

**БЕКІТЕМІН**

«Астана қаласының  
Дене шынықтыру және спорт  
басқармасы» ММ басшысы  
С.С. Жилкибаев

« »  
2023 жыл

**КЕЛІСЕМІН**

Астана қаласы әкімдігінің  
«Спорттық-бұқаралық іс-шараларды  
өткізу дирекциясы» КММ басшысы  
Б.Е. Масанов

« »  
2023 жыл

**КЕЛІСЕМІН**

«Астана қаласының триатлон  
федерациясы» ҚБ  
бас хатшысы

М.Т. Аубакиров

« »  
2023 жыл



**«QYSQY TRIATLON»**

**қысқы триатлон жарысының  
ЕРЕЖЕСІ**

Астана қаласы,

2023 ж.

*Handwritten signature*



### 1. Спорттық жарыстың атауы.

Қысқы триатлоны «QYSQY TRIATLON» (бұдан әрі - Жарыс) - Астана қаласының әрбір тұрғыны мен қала қонақтары, сондай-ақ циклдік спорт түрлерін ұнататын кәсіпқой және әуесқой спортшылары арасындағы жыл сайынғы қалалық ауқымдағы спорттық іс-шара.

### 2. Мақсаттары мен міндеттері.

Жарысты өткізудің мақсаттары мен міндеттері:

- 1) Елордада бұқаралық спортты дамыту;
- 2) Астана қаласының тұрғындары мен қонақтары арасында СӨС насихаттау;
- 3) Ашық ауада циклдік спорт түрлерімен, соның ішінде суық мезгілде қысқы спорт түрлерімен айналысуды ынталандыру;
- 4) Алдын алу мақсатында спортпен шұғылдану саласындағы қоғамның санасын жаңғырту;
- 5) Ұлтты сауықтыру.

### 3. Өткізу орны мен уақыты.

Өткізілетін күні: 2023 жыл 26 ақпан (ауа-райының қолайсыздығына байланысты ұйымдастырушылар жарыс күнін өзгертуі мүмкін).

Өтетін орны: Астана қ, «Астана Триатлон» саябағы.

Өткізу уақыты: сағат 09:00-ден -12:30-ға дейін.

Уақыты	Іс-әрекет
09:00	Бастапқы қалашықтың ашылуы, Транзитті каймақтың ашылуы, дене қыздыру (разминка) және жарысқа жіберілетін жабдықты тексеру үшін жолды ашу
09:45	Транзиттік аймақтың жабылуы. Жалпы дене қыздыру (разминка)
09:55	Құттықтау сөзі
10:00	Жалпы старт
11:30	Жолды жабу
12:00	Жеңімпаздарды марапаттау
12:30	Транзиттік аймақтың ашылуы. Жарыстың жабылуы

Бастапқы пакеттерді беру: Қабанбай батыр даңғылы, 41 а

24.02.2023 ж. сағат 14:00-ден 18:00-ге дейін;

25.02.2023 ж. сағат 10:00-ден 14:00-ге дейін.

Өзіңізбен бірге жеке басын куәландыратын құжат болуы тиіс.

### 4. Жарыстарды өткізу жүйесі.

1) Жарысқа шықтыққа бөлінген маршрут бойынша жас санаттары ескеріле отырып өткізіледі:

- жүгіру кезеңі-2,5 км;



- велосипед кезеңі - 3 км;

- шаңғы кезеңі-2,5 км.

2) Жарысу кезеңі аяқтаған әрбір қатысушы манижка мен чипті ұйымдастырушыларға қайтарғаннан кейін финишер медалін алады.

! Манижка немесе чип қайтарылмаған (жоғалған, бүлінген және т.б.) жағдайда жарысқа қатысушы жарыс өткізілген күннен бастап 10 күн тізбелік күн ішінде толық құнын өтеуге міндетті. Олай болмаған жағдайда Ұйымдастырушы өткізетін келесі жарыстарға 1 жыл мерзімге жібермеу құқығын өзіне қалдырады.

