



ATHLON
ENERGY

CYKL IMPREZ TRIATHLONOWYCH



MRAĞOWO
LOTTO
TRIATHLON
ENERGY
2023

#ZYJzPASJA



2023



ENERGY EVENTS

28.05.2023

LUBLIN

LOTTO Triathlon Energy



www.TriathlonEnergy.pl

03.06.2023

KIELARY

LOTTO MTB XC Energy



www.MTBEnergy.pl

16-18.06.2023

GDAŃSK

LOTTO Challenge



www.Challenge-Poland.com

30.07.2023

GNIEWINO

LOTTO Triathlon Energy



www.TriathlonEnergy.pl

13.08.2023

CHEŁMŹA

LOTTO Triathlon Energy



www.TriathlonEnergy.pl

27.08.2023

MRAĞOWO

LOTTO Triathlon Energy



www.TriathlonEnergy.pl

7-8.10.2023

OLSZTYN

LOTTO MTB Energy



www.MTBEnergy.pl

**DOSTARCZAMY
POZYTYWNE
EMOCJE!**

Zgłoszenia na www.TimeRecords.pl

Więcej informacji na www.EnergyEvents.pl

Energy Events

tel. +48 58 585 1 584

biuro@EnergyEvents.pl



*See You
next year!*

**14-16 JUNE
2024**

www.challenge-poland.com



**CHALLENGE
GDANSK**
we are triathlon!

FESTIWALOVE MRAĞOWO

Festiwalowe Mrągowo to piękne, malownicze miejsce położone w samym sercu Mazur. Miasto położone nad jeziorem Czoz, wprawia w zachwyt turystów z całego świata, którzy odwiedzają Mrągowo w celach wypoczynkowo-rekreacyjnych już od dawna. Samo miasto posiada walory kulturowe, przyrodnicze, rekreacyjne jak i sportowe. Położenie miasta oraz wymienione walory przyciągają uwagę organizatorów wydarzeń kulturalnych, rozrywkowych, ale przede wszystkim sportowych, ze względu na dużą ilość jezior, obiektów sportowych, ścieżek rowerowych oraz obiektów rekreacyjnych. W Mrągowie można wypoczywać cały rok.

Zapraszam do zapoznania się z naszymi atrakcjami oraz ofertą noclegową i gastronomiczną na visit.mragowo.pl oraz do skorzystania z bogatej oferty programowej Festiwalowego Mrągowo, szczegóły na: www.festiwalowemragowo.pl

– Zapraszam serdecznie do Festiwalowego Mrągowo na wydarzenia organizowane w legendarnym Amfiteatrze, ale przede wszystkim by odpocząć w otoczeniu przepięknej mazurskiej natury

Stanisław Bułajewski
Burmistrz Miasta Mrągowo





PREMIUM MEN'S CARE

Po intensywnym wysiłku potrzebujesz niezawodnej pielęgnacji. Unit4Men to marka naturalnych kosmetyków dla mężczyzn, która dostarcza intensywnego nawilżenia i odświeżenia po treningach, pozostawiając zarazem delikatny, męski zapach perfum. Wszystkie kosmetyki Unit4Men zostały zaprojektowane, aby idealnie odpowiadać na potrzeby męskiej skóry i zarostu. Co ważne zawierają wyłącznie naturalne składniki aktywne, a ich zapach został opracowany w jednym z najlepszych domów zapachowych w Europie. Unit4Men zapewnia kompleksową pielęgnację, od nawilżających kremów, przez kojący żele pod prysznic, wody po goleniu, aż po Regenerujące sole do kąpeli - mamy wszystko, czego potrzebujesz. Teraz każdy trening może być dopełniony chwilą relaksu i pielęgnacji, która pozwoli na szybki powrót do formy. Sprawdź na własnej skórze, jakie efekty daje pielęgnacja z marką Unit4Men!

Zeskanuj kod QR żeby poznać pozostałe produkty marki Unit4Men



www.unit4men.pl

DRODZY ZAWODNICY!



Witam w Mrągowie na finale cyklu LOTTO Triathlon Energy 2023! Kończymy w tym miejscu nasz ósmy sezon. Chciałbym podziękować wszystkim Zawodniczkom i Zawodnikom, którzy w tym roku pojawili się na naszych zawodach, obdarzając nas zaufaniem i startując w imprezach LOTTO Triathlon Energy.

Szczególnie gratuluję finiszerm naszego cyklu, czyli osobom, które zaliczyły co najmniej trzy starty w sezonie 2023. Mam nadzieję, że nasze imprezy pozostawiły u Was niezapomniane wrażenia.

