



ИНФОРМАЦИЯ ДЛЯ УЧАСТНИКОВ **IRONSTAR ZAVIDOVO 2018**

26 – 30 ИЮНЯ 2018
ЗАВИДОВО, РОССИЯ



СОДЕРЖАНИЕ

ИНФОРМАЦИЯ ОБ УЧАСТИИ	6
РАСПИСАНИЕ	7
ИНФОРМАЦИЯ О ПАРКОВКЕ	9
ВЫДАЧА СТАРТОВЫХ ПАКЕТОВ	12
ЖЕНСКИЙ ЗАБЕГ IRONLADY	13
БЛАГОТВОРИТЕЛЬНЫЙ ДЕТСКИЙ ЗАБЕГ STARKIDS	14
БРИФИНГ УЧАСТНИКОВ	16
УСТАНОВКА ВЕЛОСИПЕДОВ В ТРАНЗИТНОЙ ЗОНЕ	16
ПЕРЕД СТАРТОМ	18
СТАРТ	20
ЗАПЛЫВ	20
IRONSTAR 1/8 ZAVIDOVO 2018	21
IRONSTAR 1/4 ZAVIDOVO 2018	21
ТРАНЗИТНАЯ ЗОНА 1 (T1)	23
ВЕЛОГОНКА	25
ПРАВИЛА	25
ДРАФТИНГ	25
СУДЕЙСТВО	27
ТЕХНИЧЕСКАЯ ПОМОЩЬ	27
ПЕРЕКРЫТИЕ ДОРОГ	27
IRONSTAR 1/8 ZAVIDOVO 2018	28
IRONSTAR 1/4 ZAVIDOVO 2018	28
ТРАНЗИТНАЯ ЗОНА 2 (T2)	29
БЕГ	30
ПРАВИЛА	30
IRONSTAR 1/8 ZAVIDOVO 2018	30
IRONSTAR 1/4 ZAVIDOVO 2018	31
IRONSTAR SUPERMIX ZAVIDOVO 2018	31
ХРОНОМЕТРАЖ И ЛИМИТЫ ВРЕМЕНИ	32
ЗДОРОВЬЕ И БЕЗОПАСНОСТЬ	33
НА ФИНИШЕ	34
ИНФОРМАЦИЯ ДЛЯ ПАРААТЛЕТОВ	36
ЦЕРЕМОНИЯ НАГРАЖДЕНИЯ	37
LOST AND FOUND	37



Mercedes-Benz X-Класс. Он пришел, чтобы победить компромиссы

Mercedes-Benz X-Класс. Первый в своем роде. Первый в своем классе.

Лучшие качества классических пикапов соединились с высочайшим уровнем комфорта, который отличает автомобили Mercedes-Benz.

Самый мощный двигатель в сегменте.* Идеальный баланс ходовых и внедорожных качеств. Дизайн, вызывающий восхищение. Больше никаких компромиссов: в любой среде — в городе, на проселочной дороге и даже там, где дорог не существует, чувствуйте комфорт и роскошь истинного Mercedes-Benz.

Подробности у официальных дилеров «Мерседес-Бенц» и по телефону 8 800 200 0206.

* По данным Ассоциации Европейского Бизнеса по состоянию на 11 апреля 2018 г.

Mercedes-Benz



ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ КОМИТЕТ

Олег Самохвалов	Президент
Андрей Кавун	Директор мероприятия
Сергей Макеенков	Спортивный директор
Ольга Романец	Директор по маркетингу
Эльвира Купцова	Директор по спонсорам и партнерам
Владимир Шейкин	Административный директор
Светлана Колотий	Операционный директор
Ирина Разуваева	Руководитель волонтерского центра
Павел Жуков	Менеджер по продажам и развитию
Александра Захарова	Руководитель пресс-службы
Анастасия Сахарова	Руководитель отдела мерчендайзинга и регистрации
Кристина Мельникова	SMM-менеджер

ПАРТНЕРЫ IRONSTAR

Олег Самохвалов
Владимир Волошин
Андрей Кавун
Евгений Маслов
Ринат Мустафин
Максим Журило

ГЛАВНЫЙ СУДЬЯ

Александр Екимов Судья международной категории

КООРДИНАТОРЫ ВОЛОНТЕРОВ

Екатерина Пыжьянова, Дмитрий Кулинченко	Служба безопасности
Татьяна Кононенко	Регистрация/награждение
Екатерина Истратова	Инфоцентр
Екатерина Дивеева	Зона старта/финиша/восстановления
Елена Калачева	Пункты питания
Илья Колесников	Транзитная зона
Сергей Тополян	Велосипедный этап
Егор Ефремов	Плавательный этап
Сергей Денисов	Беговой этап
Сергей В. Макеенков	Логистика и склад

ИНФОРМАЦИОННЫЙ ЦЕНТР СОРЕВНОВАНИЙ

Стойка информации – Площадь Radisson, Zavidovo
E-mail: info@iron-star.com
www.iron-star.com

ВРЕМЯ РАБОТЫ ИНФОЦЕНТРА:

29 июня (пятница) 12:00 - 21:00
30 июня (суббота) 6:00 - 18:00



BREITLING
1884



ВОЗДУХ

ЗЕМЛЯ

NAVITIMER 8

ВОДА



NAVITIMER 8 B01 CHRONOGRAPH 43

МАНУФАКТУРНЫЙ КАЛИБР B01
СЕРТИФИЦИРОВАННЫЙ ХРОНОМЕТР

ИНФОРМАЦИЯ ОБ УЧАСТИИ

РЕЗУЛЬТАТЫ

Официальный хронометраж соревнований IRONSTAR ZAVIDOVO 2018 осуществляет компания Russia Running. Результаты можно отслеживать онлайн в день гонки на сайте live.russiarunning.com. Итоговый протокол будет доступен по окончании соревнований на сайте www.iron-star.com в разделе «Результаты».

После гонки каждый участник получит SMS со своим результатом на номер телефона, который он указал при регистрации на гонку.

ФОТОГРАФИИ С СОРЕВНОВАНИЙ

На дистанции для вас работают профессиональные фотографы. Не забывайте улыбаться им! Фотографии будут доступны сразу после обработки и загрузки на сайте media.russiarunning.com.

ВАШЕ ВИДЕО С СОРЕВНОВАНИЙ

Наши партнеры MySportFilm готовы порадовать участников гонки в Завидово новыми персональными фильмами прямо с дистанции. Улыбайтесь камерам MySportFilm в Завидово, и после гонки сможете заказать фильм о своей победе.

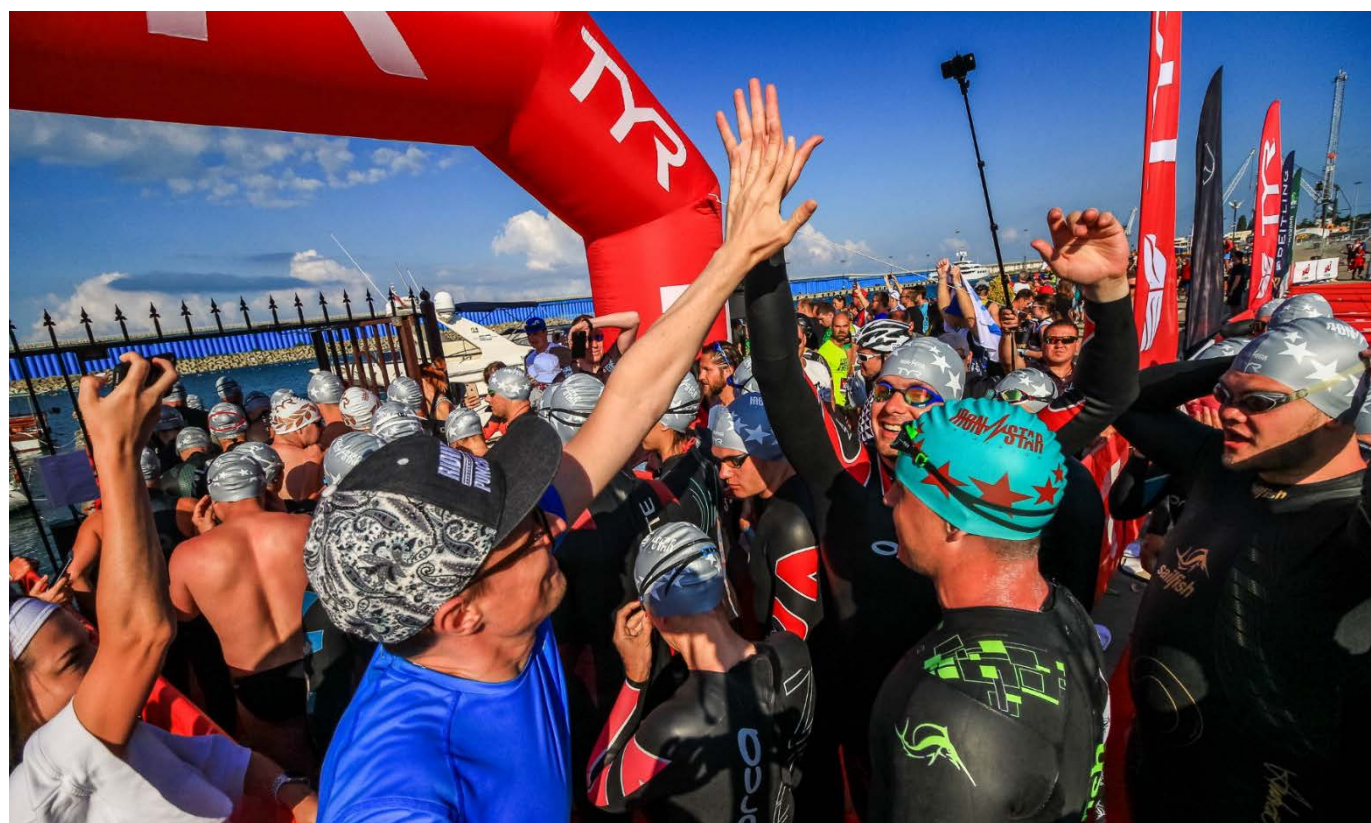
Пример ролика: https://youtu.be/ZhG5-v99H_o

ОНЛАЙН-ТРАНСЛЯЦИЯ

Вместе с комментатором Александром Скрывлей и компанией Arena HD мы проведем многокамерную трансляцию с трассы IRONSTAR. Прямые включения можно будет смотреть на сайте www.iron-star.com и на наших страницах в [Facebook](#), [VKontakte](#) и [YouTube](#). Дайте ссылки своим друзьям и родственникам, чтобы они могли увидеть вас на дистанции!

