



# 7. RAPSKI TRIATLON

UTRKE ZA KUP HRVATSKE U SPRINT I  
SUPERSPRINT TRIATLONU  
MINI AQUATLON I MINI TRIATLON  
RAB, 6.6. 2015.



Suha Punta 2015.

ORGANIZATOR: Triatlon klub Rab

SUORGANIZATOR: Triatlon klub Rival

MJESTO I DATUM ODRŽAVANJA UTRKA: Otok Rab, uvala Suha Punta, hotel Carolina 6.6.2015.

## START, DISCIPLINE, DISTANCE I KATEGORIJE UTRKA

### 14:00 MINI AQUATLON (50 m plivanje + 400 m trčanje)

14:00 Kategorija A (2008. i mlađa)

14:15 Kategorija B (2006. i 2007.)

14:30 Kategorija C (2004. i 2005.)

### 14:45 MINI TRIATLON (50 m plivanje + 2 km vožnja bicikle + 500 m trčanje)

Kategorija A (2004. i 2005.)

Kategorija B (2002. i 2003.)

### 15:15 SUPERSPRINT TRIATLON (375 m plivanje + 12 km vožnja bicikle + 2.5 km trčanje)

Mladi kadeti/kinje (2002. i 2003.)

Kadeti/kinje (2000. i 2001.)

### 16:45 SPRINT TRIATLON (750m plivanje + 20 km vožnje bicikle + 5 km trčanje)

Ml.juniori-ke (1998. i 1999.), Juniori-ke (1996. i 1997.), Kat. M/Ž 20, 25, 30, 35, 40, 45, 50, 55, 60

Štafete apsolutno (1999.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 uvale Suha Punta. Djeca u utrci mini aquatlon 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 (tri kruga). U utrci sprint triatlon bicikla se vozi od hotela Carolina do okretišta Soline i natrag (pet krugova).

**NAPOMENA:** Tijekom biciklističkog segmenta mini triatlon i supersprint triatlon cestovni saobraćaj je zatvoren. Tijekom biciklističkog segmenta sprint triatlon cesta nije zatvorena za promet.

**TRČANJE:** Natjecatelji mini aquatlona i mini triatlona trče obalnim šetalištem u dužini od 400m odnosno 500m. U utrci supersprint triatlon trči se od hotela Carolina do teniskih terena kod uvale Matovica i natrag. U utrci sprint triatlon trči se od hotela Carolina do teniskih terena kod uvale Matovica 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 aquatlon

### Natjecatelji bez HTS licence

250 kn - štafete

170 kn - sprint triatlon

120 kn - supersprint triatlon

80 kn - mini triatlon

80 kn - mini aquatlon

Prijave startnina se obavljaju do srijede 3.6.2015. [www.grabarsport.hr](http://www.grabarsport.hr)

Uplate startnina se obavljaju do srijede 3.6.2015. na adresu: TK Rab, Barbat 245, 51280 Rab, IBAN 2724020061100618675

Podjela startnih paketa obaviti će se na dan utrke 6.6.2015. (subota) od 10.00 do 13.00 sati u hotelu Carolina.

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

## 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 aquatlona 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

10:00 Otvaranje prijava

13:00 Zatvaranje prijava

13:00 Otvaranje zone za utрку mini triatlon i supersprint triatlon

14:00 Zatvaranje zone

14:00 Start utrke mini aquatlon

14:45 Start utrke mini triatlon

15:15 Start utrke supersprint triatlon

16:15 Proglašenje pobjednika utrke mini aquatlon i mini triatlon

16:15 Otvaranje zone za utрку sprint triatlon

16:45 Zatvaranje zone

16:45 Start utrke sprint triatlon

17:00 Proglašenje pobjednika utrke supersprint triatlon

18:45 Završetak utrke sprint triatlona

19:00 Proglašenje pobjednika utrke sprint triatlon

20:00 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)

