

עיקרי חוקת הטריאתלון עבור ספורטאים

חוקת הטריאתלון מוגדרת ע"י ה-ITU (איגוד הטריאתלון הבינלאומי), איגוד הטריאתלון הישראלי משתמש בחוקה של ה-ITU והנוסח שלה באנגלית הוא הקובע עבורנו.

עיקרי החוקה המובאים פה (כמו גם **ההסברים והדוגמאות**) הם **לא** החוקה עצמה, ובמקרה של ספק – החוקה של ה-ITU היא הקובעת.

המטרה של הדברים המובאים פה, היא להקל על המתחרים להכיר את הרעיון שמאחורי החוקים, ואת החוקים העיקריים. אם יש שאלות, מומלץ לשאול את המאמנים שלכם או את השופטים בתחרות (מומלץ לא תוך כדי התחרות).

כוונות (=intention) זהו הבסיס לחוקה, עליו מבוססים כל שאר החוקים והתקנות ולכן גם על-פיו מבוצע שיפוט.

- a. ליצור אווירה ספורטיבית, שוויונית וכללי משחק הוגנים.
- b. לספק בטיחות והגנה. הרבה מהחוקים הנוגעים לציוד מסוכן מגיעים על בסיס הכוונה הזו.
- c. לאפשר יצירתיות ומיומנות מבלי לפגוע בחופש המתחרה לפעול.
- d. להעניש מתחרה שהשיג יתרון בלתי הוגן.
- e. לאמץ את העיקרון שטריאתלון ודואתלון הם ענפים אישיים ולעודד ביצוע אישי.

התנהגות כללית (=general conduct) אלו הן תקנות המיועדות לעזור למתחרים ולסביבתם בהבנה מהם כללי התנהגות נדרשים בתחרות.

- f. להתנהג בצורה ספורטיבית בכל זמן.
- g. להיות אחראי על בטיחות עצמית ובטיחותם של אחרים. למשל לרכב בצורה בטוחה גם כדי למנוע ממתחרים אחרים להיפגע. לשחות ולא לפגוע בכוונה באחרים ואף להימנע מכך.
- h. לדעת, להבין ולנהוג עפ"י חוקת ה-ITU והאיגוד המקומי ומפורסמת באתר www.triathlo.org.
- i. לציית לחוקי התנועה ולהנחיות נציגי התחרות. אם שופט או מכון או כל נציג רשמי נותן הוראות יש לקיימן כנדרש.
- j. להתייחס בכבוד ובהגינות למתחרים אחרים, המארגנים, המתנדבים והקהל.
- k. להימנע משימוש בשפה פוגעת (קללות).
- l. אם ביצע עבירה בידועין, לדווח על כך לנציגי התחרות (=שופטים) ובמידת הצורך לפרוש מהתחרות.
- m. לדווח לנציגי התחרות על פרישה מהתחרות.

חוקת ה-ITU נעזרת בחוקת השחייה (FINA), אופניים (UCI) וריצה (IAAF) וזאת במקרים שבהם החוקה של ה-ITU לא מפורטת, או מעדיפה את המיומנות הספציפית של גופים אלו תקינת ובטיחות אופניים, גלגלים וקסדות מבוצעת ע"י ה-UCI ואין צורך לבצע אותן שוב.

סדר הפעולות של שופט כאשר מבוצעת אזהרה / פסילה אין צורך להזהיר לפני ביצוע פסילה ומותר לדחות את ביצוע האזהרה/פסילה מסיבות בטיחותיות.

- n. לשרוק או לצפצף. אין חובה שהמתחרה ישמע.
 - o. להראות כרטיס (צהוב/אדום). אין חובה שהמתחרה יראה.
 - p. קריאה בקול את מספר המשתתף אין חובה שהמתחרה ישמע.
- מה ההבדל בין אזהרה לפסילה:
- אזהרה תינתן על חשש לפסילה, היא מאפשרת להזהיר מתחרה לפני שיבצע פסילה ובתנאי שלא הושג יתרון. מתחרה שטועה בניווט ובדרך לפספס מצוף, השופט במים יזהיר אותו, אם הוא לא חוזר – נפסל.

מתחרה שאינו בקו הבריאות מחויב לפרוש, ואפילו לא לזנק לתחרות.

רכיבה ללא קסדה באזור התחרות – דינה פסילה.

שחייה -

מותר לשחות בכל סגנון. אסור להשתמש בעזרים כדי להתקדם, או בעזרים (למשל סנפירים) כדי לשפר את הציפה ו/או מהירות השחייה. אסור לשחות עם בגדים נוסף ולהורידו לאחר השחייה.

