



## XTERRA 2019 LD REGOLAMENTO DI GARA

### 1. Norme generali

1.1. Il regolamento di gara deve essere conosciuto dall'atleta, nella fase di iscrizione l'atleta accetta il regolamento e quindi non sono ammesse attenuanti al non rispetto dello stesso.

1.2. E' responsabilità dell'atleta mantenere una adeguata idratazione e alimentazione, a tal fine gli organizzatori forniranno punti di ristoro sul percorso *bike* e *run*.

1.3. Taglio del percorso - Non è consentito tagliare il percorso, l'atleta è tenuto a rimanere sul percorso di gara il quale è contrassegnato con frecce e nastri e indicato da volontari.

1. Il taglio del percorso da parte dell'atleta comporta la squalifica da parte dei giudici di gara presenti alla gara.

E' responsabilità del concorrente conoscere il percorso di gara, l'eventuale mancanza di nastro e/ o barriera sul percorso non costituisce giustificazione per ridurre lo stesso percorso di gara, sarà cura dell'organizzatore fare un *briefing* pre-gara al quale l'atleta è obbligato a partecipare.

2. E' responsabilità dell'atleta mantenere un attento rispetto dell'ambiente evitando di gettare sul percorso di gara oggetti e rifiuti (bottigliette, bustine di gel ecc.). E' consentito lasciare oggetti e rifiuti solo in prossimità dei punti di ristoro nell'area segnalata. Il mancato rispetto di questa norma, comporterà la squalifica da parte dei giudici di gara presenti alla gara.

1.4. Assistenza all'atleta - Non è ammessa nessuna assistenza esterna, ad eccezione dello staff organizzativo.

L'assistenza in forma limitata è consentita all'atleta concorrente solo da parte di un altro atleta concorrente, l'assistenza si limita alla fornitura di strumenti, camera

d'aria o qualsiasi elemento necessario per la riparazione della bicicletta, che non pregiudichi il prosieguo della gara da parte del donatore.

Non è permesso cambiare la mountain bike e neanche scambiarsi le bici tra atleti.

E' permessa tra concorrenti il passaggio di acqua e cibo, ovviamente oltre ad un primo soccorso.

1.5. Buona condotta - Non è consentito un comportamento antisportivo e un linguaggio irriverente ed offensivo. Tale comportamento comporta un richiamo ed eventuale retrocessione in classifica o squalifica.

1.6 Reclami – Sono ammessi reclami intesi come manifestazione di insoddisfazione nei confronti dell'operato di un giudice, di un altro atleta o per le condizioni di gara. È possibile presentare reclamo nei confronti di una squalifica subita sul campo di gara che escluda l'atleta dalla classifica finale, ovvero contro altra sanzione o situazione che comporti la penalizzazione dell'atleta nella classifica finale. Il reclamo è proposto da parte dell'atleta (se maggiorenne), o da parte di un rappresentante della Società (dirigente e/o tecnico tesserato) di appartenenza dell'atleta (se minorenni), secondo le modalità espresse all'ART 120 della Fitri.

1.7 Le norme e le condotte di Gara descritte hanno l'obiettivo di fornire agli atleti uguali opportunità di esprimere, in sicurezza e nel rispetto degli avversari, il proprio potenziale e la propria libertà di partecipazione nelle discipline della Federazione Italiana Triathlon. Le sanzioni penalizzano gli atleti che intendono avvantaggiarsi con comportamenti scorretti o non sportivi e hanno anche lo scopo di educarli a comportamenti rispettosi dei concorrenti e dell'atmosfera di sportività e di partecipazione. La sanzione inflitta è commisurata alla gravità dell'infrazione commessa e può portare anche alla squalifica dalla gara e/o la perdita del relativo premio in denaro.

1.8 Apparati audio-musica - nessun tipo di riproduttore sonoro/musicale è permesso durante la competizione. Per esempio: cuffiette, registratori, mp3 e radio 2 vie non possono essere indossati e utilizzati. L'utilizzo comporterà una ammonizione.

1.9 Tempi limite - Il tempo limite per completare la frazione di nuoto è di 1h e 10' . Ulteriore tempo limite è dato dall'ingresso in T2 - transizione tra bici e corsa. Tutti gli atleti devono accedere all'aria di transizione T2 entro 7h e 45' dall'inizio della gara. In presenza di partenze a batterie il tempo verrà misurato dallo start dell'ultima batteria. Tuttavia l'organizzatore ha la facoltà di modificare i tempi limite di svolgimento della gara, comunicandoli precedentemente agli atleti.

1.10 L'Atleta che si ritira, deve togliersi il numero di gara e segnalare ai Giudici di Gara l'avvenuto ritiro; la mancata segnalazione potrà portare al deferimento dell'atleta;

1.11 Penalty Box. Non sarà predisposta la penalty BOX, gli atleti riceveranno una ammonizione per le infrazioni per cui è prevista e nel caso di una seconda ammonizione l'atleta sarà squalificato

## **2. Nuoto**

2.1. L'utilizzo delle mute è consentito in base alla temperatura dell'acqua, che verrà misurata il giorno prima dell'evento e confermata il giorno della gara da parte dei giudici di gara presenti alla gara.