TELEGRAM

Получайте информацию о соревнованиях, активностях на ЭКСПО и розыгрышах от партнеров прямо на мобильный телефон! Подписывайтесь на наш канал в Telegram и будьте на связи! Тогда мы сможем оперативно сообщить вам новости или сделать важное объявление. https://t.me/ironstar_triathlon



IRONSTAR ZAVIDOVO 2018

ПРОГРАММА 26 – 30 ИЮНЯ 2018 / ЗАВИДОВО, РОССИЯ

ВТОРНИК, 26 ИЮНЯ 2018 / СРЕДА, 27 ИЮНЯ 2018

НАЧАЛО	КОНЕЦ	МЕРОПРИЯТИЕ	МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ
12:00	21:00	Выдача стартовых пакетов IRONSTAR ZAVIDOVO 2018	Москва, ул. Мытная, д.52, студия Bodyhacker
12:00	21:00	Выдача стартовых пакетов IRONLADY	
12:00	21:00	Выдача стартовых пакетов STARKIDS	

ПЯТНИЦА, 29 ИЮНЯ 2018

12:00	21:00	Информационный центр IRONSTAR	Площадь Radisson, Zavidovo
12:00	21:00	Спортивная выставка-ярмарка ЭКСПО	Площадь Radisson, Zavidovo
12:00	21:00	Технический сервис велосипедов «Крыло»	Пешеходная зона у апартamentов Radisson
12:00	21:00	Выдача стартовых пакетов IRONSTAR ZAVIDOVO 2018	Площадь Radisson, Zavidovo
12:00	16:00	Выдача стартовых пакетов IRONLADY	Площадь Radisson, Zavidovo
12:00	17:30	Выдача стартовых пакетов STARKIDS	Площадь Radisson, Zavidovo
16:00	20:00	Установка велосипедов в транзитной зоне.	Бухта «Завидово»
16:30	Забер IRONLADY		Сцена
17:20	17:30	Награждение победителей забега IRONLADY	Амфитеатр Radisson, Zavidovo
17:30	18:30	Работа детской анимации забега STARKIDS	Амфитеатр Radisson, Zavidovo
18:00	21:00	Barilla pasta-party	Шатер на пляже
18:10	Забер STARKIDS		Сцена
19:30	20:30	Брифинг для участников IRONSTAR ZAVIDOVO 2018	Ball Room, Radisson, Zavidovo

*Возможны изменения.

Просим Вас внимательно следить за расписанием на сайте www.iron-star.com

IRONSTAR ZAVIDOVO 2018

ПРОГРАММА 26– 30 ИЮНЯ 2018 / ЗАВИДОВО, РОССИЯ

СУББОТА, 30 ИЮНЯ 2018 – ДЕНЬ СОРЕВНОВАНИЙ

НАЧАЛО	КОНЕЦ	МЕРОПРИЯТИЕ	МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ
06:00	18:00	Информационный центр IRONSTAR	Площадь Radisson, Zavidovo
06:00	18:00	Технический сервис велосипедов «Крыло»	Пешеходная зона у апартamentов Radisson
06:00	18:00	Спортивная выставка-ярмарка ЭКСПО	Площадь Radisson, Zavidovo
06:00	10:30	Выдача стартовых пакетов IRONSTAR ZAVIDOVO 2018	Площадь Radisson, Zavidovo
06:00	09:30	Установка велосипедов в транзитной зоне.	Бухта «Завидово»
10:00		Старт IRONSTAR ½ ZAVIDOVO 2018	Пирс. Стела «I love Zavidovo»
10:00		Старт 1-ого этапа IRONSTAR SUPERMIX ZAVIDOVO 2018	Пирс. Стела «I love Zavidovo»
10:45	11:00	Финиш первого участника IRONSTAR ½ & SUPERMIX ZAVIDOVO 2018	Площадь Radisson, Zavidovo
11:20	12:30	Выдача велосипедов из транзитной зоны IRONSTAR ½ ZAVIDOVO 2018	Бухта «Завидово»
11:20	12:30	Установка велосипедов в транзитной зоне.	Бухта «Завидово»
12:05		Заккрытие финиша IRONSTAR ½ ZAVIDOVO 2018	Площадь Radisson, Zavidovo
12:10	12:50	Церемония награждения IRONSTAR ½ ZAVIDOVO 2018	Амфитеатр Radisson, Zavidovo
13:20		Старт IRONSTAR ¼ ZAVIDOVO 2018	Пирс. Стела «I love Zavidovo»
13:20		Старт 2-ого этапа IRONSTAR SUPERMIX ZAVIDOVO 2018	Пирс. Стела «I love Zavidovo»
15:10	15:30	Финиш первого участника IRONSTAR ¼ & SUPERMIX ZAVIDOVO 2018	Площадь Radisson, Zavidovo
16:10	18:30	Выдача велосипедов из транзитной зоны	Бухта «Завидово»
17:40		Заккрытие финиша IRONSTAR ¼ ZAVIDOVO 2018	Площадь Radisson, Zavidovo
18:00	19:00	Церемония награждения IRONSTAR ¼ & SUPERMIX ZAVIDOVO 2018	Ball Room, Radisson, Zavidovo
19:30		After Party	Клуб The Shore

СХЕМА СТАРТОВОГО ГОРОДКА



ИНФОРМАЦИЯ О ПАРКОВКЕ

На карте отмечены бесплатные парковочные места в Завидово.



ВНИМАНИЕ! ИНТЕРВАЛЫ КОМФОРТНОГО ВЪЕЗДА И ВЫЕЗДА С ПАРКОВКИ:

до 9:30

11:20 — 13:00

16:20 и далее

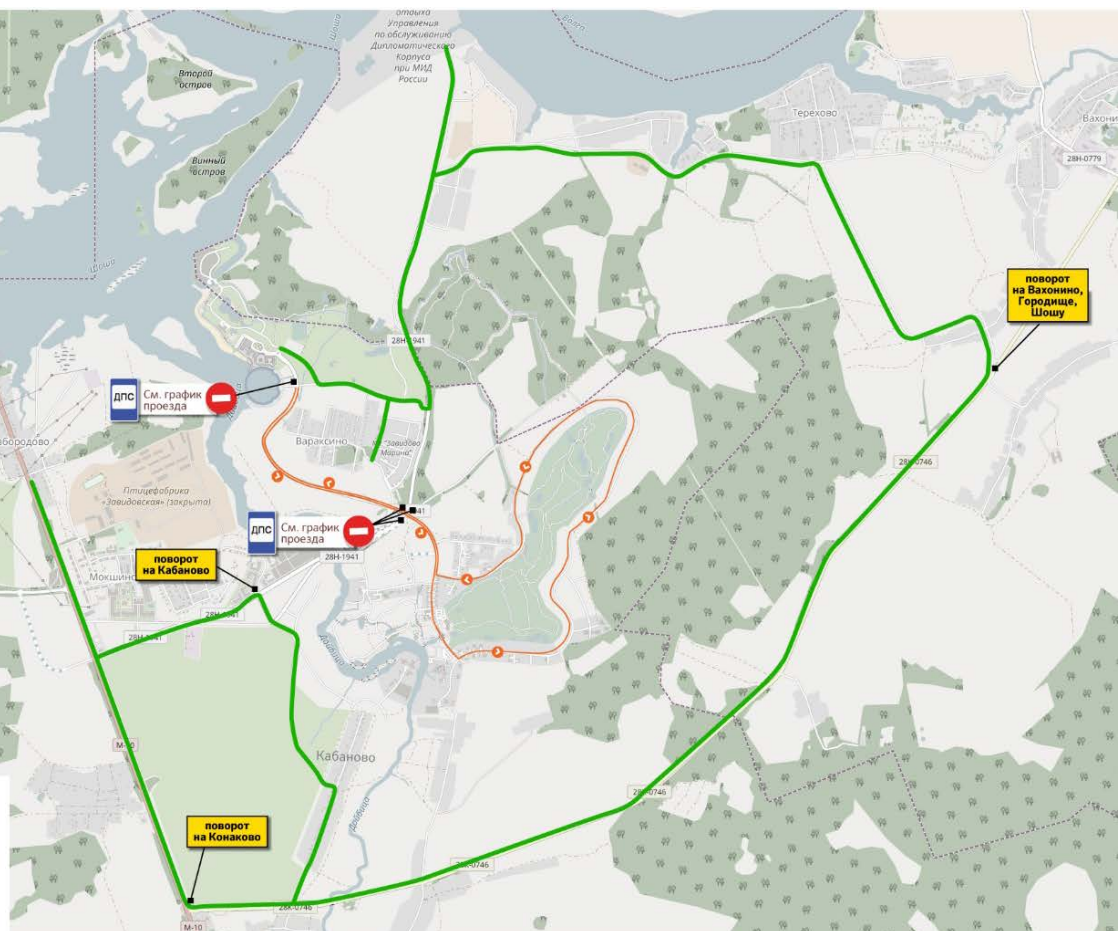
В остальное время участники могут приезжать/уезжать по объездному пути через деревни Шоша и Вахонино, т.к. прямой проезд с автодороги М10 “Россия” (Ленинградское шоссе) будет перекрыт в связи с проведением соревнований.

ГРАФИК ПРОЕЗДА ГОСТЕЙ ОТЕЛЯ RADISSON RESORT ZAVIDOVO И ЖИТЕЛЕЙ ДЕРЕВНИ ВАРАКСИНО

10:00	Старт короткой дистанции
12:05	Финиш
13:20	Старт длинной дистанции
17:40	Финиш
Время	Проезд
до 9:30	Проезд открыт
9:30 - 11:20	Проезд ограничен
11:20 - 13:00	Проезд открыт
13:00 - 16:20	Проезд ограничен
после 16:20	Проезд открыт

Маршрут велогонки

Маршрут объезда





С пастой Barilla каждый может стать мастером на своей кухне!

Компания Barilla предлагает качественные, вкусные и полезные продукты. Barilla следует средиземноморской модели питания, сочетающей использование высококачественных ингредиентов и простоту рецептов, что позволяет человеку получать максимальное удовольствие и пользу от еды.

Мы используем в производстве и предлагаем своим потребителям продукты, которые соответствуют сбалансированному диетическому питанию, являются лучшими по качеству и произведены с уважением к окружающей среде.

Паста Barilla сделана из 100% высококачественной пшеницы твердых сортов, поэтому она такая вкусная, не слипается и всегда держит форму. Аль-денте как говорят в Италии.

Barilla Masters of Pasta



MASTERS OF PASTA

* МАСТЕРСТВО ВОПЛОЩЕННОЕ В ПАСТЕ

www.barilla.com

ВЫДАЧА СТАРТОВЫХ ПАКЕТОВ

ВЫДАЧА СТАРТОВЫХ ПАКЕТОВ

Москва, ул. Мытная, д.52, студия Bodyhacker

Вторник, 26 июня 12:00 - 21:00
Среда, 27 июня 12:00 - 21:00

Отель Radisson Resort, Zavidovo (Тверской бул., 2, Вараксино, Тверская обл., 171266)

Пятница, 29 июня 12:00 - 21:00
Суббота, 30 июня 6:00 - 10:30

При получении стартового пакета необходимо иметь при себе документы:

- Удостоверение личности
- Медицинская справка
- Страховка или лицензия ФТР (страховку можно оформить на сайте sport.allianz.ru или в шатре ЭКСПО)
- Расписка об ответственности
- Разрешение от родителей (для участников младше 18 лет)
- Доверенность (в свободной форме) на случай, если участник поручил забрать его стартовый пакет третьему лицу

Требования к документам можно посмотреть [здесь](#).

Стартовый пакет **для команды** может получить один из членов команды при наличии доверенности от остальных участников и полного их пакета документов (оригинал и копия справки, копия паспорта, страховка).

В СУББОТУ 30 ИЮНЯ СТАРТОВЫЙ ПАКЕТ НЕОБХОДИМО ПОЛУЧИТЬ ДО 10:00 УЧАСТНИКАМ 1/8 И SUPERMIX И ДО 10:30 – УЧАСТНИКАМ 1/4

В стартовом пакете вы получите:

- Рюкзак
- Нагрудный номер
- Чип хронометража
- Браслет участника
- Официальную плавательную шапочку
- Переводные наклейки с номером участника
- Белый мешок для камеры хранения
- Комплект наклеек:
 - 3 наклейки для шлема
 - 1 наклейка для мешка
 - 1 наклейка на подседельный штырь
 - Комплект наклеек IRONSTAR
- Булавки

ВНИМАНИЕ!

**МЕШКОВ BIKE/RUN НЕ БУДЕТ!
ПОЛЬЗУЙТЕСЬ СПЕЦИАЛЬНЫМИ ЯЩИКАМИ ДЛЯ
ЭКИПИРОВКИ В ТРАНЗИТНОЙ ЗОНЕ.**



ЖЕНСКИЙ ЗАБЕГ IRONLADY

IRON★Lady

IRONLADY — это женский забег, который проводится накануне соревнований по триатлону IRONSTAR специально для девушек. **Приглашаем участниц от 16 лет!**

Дистанция - 5 км.