Komu mało wrażeń serdecznie zapraszam na wydarzenie kolarstwa górskiego, które organizujemy w dniach 7 – 8 października w Kiełarach pod Olsztynem. Zawody odbędą się w ciekawej

formule, sobota pod znakiem rywalizacji XC na krótkiej pętli, natomiast w niedzielę maraton MTB z przejazdem przez niezwykle urokliwy rezerwat przyrody Las Warmiński im. Profesora Benona Polakowskiego.

Chciałbym także podziękować naszym partnerom, którzy wspierają nas w tym sezonie:

BALL nasz oficjalny chronometrażysta – producent szwajcarskich zegarków,

Aqua-Speed – oficjalny partner techniczny, dostawca czepków i nagród na wszystkie imprezy, AronPharma – partner odżywczy, który zaopatrzył bufety w żele i izotoniki,

Selgros Cash and Carry i Transgourmet – partnerzy gastronomiczni, któ-

rzy przez cały sezon dostarczali nam wodę, owoce i Coca – Colę dla Was.

TriathlonLife.pl partner medialny, który przez cały rok informował Was o naszych imprezach i relacjonował zmagania w naszym cyklu.

Na koniec największe podziękowanie dla Totalizatora Sportowego właściciela marki **LOTTO**, który wspiera nasze imprezy już piąty sezon, a także dla wszystkich samorządów lokalnych, które wsparły nasze imprezy w roku 2023.

Życzę wszystkim wyników na miarę oczekiwań i mam nadzieję, że uda nam się spotkać w sezonie 2024

Adam Greczyło
Dyrektor zawodów
LOTTO Triathlon Energy

Przekąska?

Naturalnie, że z **OWSA!**



**PEŁNE
ZIARNO
OWSA**

składnik nr **1**



źródło
BŁONNIKA



BEZ
sztucznych
aromatów



BEZ
oleju palmowego



ZWYCIĘZCY MRĄGOWO LOTTO TRIATHLON ENERGY

Dystans Rok	2017	2018	2019	2020	2021	2022
1/2 IM Kobiet	Lidia Juchniewicz (5:32:22)	Agata Jarzembowicz (5:31:32)	Brak	Brak	Beata Ciosek (6:29:49)	Beata Bielenica (5:36:48)
1/2 IM Mężczyzn	Paweł Miziarski (4:16:40)	Adam Nizio (4:29:07)	Filip Ławski (4:32:31)	Rafał Wąsowski (4:26:26)	Tomasz Kamiński (4:19:16)	Paweł Młodzikowski (4:19:06)
1/4 Kobiet	Ewelina Szabelska (2:21:22)	Monika Chodyna (2:24:04)	Ewelina Szabelska (2:29:48)	Małgorzata Harasimiuk-Grodzka (2:34:17)	Katarzyna Kaczor (2:48:22)	Anna Giżyńska (2:27:05)
1/4 Mężczyzn	Tomasz Spaleniak (2:05:10)	Tomasz Spaleniak (2:01:36)	Patryk Piasecki (2:00:40)	Tomasz Brembor (1:54:56)	Patryk Piasecki (2:04:54)	Tomasz Spaleniak (2:03:29)
1/8 Kobiet	Agnieszka Gadomska (1:15:42)	Aleksandra Górska (1:13:47)	Marta Maksymiuk (1:12:53)	Marta Maksymiuk (1:13:17)	Kinga Kozłowska (1:18:54)	Kinga Kozłowska (1:16:37)
1/8 Mężczyzn	Igor Siódmiak (1:06:07)	Igor Siódmiak (1:02:42)	Kamil Kołosowski (1:05:25)	Kamil Kulik (1:02:21)	Mateusz Mikołajczak (1:04:44)	Krzysztof Litwiniuk (1:06:44)





HARMONOGRAM

SOBOTA, 27.08.2023

16.00 - 19.00	telefoniczny dyżur Biura Zawodów pod numerem +48 58 500 42 42
17.00	oficjalny objazd trasy kolarskiej - prowadzi Tomasz Hermann z Personal Triathlon
19.00	Odprawa Techniczna dla zawodników – wszystkie dystanse (Facebook LOTTO Triathlon Energy)