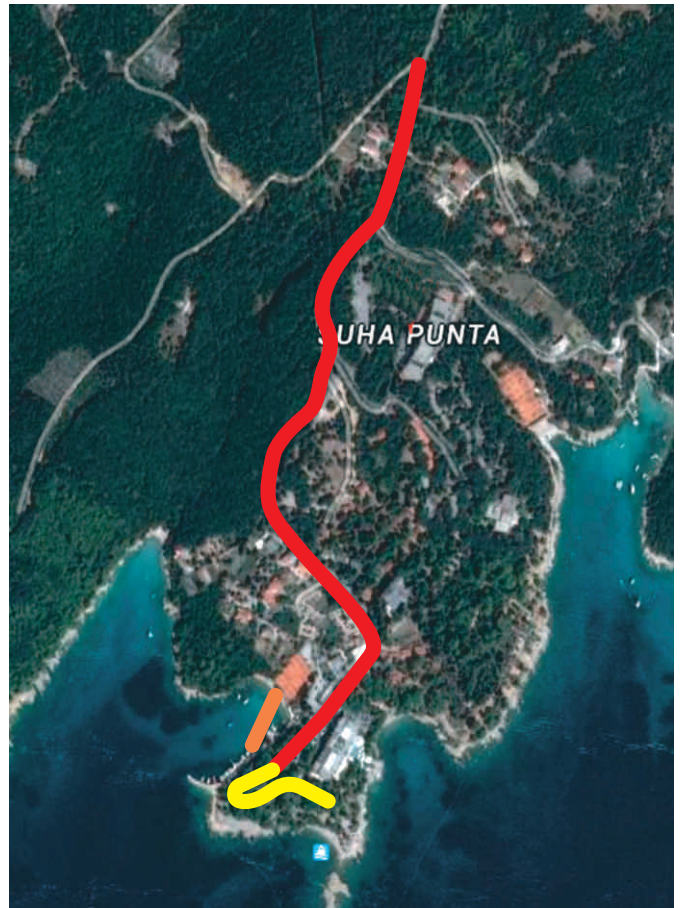
STAZA:



**MINI AQUATLON**

START U 14:00 KAT. "A" - START U 14:15 KAT. "B" - START U 14:30 KAT. "C"

50 m PLIVANJE 400 m TRČANJE



**MINI TRIATLON**

START U 14:45

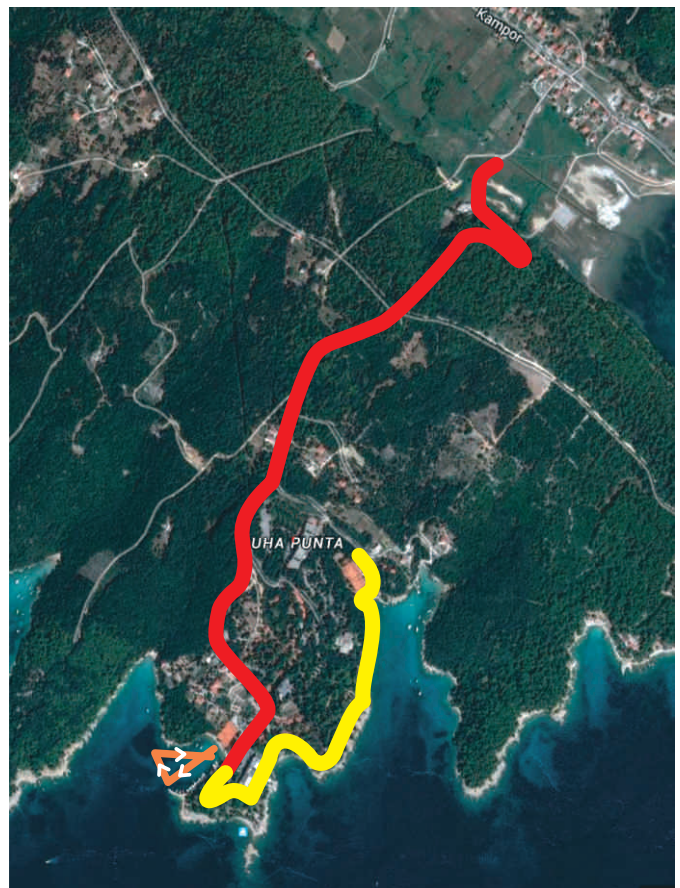
50 m PLIVANJE 2 km BICIKLA (1 krug) 500 m TRČANJE (1 krug)



**SUPERSPRINT TRIATLON**

START U 15:15

375 m PLIVANJE (1 trokut) 12 km BICIKLA (3 kruga) 2,5 km TRČANJE (1 krug)



**SPRINT TRIATLON**

START U 18:45

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

# 7. 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.

[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)



Suha Punta 2015.