ВНИМАНИЕ: для допуска к забегу необходимо предъявить оригинал медицинской справки и сдать организаторам копию.

СПРАВКА ДОЛЖНА СОДЕРЖАТЬ:

1. Заключение врача о том, что участнице разрешено стартовать на дистанцию не менее 5 км
2. Печать медицинского учреждения
3. Подпись и печать врача
4. Дату выдачи

Справка действительна в течение **6 месяцев** со дня выдачи.

Все участницы получают футболку, подарок от партнеров, финишерскую медаль и комплимент от организаторов.

После финиша женского забега будет достаточно времени, чтобы отдохнуть и прийти поболеть за юных бегунов - участников детского благотворительного забега **STARKIDS**.

РАСПИСАНИЕ:

26 июня (вторник)

12:00 - 21:00 Выдача стартовых пакетов (Москва, ул. Мытная, д.52, студия Bodyhacker)

27 июня (среда)

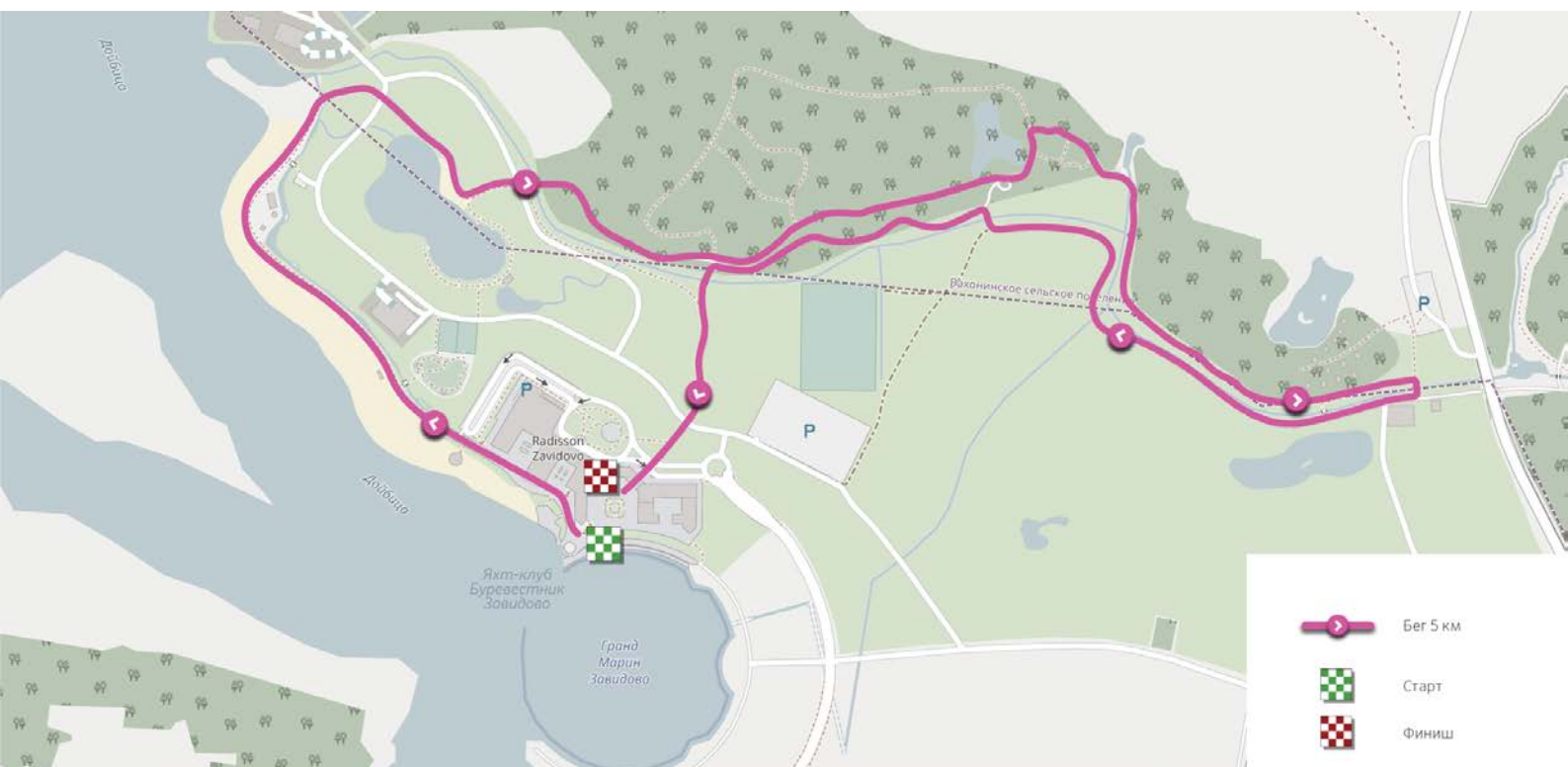
12:00 - 21:00 Выдача стартовых пакетов (Москва, ул. Мытная, д.52, студия Bodyhacker)

29 июня (пятница)

12:00 - 16:00 Выдача стартовых пакетов (Зона ЭКСПО)

16:30 Старт женского забега IRONLADY (Сцена)

17:20 - 17:30 Награждение победительниц забега IRONLADY (Амфитеатр Radisson, Zavidovo)



БЛАГОТВОРИТЕЛЬНЫЙ ДЕТСКИЙ ЗАБЕГ STARKIDS

29 июня, накануне старта IRONSTAR ZAVIDOVO 2018, состоится благотворительный детский забег STARKIDS.

Все средства, собранные в рамках забега, будут направлены в Благотворительный фонд «Синдром любви» на помощь спортсменам с синдромом Дауна в регионах.

Присоединяйтесь к доброй акции IRONSTAR и фонда «Синдром любви» - зарегистрируйте своего юного спортсмена на забег STARKIDS или просто сделайте пожертвование и станьте «Триатлетом во благо». Даже 100 рублей помогут!

СДЕЛАТЬ ПОЖЕРТВОВАНИЕ

В стартовом городке также будет находиться контейнер, чтобы все желающие могли внести свой вклад в доброе дело.

На стойке регистрации каждому участнику выдается стартовый пакет, в котором находятся стартовый номер и фирменная футболка STARKIDS.

Стартовая зона забега (сцена у фонтана) состоит из двух кластеров-накопителей:

**первый - для детей ростом до 100 см (они стартуют первыми);
второй - для детей выше 100 см.**

Родители могут находиться в стартовых кластерах и на трассе со своими детьми.

К УЧАСТИЮ ДОПУСКАЮТСЯ ДЕТИ В ВОЗРАСТЕ ОТ 0 ДО 12 ЛЕТ.

ДЛЯ ТЕХ, ЧЕЙ РОСТ МЕНЕЕ 100 СМ, ДОСТУПНА ДИСТАНЦИЯ 500 М, А ДЛЯ БЕГУНОВ ВЫШЕ 100 СМ - 1000 М.

РАСПИСАНИЕ:

26 июня (вторник) / 27 июня (среда)

12:00 - 21:00 Выдача стартовых пакетов (Москва, ул. Мытная, д.52, студия Bodyhacker)

29 июня (пятница)

12:00 - 17:30 Выдача стартовых пакетов (Зона ЭКСПО)

17:50 Родители вместе с детьми распределяются по соответствующим кластерам

17:55 Брифинг для детей-участников забега.

18:00 Старт первой волны детей, чей рост ниже 100 см.

18:10 Старт второй волны детей, чей рост выше 100 см.

На финише для зрителей будет выделена специальная зона. Организаторы просят родителей и болельщиков не выходить навстречу детям из этой зоны, чтобы не создавать препятствий для прохода на финиш. Волонтеры встретят детей, дадут им медаль, воду, фрукты и проводят в зону болельщиков.

Медаль финишера STARKIDS выдается каждому участнику в зоне финиша с обязательной пометкой на стартовом номере.

Фотографии с забега будут выложены в официальных группах IRONSTAR в Facebook и VKontakte.



ПРИШЛО ВРЕМЯ СТАТЬ
АТЛЕТОМ ВО БЛАГО
И ПОДДЕРЖАТЬ ЛЮДЕЙ
С СИНДРОМОМ ДАУНА

АТЛЕТ
ВОБЛАГО



Синдром любви



БРИФИНГ УЧАСТНИКОВ

Пятница, 30 июня 19:30 - 20:30

УСТАНОВКА ВЕЛОСИПЕДОВ В ТРАНЗИТНОЙ ЗОНЕ

Пятница, 29 июня

16:00 - 20:00 Установка велосипедов

Суббота, 30 июня

06:00 - 09:30 Установка велосипедов

11:20 - 12:30 Установка велосипедов

СПОРТСМЕНЫ ДОЛЖНЫ **СДАТЬ** В ТРАНЗИТНУЮ ЗОНУ:

- Велосипед
- Велосипедный шлем (можно закрепить на руле или положить в корзину)
- Велосипедные туфли (можно защёлкнуть в педали)
- Стартовый номер на ремешке (можно повесить на руль)
- Экипировку для велосипедного и бегового этапов сложить в корзину

ПРИ УСТАНОВКЕ ВЕЛОСИПЕДОВ В ТРАНЗИТНУЮ ЗОНУ ПРОВЕРЯЕТСЯ:

- наличие двух тормозов на велосипеде участника
- исправность тормозов на велосипеде участника
- тормозные рычаги (должны быть направлены вниз или назад)
- исправность рулевой колонки на велосипеде участника
- всё навесное оборудование (должно быть хорошо закреплено)
- наклейки на велосипеде и шлеме участника
- наличие и фиксация шлема на голове участника (входить в транзитную зону нужно в застёгнутом на голове шлеме)
- **браслет участника**

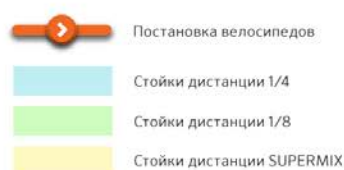


ГРАФИК УСТАНОВКИ И ВЫДАЧИ ВЕЛОСИПЕДОВ

29 ИЮНЯ 2018 / ПЯТНИЦА

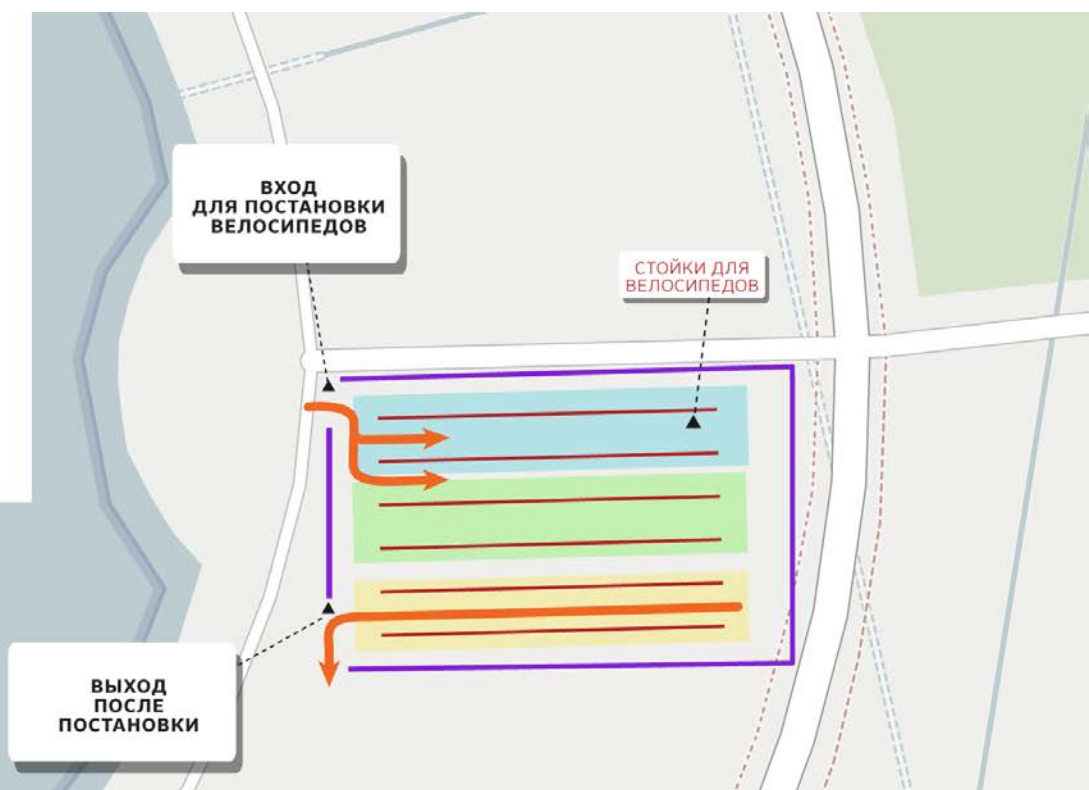
16:00 — 20:00 Установка велосипедов в транзитной зоне

