

## 1. Мета і завдання

Відкрита першість РАЕС з крос-триатлону «Energy Sprint Triathlon» (далі – Триатлон) проводиться з метою:

- популяризації здорового способу життя серед працівників філії «ВП «Рівненська АЕС», АТ «НАЕК «Енергоатом», населення, залучення їх до видів активного відпочинку, що не завдають шкоди довкіллю;
- формування та підтримання позитивного іміджу філії «ВП «Рівненська АЕС», АТ «НАЕК «Енергоатом» та атомної енергетики загалом;
- популяризації плавання, велоспорту та бігу серед людей різного віку як найпростіших форм і найдешевших засобів профілактики хвороб людини та уникнення залежності від шкідливих звичок;
- популяризації спортивних заходів у місті Вараш, Рівненській області та в Україні;
- підвищення індивідуальної майстерності спортсменів-аматорів – працівників філії «ВП «Рівненська АЕС», АТ «НАЕК «Енергоатом», виховання духу здорової конкуренції та зміцнення корпоративної культури;
- визначення найшвидших спортсменів-аматорів серед працівників АТ«НАЕК «Енергоатом»;
- проведення патріотичної акції по збору коштів на закупівлю обладнання для Збройних сил України.

## 2. Термін та місце проведення

Крос-триатлон відбудеться 16 серпня 2025 року.

Старт та фініш: Реабілітаційно-оздоровчий комплекс «Біле озеро», с. Рудка Вараського р-ну Рівненської обл.

Старт: 10:00 год.

Закриття стартового містечка з 15:00 год.

## 3. Маршрут

3.1 Дистанція крос-триатлону складається з 3-х етапів:

- плавання – 750 м;
- велогонка – 20 км;
- біг – 5 км.

3.2 Покриття траси:

- плавання – відкрита водойма озера Біле;
- велоетап – асфальтоване, гравійне та тверде ґрунтове покриття, ямковий асфальт;
- біговий етап – ґрунтово-піщане покриття.

3.3 Схема проходження траси: Додаток А.

3.4 Схема розміщення транзитної зони: Додаток Б.

## 4. Організатори

- Філія «ВП «Рівненська АЕС»;
- Первинна профспілкова організація РАЕС;
- Організація молоді ППО РАЕС;
- Велокоманда «РАЕС team».

## 5. Категорії учасників та умови участі

### 5.1 Триатлон проводиться у таких заліках (категоріях):

- «Абсолютний залік» за найкращим часом проходження дистанції серед чоловіків;
- «Абсолютний залік» за найкращим часом проходження дистанції серед жінок;
- «Естафета» за найкращим часом проходження дистанції незалежно від віку та статі;
- «Командний залік» (Естафета) серед працівників підрозділів (цехів) філії «ВП «Рівненська АЕС» незалежно від віку та статі;
- «Командний залік» серед відокремлених підрозділів АТ «НАЕК «Енергоатом»;
- Найшвидший працівник компанії АТ «НАЕК «Енергоатом»;
- Найшвидша працівниця компанії АТ «НАЕК «Енергоатом».

Індивідуальний залік:

Чоловіки та жінки – окремий залік.

Вікові категорії:

Чоловіки:

- 18-29 років;
- 30-39 років;
- 40-49 років;
- 50-59 років;
- 60+ років.

Жінки:

- 18-29 років;
- 30-39 років;
- 40-49 років;
- 50+ років.

### 5.2 Категорії поділяються за віковими критеріями при квоті на категорію: 5 учасників для чоловіків та 3 учасниці для жінок.

Якщо в категорії не набралась мінімальна кількість учасників, категорія об'єднується з молодшою категорією.

### 5.3 Учасники, які потрапили у призери категорії «Абсолют», не потрапляють до заліку у вікових категоріях.

### 5.4 Вік учасників Триатлону визначається станом на дату проведення заходу.

### 5.5 За організаторами залишається право змінювати та об'єднувати категорії.

## 5.6 Естафета

- 5.6.1. До участі в естафеті допускаються команди, що складаються з 3-х учасників: чоловіків, жінок чи змішані. Команда вважається зареєстрованою, якщо всі її учасники зареєструвались та сплатили стартовий внесок.
- 5.6.2. Учасники Естафети реєструються колективно однією особою.
- 5.6.3. Для працівників Рівненської АЕС передбачений залік серед команд підрозділів (цехів) філії «ВП РАЕС». При реєстрації команди потрібно вказати назву підрозділу/цеху. Кількість команд від підрозділу/цеху може бути більше однієї, але у межах загального ліміту естафетних команд. Підрозділи філії «ВП РАЕС» чисельністю до 50 осіб можуть об'єднуватись з іншими підрозділами (чисельністю до 50 осіб ) в одну команду.
- 5.6.4. Комплект медалей фінішера всіх етапів отримує учасник останнього етапу у разі перетину фінішної лінії.
- 5.6.5. Порушення будь-якого пункту із зазначених вище правил призведе до дискваліфікації всієї команди.

## 5.7 . Визначення переможця Командного заліку серед філій АТ «НАЕК «Енергоатом»

- 5.7.1. Організатори рекомендують командам від філій мати у складі представників різних вікових категорій, статі та естафетну команду, оскільки для підрахунку балів будуть братись до уваги результати учасників команди з кожної вікової категорії (зайняте місце у фінішному протоколі згідно зі своєю віковою категорією) та результати у естафеті.  
Наприклад, із 15 представників команди буде враховано 11 (кількість категорій, за якими буде вестися підрахунок) найкращих місць учасників команди в кожній з категорій. Результати місць сумуються між собою. Команда, яка набрала найменшу суму місць, визнається переможцем.
- 5.7.2. Якщо команда не представлена у всіх категоріях, за якими буде вестися підрахунок, за кожного відсутнього учасника в категорії, додається одне місце від останнього учасника у категорії, яка не представлена.
- 5.7.3. Кожна філія «ВП АЕС» представляє окрему команду без обмежень за кількістю учасників.
- 5.7.4. Філії (крім філій «ВП АЕС») та Дирекція Компанії можуть об'єднуватись у спільну команду на власний розсуд.

## 6. Програма «Energy Sprint Triathlon» 2025

Програма заходу є попередньою та може бути скоригована ближче до події.

**Видача стартових пакетів** для учасників проводитиметься на стартовому майданчику

Триатлону – РОК «Біле озеро»:

- 15 серпня з 18:00 год. до 20 год.;
- 16 серпня з 07:00 до 09:00 год.