3) Барлық қашықтықты 90 минут аралығында өтуге тиіс, уақыт лимитіне сәйкес келмеген қатысушылар жарыстан шегеріледі.

4) жарысқа қатысушыда міндеті түрде болу керек:

- велосипед дулығысы;

- ақаусыз велосипед;

- шаңғы жарысы жиынтығы.

5) Велосипедтегі дөңгелектердің аз мөлшері-26x1, 5 дюйм (МТБ велосипедтер және т.б.). Бұл дөңгелектердің тар бөлігі 40 мм-ден аз болмауы керек дегенді білдіреді.

6) Жол, қалалық жарыстарға арналған велосипедтеріне (ТТ велосипедтері) және ұқсас велосипедтерге тыйым салынады.

7) Жарысқа арналған арнайы дөңгелектерге рұқсат етіледі. Арнайы дөңгелектің бетінен 5 мм-де наспауы керек.

8) Велосипед сатысында велосипед дулығысын пайдалану міндетті болып табылады.

9) Қатысушыны түймелен бегендулығысыз велосипедпен жылжытуға тыйым салынады.

10) Арнайы жүгіру аяқ киіміне рұқсат етіледі.

11) Жарыс кезіндегі жабдықтар мен қосалқы бөлшектерін дайындауды, жөндеу жұмыстарын және ауыстыруды қатысушылардың өздері жүргізеді.

12) Шаңғы тебу жарыс басталғанға дейін старт трастының ішіндегі арнайы қоғамдық жерде рұқсат.

13) Қатысушыларға тек бір шаңғыны және екі таяқшаны ауыстыруға рұқсат етіледі.

14) Шаңғы жарысында спортшылар өздеріне ыңғайлы кез келген техниканы қолдана алады.

15) Егер спортшы алды да келе жатқан қатысушыдан жол беру іні сұраса, онда алда келе жатқан қатысушы мүмкіндігін шетезіре қоңжаққа өтіп, спортшыны өткізіп жіберуі керек.

16) Белгіленген белгіден кейін мәре сызығында коньки жүрісімен жүруге тыйым салынады. Тек таяқшалармен итеруге рұқсат етіледі

17) Транзиттік аймақта шаңғымен, велосипедпен жүруге тыйым салынады.

18) Спортшының алдыңғы шаңғы етігі мәре сызығын кесіп өтсе, мәреге жеткендеп есептеледі.

19) Спорттық жабдықтары жоқ қатысушылар жалға алуға байланысты шығындарды өзікөтереді.



Қолайсыз ауа-райы жағдайында ұйымдастыру комитетінің шешімі бойынша жарыс тоқтатылуы/кейінге қалдырылуы немесе жарысқа шықтығы өзгертілуі мүмкін.

#### **5. Қатысушы ұйымдар.**

Жарысты дайындау мен өткізуге жалпы басшылықты "Астана қаласының триатлон федерациясы" ҚБ (бұданәрі – Ұйымдастырукомитеті) – қатысушыларды тіркеуді ұйымдастыру, бастапқы пакеттерді беру, жарысты өткізу, қорытындылау және марапаттау, ыстық тамақтануды ұйымдастыру, жарыстың финишерлері мен жеңімпаздарына арналған өнімдер, фото-видео түсіру, судьялардың қызметтері жүзеге асырады.

Жарысқа жалпы басшылықты «Астана қаласының Дене шынықтыру және спорт басқармасы» ММ жүзеге асырады.

Жарысты ұйымдастыруды Астана қаласы әкімдігінің «Спорттық-бұқаралық іс-шараларды өткізу дирекциясы» КММ жүзеге асырады. Жарыс барысында мекеме жауапты: қауіпсіздік және қоғамдық тәртіпке, жедел медициналық жәрдем бригадасына, электр қуатымен қамтамасыз ету, спорт қалашығын ұйымдастыру (жеткізу, орнату, монтаждау, бөлшектеу, шатырлар, баннер, сахна, үрлемелі аркалар, музыкалық жабдықтар, металл қоршаулар, сауда шатырлары, үстелдер, дәретханалар, қоқыс жәшіктері, сондай-ақ жарыс трассасын дайындау (қар тазалау, жалға шаңғы орның және транзиттік аймақ).