30 ИЮНЯ 2018 / СУББОТА

6:00 — 9:30 Установка велосипедов в транзитной зоне

11:20 — 12:30 Выдача велосипедов из транзитной зоны
IRONSTAR 1/4 ZAVIDOVO 2018

16:10 — 18:30 Выдача велосипедов из транзитной зоны



ОБРАТИТЕ ВНИМАНИЕ, ЧТО РАЗРЕШЕНЫ:

- велосипеды с любым выносом
- дисковые тормоза
- дисковые колёса
- МТВ велосипеды

ВНИМАНИЕ!
МЕШКОВ BIKE/RUN НЕ БУДЕТ!
ПОЛЬЗУЙТЕСЬ СПЕЦИАЛЬНЫМИ ЯЩИКАМИ ДЛЯ ЭКИПИРОВКИ В
ТРАНЗИТНОЙ ЗОНЕ.

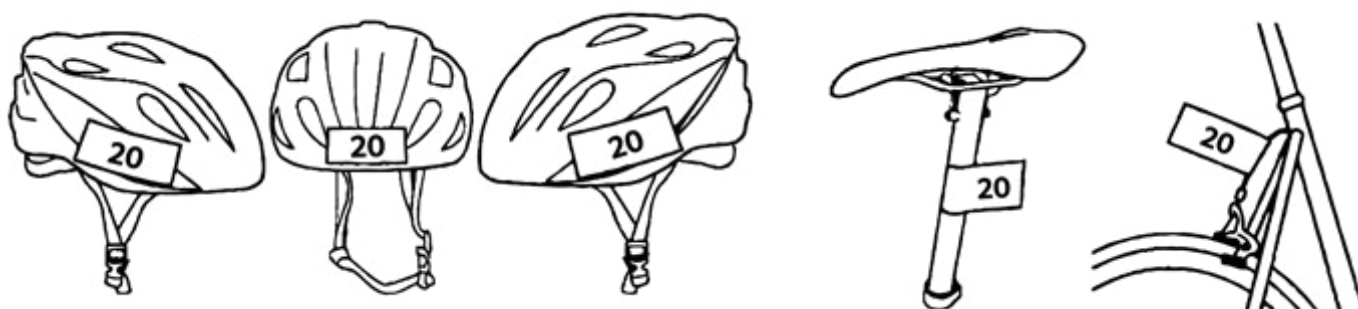
Вход в транзитную зону разрешен только участникам.

Участник получает ЧИП хронометража MyLaps ProChip в зоне выдачи стартовых пакетов. Помните, что получить свой велосипед после соревнования вы сможете только в обмен на ЧИП.

Будьте внимательны: прежде чем войти в транзитную зону, вы должны надеть шлем и застегнуть его, взять с собой стартовый нагрудный номер. При входе в транзитную зону судьи будут проверять ваши наклейки с номером на подседельном штыре велосипеда и шлеме, браслет участника. СОБЛЮДЕНИЕ ЭТИХ ПРАВИЛ ЯВЛЯЕТСЯ ОБЯЗАТЕЛЬНЫМ ДЛЯ ВСЕХ УЧАСТНИКОВ СОРЕВНОВАНИЙ.

Обратите внимание, что запрещается отмечать велосипед или место в транзитной зоне каким-либо образом. Судьи уберут такие отметки и могут сделать предупреждение.

Участники 1/8 смогут забрать свои велосипеды и экипировку после соревнования с 11:20 до 12:30. Все участники (1/8, 1/4, SUPERMIX) смогут забрать свои велосипеды и экипировку с 16:10 до 18:30.



Наклейки обязательны, т.к. номер участника должен быть виден судьям на протяжении всей гонки с любого ракурса.

Экипировку участники размещают в индивидуальных корзинах, расположенных в месте парковки велосипеда.

На велосипеде разрешено размещать:

- Велотуфли, пристёгнутые к педалям
- Шлем, закреплённый на руле
- Гели, безопасно закреплённые на велосипеде
- Бутылки, установленные в держателях

Не разрешается оставлять что-либо рядом с велосипедом вне корзины. Судьи будут удалять все предметы, ненадежно закреплённые на велосипеде. Все изъятые предметы будут отправлены в Lost&Found.

Вне отведённого времени доступ в транзитную зону будет закрыт.

Во время установки велосипеда найдите время, чтобы ознакомиться с транзитной зоной и схемой движения по ней.

ПЕРЕД СТАРТОМ

Надежно закрепите ЧИП на левой лодыжке перед стартом.

Помните, НЕТ ЧИПа = НЕТ финишного времени

Возьмите с собой официальную плавательную шапочку, без неё вы не будете допущены на старт.



Нанесите переводные наклейки с номером на запястье.

Переводная наклейка:

- поможет судьям идентифицировать участников
- позволит участникам найти свои фотографии с заплыва на сайте media.russiarunning.com

В транзитной зоне будут механики и насосы для самостоятельной подкачки колёс. Обратите внимание, что свои насосы оставлять в транзитной зоне запрещено.

Все участники должны покинуть транзитную зону не позднее 9:30.

Перед стартом участники могут сдать свою одежду в белом мешке в камеру хранения.

Рекомендуем перед стартом ознакомиться с заходом в воду, “пощупать” воду и провести разминку в воде, закончив её не позднее времени начала брифинга вашего старта.

К ПОБЕДЕ С ALLIANZ



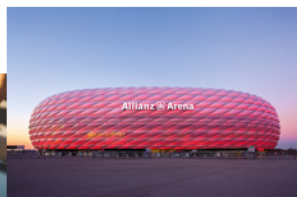
Группа Allianz* – одна из крупнейших финансово-страховых структур в мире. Мы обеспечиваем надежной защитой миллионы клиентов в более чем 70 странах мира и работаем в России с 1990 года. Тогда и теперь нашей главной ценностью остаются наши клиенты и сотрудники.

РЕШЕНИЯ ДЛЯ ВАШЕГО БИЗНЕСА

-  Страхование имущества
-  Страхование ответственности
-  Страхование грузов
-  Авиационное страхование
-  Страхование строительно-монтажных рисков (СМР)
-  Каско судов
-  Страхование сотрудников
-  Страхование кибер-рисков и других видов ответственности

Allianz развивает спонсорскую поддержку во многих направлениях на международном уровне:

- Футбольный клуб Бавария Мюнхен
- Паралимпийское движение
- Munich Allianz Arena
- Формула 1
- Гольф



Тел.: +7 (495) 232-33-33
E-mail: info@allianzlife.ru
Сайт: www.allianz.ru

РЕШЕНИЯ ДЛЯ ВАС

-  Страхование путешественников
-  Страхование имущества
-  Ипотечное страхование
-  Страхование жизни



Иван Командный,
заместитель генерального
директора Группы
Allianz в России

«У многих из менеджеров компании жизнь связана не только с работой в финансовой сфере, но и со спортом. Мне это особенно приятно, потому что спорт всегда был большой частью моей жизни. Он приучает к самодисциплине, развитию силы духа и воле к победе! Я очень рад, что в этом году мы стали частью этой философии спортивного образа жизни с IRONSTAR»

Allianz 

СТАРТ

Старт 1/8 и 1-го этапа SUPERMIX: 10:00

Стартуют: SUPERMIX С НОМЕРАМИ 800-970 / ВСЕ УЧАСТНИКИ 1/8

Старт 1/4 и 2-ого этапа SUPERMIX: 13:20

Стартуют: SUPERMIX С НОМЕРАМИ 800-970 / ВСЕ УЧАСТНИКИ 1/4

Перед стартом участников ждёт 10-минутный брифинг, который пройдёт в стартовом накопителе.

Участники 1/8 и SUPERMIX собираются в стартовом накопителе с 9:30 до 9:50.

Участники 1/4 первой волны и SUPERMIX собираются в стартовом накопителе с 12:50 до 13:10.

Пожалуйста, выбирайте позицию в стартовом накопителе, соответствующую вашим текущим силам. Старт проходит с пирса.

Судьи выпускают участников по очереди, так называемый rolling start.

ЗАПЛЫВ



Старт с пирса по одному по команде судьи.

ПРИ ТЕМПЕРАТУРЕ ВОДЫ БОЛЕЕ 22 °С ГИДРОКОСТЮМЫ БУДУТ ЗАПРЕЩЕНЫ.

Ожидаемая температура воды –20-21 °С.

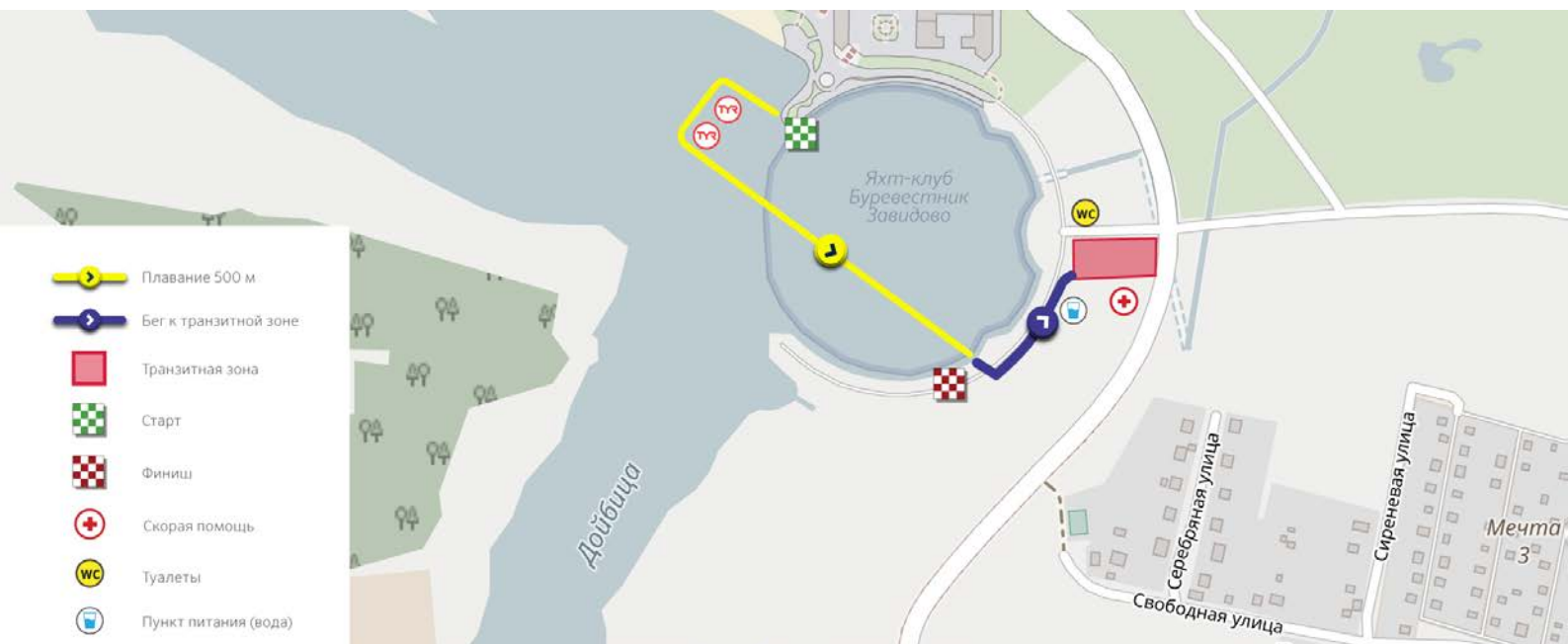
Финиш заплыва находится в бухте. Финишная зона заплыва отмечена флагами и воротами.