### **16 серпня (субота) 2025 РОК «Біле озеро»:**

Прибути до стартового містечка необхідно не пізніше, ніж за 2 години до старту Триатлону, щоб встигнути отримати стартовий пакет (для тих, хто не отримав), надати на техогляд свій велосипед і засіб особистого захисту – шолом, прикріпити номерки, розкласти речі в транзитній зоні, не менше ніж, за півгодини до старту пройти маркування та загальну перевірку, зайняти місце у стартовому коридорі.

- 7:00 – 09:00 – видача стартових пакетів та маркування учасників;
- 08:30 – 09:50 – робота учасників в транзитній зоні;
- 09:35 – урочиста церемонія відкриття;
- 09:50 – інструктаж;
- 10:00 – старт;
- 10:00 – 13:00 – пересування учасників Триатлону за маршрутом;
- 12:30 – 14:30 – буфетне обслуговування учасників Триатлону;
- 13:00 – фініш останніх учасників;
- 13:15 – закриття транзитної зони;
- 14:00 – урочисте нагородження переможців;
- 15:00 – закриття Триатлону.

## **7. Порядок реєстрації учасників**

7.1 Участь у Триатлоні є платною.

7.2 Учасник вважається зареєстрованим, якщо він заповнив реєстраційну форму та сплатив стартовий внесок.

7.3 Ліміт учасників – 100 осіб індивідуальний залік; Естафета - 30 команд.

7.4 Організатори Триатлону мають право призупинити або повністю закрити реєстрацію учасників, збільшити кількість стартових пакетів без попередження у разі досягнення ліміту учасників.

7.5 **Ознайомитись з положенням Триатлону можна за посиланням:**

[https://runstyle.net/?post\\_type=events&p=86526&preview=true](https://runstyle.net/?post_type=events&p=86526&preview=true)

**Попередня реєстрація учасників ведеться за посиланням:**

[https://runstyle.net/?post\\_type=events&p=86526&preview=true](https://runstyle.net/?post_type=events&p=86526&preview=true)

**Список зареєстрованих учасників:**

[https://runstyle.net/?post\\_type=events&p=86526&preview=true](https://runstyle.net/?post_type=events&p=86526&preview=true)

7.6 Попередня реєстрація учасників закривається 14 серпня 2025 р. о 23:59.

7.7 Учасники, які не пройшли попередню реєстрацію, за наявності вільних стартових пакетів, можуть зареєструватися 15 серпня 2025 року з 18:00 до 20:00 під час видачі стартових пакетів на місці старту Триатлону – РОК «Біле озеро», або за телефоном 0680465372 (Давид) 15 серпня до 20:00.

7.8 Реєстрація нових учасників у день старту Триатлону не відбувається.

7.9 Реєструючись на участь в Триатлоні, учасник визнає, що ознайомився та погодився з:

- Положенням про проведення відкритої першості ВП «Рівненська АЕС» з крос-триатлону «Energy Sprint Triathlon»;
- Правилами проведення Триатлону (п. 14);
- схемою проходження траси (Додаток А, Б);
- схемою розміщення номерів (Додаток В);
- програмою заходу (п. 6);
- зобов'язаннями учасників щодо участі у Триатлоні (п. 17);
- розпискою про повну відповідальність за стан свого здоров'я та фізичну підготовку (Додаток Г).

7.10 Реєстраційний пакет учасника включає:

- індивідуальний номер учасника та комплект номерів на велосипед, тулуб учасника, маркування;
- медичний супровід протягом маршруту;
- розмітка маршруту;
- вода на контрольних пунктах;
- харчування (буфетне обслуговування) після фінішу (талон);
- клейкий номер на сумку (1 шт.), який кріпиться на речі, що здаються до камери схову;
- медаль.

## **8. Вартість участі та умови оплати**

8.1 Учасник вважається зареєстрованим, якщо він заповнив реєстраційну форму та сплатив стартовий внесок.

8.2 Оплата стартового внеску учасниками Триатлону здійснюється електронним платежем на сайті: [https://runstyle.net/?post\\_type=events&p=86526&preview=true](https://runstyle.net/?post_type=events&p=86526&preview=true)

8.3 Вартість стартового внеску від 1200 грн для індивідуальної участі та від 2500 грн для естафети.

У вартість стартового внеску не включена комісія за переказ грошових коштів.

8.4 Учасники мають можливість зробити додатковий благодійний внесок на користь ЗСУ у скриню під час видачі стартових номерів та на стартовому/фінішному майданчику під час проведення Триатлону.

8.5 Зібрані під час Триатлону кошти будуть використані на придбання обладнання для Збройних сил України.

## **9. Повернення стартового внеску**

9.1 Реєстраційний внесок та додаткові благодійні внески, сплачені учасником Триатлону під час реєстрації, поверненню не підлягають.

## **10. Пільгові категорії і знижки**

10.1 Пільгова реєстрація передбачена для таких категорій громадян України:

- безкоштовна реєстрація – для учасників бойових дій, АТО та учасників війни, інвалідів 1, 2, 3 груп, ліквідаторів наслідків аварії на ЧАЕС.  
Для безкоштовної реєстрації учасник має зв'язатись із організаторами по телефону 0680465372 (Давид) для отримання промокоду.

## **11. Проведення Триатлону в умовах воєнного стану**

- 11.1 З метою забезпечення безпеки учасників в умовах воєнного стану Триатлон може бути скасований повністю або перенесений на іншу дату.
- 11.2 У разі змін організатори зобов'язуються повідомити про зміни учасників на офіційній сторінці заходу, а також на сторінці реєстрації: [https://runstyle.net/?post\\_type=events&p=86526&preview=true](https://runstyle.net/?post_type=events&p=86526&preview=true) не пізніше, ніж за добу до старту.
- 11.3 При цьому стартові та інші благодійні внески, сплачені під час реєстрації, учасникам не повертаються.
- 11.4 Під час участі у заході учасникам необхідно дотримуватися умов безпеки, передбачених законодавством про воєнний стан.
- 11.5 При собі потрібно мати паспорт громадянина України та відомості про місце реєстрації для осіб чоловічої статі та певних категорій жінок – військово-облікові документи.