#### **6. Жарыстың сандық құрамы.**

Жарысқа қатысушылардың лимиті-150 адам.

#### **7. Жарысқа қатысушылар.**

Денсаулық жағдайы бойынша келесі жас топтарындағы қашықтықты еңсеруге қабілетті қатысуға барлық ниет білдірушілер (ерлер мен әйелдер) шақырылады.

- 18-29 жас,
- 30-39 жас,
- 40-49 жас,
- 50-59 жас,
- 60 және одан жоғары.

Өзіңізбен бірге жеке басын куәландыратын құжат болуы тиіс.

#### **8. Нәтижелерді бағалау жүйесі.**

Жарыстың хронометражы арнайы жабдықтармен жүзеге асырылатын болады. Қатысушылар басталғанға дейін уақытты белгілеу үшін чиптер алады және мәреден кейін тапсырады.

Нәтижелер уақыт жүйесімен автоматты түрде жазылады және хаттамаға енгізіледі. Жарыскүні хаттама сайта жарияланады [www.triathlonnursultan.kz](http://www.triathlonnursultan.kz).



### **9. Медициналық-санитарлық қамтамасыз ету.**

Ұйымдастырушылар мен осы жарысты ұйымдастыруға қатысқан адамдар қатысушылардың денсаулығы үшін жауап бермейді.

Спорттыкіс-шараға бірінші кезектегі шақыру бойынша жедел медициналық жәрдем бригадасы қызмет көрсететін болады.

Тазалық пен тәртіпті сақтау қажет. Жол бойына қағаз орамдарын, бос бөтелкелерді және тағамды тастауға тыйым салынады. Мұндай фактілер анықталған жағдайда қатысушы жарыстан шектеледі, деректер қарат ізімдегі қатысушылар тізіміне енгізіледі және федерацияның барлық спорттық іс-шараларына жіберілмейді. Тамақтану орны тек мәре аймағында болады.

### **10. Допингке қарсы қамтамасыз ету.**

Допингке қарсы бақылау қарастырылмаған, өйткені жарыстың басым мақсаты– насихаттау.

### **11. Төрешілер алқасының сандық құрамы.**

Төрешілер алқасына мыналар кіреді:

- бас төреші,
- бас хатшы,
- төреші-хронометр,
- мәре-Сөреаймағының төрешісі,
- жүгіру кезеңіндегі 2 төреші,
- велосипед сатысында 2 төреші,
- шаңғы сатысында 2 төреші,
- транзиттік аймақтың төрешісі.

### **12. Спорттық жарысқа қатысуға өтінімдер беру тәртібі мен мерзімі.**

Қатысушыларды тіркеу [www.triathlonnursultan.kz](http://www.triathlonnursultan.kz) сайта жүргізіледі 2023 жылдың 24 қаңтарынан 19 ақпанайына дейін.

Бастапқы пакеттерді беру Федерация кеңсесінде көрсетілген мерзімде ғана жүзеге асырылады: Қабанбай батыр даңғылы, 41а.

Басқа қатысушы үшін бастапқы пакетті алушының атына жеке куәліктің және сенімхаттың көшірмесін көрсету арқылы ғана алуға болады.

### **13. Қатысушылар мен судьяларды қабылдау шарттары.**

Барлық қатысушылар бастапқы пакетті алған кезде денсаулық туралы қолхатқа қол қояды.

Жарысқа 18 жастан асқан және жоғарыда аталған шарттарды орындайтын барлық ниет білдірушілер қатыса алады.

### **14. Спорттық жарыстың жеңімпаздарымен мен жүлдегерлерін марапаттау тәртібі.**

Әр жас тобындағы жарыстың жеңімпаздары бүкіл қашықтықты еңсеруге жұмсалған ең аз уақыт бойынша анықталады.



