

РЕГЛАМЕНТ			
Кубок DelphineTriathlon 2017			
«DELPHINE FITNESS CLUB PREMIUM»			
Время		Действие	Место проведения
8:00		Сбор участников 1-й, 2-й и 3-й группы	Зал сайкла
8:05	8:15	Оглашение правил соревнования и порядок прохождения дистанций	Зал сайкла
8:15	8:20	Заход в раздевалки	Раздевалка
1 ГРУППА			
8:20	8:25	Разминка в бассейне	Бассейн
8:25	8:30	Построение	Бассейн
8:30		Старт	Бассейн
1 этап ПЛАВАНИЕ (10 мин)			
8:30	8:40	Проходит в бассейне на 2-3-х дорожках. Судья контролирует время и дистанцию, пройденную каждым из участников на дорожках.	Бассейн
8:40	8:45	Переход на второй этап велосипед, переодевание в раздевалке	Транзит 1 Раздевалка
2 этап ВЕЛОГОНКА (30 мин)			
8:45	9:15	Проходит в зале сайкла 1 этаж. За данным этапом закреплен 1 судья, который контролирует прохождение дистанции. Настройки велокомпьютера и велотренажера делает судья. Категорически запрещается изменять нагрузку!	Зал сайкла 1-й этаж
9:15	9:20	Переход на третий этап бег	Транзит 2 Раздевалка
3 этап БЕГ (20 мин)			
9:20	9:40	Этап «Бег» проходит фойе на 2-м этаже на 4-6 беговых дорожках. За данным этапом закреплен судья, который контролирует прохождение дистанции.	Фойе 2 этаж
		По окончании 3 этапа главный судья фиксирует пройденные расстояния на трех этапах. Рассчитывает баллы согласно таблице.	
2 ГРУППА			
8:55	9:00	Разминка в бассейне	Бассейн
9:00	9:05	Построение	Бассейн
9:05		Старт	Бассейн
9:05	9:15	1 этап ПЛАВАНИЕ (10 мин)	Бассейн
9:15	9:20	Переход на второй этап велосипед, переодевание в раздевалке	Транзит 1
9:20	9:50	2 этап ВЕЛОГОНКА (30 мин)	Зал сайкла
9:50	9:55	Переход на третий этап бег	Транзит 2
9:55	10:15	3 этап БЕГ (20 мин)	Фойе 2-й этаж
		По окончании 3 этапа главный судья фиксирует пройденные расстояния на трех этапах. Рассчитывает баллы согласно таблице.	
3 ГРУППА			
9:30	9:35	Разминка в бассейне	Бассейн
9:35	9:40	Построение	Бассейн
9:40		Старт	Бассейн
9:40	9:50	1 этап ПЛАВАНИЕ (10 мин)	Бассейн
9:50	9:55	Переход на второй этап велосипед, переодевание в раздевалке	Транзит 1
9:55	10:25	2 этап ВЕЛОГОНКА (30 мин)	Зал сайкла
10:25	10:30	Переход на третий этап бег	Транзит 2
10:30	10:50	3 этап БЕГ (20 мин)	Фойе 2-й этаж
11:00		Окончание соревнований, обработка результатов, размещение результатов на сайте клуба.	