## **12. Допуск до участі**

- 12.1 Участь у Триатлоні є виключно добровільною, тому кожен учасник добровільно бере участь у заході, визнаючи всі ймовірні ризики для власного здоров'я під час і після його закінчення.
- 12.2 До участі допускаються особи, які за станом здоров'я та фізичної підготовленості здатні подолати всі етапи дистанції Триатлону та яким на момент проведення Триатлону виповнилося 18 років, і які при отриманні стартового пакета можуть підтвердити свій вік, пред'явивши документ, що засвідчує особу.
- 12.3 Допуск учасників до старту здійснюється за наявності документів, що надаються при отриманні стартового пакета учасника, а саме:
- посвідчення особи, що підтверджує вік учасника (обов'язково для всіх учасників);
  - документ, що дає право учаснику на безкоштовну участь у Триатлоні (за потреби);
  - роздрукована та підписана розписка про повну відповідальність за стан свого здоров'я та фізичну підготовку (Додаток Г).
- 12.4 У разі відсутності посвідчення особи стартовий номер та пакет учасника не видається.
- 12.5 Обов'язкова наявність документа, що посвідчує особу (паспорта громадянина України) та відомості про місце реєстрації.
- 12.6 Категорично забороняється відхилятися від маршруту. Лісосмуга та узбіччя доріг можуть бути заміновані.
- 12.7 За потреби, чітко слідувати вимогам військових.

### **13. Ліміт часу, вимоги до транспортного засобу, оснащення та здоров'я учасників.**

13.1 Загальний ліміт часу для проходження дистанції – 3 години.

#### **13.2 Необхідні вимоги до оснащення:**

- Технічно справний велосипед, який приводиться в рух за допомогою м'язової сили. Справність гальм обов'язкова.
- Використання електровелосипедів заборонено.
- Наявність велошолома – обов'язкова. Велошолом повинен бути зі справною застібкою.
- Можливе використання гідрокостюма на плавальному етапі (згідно з правилами ITU).
- Заборонено використовувати допоміжні плавальні засоби (лопатки, круги та інші), рухомі плавальні предмети (човен, байдарка та інші).
- Дозволяється використовувати окуляри та кепки, шапочки для плавання.
- Забороняється проходження бігового та велоетапу босоніж. Атлети долають бігову дистанцію у кросівках, велоетап – у велотуфлях, кросівках.
- Забороняється проходження будь-якого етапу Триатлону (окрім плавання) із оголеним торсом.
- Забороняється повністю оголюватися під час проходження будь-якого етапу Триатлону та у транзитній зоні під час зміни етапу.
- Учасник повинен підібрати одяг таким чином, щоб усі нанесені номери було чітко видно суддям та глядачам.
- Під час проходження дистанції учаснику забороняється використовувати мобільні телефони, музичні програвачі та іншу техніку.
- Використання скляних пляшок/фляг заборонено.

13.3 Згідно із зобов'язаннями, зазначеними в даному Положенні, організатори Триатлону не несуть жодної відповідальності за стан здоров'я та фізичну підготовку учасників, а також за інші непередбачувані обставини і наслідки.

13.4 Організатори Триатлону рекомендують всім учасникам відвідати напередодні сімейного лікаря і в разі незадовільного самопочуття – не брати участь у Триатлоні. Протягом Триатлону також є змога знятися з дистанції і дістатися фінішу з велосипедом у спеціальному автомобілі, який надають організатори.

13.5 За вимогою організаторів Триатлону лікар зі спортивної медицини – зав. здоровпунктом УСО, може перевірити стан здоров'я будь-якого учасника до старту, під час проходження дистанції та після фінішу і, в разі необхідності, не допустити/зняти учасника з Триатлону.

### **14. Правила проведення Триатлону**

14.1 Оргкомітет Триатлону вважає, що чесність, порядність і спортивна поведінка є основним мотивом учасників для подолання дистанції. Однак для того, щоб зберегти принцип «чесної гри» для всіх, організатори будуть контролювати трасу Триатлону під час руху учасників, тому:

- інструкції і вказівки маршалів траси, поліції і суддів Триатлону повинні дотримуватися всіма без винятку учасниками Триатлону;
- маршалу дозволяється винести попередження голосом. Зупинити учасника і застосувати правило «Stop&Go», щоб покарати за порушення. Пред'явити учаснику жовту картку попередження або червону картку дискваліфікації;
- будь-який супровід учасника по трасі Триатлону або допомога в недозволеному місці буде каратися негайною дискваліфікацією;
- рух на дистанції Триатлону у навушниках забороняється;

- вживання алкоголю та стимулюючих препаратів, участь в стані алкогольного, токсичного чи іншого сп'яніння забороняється;
- викидати сміття дозволено лише у спеціально відведених для цього зонах.

#### 14.2 У день старту учасник триатлону зобов'язаний:

- не менше ніж за 2 години до старту прибути на стартовий майданчик і надати на техогляд свій велосипед і засіб особистого захисту – шолом;
- не менше ніж за півгодини до старту пройти маркування та загальну перевірку;
- при проходженні транзитної зони учасник повинен складати свої речі виключно у корзинку, що розташована під його стартовим номером.

#### 14.3 Під час видачі стартових пакетів кожен учасник отримує:

- клейкий номер для велосипеда (1 шт.) який учасник повинен наклеїти під сидіння велосипеда;
- паперовий номер та 4 хомути-стяжки, який учасник повинен прикріпити на кермо велосипеда;
- м'який номер на резинці, що одягається на тулуб атлета на велоетапі – на спину та біговому етапі – спереду на тулуб. Номер одягається в ТЗ перед велоетапом;
- клейкий номер на сумку (1 шт.), який кріпиться на речі, що здаються до камери схову.

### 14.4 Зберігання та використання екіпірування

У день старту учасник Триатлону зобов'язаний у вказаний у програмі заходу час:

- здати на зберігання особисті речі, у відведене та пронумероване організаторами місце згідно з номером учасника у транзитній зоні в спеціальний ящик, розміщений поряд із стійкою для велосипеда;
- не пізніше, як за 2 години до старту, прибути в транзитну зону і надати на техогляд свій велосипед і велошолом;
- при виявленні порушень у конструкції велосипеда, учаснику надається час на усунення недоліків;
- не менш ніж за півгодини до старту – пройти маркування в стартовій зоні;
- учасник повинен підібрати одяг таким чином, щоб усі нанесені номери були чітко видимі для суддів та глядачів;
- відповідальність за збереження особистих речей і екіпіровки учасників лежить на самих учасниках;
- номер на велосипеді повинен бути розміщений на кермо велосипеда та на підсидільну трубу і повинен бути добре видимим з обох сторін. Зміна розміру номера, згинання або його відсутність на велосипеді не допускається;
- м'який номер на резинці, одягається в ТЗ перед велоетапом на тулуб атлета: для велоопату – на спину, для бігового етапу – спереду на тулуб.
- заборонено установку велосипеда в транзитній зоні без контролю технічного стану велосипеда і шолома на вході в транзитну зону;
- після того, як екіпірування здано на зберігання, воно не може бути видане та забране з транзитної зони до закінчення Триатлону.

