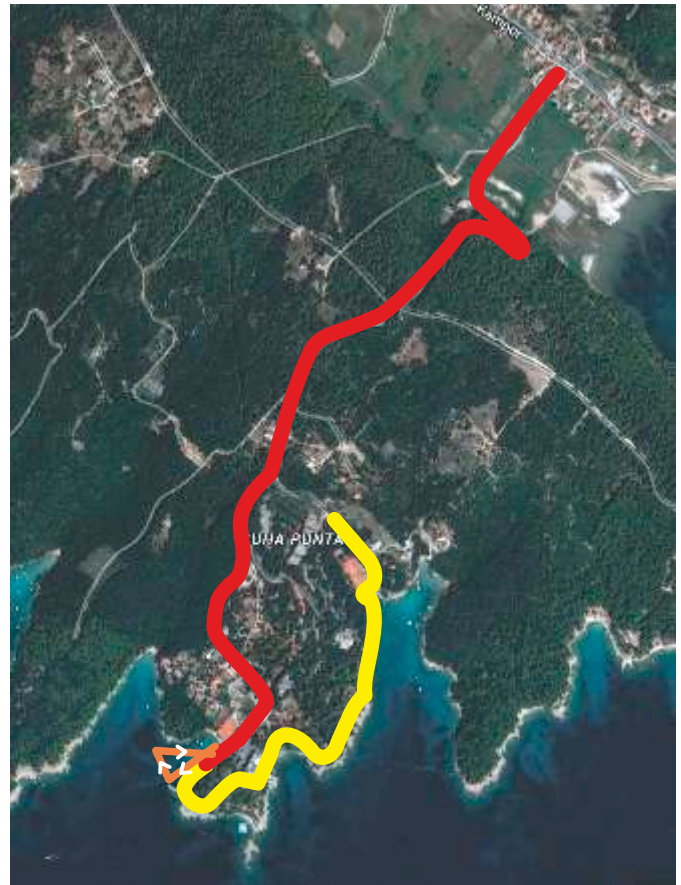
50 m PLIVANJE 2 km BIKIKLA (1 krug) 500 m TRČANJE (1 krug)



**SUPERSPRINT TRIATLON**

START U 13:15

375 m PLIVANJE (1 trokut) 10 km BIKIKLA (2 kruga) 2,5 km TRČANJE (1 krug)



**SPRINT TRIATLON**

START U 14:45

750 m PLIVANJE (2 trokuta) 20 km BIKIKLA (4 kruga) 5 km TRČANJE (2 kruga)