Allorquando la temperatura dell'acqua risultasse prossima ai valori limite, la decisione verrà presa due ore prima della partenza ed esposta su apposito COMUNICATO da parte dei giudici di gara.

1. La muta non deve avere uno spessore maggiore di 5mm e deve essere indossata nella sua interezza.

2. Cuffie - Gli organizzatori forniscono le cuffie per la prova natatoria che devono essere indossate da tutti i partecipanti per motivi di sicurezza in acqua.

3. Boe - Gli atleti, ai quali sia comprovato il taglio di una boa (percorso) verranno squalificati in base alla norma generale 1.3

4. Non sono ammesse pinne o supporti ausiliari per agevolare la prova di nuoto.

## **3. Mountain Bike**

3.1. Per lo svolgimento della gara sono ammesse solo le mountain bike con ruote di 26", 27.5", 29". Biciclette della tipologia ciclocross non sono ammesse. Non sono ammesse barre aerodinamiche. Manubri ricurvi non sono ammessi.

3.2. Casco - Il casco di protezione deve essere omologato e propriamente indossato per l'intera corsa in bici. Ambedue i piedi devono essere a terra prima di slacciare il casco.

La partecipazione verrà annullata qualora il casco sia danneggiato o insicuro. Il rifiuto ad indossare il casco comporta la squalifica.

3.3. Unica bicicletta - i ciclisti devono completare la frazione con la stessa bicicletta con la quale è stata iniziata la competizione.

E' necessario riportare la propria bicicletta nella zona di transizione T2 bici-corsa prima di poter continuare la gara.

3.4.Sorpasso - Gli atleti soggetti a sorpasso devono agevolare il concorrente che si trova in fase di sorpasso. Il concorrente dovrà manifestare a voce i comandi "pista" o "alla tua sinistra" quando sorpassa un altro concorrente, il concorrente in vantaggio o più veloce dovrà, sotto la propria responsabilità, effettuare la manovra di sorpasso in tutta sicurezza. Il concorrente più lento deve agevolare l'avversario in vantaggio dopo aver ascoltato il primo comando.

Nel caso in cui i due concorrenti siano in disputa per la posizione, il concorrente leader può non agevolare la manovra al concorrente impegnato nel sorpasso.

Tuttavia, il

concorrente non può interferire con il corpo o impedire l'avanzamento di un altro concorrente.

3.5.Scia- Viaggiare in scia è permesso.

3.6.Numero - Il numero di partenza dovrà essere posizionato sul manubrio della mountain bike e rivolto in avanti. Non è permesso danneggiare e/o modificare il numero di partenza con adesivi degli sponsor.

Ci sarà un primo avvertimento nel caso non venga posizionato correttamente il numero sul manubrio della bicicletta; una seconda violazione sarà punita con una ammonizione.

In caso di smarrimento del pettorale sarà attribuita una ammonizione.

3.7.Non è necessario indossare il pettorale relativo alla frazione di trail run durante la frazione bike. I pettorali sulla mountain bike sono sufficientemente grandi per essere evidenti, quindi non è obbligatorio indossare il pettorale della trail run per lo scopo identificativo.

## **4. Trail Run**

4.1.Pettorale - Il numero di partenza deve essere indossato sulla parte anteriore del corpo. Non è permesso danneggiare o modificare il pettorale con adesivi degli sponsor. Ci sarà un primo avvertimento nel caso non venga posizionato correttamente il numero sulla parte anteriore del corpo; una seconda violazione sarà punita con una ammonizione.

In caso di smarrimento del pettorale riceverà una ammonizione

## **5. Transizione**

5.1. Non è permesso salire in bici prima dell'uscita dalla *transition area*. Bisogna scendere dalla bici prima di entrare nella *transition area*. (*Mount-Dismount*). Andare in bici nella *transition area* comporterà una ammonizione.

5.2. Casco - Il casco dovrà essere propriamente indossato e allacciato prima di uscire dalla *transition area*, e bisogna tenere il casco chiuso quando ritorni in *transition area*. Si tratta di avere buon senso nell'indossare il proprio casco. Comporterà una ammonizione il non corretto uso del casco in prossimità della *transition area*.

5.3. Gli atleti o persone delegate dagli atleti dovranno presentare il proprio pettorale al personale della *transition area* per riprendere le bici e il proprio equipaggiamento di gara.

5.4. Le bici devono essere ricollocate nella medesima posizione sul portabiciclette (*bike rack*), le biciclette devono essere posizionate in modo sicuro sul *bike rack*, quindi le medesime non devono essere lasciate sul terreno.

## **6. Circostanze non disciplinate**

Le norme e regolamenti pubblicati dalla Federazione Nazionale di ciascun paese sono da considerarsi legittimi fatta eccezione per quanto sopra citato nel regolamento XTERRA.

Nel caso in cui si verifichi la necessità di prendere una decisione non prevista dal regolamento XTERRA, tale decisione sarà demandata al Giudice Arbitro o al delegato tecnico se presente in relazione al regolamento tecnico della Federazione Italiana Triathlon.

## **7. Divisa di gara**

In gara è obbligatorio l'uso del body gara triathlon

L'uso dello zainetto borraccia "CAMEL BACK" è consentito

-