### 14.5 Транзитна зона

- Вхід і вихід в транзитну зону з велосипедом дозволяється тільки тим, хто пред'явить нагрудний номер учасника. Робота транзитної зони – згідно з програмою заходу.
- Починаючи з моменту постановки велосипедів в транзитці, тільки учасники, волонтери та організатори можуть перебувати в межах транзитної зони. Тренери, родичі і глядачі не можуть перебувати там.

- Напрямок руху всередині транзитної зони строго визначено. При русі необхідно керуватися схемою транзиту, намальованими позначеннями і вказівками волонтерів.
- Вхід і вихід з транзиту будуть чітко вказані. Заборонено входити/виходити з транзитної зони в будь-якому іншому її місці, крім зони «вхід» і «вихід».
- Спортсмени повинні самі діставати і укласти речі в транзитні ящики.
- Всі речі учасника повинні бути складені у спеціальний транзитний ящик учасника. Розкидування та розвішування речей в транзитній зоні та на стійці для велосипедів та самих велосипедів не допускається.
- Повне оголення під час зміни етапу заборонено.
- Взуття для велоетапу повинно бути пристібнуте до педалей велосипеда, або перебувати в транзитному ящику;
- Спортсмени повинні самі знайти свій велосипед в транзитній зоні і зняти його з велостійки.
- Рух на велосипеді в межах транзитної зони заборонено, спортсмени можуть рухатися тільки поруч з велосипедом. Сідати на велосипед можна тільки за межами транзитної зони. Це місце позначено смугою на землі/килімі.
- Кожному велосипеду відводиться пронумероване місце в транзитній зоні. Велосипед, який буде знайдений не у відведеному для нього місці, буде видалений організаторами.

#### 14.6 Плавання

- Стартовий номер повинен бути написаний на тілі атлета з обох сторін (на праву руку та ліву ногу в зонах, що будуть видимі для суддів).
  - Старт проводиться з води однією стартовою хвилиною.
  - Дозволяється використовувати гідрокостюм.
- Правила використання гідрокостюма (згідно з правилами ITU):**
- при температурі води нижче 16 градусів за Цельсієм обов'язково використовувати гідрокостюм.
  - при температурі води між 16 та 22 градусами за Цельсієм використання гідрокостюма рекомендовано.
  - при температурі води вище 22 градусів за Цельсієм використовувати гідрокостюм **заборонено.**
- Плавання з нагрудним номером забороняється.
  - Під час плавання забороняється долати дистанцію бігом по березі або зрізати кути розміченої дистанції.
  - Всі буї обов'язкові для обпливання по колу згідно зі схемою етапу плавання.
  - Вихід з води між колами не передбачений.
  - На дистанції плавання учасники використовують довільний стиль плавання. В ході подолання дистанції учасникам дозволено відпочивати, ходити по дну, триматися за нерухомі плаваючі предмети (буї та інші), доторкуватися до них.
  - Заборонено використовувати допоміжні плавальні засоби (лопатки, круги та інші), рухомі плавальні предмети (човен, байдарка та інші).
  - У критичних ситуаціях учасник повинен підняти руку і попросити про допомогу. У випадку отримання офіційної допомоги, атлет знімається із Триатлону.

#### 14.7 Велоетап

- Пересування на велосипеді повинно здійснюватись відповідно до Правил дорожнього руху і з граничною обережністю.
- Велешолом одягається та знімається тільки у зоні своєї велостійки.
- Під час велоетапу номер учасника повинен бути розміщений на задній частині тулуба. Забороняється складати або змінювати розмір номера.
- Їзда на велосипеді повинна здійснюватися строго по правій стороні дороги, щоб дозволити іншим учасникам безпечно здійснювати обгін.
- Обгін учасників дозволяється тільки з лівого боку. Відразу по закінченню обгону велосипедист зобов'язаний повернутися на праву сторону дороги.

- Лідирування (драфтинг) на велоетапі дозволений.
- Велосипедист, якого обганяють, не має права перешкоджати обгону, зобов'язаний поступитися дорогою, дозволити суперникові завершити обгін.
- Категорично забороняється перетинати середню частину дороги, незалежно від того, відзначена вона розділовою лінією або якщо немає лінії взагалі.
- Забороняється отримувати екіпіровку, продукти харчування або технічну допомогу від будь-якої особи, яка не є учасником Триатлону або не є частиною офіційної команди організаторів Триатлону.
- Забороняється заміна велосипеда під час подолання велоетапу.
- Забороняється супровід учасників вболівальниками чи тренерами на власному транспорті.
- Велосипедист по завершенню велоетапу зобов'язаний припинити рух до лінії перед транзитною зоною, подолати транзитну зону з велосипедом в руках виключно пішки та поставити велосипед на визначене нумерацією місце.
- Спортсмен, який отримав три жовті картки на велоетапі, буде дискваліфікований.
- У випадку поломки велосипеда або окремих його частин, дозволяється:
  - ремонт велосипеда власними силами учасника та інших учасників, волонтерів;
  - дістатись місця фінішу Триатлону пішки, ведучи велосипед поруч;
  - зійти з дистанції та скористатись машиною супроводу від представників організаторів, щоб дістатись фінішу. У такому випадку, учасник визнає, що зійшов з дистанції та участь у Триатлоні не продовжує.
- У випадку сходження з дистанції, учасник зобов'язаний повідомити організаторів про своє рішення.

#### **14.8 Біг**

- Учасник має право долати дистанцію бігового етапу бігом чи ходою.
- Під час бігу слід бути уважним, щоб вчасно уникнути несподіваних перешкод або автомобіля на шляху прямування.
- Біг босоніж заборонено.
- Атлети долають дистанцію у кросівках.
- Дозволяється використовувати окуляри та кепки.
- Номер учасника під час бігу повинен бути прикріплений до передньої частини тулуба. Забороняється складати або змінювати розмір номера.
- Біг повинен здійснюватися по правій стороні дороги або по тротуарах, згідно зі схемою бігового етапу і розмітки траси.
- Дозволяється супроводжувати учасника тільки останні 200 метрів бігової дистанції, якщо це не заважає іншим учасникам.