Әр жас және гендерлік санаттағы жеңімпаздар 1-3 орын үшін сыйлықтармен марапатталады.

Барлық қатысушылар қатысқаны үшін медальдармен марапатталады. Жеңімпаздарды ұйымдастырушы марапаттайды.

#### **15. Наразылық беру тәртібі және оларды қарау.**

Наразылықтар жарысты ұйымдастырушыларға беріледі және жарыстың төрешілер алқасы қарайды.

Жарысқа қатысушы жарыс аяқталғаннан кейін 2 (екі) күнтізбелік күн ішінде шағым беруге құқылы.

Шағымдар электрондық поштаға жіберіледі: [info@triathlonnursultan.kz](mailto:info@triathlonnursultan.kz).

Жарысқа қатысушыға наразылық білдірген кезде мынадай деректерді көрсету қажет:

- қатысушының тегі мен аты (анонимді өтініштер қаралмайды);
- наразылықтың мәні;
- наразылықтың негіздері (фотосурет, жеке секундомер, субъективті пікір және т.б.).

Жарыстың ұйымдастыру комитеті наразылық алған сәттен бастап 24 (жиырма төрт) сағат ішінде жарысқа қатысушыға ресми жауап дайындайды, ол наразылық берілген электрондық мекенжайға жіберіледі.

Наразылықтар тек жарысқа қатысушылардан қабылданады.

#### **16. Қорытынды ережелер.**

Жарыс туралы толық ақпарат [www.triathlonnursultan.kz](http://www.triathlonnursultan.kz) сайтынд аорналастырылған, сондай-ақ ұйымдастыру комитетінің әлеуметтік желілерінің аккаунттарында [https://www.instagram.com/astana\\_triathlon/](https://www.instagram.com/astana_triathlon/);

Жарыстың ұйымдастыру комитеті басқа ақпараттық ресурстарда орналастырылған ақпарат үшін жауап бермейді.

Жарыстарға қатысуға байланысты шығындарды (жол, тұру, тамақтану) әрбір қатысушы өз қаражаты немесе жіберуші ұйым есебінен көтереді

Осы Ереже жарысқа қатысуға ресми шақыру болып табылады.

Ұйымдастыру комитеті жарысты өткізу туралы осы Ережеге өзгерістер енгізу құқығынөзіне қалдырады.



### 1. Наименование спортивного соревнования.

Зимний триатлон «QYSQY TRIATLON» (далее – Соревнование) - ежегодное спортивное событие городского масштаба для любителей циклических видов спорта, в котором может принять участие каждый житель и гость города Астаны.

### 2. Цели и задачи.

Цели и задачи проведения Соревнования:

- 1) развитие массового спорта в столице;
- 2) популяризация и пропаганда ЗОЖ среди жителей и гостей города Астаны;
- 3) поддержание мотивации занятий циклическими видами спорта на открытом воздухе, в том числе зимними видами спорта в холодное время года;
- 4) модернизация сознания общества в области занятий спортом в профилактических целях;
- 5) оздоровление нации.

### 3. Место и время проведения.

Дата проведения: 26 февраля 2023 года (возможно изменение даты проведения Соревнования организаторами в связи с погодными условиями).

Место проведения: г. Астана, Триатлон парк.

Время проведения: 09:00 – 12:30 часов

Время	Событие
09:00	Открытие стартового городка, открытие транзитной зоны, открытие трассы для разминки и проверки инвентаря
09:45	Закрытие транзитной зоны. Общая разминка
09:55	Приветственное слово
10:00	Общий старт
11:30	Закрытие трассы
12:00	Награждение победителей
12:30	Открытие транзитной зоны. Закрытие Соревнования

Выдача стартовых пакетов: пр. Кабанбай батыра, 41а

24.02.2023 г. с 14:00 часов до 18:00 часов;

25.02.2023 г. с 10:00 часов до 14:00 часов.

При себе иметь документ, удостоверяющий личность.