NIEDZIELA, 28.08.2023

07.00 – 9.30	wydawanie pakietów startowych w Biurze Zawodów (lub do 30 minut przed startem danego dystansu)
7.00 - 9.45	wstawianie rowerów do Strefy Zmian - wszystkie dystanse (lub do 15 minut przed startem danego dystansu)
8.00 - 9.45	możliwość pozostawienia rzeczy w depozycie przed startem
8.45	oficjalne rozpoczęcie MRĄGOWO LOTTO TRIATHLON ENERGY (okolice T1 i startu)
9.00	START, dystans 1/4 IM, sztafeta 1/4 IM
10.00	START, dystans 1/8 IM, sztafeta 1/8 IM
11.45 - 13.00	wydawanie rowerów ze Strefy Zmian
12.30	dekoracja Mrągowo LOTTO Triathlon Energy
12.45	dekoracja klasyfikacji generalnej cyklu LOTTO Triathlon Energy 2023

LIMITY CZASOWE

Dyscyplina	Dystans	1/4 IM	1/8 IM
	Pływanie	45 minut	30 minut
	Pływanie + Rower	2:40 h*	1:40 h*
	Całość	3:30 h	2:30 h



#ZYJzPASJA



**TRIATHLON
ENERGY**
CYKL IMPREZ TRIATHLONOWYCH

Pakuj się do... **MAXPACKA**



Idealny dla wszystkich trenujących przed pracą i po szkole.

Dzięki podziałowi na trzy komory, w tym dwie suche i jedną mokrą, w plecaku można z powodzeniem przechowywać mokry kostium pływacki i ręcznik bez obawy, że zamoczą przechowywane w suchych komorach ubrania, książki, laptop czy tablet.

Zeskanuj QR kod
lub wejdź na stronę
aquaspeed.com.pl/code



Odbierz rabat na plecak!
**Wpisz kod
MaxPack20**



Nasze produkty
do trenowania w wodzie
znajdziecie na
www.aquaspeed.com.pl



Płetwy, pull buoy, fajka czołowa, wioselka, okulary, ręcznik, buty biegowe, dresy, kask rowerowy i akcesoria – to wszystko pomieści się w Twoim podręcznym centrum logistycznym.

Wiele funkcjonalnych kieszeni pozwala tak przechowywać akcesoria, aby można było z łatwością je odnaleźć i wykorzystać podczas treningu, czy przed zawodami.

**Wychodzisz na trening?
Jedziesz na zawody?
Spakuj się do naszego
nowego **MAXPACKA!****

BALL

OFFICIAL  STANDARD
 Since 1891
Accuracy under adverse conditions



REVOLUTIONARY
MICRO GAS LIGHTS

CERTIFIED SWISS
CHRONOMETER (COSC)

HIGH AND LOW TIDE
INDICATION

MOON PHASE
INDICATION

BIDIRECTIONAL
ROTATING BEZEL

A LIMITED EDITION
OF 1000 PIECES

A TIDAL FORCE OF TECHNOLOGY.

More functionality, more adventure. Precisely track high and low tides and spring and neap tides, then gaze with whimsical fascination at the micro gas tube illuminated moon phase. Expertly uniting character and performance, the **Roadmaster Ocean Explorer** is the ultimate watch for the open water.

JUBITOM
 JEWELLERY SINCE 1980

Katowice: Silesia City Center | Kraków: Bonarka City Center, Galeria Krakowska | Poznań: Galeria Pospolania
 Warszawa: C.H. Westfield Arkadia | Gdańsk: Galeria Bałtycka | Łódź: C.H. Manufaktura

jubitom.com
 jubitomluxury.com
 ballwatch.pl

#TriEmocjezBALL

Podczas zawodów LOTTO Triathlon Energy nie oddajesz chłopa od razu po przekroczeniu mety. Udaj się do namiotu BALL przykładając chip do czytnika na monitorze sprawdzisz swój wynik w zawodach.

Masz okazję okazać swoją radość, smutek, zadowolenie, wybuch endorfin lub inne emocje towarzyszące Tobie podczas startu. Uwiecznij swoje emocje na zdjęciu, a zdjęcie opublikuj w swoich mediach społecznościowych koniecznie z tagiem #TriEmocjezBALL oznaczając profil BALL Watch Poland oraz naszych zawodów.

Ocenimy najlepsze fotografie i wybierzemy zdjęcia, które w ścisłym finale w głosowaniu otrzyma wartościowy zegarek szwajcarskiej marki BALL.