#### **14.9 Після фінішу**

- Кожен учасник, який завершив подолання дистанції в контрольний час і без дискваліфікації, отримає медаль фінішера.
- Велосипед та речі учасника повинні бути забрані з камери зберігання і транзитної зони не пізніше 15 год. Вхід в ТЗ для фінішерів дозволений після фінішу останнього учасника або оголошення про сходження з дистанції останнього учасника.
- Для того, щоб забрати велосипед з транзитної зони і камери зберігання, учасник зобов'язаний пред'явити свій нагрудний номер.

#### **14.10 Система штрафів**

- У разі недотримання учасниками вищевикладених правил проведення Триатлону, на них накладається штраф.
- При отриманні штрафу (жовтої картки) учасник розміщується в спеціальну зону (Penalty Box) для відбування штрафу.
- Учасник, якому маршалом гонки була пред'явлена жовта картка, може продовжувати подолання етапу, але після прибуття в ТЗ зобов'язаний самостійно прибути в Штрафну

Зону (Penalty-Vox) для відбуття 1 хвилинного штрафу за кожну отриману жовту картку. Тільки після відбуття штрафу йому дозволяється далі продовжити участь у Триатлоні.

- Якщо учасник отримав жовту картку і не відбув штраф в Штрафній Зоні (Penalty Vox), то до його фінішного результату додається 10 хвилин.

Система штрафів наступна:

- усне попередження – не карається, служить для корекції дій учасників при незначних порушеннях;
- перше порушення (жовта картка) – зупинка на 1 хвилину;
- друге порушення (жовта картка) – зупинка на 1 хвилину;
- третє порушення (жовта картка) – дискваліфікація;
- грубе порушення правил (червона картка) – миттєва дискваліфікація.

#### 14.10.1 Плавальний етап

- Фальстарт – жовта картка.
- Зрізання дистанції, не обпливання буйків і т.п. Залежно від розміру зрізання – жовта або червона картка.
- Надягання стартового номера під гідрокостюм – жовта картка.
- Використання заборонених підручних засобів для плавання (ласти, нарукавники, рукавички і т.п.) – червона картка.
- Навмисна грубість стосовно інших учасників, глядачів, волонтерів, суддів – червона картка.
- Ігнорування вимог суддів – червона картка.

#### 14.10.2 Велосипедний етап

- Їзда в транзитній зоні на велосипеді – жовта картка.
- Недотримання правил дорожнього руху – жовта картка.
- Знаходження поза зоною крайньої правої смуги більше 25 секунд без причини – жовта картка.
- Знаходження на велоетапі з голим торсом – жовта картка.
- Пересування на велосипеді з розстібнутим шоломом – жовта картка.
- Використання телефона, плеєра, навігатора, навушників під час руху – червона картка.
- Скидання сміття поза пунктами харчування – жовта картка.
- Проведення обгону справа – червона картка.
- Умисне зрізання дистанції – червона картка.
- Перебування на велоетапі без шолома – червона картка.
- Знаття шолома поза транзитною зоною – червона картка.
- Ігнорування вимог суддів – червона картка.
- Грубе недотримання правил дорожнього руху – червона картка.
- Використання неузгодженої з організаторами технічної допомоги – жовта або червона картка.
- Пересування на велосипеді за транспортними засобами – жовта або червона картка.
- Використання забороненого устаткування – червона картка.
- Навмисна грубість стосовно інших учасників, глядачів, волонтерів, суддів – червона картка.

#### 14.10.3 Біговий етап

- Використання телефона, плеєра, навігатора, навушників під час руху – червона картка.
- Перебування на біговому етапі з голим торсом – жовта, а в разі ігнорування – червона картка;
- Умисне зрізання дистанції – червона картка.
- Ігнорування вимог суддів – червона картка.

- Навмисна грубість стосовно інших учасників, глядачів, волонтерів, суддів – червона картка.

#### 14.10.4 Транзитна зона

- Повне оголення – жовта картка.
- Знаходження в транзитній зоні на велосипеді – жовта картка.
- Ігнорування вимог суддів – червона картка.
- Навмисна грубість стосовно інших учасників, глядачів, волонтерів, суддів – червона картка.

### 15. Проживання

15.1 Проживання за рахунок учасників або організацій, що відряджають.

15.2 Забронювати житло, дізнатись про умови та вартість проживання можна за телефонами:

- **Готель «Вараш»:** +380979807250.
- **Реабілітаційно-оздоровчий комплекс «Біле озеро»:** +38067360-35-74.

### 16. Трансфер і транспорт

16.1 Організатори Триатлону забезпечують трансфер учасників та волонтерів на місце старту. Детальну інформацію про трансфер буде викладено ближче до старту.

16.2 Після закриття фінішу буде організований трансфер у м. Вараш.

### 17. Юридичні зобов'язання учасників щодо участі у Триатлоні

17.1 Підписавши реєстраційну форму та пройшовши інструктаж, кожен учасник дає згоду дотримуватись правил та порядку, а також обережної та поміркованої поведінки протягом усього Триатлону.

17.2 Окрім цього, підписавши реєстраційну форму та пройшовши інструктаж, кожен учасник дає згоду та підтверджує, що:

- він/вона несе повну відповідальність за стан свого здоров'я та фізичної підготовки та звільняє організаторів Триатлону від будь-якої відповідальності з цього приводу;
- він/вона уповноважують організатора обробляти його/її особисті дані, які мають стосунок до Триатлону, дотримуючись конфіденційності, або, в інших випадках, отримавши дозвіл учасника;
- він/вона дають згоду організаторам на необмежене безкоштовне використання статичних та рухомих аудіовізуальних записів із зображенням учасника у Триатлоні, без територіальних обмежень, будь-якими сторонами, в комерційних та рекламних цілях та/або з метою створення архіву події; учасник відмовляється від будь-яких вимог, що можуть виникнути щодо прав на використання такої аудіовізуальної інформації;
- він/вона усвідомлюють, що участь у Триатлоні є потенційно небезпечною активністю і, відповідно, він/вона відповідають за всі без винятку ризики, пов'язані з участю у Триатлоні, в тому числі: зіткнення, падіння, контакти з іншими учасниками і транспортними засобами, глядачами, погодними умовами, якістю траси, інфраструктурними особливостями і обставинами на трасі під час проведення Триатлону; учасники усвідомлюють, що це може становити небезпеку для здоров'я. У випадку отримання травми внаслідок нещасного випадку, власної помилки під час подолання дистанції Триатлону або такої помилки з боку інших учасників Триатлону, технічної несправності велосипеда чи інших транспортних засобів або через стан здоров'я він/вона несе відповідальність за наслідки можливої травми