### 4. Система проведения соревнований.

1) Соревнование проводится с учетом возрастных категорий по отведенному маршруту на дистанции:

- беговой этап – 2,5км;
- велосипедный этап – 3 км;
- лыжный этап – 2,5 км.



2) Каждый финишировавший участник получает медаль финишера после возврата организаторам манижки и чипа.

3) Участники, не уложившиеся во временной лимит для прохождения всей дистанции 90 минут, снимаются с дистанции.

4) Участник Соревнований обязан иметь:

- Велосипедный шлем;
- Исправный велосипед;
- Комплект беговых лыж.

5) Минимальный размер шин на велосипеде – 26x1,5 дюйма (МТБ велосипеды и т.п.). Это означает, что самая узкая часть шины не должна быть менее 40 мм.

6) Шоссейные, городские, велосипеды для раздельной гонки (ТТ-велосипеды) и подобные велосипеды запрещены.

7) Шипованные шины разрешены. Шипы не должны возвышаться более, чем на 5 мм над поверхностью шины.

8) Использование велошлема на велоэтапе – обязательно.

9) Перемещение участника с велосипедом без застегнутого шлема запрещено.

10) Разрешена беговая обувь с шипами.

11) Подготовка, ремонтные работы и замена запасных частей экипировки и инвентаря производятся самими участниками.

12) Откатка лыж разрешена до начала соревнований в специально обозначенном месте вне трассы старта.

13) Участникам разрешается заменить только одну лыжу и обе палки.

14) В лыжной гонке спортсмены могут применять любую удобную им технику.

15) Если спортсмен просит уступить ему лыжню, то впереди идущий участник должен как можно скорее сойти в правую сторону и пропустить спортсмена.

16) В финишном створе после обозначенного сигнального указателя коньковый ход запрещен. Разрешено отталкивание только палками.

17) Передвигаться на лыжах, на велосипеде в транзитной зоне запрещено.

18) Спортсмен считается финишировавшим, если носок его переднего лыжного ботинка пересек финишную черту.

19) Расходы, связанные с арендой инвентаря, участник несет самостоятельно.

При неблагоприятных погодных условиях, по решению организационного комитета, Соревнование может быть отменено/перенесено, либо будут изменены дистанции Соревнования.

## **5. Участвующие организации.**

Общее руководство подготовкой и проведением соревнования осуществляется ОО «Федерация триатлона города Астаны» (далее – Оргкомитет) - организация регистрации участников, выдача стартовых



пакетов, проведение соревнования, подведение итогов и награждение, организация горячего питания, продукция для финишеров и победителей Соревнований, фото-видео съемка, услуги судей.

ГУ «Управление физической культуры и спорта» города Астана - согласование проведения мероприятия, общая координация мероприятия.

КГУ «Дирекция по проведению спортивно-массовых мероприятий» акимата города Астана - безопасность и общественный порядок в день проведения мероприятия, обеспечение бригадой скорой медицинской помощи, электроснабжением, организация спортивного городка (доставка, установка, монтаж, демонтаж: шатры, баннер, сцена, надувные арки, музыкальное оборудование, металлические ограждения, торговые палатки, столы, биотуалеты, мусорные контейнеры), подготовка трассы (уборка снега, подготовка лыжни, транзитная зона).

#### **6. Численный состав соревнования.**

Лимит участников Соревнования – 150 человек.

#### **7. Участники соревнования.**

К участию приглашаются все желающие (мужчины и женщины), способные по состоянию здоровья преодолеть дистанции в следующих возрастных группах:

- 18-29 лет,
- 30-39 лет,
- 40-49 лет,
- 50-59 лет,
- 60 лет и старше.

При себе иметь документ, удостоверяющий личность.

#### **8. Система оценки результатов.**

Хронометраж Соревнования будет осуществляться специальным оборудованием. Участники получают чипы для фиксации времени перед стартом и сдадут после финиша.