O marce BALL

Szwajcarska manufaktura BALL zajmuje się wytwarzaniem mechanicznych zegarków wysokiej klasy już od XIX wieku. Choć korzenie marki sięgają Stanów Zjednoczonych i są bezpośrednio skorelowane z amerykańskim kolejnictwem, a sama marka zrodziła się po katastrofie kolejowej w 1891 roku w Kipton, to produkcja czasomierzy, od przeszło 20 lat, odbywa się w Szwajcarii. Marka słynie

przede wszystkim z wyjątkowej precyzji wskazań swoich produktów, niezawodności oraz szeregiem unikalnych rozwiązań technicznych, jak i patentów. Firma jest swego rodzaju ewenementem pod tym względem na rynku, w szczególności biorąc pod uwagę relację jakości do ceny. Jak sugeruje slogan tego szwajcarskiego producenta - „Accuracy Under Adverse Conditions” (z ang. „Dokładność w niekorzystnych warunkach”) – zegarki projektowane są tak, by niezależnie od czynników zewnętrznych wskazywały czas, z jak największą precyzją. Zegarki można wykorzystywać w skrajnie niskich temperaturach, dochodzących nawet do -40°C, czy w miejscu działania wysokiego pola magnetycznego. Są odporne na wstrząsy.

Więcej informacji na temat niesamowitej historii manufaktury, produkcji, jak i patentach przeczytasz na oficjalnych stronach producenta:

BALL
OFFICIAL  STANDARD
Since 1891





BIURO ZAWODÓW

Biuro zawodów znajduje się w pomarańczowym namiocie na terenie EkoMariny w Mrągowie.

Godziny pracy biura zawodów:

- sobota, 26 sierpnia
– od 16:00 do 19:00 – wyłącznie dyżur telefoniczny pod numerem +48 58 500 42 42
- niedziela, 27 sierpnia
– od 7:00 do 9:30

Pakiet startowy można odebrać wyłącznie osobiście w godzinach pracy biura zawodów. Do odbioru pakietu startowego niezbędna jest karta zawodnika i dokument tożsamości ze zdjęciem. Licencje PZTri nie są wymagane na zawodach LOTTO Triathlon Energy. Zgłoszenia na zawody przyjmowane są wyłącznie elektronicznie przez system www.TimeRecords.pl



KARTA ZAWODNIKA

Każdy zawodnik przed odbiorem pakietu startowego jest zobowiązany do pobrania z systemu www.TimeRecords.pl karty zawodnika, jej wydrukowanie oraz podpisanie. Podpisaną kartę zawodnika należy przekazać w biurze zawodów przy odbiorze pakietu startowego.

Osoby niepełnoletnie w wyścigu Age Group obowiązkowo muszą dostarczyć zgodę rodzica lub opiekuna prawnego na druku organizatora. Druk zgody znajduje się do pobrania na stronie www.TriathlonEnergy.pl w menu Dla zawodnika -> Do pobrania



PAKIET STARTOWY

Każdy zawodnik w ramach pakietu startowego otrzyma następujące świadczenia:

- numer startowy – obowiązkowy do umieszczenia z przodu na etapie biegowym, nieobowiązkowy na etapie rowerowym
- komplet naklejek (3 x kask, sztyca podsiodłowa) – umieszczenie naklejek na kasku i sztycy podsiodłowej jest ob-

wiązkowe i będzie kontrolowane przez sędziów podczas wprowadzania rowerów do strefy zmian

- czepek pływacki z logo imprezy
- zwrotny chip do pomiaru czasu – do umieszczenia nad kostką
- opaska na rękę – umożliwiająca wstęp do strefy zmian oraz odbiór posiłku i rzeczy z depozytu
- ciepły posiłek po zawodach – wydawany na podstawie numeru startowego i opaski na rękę
- zabezpieczenie medyczne trasy zawodów
- zabezpieczenie etapu pływackiego przez ratowników WOPR.



ODPRAWA TECHNICZNA

Mocno zachęcamy i zapraszamy do udziału w odprawie technicznej przed zawodami. Odprawa odbędzie się on-line w sobotę, 26 sierpnia o godzinie 19:00 na oficjalnym profilu **LOTTO Triathlon Energy** na Facebooku. W trakcie odprawy zostaną przekazane informacje o przeprowadzeniu zawodów dotyczące rywalizacji sportowej, przepisów, a także omówione zostaną newralgiczne miejsca na trasie imprezy. Zachęcamy do zadawania pytań podczas odprawy. Na wszystkie pytania chętnie odpowiemy. Odprawa zostanie opublikowana jako film i będzie dostępna na oficjalnym profilu FB **LOTTO Triathlon Energy**.



PUNKTY ODŚWIEŻANIA

Na trasie zawodów będą dostępne punkty odświeżania. Brak punktu na trasie kolarskiej oraz jeden punkt na każdej pętli trasy biegowej.

Na trasie biegowej bufet będzie zaopatrzone w wodę w kubeczkach, izotonik AronPharma w kubeczkach, żele B-Pac AronPharma oraz banany.