- і пошкодження свого велосипеда або екіпіровки тощо, при цьому він/вона не отримує відшкодування (за винятком страхових виплат за наявності страховки);
- він/вона усвідомлюють, що організатори не несуть відповідальності за можливі прояви вандалізму, крадіжки та різного роду форс-мажорні обставини, яких може зазнати кожен учасник на різних етапах Триатлону;
  - він/вона звільняють організаторів, співорганізаторів, волонтерів і будь-які сторони, задіяні організаторами з будь-яким ступенем відповідальності без винятку, від відповідальності, пов'язаної з діями, заявами, обставинами, станом, умовами цього Положення, що були заподіяні ним/нею самим, іншими учасниками та іншими сторонами;
  - він/вона приймають можливе рішення організаційного комітету про своє недопущення, дискваліфікацію, відкликання тощо, передбачені цим Положенням та/або чинним законодавством України;
  - він/вона погоджується на можливий огляд лікарем до, під час та після Триатлону в будь-який момент і можливе зняття його/її з дистанції за порадою лікаря;
  - організатори надають можливість перевезення до місця фінішу та тимчасового зберігання речей учасника для зручностей учасників та докладають всіх зусиль для організації якісного обслуговування, проте не дають 100% гарантії зберігання і не несуть відповідальності.

## **18. Результати та їх облік**

### 18.1 Захід буде забезпечений:

- електронною системою хронометражу;
- ручним хронометражем.

### 18.2 Організатори попереджають, що електронна система хронометражу має сертифікований відсоток втрат результатів – не більше 3% від загальної кількості чіпів.

### 18.3 Оргкомітет Триатлону не гарантує отримання особистого результату кожним учасником у таких випадках:

- учасник неправильно прикріпив номер;
- учасник стартував з чужим номером;
- стартовий номер порваний, зім'ятий і т.п.;
- стартовий номер втрачено.

### 18.4 Під час подолання всієї дистанції стартовий номер повинен бути в такому вигляді, в якому він був виданий. Суворо заборонено знімати, закривати і пошкоджувати його (підрізати, згинати і т.п.).

### 18.5 Результати Триатлону будуть розміщені в режимі он-лайн за посиланням: [https://runstyle.net/?post\\_type=events&p=86526&preview=true](https://runstyle.net/?post_type=events&p=86526&preview=true) та буде викладено протягом 3 днів на сторінці події в соцмережах.

## **19. Оголошення результатів і нагородження**

### 19.1 Переможцем оголошуються учасники, які в найкоротші терміни подолали дистанцію згідно з маршрутом.

### 19.2 Всі учасники, які перетнули лінію фінішу, нагороджуються сувенірними патріотичними медалями крос-триатлону «Energy Sprint Triathlon».

### 19.3 Переможці у категоріях відповідно до п. 5.1. цього Положення нагороджуються призами, переможці та призери дипломами, іміджевою, сувенірною, презентаційною і наглядною продукцією від організаторів.

19.4 Учасники, які посіли призові місця можуть отримати додаткові нагороди від партнерів Триатлону.

19.5 Претензії щодо отриманих призових пакетів не приймаються.

## **20. Скарги**

20.1 Будь-які скарги щодо результатів, умов участі та проведення Триатлону подаються учасниками до організаторів лише протягом двох годин після фінішу останнього учасника Триатлону. По завершенню двох годин будь-які скарги щодо вище зазначеного не приймаються і не розглядаються.

20.2 Скарги щодо розподілу призових місць подаються не пізніше, як за півгодини до офіційної церемонії нагородження.

20.3 До протестів і претензій можуть належати:

- протести і претензії, що впливають на розподіл призових місць;
- протести і претензії, що стосуються неточності у вимірі часу, за який учасник подолав дистанцію;
- протести і претензії, що стосуються дискваліфікації учасника за неспортивну поведінку.

20.4 Решта претензій можуть бути проігноровані Організаторами в силу їх незначущості (сюди відносяться: друкарські помилки, некоректні анкетні дані та інше).

20.5 Під час подачі претензії необхідно вказати такі дані:

- прізвище та ім'я (анонімні претензії не розглядаються);
- суть претензії (у чому полягає претензія);
- матеріали, які доводять помилку (фото-, відеоматеріали);
- дані індивідуальних вимірників часу до розгляду не приймаються.

20.6 Претензії приймаються лише від учасників Триатлону або від третіх осіб, які є офіційними представниками учасників.

20.7 Протести і претензії, що впливають на розподіл призових місць в абсолютній першості, приймаються оргкомітетом Триатлону в письмовій або в усній формі до офіційної церемонії нагородження.

20.8 Розподіл призових місць після церемонії нагородження може бути переглянуто організаторами тільки при виявленні фактів порушення переможцем чинних правил, якщо виявлення порушень було неможливо до церемонії нагородження.

20.9 Рішення про перегляд призових місць приймається оргкомітетом Триатлону.

## **21. Форс-мажор**

21.1 У випадку форс-мажорних обставин: несприятливих погодних умов, несприятливих соціально-політичних умов в країні та інших надзвичайних і непередбачуваних ситуацій, Триатлон може бути перенесений на невизначений термін або скасований.

## **22. Зв'язок з організаторами.**

22.1 Вся інформація, оновлення, зміни, правила стосовно Триатлону «Energy Sprint Triathlon» розміщені:

- Офіційна сторінка заходу у Facebook:
- Сторінка Організації молоді ППО ВП РАЕС: <https://www.facebook.com/omrnppl/>
- Сайт, де відбувається попередня реєстрація учасників: [https://runstyle.net/?post\\_type=events&p=86526&preview=true](https://runstyle.net/?post_type=events&p=86526&preview=true)
- Сторінка Кубка «РАЕС CUP»: <https://www.facebook.com/groups/rnpccup/>

## 22.2 Контакти Організаторів:

- Електронна пошта: [rnppcup@gmail.com](mailto:rnppcup@gmail.com).
- Давид ЕЙВАЗОВ: 0680465372.
- Дмитро Порошин: 0978264634.
- Повідомлення на сторінку Організації молоді ППО РАЕС у мережі Facebook: @omrnprr.

