



# 9. RAPSKI TRIATLON

*Alpe-Adria triatlon kup*



**DRŽAVNO PRVENSTVO**  
UTRKE ZA KUP HRVATSKE  
SPRINT I SUPERSPRINT TRIATLON  
MINI AKVATLON I MINI TRIATLON  
RAB, 04.06. 2017.



*Uvala Padova 1*

*2017.*

ORGANIZATOR: Triatlon klub "Rab"  
SUORGANIZATOR: Triatlon klub "Rival"  
Otok Rab, uvala Padova 1 | 04.06. 2017.

## PROGRAM UTRKA

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

12:00 Početnici A (2010. i mlađi)

12:15 Početnici A (2008. i 2009.)

12:40 **MINI TRIATLON** (50 m plivanje + 2 km vožnja bicikle + 500 m trčanje)

Početnici B (2006. i 2007.)

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

Mlađi kadeti/kinje (2004. i 2005.)

Kadeti/kinje (2002. i 2003.)

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

Ml. juniori-ke (2000. i 2001.), Juniore-ke (1998. i 1999.), Kat. M/Ž 20, 25, 30, 35, 40, 45, 50, 55, 60, 65, 70, 75

Štafete apsolutno (2001.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.

**PLIVANJE** U akvatoriju uvala Padova 1. 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 Padova do nogometnog igrališta Blato i natrag. U utrci Supersprint triatlon bicikla se vozi od hotela Padova do Vele rive i natrag (tri kruga). U utrci Sprint triatlon bicikla se vozi od hotela Padova do Vele rive i natrag (šest krugova).

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

### STARTNINE

#### Natjecatelji sa HTS licencom

180 kn - Štafete

120 kn - Sprint triatlon

70 kn - Supersprint triatlon

50 kn - Mini triatlon

50 kn - Mini akvatlon

#### Natjecatelji bez HTS licence

300 kn - Štafete

190 kn - Sprint triatlon

150 kn - Supersprint triatlon

50 kn - Mini triatlon

50 kn - Mini akvatlon

Prijave natjecatelja obavljaju se do četvrtka 01.06.2017. [www.grabarsport.hr](http://www.grabarsport.hr)

Uplate startnina se obavljaju do četvrtka 01.06.2017. na adresu: TK Rab, Barbat 245, 51280 Rab, IBAN 2724020061100618675

Podjela startnih paketa obaviti će se na dan utrke 04.06.2017. (nedjelja) od 9.00 do 11.00 sati u hotelu Padova.

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

**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, samo za natjecatelje istog spola.

Tokom trčanja obavezna je majica ili triatlon dres.

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 utрку Mini triatlon i Supersprint triatlon

12:00 Zatvaranje zone

12:00 Start utrke Mini akvatlon početnici A (2010. i mlađi)

12:15 Start utrke Mini akvatlon početnici A (2008. i 2009.)

12:40 Start utrke Mini triatlon

13:10 Start utrke Supersprint triatlon

14:15 Proglašenje pobjednika utrke Mini akvatlon i Mini triatlon

14:15 Otvaranje zone za utрку Sprint triatlon

14:35 Zatvaranje zone

14:45 Start utrke Sprint triatlon

15:00 Proglašenje pobjednika utrke Supersprint triatlon

16:30 Završetak utrke Sprint triatlona

17:00 Proglašenje pobjednika utrke Sprint triatlon.

18:00 Završetak programa utrke



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

HOTEL PADOVA Tel. 051/724 544, e-mail: [padova@imperial.hr](mailto:padova@imperial.hr)



STAZA:



## **MINI AKVATLON**

START U 12:00 POČETNICI A (2010. i mlađi) • START U 12:15 POČETNICI A (2008. i 2009.)

50 m PLIVANJE

500 m TRČANJE  
(1 KRUG)



## **MINI TRIATLON**

START U 12:40

50 m PLIVANJE

2 km BICIKLA

500 m TRČANJE

(2 KRUGA)

(1 KRUG)





## **SUPERSPRINT TRIATLON**

START U 13:10

-  375 m PLIVANJE (1 TROKUT)     10 km BIKIKLA (3 KRUGA)     2,5 km TRČANJE (1 KRUG)



## **SPRINT TRIATLON**

START U 14:45

-  750 m PLIVANJE (2 TROKUTA)     20 km BIKIKLA (6 KRUGOVA)     5 km TRČANJE (2 KRUGA)



# 9. RAPSKI TRIATLON

## 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)



Padova 2017.