После финиша заплыва участников ждёт пункт освежения.

Мы рекомендуем прочитать раздел "Безопасность", где вы найдете простые правила, которые помогут избежать нежелательных ситуаций до, во время и после заплыва и сохранить ваше здоровье.



IRONSTAR 1/8 ZAVIDOVO 2018



Дистанция состоит из 1 круга в 500 метров. Участники плывут против часовой стрелки, оставляя красные буй TYR по левую руку.

Лимит времени прохождения плавательного этапа составляет 20 минут. По истечении этого времени судьи вместе со спасателями будут вынуждены снять участников с дистанции. Участники, снятые с дистанции, не смогут продолжить соревнование и в протоколе будут находиться со статусом DSQ.

На выходе с плавательного этапа будут стоять души от нашего партнера Dry Dry – освежитесь перед велоэтапом!

IRONSTAR 1/4 ZAVIDOVO 2018



Дистанция состоит из 1 круга в 1000 метров. Участники плывут против часовой стрелки, оставляя красные буй TYR по левую руку.

Лимит времени прохождения плавательного этапа составляет 40 минут.

TYR SPECIAL OPS 2.0 POLARIZED

Очки с поляризационными линзами рекомендуются при длительных заплывах в открытой воде. Лучший выбор для соревнования по триатлону.

Мы рекомендуем поляризационные линзы для плавания в открытой воде, так как именно эти линзы обеспечивают максимальную видимость при любой погоде, будь то яркое солнце или пасмурная погода.

TYR HURRICANE CATEGORY 5

Гидрокостюм TYR HURRICANE CAT 5 на 100% сделан из каучука Yamamoto 39 CellNanoSCS. Обладает супер эластичностью, дает вам ощущение «второй кожи». Обеспечивает абсолютный комфорт спортсмену, позволяя проплывать большие дистанции без напряжения в области плеч.

Строение и крой в зоне лодыжки позволяет быстро снимать гидрокостюм, что экономит время в транзитке.

Оптимизируют положение тела в воде, уменьшая сопротивление. Подъемные панели в области груди, пресса, косых мышц ягодиц и бёдер, дополнительно приподнимут положение пловца в воде, обеспечат оптимальную позицию, плавучесть и скорость.

Специальные вставки в верхней части руки «Alpha» позволят оптимизировать вход руки вводу, и увеличить эффективность гребка. Нижняя часть руки имеет утонченный слой, чтобы лучше чувствовать воду. Антибактериальная подкладка, обеспечит защиту от появления неприятного запаха, и на долго сохранит свежесть гидрокостюма.



ANDY POTTS  IRONMAN CHAMPION

ТРАНЗИТНАЯ ЗОНА 1 (Т1)

После выхода из воды вам необходимо проследовать в транзитную зону 1 (Т1), где вы сможете сменить плавательную экипировку на велосипедную и взять свой велосипед.

В транзитной зоне вы сможете переодеться у своего велосипеда, взяв экипировку из корзины. После того, как вы переоденетесь, сложите плавательную экипировку (например, шапочку, гидрокостюм и очки) в корзину и оставьте её в ящике.

Для участников эстафетных команд на входе в Т1 будет выделена зона передачи эстафеты. Эстафета передается путем передачи ЧИПа.

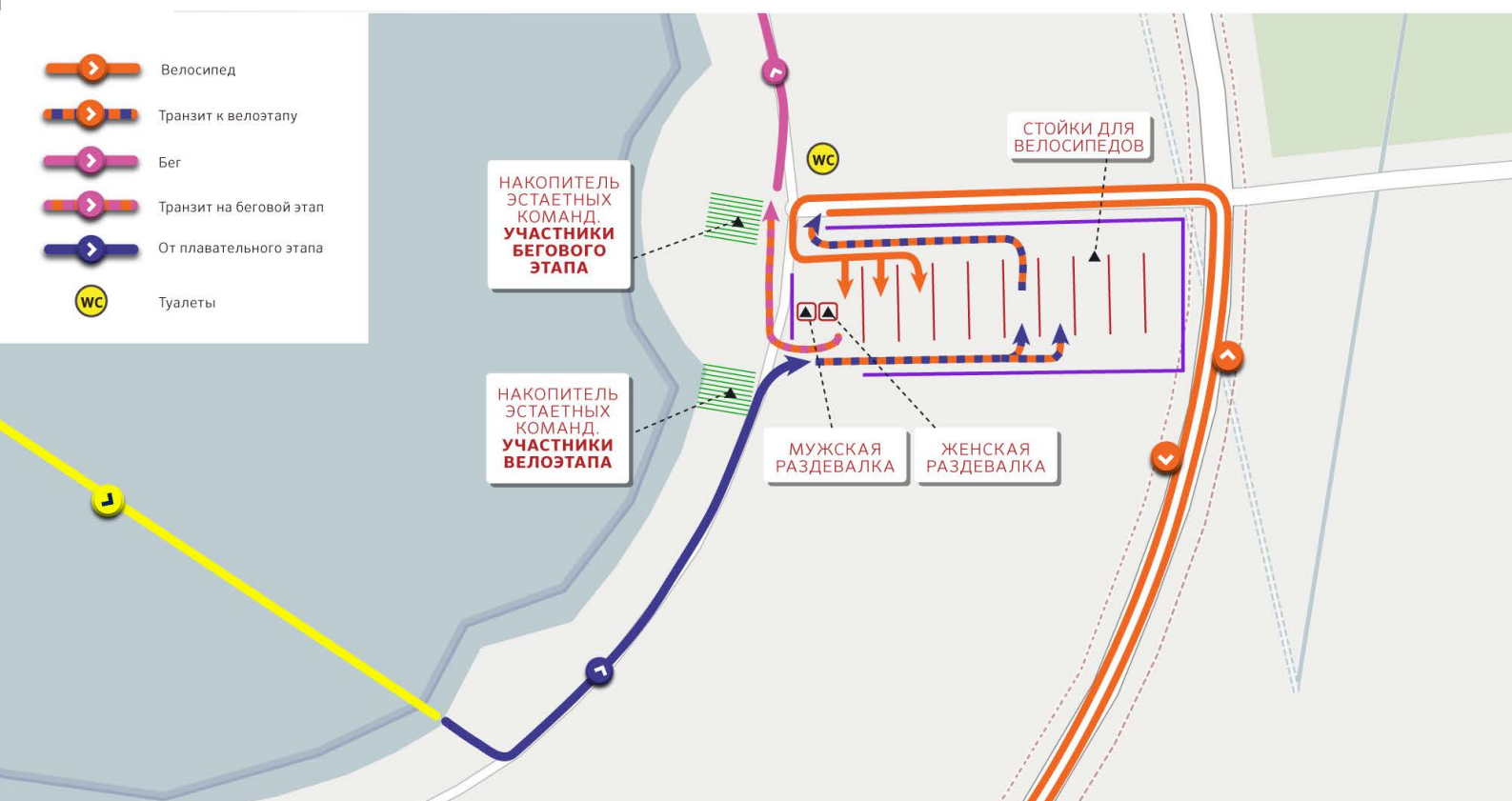
Обратите внимание, что перед тем, как снять велосипед со стойки, вы должны надёжно закрепить шлем на голове. Шлем должен быть надет и застегнут, если участник находится с велосипедом в руках или едет на нём. Несоблюдение этого правила может привести к штрафу.

После выхода из Т1 на земле будет отмечена линия посадки, после которой участник может сесть на велосипед и поехать. Посадка на велосипед **до линии** может привести к штрафу.

11:20 - 12:30 Выдача велосипедов из транзитной зоны

16:10 - 18:30 Выдача велосипедов из транзитной зоны

СХЕМА ТРАНЗИТНОЙ ЗОНЫ



NEW BOTTLE
SHAPED BY THE FORCE
OF FRENCH VOLCANOES



FIND YOUR
VOLCANO

ВЕЛОГОНКА



ПРАВИЛА

Во время велогонки ваш стартовый номер должен быть размещен сзади на спине и виден судьями и техническому персоналу. Наклейки на велосипеде и шлеме являются обязательными во время соревнования.

- Запрещено преодолевать дистанцию с голым торсом.
- Запрещено пересекать сплошную линию и выезжать на встречную полосу движения.

Во время соревнования вы должны следовать указаниям судей и полиции. Несоблюдение этого требования может привести к дисквалификации.

На дистанции запрещено находиться в наушниках, использовать телефон, фото- и видеотехнику.

Запрещён любой вид лидирования (сопровождения) на дистанции (членами семьи, друзьями или тренерами на велосипедах или другом транспорте).

Нарушение этих простых правил может привести к штрафу.

ДРАФТИНГ

Обратите внимание, что велогонка на соревнованиях IRONSTAR — это индивидуальное испытание, и любые формы драфтинга запрещены.

СХЕМА 01 ПЛОЩАДЬ ЗОНЫ ПРЕСЛЕДОВАНИЯ ДЛЯ ВСЕХ УЧАСТНИКОВ



СХЕМА 02 ДРАФТИНГ



Участник А обогнал участника В, и теперь В преследует А. Прежде чем предпринять попытку обогнать участника А, В должен выйти из зоны преследования участника А. Участник В может произвести обгон слева от участника А. Разрешенное время для совершения обгона 20 секунд*. Для соблюдения мер безопасности при обгоне, участник А должен сместиться к правой стороне трассы. Обгон справа запрещен.

СХЕМА 03 ДРАФТИНГ ЕСТЬ ИЛИ НЕТ?



Участники А и В соблюдают дистанцию при движении. Участник С не предпринимает попыток обогнать участника В – он находится в зоне драфтинга участника В. Участники А и В не находятся в зоне драфтинга относительно друг друга.

Минимальное расстояние между двумя участниками должно составлять не менее **7 метров**. Кроме того, едущий сзади участник не должен находиться в зоне шириной **1 метр** за соперником.

Спортсмен обязан выйти из зоны драфтинга (7x1м) в течение 20 секунд и либо обогнать впереди идущего соперника, либо отстать на **безопасное** расстояние. Обгоняемый спортсмен не может препятствовать обгону. Блокировка наказывается штрафом.

ДРАФТИНГ НА СОРЕВНОВАНИЯХ ЗАПРЕЩЕН ДЛЯ БЕЗОПАСНОСТИ УЧАСТНИКОВ.

Пожалуйста, не мусорите на дистанции.