## 23. Заключна примітка

Організатори залишають за собою право вносити зміни до Положення і правил протягом підготовки та в день Триатлону з метою покращення організації події. Найважливіші можливі зміни в маршруті, термінах, правилах, вимогах до учасників будуть додані до Положення і висвітлені на офіційних сторінках заходу та організаторів.

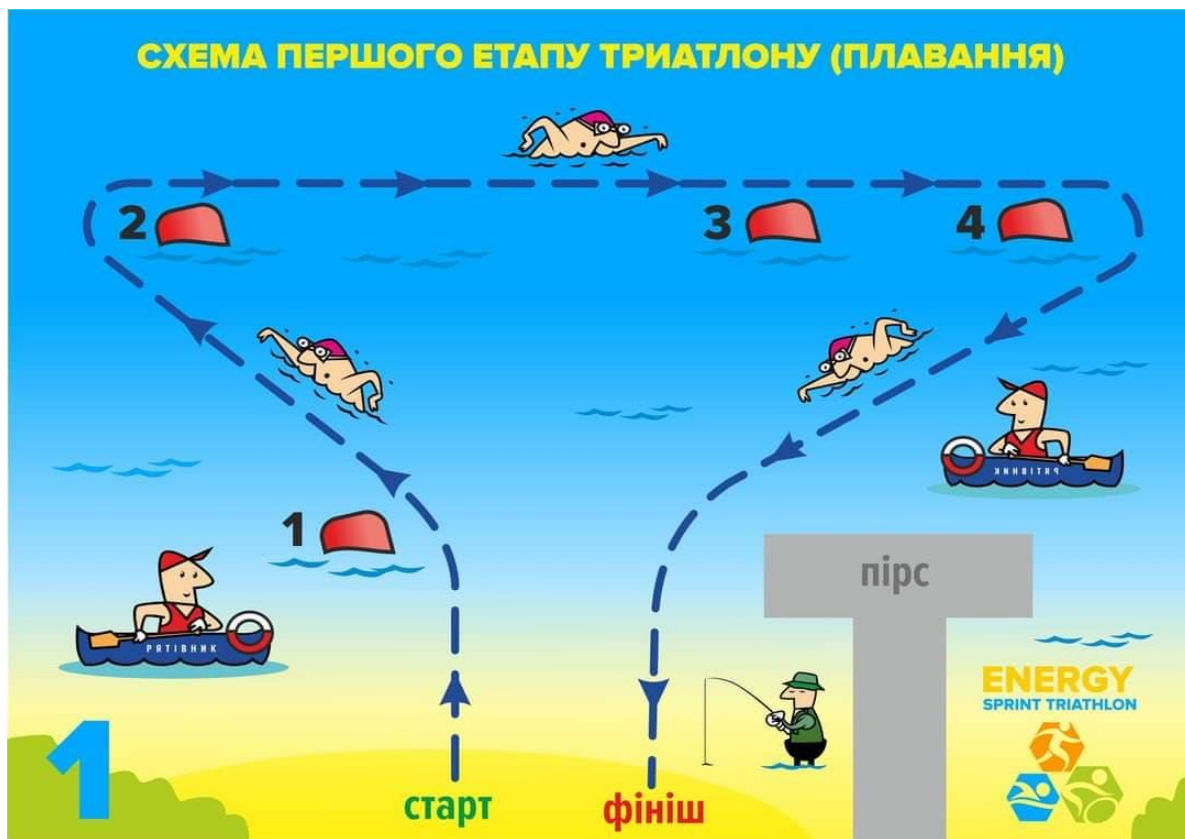
Виконавець

Голова ОМ ППО РАЕС

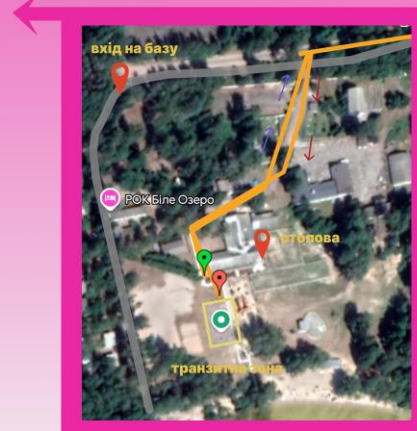
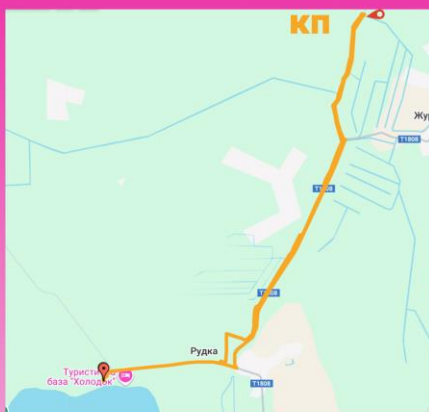
Давид ЕЙВАЗОВ

0680465372

Схема проходження траси



### СХЕМА ДРУГОГО ЕТАПУ ТРИАТЛОНУ (ВЕЛОСИПЕД)



# СХЕМА ТРЕТЬОГО ЭТАПУ ТРИАТЛОНУ (БИГ)



Схема розміщення транзитної зони та руху в ній



- Умовні позначення**
-  Місце старту і фінішу
  -  Транзитна зона
  -  Контрольний пункт
  -  Розворот
  -  Питна вода