Результаты автоматически фиксируются тайминговой системой и заносятся в протокол. Протокол будет опубликован на сайте [www.triathlonnursultan.kz](http://www.triathlonnursultan.kz) в день соревнования.

#### **9. Медико-санитарное обеспечение.**

Организаторы и лица, причастные к организации данного Соревнования не несут ответственность за здоровье участников.

Спортивное мероприятие будет обслуживаться бригадой скорой медицинской помощи по первоочередному вызову.

Необходимо соблюдать чистоту и порядок. Запрещается выкидывать обертки от батончиков, пустые бутылки и еду на протяжении всей трассы! В случае обнаружения таких фактов, участник будет дисквалифицирован,



данные будут занесены в список недобросовестных участников и будут не допущены ко всем спортивным мероприятиям Федерации. Пункт питания будет только в финишной зоне.

#### **10. Антидопинговое обеспечение.**

Антидопинговый контроль не предусмотрен, т.к. приоритетная цель Соревнования – пропагандистская.

#### **11. Количественный состав судейской коллегии.**

В судейскую коллегию входят:

- главный судья,
- главный секретарь,
- судья-хронометрист,
- судья стартовой-финишной зоны,
- 2 судьи на беговом этапе,
- 2 судьи на велосипедном этапе,
- 2 судьи на лыжном этапе,
- судья транзитной зоны.

#### **12. Порядок и срок подачи заявок на участие в спортивном соревновании.**

Регистрация участников проводится на сайте [www.triathlonnursultan.kz](http://www.triathlonnursultan.kz) с 19 января по 19 февраля 2023 года.

Выдача стартовых пакетов производится только в указанные сроки в офисе Федерации по адресу: пр. Кабанбай батыра, 41а.

Получить стартовый пакет за другого участника возможно только по предоставлению копии удостоверения личности и доверенности на имя получателя в произвольной форме.

#### **13. Условия приема участников и судей.**

Все участники при получении стартового пакета подписывают расписку о здоровье.

Участие в Соревновании могут принять все желающие старше 18 лет и выполняющие выше описанные условия.

#### **14. Порядок награждения чемпионов и призеров спортивного соревнования.**

Победители Соревнования в каждой возрастной группе определяются по наименьшему времени, затраченному на преодоление всей дистанции.

Победители каждой возрастной и гендерной категории награждаются призами за 1-3 места.

Все участники награждаются медалями за участие.

Награждение победителей производит организатор.



### **15. Порядок подачи протестов и их рассмотрение.**

Протесты подаются организаторам соревнования и рассматриваются Судейской коллегией Соревнования.

Участник Соревнования вправе подать претензию в течение 2 (двух) календарных дней после окончания соревнования.

Претензии отправляются на электронную почту: [info@triathlonnursultan.kz](mailto:info@triathlonnursultan.kz).

При подаче протеста участнику Соревнования необходимо указать следующие данные:

- фамилия и имя участника (анонимные обращения не рассматриваются);
- суть протеста;
- основания для протеста (фотография, личный секундомер, субъективное мнение и пр.).

Оргкомитет Соревнования в течение 24 (двадцати четырех) часов с момента получения протеста подготавливает официальный ответ участнику Соревнования, который направляется на электронный адрес, с которого был подан протест.

Протесты принимаются только от участников Соревнования.

### **16. Заключительные положения.**

Подробная информация о Соревновании размещена на сайте: [www.triathlonnursultan.kz](http://www.triathlonnursultan.kz), а также в аккаунтах социальных сетей Оргкомитета [https://www.instagram.com/astana\\_triathlon/](https://www.instagram.com/astana_triathlon/);

За информацию, размещенную на других информационных ресурсах, Оргкомитет Соревнования ответственности не несет.

Расходы, связанные с участием в Соревнованиях (проезд, проживание, питание), каждый участник несет самостоятельно, либо за счет командирующей организации.

Настоящее Положение является официальным приглашением на участие в Соревновании.

Оргкомитет оставляет за собой право вносить изменения в настоящее Положение о проведении Соревнования.