Не доезжая Penalty Box на трассе будет расположена экозона, где вы сможете выбросить мусор.

vēlō.ru

FELT
BICYCLES

FELT IA

УЛЬТИМАТИВНОЕ
ОРУЖИЕ ПОБЕДЫ



7 ПОБЕД
ПОДРЯД

2011-2012-2013-
2014-2015-2016-
2017

KONA WORLD CHAMPIONSHIP НА FELT IA

СУДЕЙСТВО

СУДЬИ ВО ВРЕМЯ ВЕЛОГОНКИ ИСПОЛЬЗУЮТ 3 ВИДА КАРТОЧЕК:

-  жёлтая - stop&go, остановка в Penalty Box и продолжение движения после отметки судьи
-  синяя - штраф 2 минуты в Penalty
-  красная - дисквалификация

Все штрафы, полученные во время велогонки, необходимо отстоять в Penalty Box на дистанции велогонки.

Заехав в Penalty Box, сообщите судье свой номер. Игнорирование наказания ведёт к дисквалификации.

ТЕХНИЧЕСКАЯ ПОМОЩЬ

Во время прохождения участниками велосипедного сегмента на дистанции будет присутствовать стационарный и мобильный пункты технической помощи велосервиса «Крыло», специалисты которого смогут помочь вам устранить основные виды поломок, например, произвести замену колеса, камеры покрышки, устранить проблему с передачами, по необходимости заменить цепь и т.д. Если на дистанции вам потребуется помощь технического специалиста, обратитесь к судье на мотоцикле или члену команды велосервиса. Учтите, что мобильной технике может потребоваться некоторое время, чтобы доехать до вас.

Техпомощь на трассе оказывается в качестве дополнительного сервиса по принципу живой очереди. Вы можете взять с собой дополнительные трубки, шины, инструменты и т.п. для самостоятельного устранения неисправностей.

ПЕРЕКРЫТИЕ ДОРОГ

Маршрут велогонки будет закрыт для проезда автомобилей и другого транспорта. Если вдруг автомобиль попадёт на трассу, будьте спокойны и постарайтесь безопасно объехать его. Волонтеры, сотрудники полиции и ЧОП, находящиеся на маршруте, сделают всё возможное для оперативной организации движения и безопасности участников.

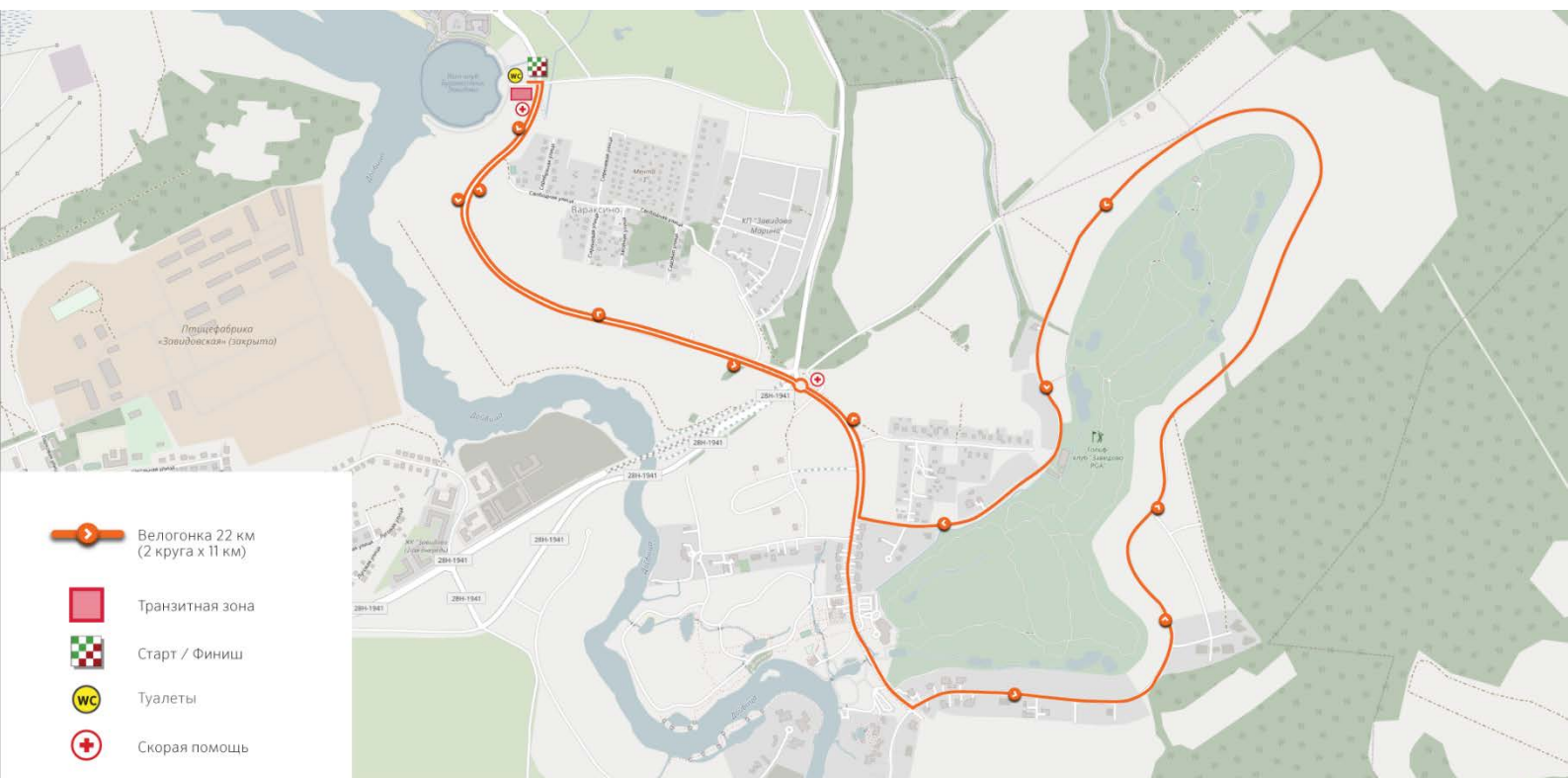
В экстренных случаях на маршруте могут оказаться машины специальных служб. В этом случае, пожалуйста, снизьте скорость и пропустите машины с мигалками - возможно, от этого зависит чья-то жизнь.

СПОРТСМЕН ОБЯЗАН ЗНАТЬ МАРШРУТ ДИСТАНЦИИ.

На дистанции расположено:

- 2 скорых помощи
- 1 стационарный пункт технической помощи
- 1 мобильный пункт технической помощи
- эко-зона (где разрешено выбрасывать мусор)
- Penalty Box

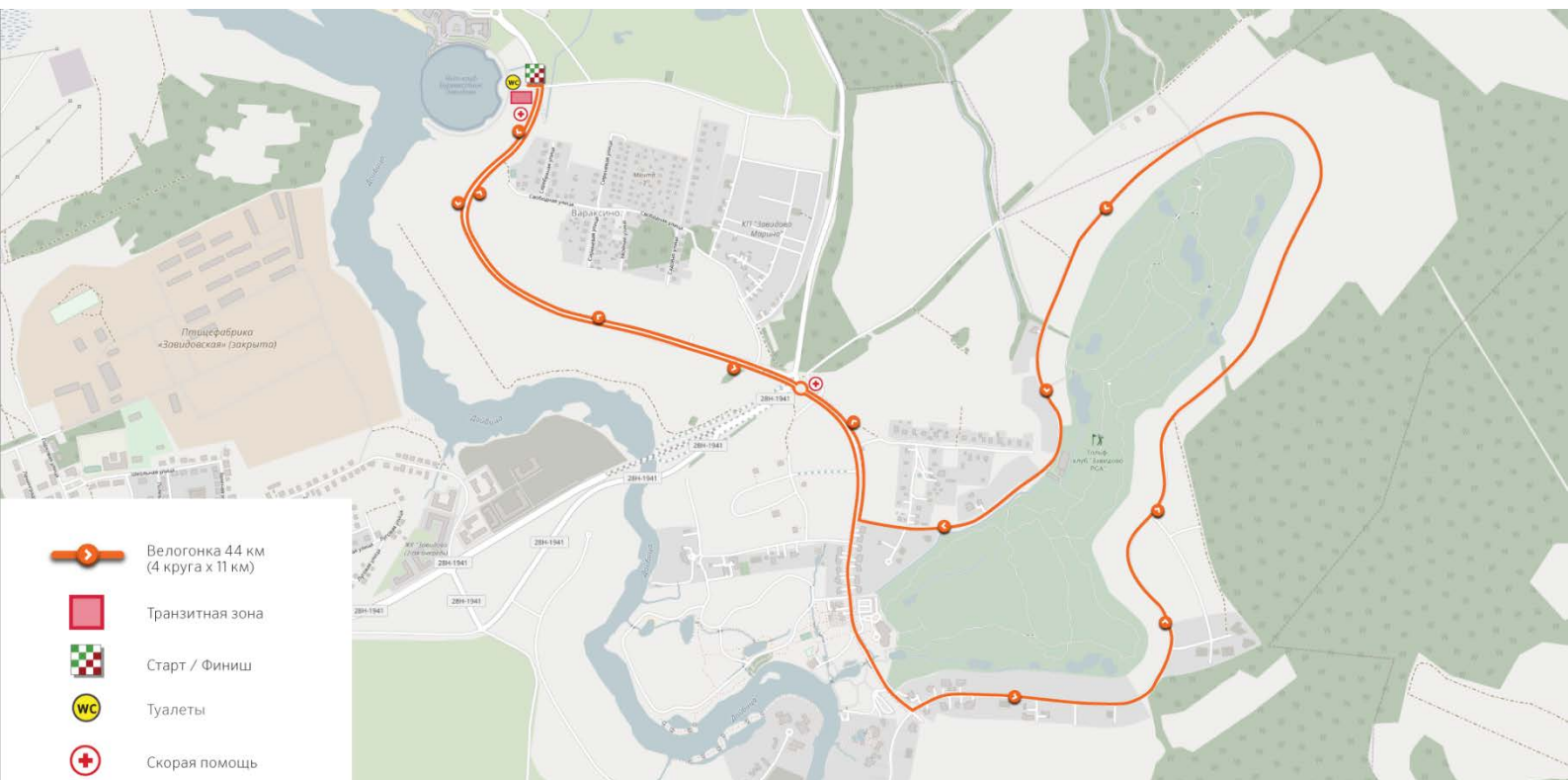
ПУНКТОВ ПИТАНИЯ НА ТРАССЕ ВЕЛОЭТАПА НЕТ.



Дистанция велогонки состоит из **2 кругов по 11 километров** по территории природного парка. Набор высоты на круге не превышает 100 метров.

Лимит времени на прохождение дистанции составляет 1 час.

IRONSTAR 1/4 ZAVIDOVO 2018



Дистанция велогонки состоит из **4 кругов по 11 километров** по территории природного парка. Набор высоты на круге не превышает 100 метров.

Лимит времени на прохождение дистанции составляет 2 часа 10 минут.

ТРАНЗИТНАЯ ЗОНА 2 (Т2)

По окончании велогонки на въезде в Т2 обратите внимание на линию спешивания, после которой запрещена езда на велосипеде. Линия нанесена на асфальт перед транзитной зоной.

В транзитной зоне вы должны повесить свой велосипед согласно стартовому номеру на то место, откуда взяли его перед началом велогонки.

Вы можете оставить на велосипеде шлем и пристёгнутые к педалям велотуфли.

Взяв беговую экипировку из корзины, вы можете переодеться в нее, а велосипедную экипировку сложить обратно в корзину.

Для участников эстафетных команд на выходе из Т2 будет выделена зона передачи эстафеты (путём передачи ЧИПа).

В транзитной зоне следуйте схеме движения и помните, что перемещение в других направлениях может помешать другим участникам.

После финиша вы сможете забрать экипировку и велосипед.