Схема кріплення номерів

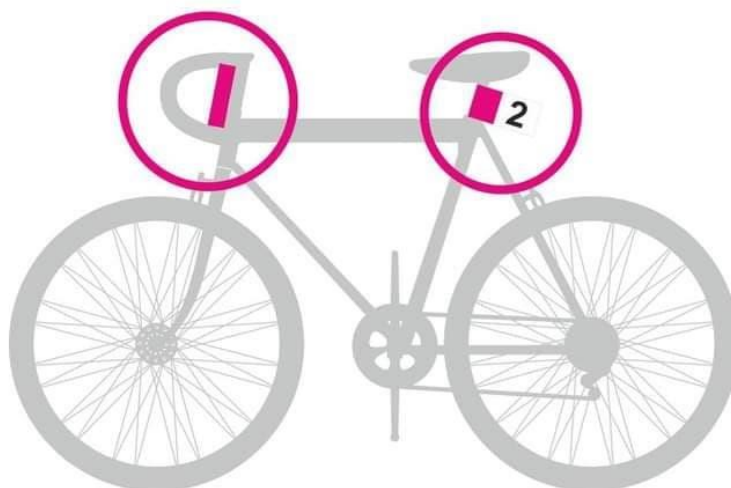
## ІНФОРМАЦІЯ ДЛЯ УЧАСНИКІВ



кріпимо на кермо



кріпимо на підсіділ



кріпиться на тіло  
триатлета



## Розписка

Дана угода є звільненням від відповідальності Організаторів відкритої першості філії «ВП «Рівненська АЕС» з крос-триатлону «Energy Sprint Triathlon» (далі – Триатлон), яка відбудеться 16.08.2025 р., а також осіб і організацій, задіяних у проведенні та обслуговуванні даного проєкту (далі – Організатори) за можливе погіршення здоров'я, травми або смерті, які можуть відбутися зі мною, а також за матеріальні та нематеріальні збитки, які я можу понести в період підготовки, проведення (безпосередньої участі) і після закінчення Триатлону.

Я, \_\_\_\_\_

*Прізвище, ім'я, по батькові*

що зареєструвався учасником на Триатлон, заявляю, що підписуючи даний документ, звільняю від відповідальності Організаторів Триатлону.

Я підтверджую, що на день проведення Триатлону мені виповнилось 18 років і я повністю ознайомлений і погоджуюсь з усіма пунктами чинного Положення про проведення відкритої першості філії «ВП «Рівненська АЕС» з крос-триатлону «Energy Sprint Triathlon» та зобов'язуюсь його дотримуватись і несу повну відповідальність за стан свого здоров'я та фізичної підготовки та звільняю Організаторів Триатлону від будь-якої відповідальності з цього приводу.

Я, відповідно до вимог Закону України «Про доступ до публічної інформації», даю свою згоду на обробку моїх персональних даних при проведенні заходів, пов'язаних з організацією Триатлону, а також даю згоду на дачу інтерв'ю представникам ЗМІ та використання аудіо, відео та фотоматеріалів зі мною за бажанням Організаторів. Уповноважую Організатора обробляти мої особисті (персональні) дані, які мають стосунок до Триатлону, дотримуючись конфіденційності. Я даю згоду Організаторам на необмежене безкоштовне використання статичних та рухомих аудіовізуальних записів із зображенням учасника Триатлону, без територіальних обмежень, будь-якими сторонами, в комерційних та рекламних цілях та/або з метою створення архіву події. Я відмовляюсь від будь-яких вимог, що можуть виникнути щодо прав на використання такої аудіовізуальної інформації. Я підтверджую, що попереджений, що участь у Триатлоні пов'язана з певним ризиком, і я приймаю цей ризик під свою відповідальність. Я усвідомлюю, що участь у Триатлоні є потенційно небезпечною активністю і, відповідно, я відповідаю за всі без винятку ризики, пов'язані з участю у Триатлоні, в тому числі: зіткнення, падіння, контакти з іншими учасниками і транспортними засобами, глядачами, погодними умовами, якістю траси, інфраструктурними особливостями і обставинами на трасі під час проведення Триатлону; я усвідомлюю, що це може становити небезпеку для здоров'я. У випадку отримання травми внаслідок нещасного випадку, власної помилки під час подолання дистанції Триатлону, або такої помилки іншими учасниками Триатлону, або через стан здоров'я я несу відповідальність за наслідки можливої травми і пошкодження своєї екіпіровки тощо, при цьому я не отримую відшкодування.

Я заявляю, що мій стан здоров'я дозволяє мені брати участь у Триатлоні.

Я підтверджую, що в період підготовки, проведення (безпосередньої участі) і після закінчення Триатлону не перебуваю під впливом лікарських засобів або в стані сп'яніння (алкогольного, наркотичного, токсичного чи ін.). Якщо я приймаю ліки, то підтверджую, що попередньо проконсультувався з лікарем і отримав від нього дозвіл на участь у Триатлоні. Я погоджуюсь на можливий огляд лікарем до, під час та після Триатлону в будь-який момент і можливе моє зняття з дистанції за порадою лікаря.

Я приймаю ризик, пов'язаний з ускладненням надання негайної медичної допомоги Організаторами Триатлону.

Я звільняю Організаторів, співорганізаторів, волонтерів і будь-які сторони, задіяні Організаторами з будь-яким ступенем відповідальності без винятку, від відповідальності, пов'язаної з діями, заявами, обставинами, станом, умовами Положення проведення Триатлону, що були заподіяні мною, іншими учасниками та іншими сторонами.

Я зобов'язуюся не подавати в суд і не притягати до відповідальності Організаторів Триатлону у разі якщо, в період підготовки, проведення (безпосередньої участі) і після закінчення Триатлону у мене відбудеться погіршення здоров'я, я буду травмований, а також за матеріальні та нематеріальні збитки, які я можу понести в даний період.

Я заявляю, що ні члени моєї родини, ні мої родичі, ні будь-які треті фізичні та юридичні особи не мають права подавати в суд і притягати до відповідальності Організаторів Триатлону у випадку моєї смерті.

Я усвідомлюю, що Організатори не несуть відповідальності за можливі прояви вандалізму, крадіжки та різного роду форс-мажорні обставини, яких може зазнати кожен учасник на різних етапах Триатлону.

Я приймаю можливе рішення Організаторів про своє недопущення, дискваліфікацію, відкликання тощо, передбачені Положенням Триатлону та/або чинним законодавством України.

Я не буду мати жодних претензій до організаторів Триатлону у випадку не допуску на територію проведення заходу при наявності у мене температури вищої, ніж 37,2 °C.

Я погоджуюсь на можливий огляд лікарем до, під час та після Триатлону в будь-який момент і можливе моє зняття з дистанції за порадою лікаря.

Я зобов'язуюсь дотримуватись вимог, пов'язаних із воєнним станом в Україні. Я усвідомлюю усі можливі ризики, що пов'язані із воєнним станом, та звільняю організаторів від відповідальності, при нанесенні мені будь-якої шкоди, пов'язаної з воєнним станом.

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2025 р.

*Підпис**(Прізвище, І., Б.)*

**Додаткові контактні дані близької особи (використовуються при виникненні нещасного випадку):**

Ім'я \_\_\_\_\_

Телефон \_\_\_\_\_