אופניים -

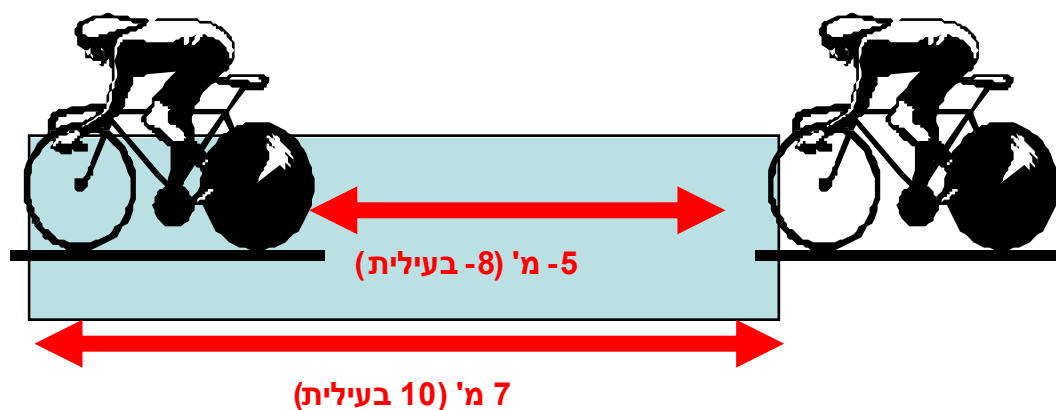
חוקי הרכיבה מיועדים לשפר את הבטיחות וכן מתייחסים לדרפטינג (היוצר יתרון).

רכיבה בצד ימין – חובה לרכוב בצד ימין, מותר לעקוף רק מצד שמאל. רוכב שנשאר בצד שמאל מבצע "חסימה" (blocking) המונעת ממתחרה אחר לעקוף אותו ו/או גורמת לעקיפה מימין ובכל מקרה יוצר סכנה בטיחותית לאחרים, ולכן זו סיבה לפסילה.

עקיפה - מסתיימת ברגע שמתחרה השיג עם הגלגל הקדמי את המתחרה שהיה לפניו, מרגע שנעקף המתחרה הוא חייב לצאת מתוך "אזור הדרפטינג" תוך 5 שניות, עקיפה חייבת להתבצע תוך 15 שניות, עקיפה מתבצעת מצד הפנימי של הכביש (לא מצד השוליים). הרוכב שנעקף לא יכול להתחיל עקיפה אלא אחרי שיצא ממלבן הדרפטינג. הרוכב שעקף חייב לחזור לצד ימין.

"מלבן הדרפטינג" הוא מלבן המוגדר בין רוכב לרוכב ומיועד למנוע מצב שבו מתחרה אחד משתמש בחסימת הרוח שהמתחרה שלפניו יוצר.

המלבן נמדד מהגלגל הקדמי של הרוכב ומימדיו הם 3 מ' על 7 מ' (3 מ' כלומר 1.5 מ' לכל צד), מאחר והאופניים עצמן נמצאות בתוך המלבן, הרי שהמרחק בפועל בין רוכב לרוכב צריך להיות כ-5 מ'.



ריצה – בריצה יש להכיר את המסלול, אסור לקבל מים מאף אחד מלבד מהמארגנים ואין לקבל סיוע כלשהו אלא מהמארגנים (אסור להורים ומאמנים ללוות, מותר לעמוד ולעודד).

שטח החלפה – הכללים פשוטים, לא להפריע לאחרים שמתחרים שאותו זמן, ולכן לשטח ההחלפה נכנסים רק מתחרים.

ציוד – לאורך כל החוקה מופיעים פרטי ציוד אסורים, ישנם שני עקרונות לגבי האיסור לשימוש בציוד:

1. בטיחות.

2. אי השגת יתרון.

להלן חלק מהציוד האסור, מחלוק לפי בטיחות ויתרון (חלק מהציוד יכול להיות בשני המקומות):

יתרון	בטיחות	
יתרון לא הוגן (למשל סנפירים)	ציוד מקדם בשחייה	
סנפירים, כפות, חליפות בעובי מעל 5 מ"מ או שלא אושרו ע"י FINA, או כאלו שמורידים אחרי השחייה.	כפות, טבעות חדות.	שחייה
אופניים לא תקינות (משקל נמוך, תקני UCI), טלפון סלולארי, מנוע עזר.	גלגלים לא בטיחותיים (מוגדר ע"י UCI), אירובר העובר את קו 15 ס"מ מציר קדמי, תקנות אירוברים לרכיבה בדרפטינג, אופניים לא בהתאם לתקנות UCI, טלפון סלולארי, אוזניות, בקבוקי זכוכית, קסדות לא תקינות, ללא נעליים.	אופניים
אוזניות, טלפון סלולארי.	אוזניות, ללא נעליים, טלפון סלולארי.	ריצה