11:20 - 12:30 Выдача велосипедов из транзитной зоны

16:10 - 18:30 Выдача велосипедов из транзитной зоны



БЕГ

ПРАВИЛА

Во время забега ваш стартовый номер должен быть размещен **СПЕРЕДИ** и хорошо виден судьям и техническому персоналу.

Запрещено преодолевать дистанцию с голым торсом.

Во время соревнования вы должны следовать указаниям судей и полиции. Несоблюдение этого требования может привести к дисквалификации.

На дистанции запрещено находиться в наушниках, использовать телефон, фото- и видеотехнику.

Запрещён любой вид лидирования (сопровождения) на дистанции (членами семьи, друзьями или тренерами на велосипедах или другом транспорте).

Нарушение этих простых правил может привести к штрафу.

Пожалуйста, не мусорите на дистанции.

Маршрут проходит по идеально ровному покрытию.

На круге располагается 2 пункта питания

- Первый пункт питания находится параллельно транзитной зоне и включает: воду, изотоник SiS, Coca Cola, бананы и апельсины.
- Второй пункт питания находится в 500 метрах от начала круга и включает: воду и энергетические гели SiS.

Ваши болельщики или тренер могут передать вам дополнительное питание только на официальных пунктах питания.

Туалеты размещены у разворота, примерно в 2.5 км от начала круга. Справлять нужду разрешено только в специально отведённых местах.

На круге располагается медицинская зона, примерно в 2.5 км от начала круга. В случае если вы почувствуете себя плохо, сообщите об этом судьям или волонтерам.

Выбери свой



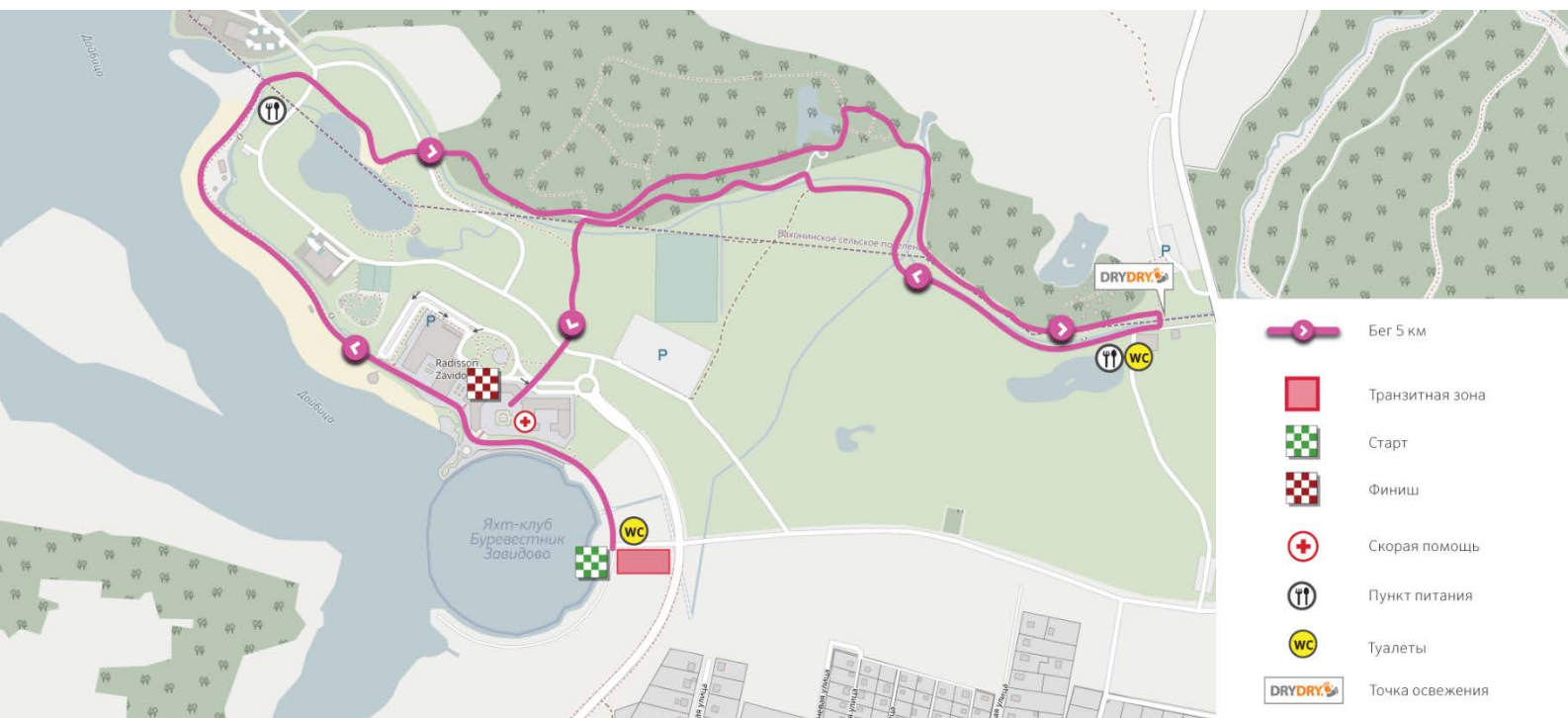
* ГОУ ДПО «Казанская Государственная Медицинская Академия» Федерального агентства по здравоохранению и социальному развитию. Казань, 2011 г.

DRYDRY®

Эффективные средства от потоотделения

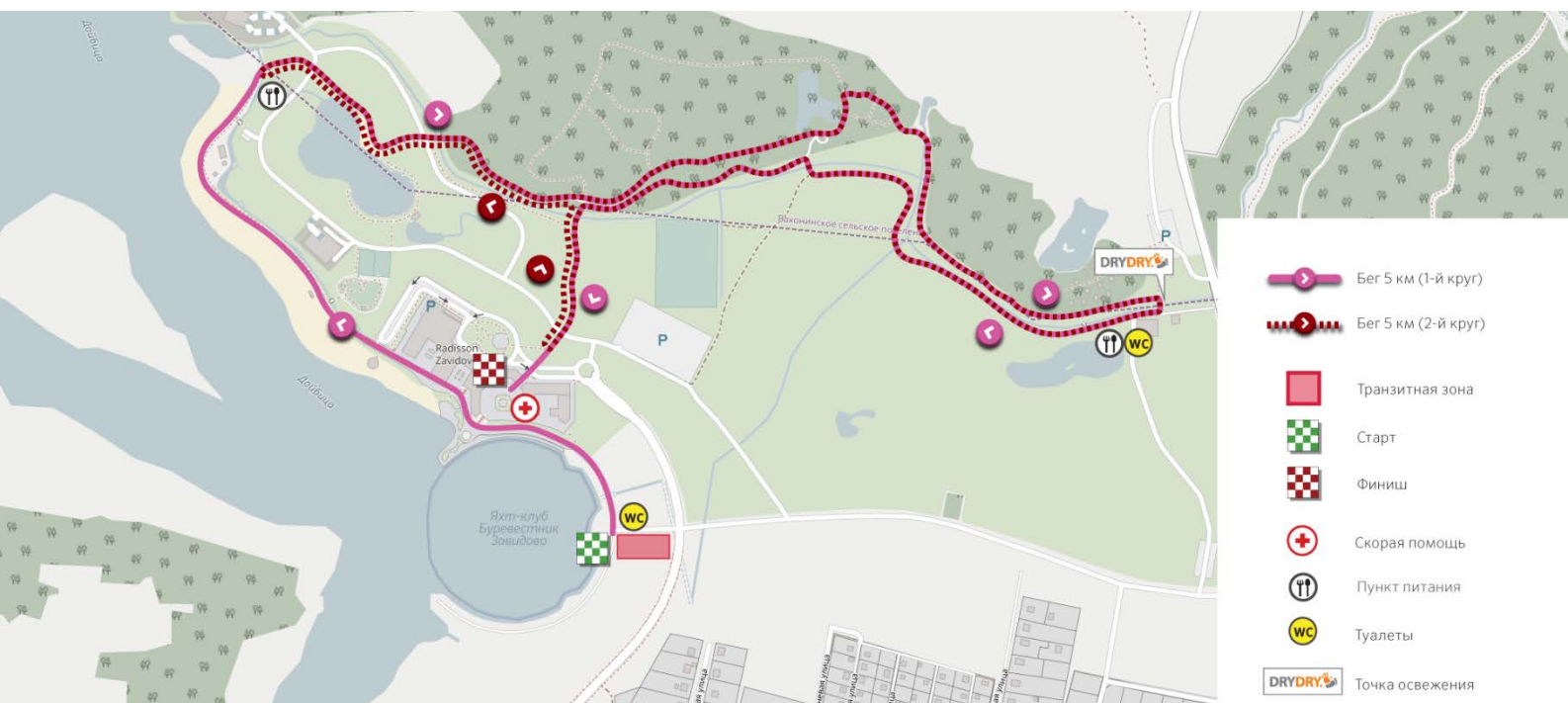
www.drydry.ru

сделано в Швеции



Дистанция состоит из 1 круга в 5 километров. Набор высоты на дистанции незначительный.

IRONSTAR 1/4 ZAVIDOVO 2018



Дистанция состоит из 2 кругов по 5 километров. Набор высоты на дистанции незначительный.

IRONSTAR SUPERMIX ZAVIDOVO 2018

Суть дистанции SUPERMIX состоит в последовательном прохождении двух более коротких дистанций: $\frac{1}{8}$ и $\frac{1}{4}$. Участники SUPERMIX стартуют вместе с участниками коротких дистанций.

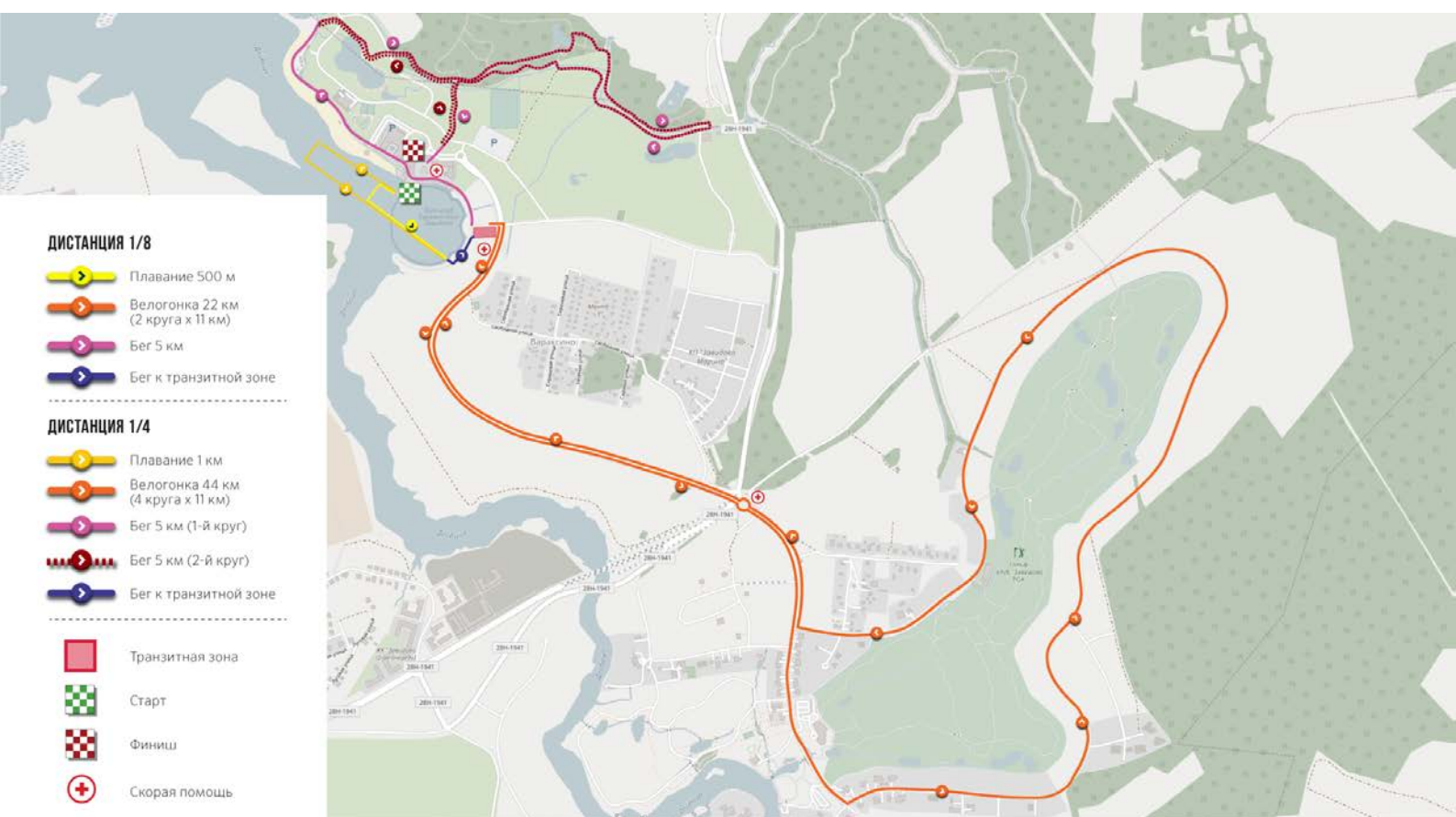
Старт 1-го этапа: 10:00

Старт 2-го этапа: 13:20

Между 1-м этапом ($\frac{1}{8}$) и 2-м этапом ($\frac{1}{4}$) участники имеют возможность отдохнуть. Время отдыха зависит от времени финиша первого этапа. Минимальное время отдыха 1 час 15 минут.

После финиша 1-го этапа участникам SUPERMIX в зоне восстановления доступна специальная зона с набором питания для восстановления сил.

Участники SUPERMIX получают одну медаль на финише 2-ого этапа ($\frac{1}{4}$).



ХРОНОМЕТРАЖ

При установке велосипеда в транзитную зону вы получите ЧИП электронного хронометража.

Получить свой велосипед вы можете только в обмен на чип.

Наденьте чип перед стартом и не снимайте до пересечения финишной черты.

Помните, утеря чипа может привести к невозможности фиксации ваших результатов.

Помните, утеря чипа ведет к штрафу в размере 6000 рублей.

Если вы решите сойти, пожалуйста, сообщите об этом представителю организатора и сдайте чип.

ЛИМИТЫ ВРЕМЕНИ

ПОЖАЛУЙСТА, ОТНЕСИТЕСЬ ВНИМАТЕЛЬНО К ЭТОМУ РАЗДЕЛУ.

Лимиты времени на этапах 1/8:

Заплыв: 20 минут

Заплыв + T1 + велогонка: 1 час 20 минут

Общий лимит: 2 часа 5 минут

Лимиты времени на этапах 1/4:

Заплыв: 40 минут

Заплыв + T1 + велогонка: 2 часа 50 минут

Общий лимит: 4 часа 20 минут

Помните, что лимиты времени существуют в том числе для вашей безопасности.

По истечении лимита времени судьи будут вынуждены снять участников с дистанции. Участники, снятые с дистанции, не смогут продолжить соревнование и в протоколе будут находиться со статусом DSQ.

По истечении установленного времени участник должен сойти с дистанции.

Организаторы не несут ответственность за участников, решивших продолжить движение по маршрутам соревнования по истечении установленного времени.



ЗДОРОВЬЕ И БЕЗОПАСНОСТЬ

Медицинская помощь

Пункты оказания медицинской помощи расположены в стартовом городке, кроме того, автомобили скорой медицинской помощи будут патрулировать трассу на всем ее протяжении.

В ходе соревнований на выносливость болевой порог может быть повышен. Обращайтесь за медицинской помощью при возникновении малейших намеков на то, что она может понадобиться.

Медицинский осмотр - это обязанность каждого участника. При преодолении дистанции прислушивайтесь к своему состоянию и при возникновении малейших намеков на недомогание не терпите, а прекратите соревнование. Спортсмены, у которых будут проявляться внешние признаки перегрева, чрезмерной нагрузки и обезвоживания, будут сняты с соревнования судьями и медперсоналом принудительно.

Чтобы получить только положительные эмоции от соревнований, будьте, пожалуйста, внимательны к своему состоянию и берегите себя.

Перед стартом проведите разминку.

Используйте удобную для вас экипировку, спортивную обувь и одежду.

Не выходите на старт в наркотическом или алкогольном опьянении, и в том числе если вы пребывали в таком состоянии накануне.

Правильно оценивайте свои силы, выходите на старт дистанции, к которой вы готовились.

ПЛАВАТЕЛЬНЫЙ ЭТАП

Плавательный этап IRONSTAR ZAVIDOVO проходит в акватории Иваньковского водохранилища. Там чистая вода, песчаное дно, и нет течения. Если температура воды будет выше 22 градусов, то использование гидрокостюмов будет запрещено на всех дистанциях. Окончательное решение об использовании гидрокостюмов будет принято главным судьей за 1 час до старта соревнований.

Чтобы старт прошел для вас максимально легко и комфортно, следуйте следующим советам:

- Соблюдайте особую осторожность, промывая очки любыми средствами от запотевания накануне старта, чтобы избежать раздражения глаз.
- Изучите схему заплыва, внимательно прослушайте брифинг.
- Проведите 15-минутную разминку на берегу перед стартом.
- По возможности попробуйте воду перед стартом.
- Изучите ориентиры на дистанции (расположение буев).
- Не начинайте заплыв слишком быстро.
- Сосредоточьтесь на дыхании, плывите в комфортном для вас темпе.
- Следуйте обозначенному курсу.

Следите за своим состоянием!

Замедлите скорость, если почувствуете себя плохо. Если вам или участнику, находящемуся рядом, потребуется помощь, поднимите руку, чтобы привлечь внимание спасателей или судей.

Если требуется немного передохнуть, отдышаться, вы можете замедлить скорость или перевернуться на спину. Вас не дисквалифицируют, если на это не будет необходимости.

На соревнованиях IRONSTAR разрешается плыть любым удобным для вас стилем.

ВЕЛОЭТАП

Пожалуйста, помните, что вы несёте полную ответственность за техническую исправность вашего велосипеда. Убедитесь, что все механические детали полностью исправны, а все оборудование на велосипеде надежно закреплено.

Если вы попали в аварию с другим участником, зрителем, волонтером и т.п., пожалуйста, оставайтесь на месте до приезда судьи соревнований.

Если вам потребуется помощь, немедленно обратитесь к организаторам.

NORMATEC®

"FRESH LEGS FASTER"



**NORMATEC® МИРОВОЙ ЛИДЕР
В ОБЛАСТИ БЫСТРОГО ВОССТАНОВЛЕНИЯ**

**БЕСПЛАТНЫЙ ТЕСТ ПРОЦЕДУРЫ АППАРАТНОЙ
ПРЕССОТЕРАПИИ В ЗОНЕ ВОССТАНОВЛЕНИЯ
ОТ NORMATEC®**

PULSERECOVERY.RU

БЕГ

Во время соревнования могут возникнуть различные неприятные ощущения:

- потемнение в глазах
- резкая головная боль
- тошнота
- чувство нехватки воздуха
- ощущение тяжести и перебоев в области сердца
- давящая боль в грудной клетке
- резкие боли в области живота
- судороги в мышцах

При появлении этих симптомов следует снизить темп или даже остановиться, чтобы оценить свое состояние. Если неприятные ощущения не пройдут, обратитесь к организатору, волонтеру или судье за помощью.

В жаркий день, остерегайтесь теплового удара, своевременно восполняйте потерю жидкости в организме, используйте для охлаждения воду, губки и лед на пунктах питания, не пренебрегайте головным убором.

Первые признаки теплового удара: общая слабость, головокружение, ощущение духоты и сильная жажда.

Для профилактики судорог на дистанции употребляйте солевые таблетки, регидрон.

Если вдруг спортсмен внезапно потерял сознание на ваших глазах:

- первое, что нужно сделать, подхватить его и, контролируя голову, аккуратно положить на землю (это позволит избежать травмы при падении)
- далее уложить на бок и контролировать это положение до прибытия медицинской помощи
- срочно через волонтера или иным способом вызвать скорую медицинскую помощь, не стесняйтесь обратиться за помощью к окружающим, в том числе к спортсменам при необходимости.

НА ФИНИШЕ

Наш партнер и официальный хронометрист, легендарная швейцарская часовая мануфактура Breitling подарит специальный приз мужчине и женщине, показавшим лучшее время на последних 100 м до финиша. Этим счастливым может стать именно вы! Нужно только ускориться на финишной 100-метровке.

По правилам соревнований зрителям запрещено пересекать финишную черту и заходить на финишную дорожку вместе с участниками соревнований. Эти правила дают каждому спортсмену достаточно времени для того, чтобы отметить свой финиш, не мешая другим финишерам, и помогают обеспечить безопасность всех участников, волонтеров и болельщиков. Пожалуйста, предупредите свою группу поддержки об этом.

ЭСТАФЕТНЫЕ КОМАНДЫ МОГУТ ФИНИШИРОВАТЬ ВМЕСТЕ. Участники команд могут встретить своего бегуна в специальном накопителе за несколько метров до финиша и вместе пересечь финишную черту.

После завершения гонки вы получите медаль финишера IRONSTAR, после чего сможете отдохнуть в зоне восстановления, где вам будут доступны:

- еда и напитки
- массаж
- гравировка медали

Финишерские футболки выдаются в зоне восстановления при предъявлении стартового номера.

ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ ДЛЯ СПОРТСМЕНОВ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ

Посторонняя помощь/поддержка или сопровождение, несогласованные заранее, являются основанием для дисквалификации.

Организаторы соревнования подберут квалифицированных сотрудников, которые будут помогать спортсменам в транзитных зонах. Эти сотрудники получают право на оказание помощи атлету при выходе из воды, посадке на велосипеды с ручным приводом и пересадке с велосипедов с ручным приводом на гоночные коляски.

Параспортсмен должен **ЗАРАНЕЕ** уведомить организаторов о необходимой ему помощи между этапами соревнований.

ЦЕРЕМОНИЯ НАГРАЖДЕНИЯ

По итогам IRONSTAR ½, ¼ и SUPERMIX будут награждены победители и призеры в абсолюте и возрастных группах.

12:10 - 12:50 Церемония награждения IRONSTAR ½ ZAVIDOVO 2018

Награждаются победители и призеры в абсолюте и возрастных группах (мужчины и женщины), эстафетные команды и параатлеты.

18:00 - 19:00 Церемония награждения IRONSTAR ¼ & SUPERMIX ZAVIDOVO

Награждаются победители и призеры ¼ и SUPERMIX в абсолюте и возрастных группах (мужчины и женщины), эстафетные команды и параатлеты.

LOST AND FOUND

Найденные на дистанции и в стартовом городке забытые вещи будут находиться на стойке информации в день старта, 30 июня. 1 июля все найденные вещи будут отправлены в московский офис IRONSTAR. Чтобы забрать их, пишите на info@iron-star.com. Если потребуется, вам нужно будет оплатить доставку.



ПАРТНЕРЫ IRONSTAR





ДО ВСТРЕЧИ В ЗАВИДОВО!

 WWW.IRON-STAR.COM

 [FB.COM/IRONSTAR.COM](https://fb.com/ironstar.com)

 INFO@IRON-STAR.COM

 [IRONSTAR](#)