Po przekroczeniu linii mety, na ternie EkoMariny będzie dostępny będzie bufet, który będzie oferował zawodnikom wodę, izotonik AronPharma, pomarańcze, banany oraz Coca Colę. Dodatkowo każdy zawodnik otrzyma ciepły posiłek.





STREFA ZMIAN

Strefa zmian będzie dostępna dla zawodników w następujących godzinach:

- niedziela od 7:00 do 11:15

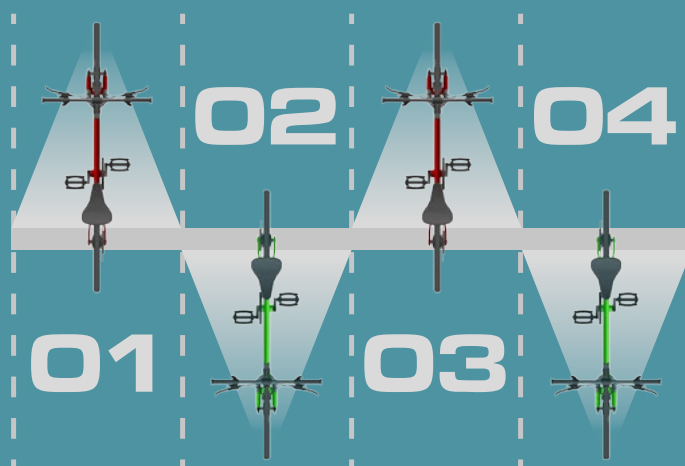
Przy wejściu do strefy zmian sędziowie dokonają kontroli sprzętu (kask) oraz sprawdzą stan techniczny roweru (sprawne hamulce i układ kierowniczy).

Przy stanowisku znajduje się koszyk, w którym można pozostawić swoje rzeczy. Włóż tam buty do jazdy na rowerze (jeśli takowych używasz), kask na rower, okulary, rękawiczki i wszystko inne czego będziesz potrzebować podczas zawodów. Pilnuj porządku w strefie zmian – jeżeli Twoje rzeczy znajdują się poza pojemnikiem sędziowie mogą nałożyć na Ciebie karę czasową, zgodnie z przepisami. Obowiązuje zakaz wieszania pianek na stojakach rowerowych.

Strefa zmian jest dostępna wyłącznie dla zawodników, nie mają do niej wstępu osoby postronne.

Pamiętaj, że po pływaniu roweru możesz dotknąć dopiero wtedy, kiedy masz na głowie założony i zapięty kask. Podobnie po etapie rowerowym kask możesz odpiąć dopiero wtedy, kiedy Twój rower zostanie prawidłowo odwieszony na stojaku.

Pamiętaj, aby prawidłowo umieścić swój rower na wieszaku – jak na obrazku.



Odbiór rowerów ze strefy zmian będzie możliwy wyłącznie w godzinach 13:00 – 15:30.

! Nie wyrzucaj numeru startowego po ukończeniu wyścigu, jest on podstawą do odbioru Twoich rzeczy z depozytu i strefy zmian.



WAŻNE INFORMACJE

Start wszystkich wyścigów odbędzie się jako start wspólny, a o wyniku i miejscu danego zawodnika decyduje tak zwany „gun time”, czyli czas od wystrzału startera do przekroczenia przez zawodnika linii mety.

Podczas zawodów należy zwrócić szczególną uwagę na punkty kontrolne / maty pomiarowe znajdujące się na trasie zawodów. Ominięcie punktu kontrolnego / maty pomiarowej lub skracanie trasy wyścigu może spowodować dyskwalifikację zawodnika przez sędziów.

Wszystkich zawodników obowiązuje zakaz śmiecenia na trasie zawodów. Śmiecenie na trasie może być karane przez sędziów dyskwalifikacją.

Po ukończeniu zawodów, każdy zawodnik może w namiocie BALL sprawdzić swój czas. Po przyłożeniu chipa do czytnika na monitorze pojawi się czas zawodnika.



DEPOZYT

Przed startem każdy zawodnik może skorzystać z depozytu. Depozyt znajduje się w oznaczonym namiocie przy biurze zawodów, dostępny dla zawodników od godziny 8:00 do zakończenia zawodów. Przy stanowisku depozytowym każdy zawodnik otrzyma worek do depozytu, na który należy opisać swoim numerem startowym.

Odbiór rzeczy z depozytu jest możliwy na podstawie numeru startowego i opaski na rękę. W przypadku zgubienia numeru i/lub opaski rzeczy z depozytu zostaną wydane dopiero po odbiorze rzeczy przez wszystkich zawodników.

Organizatorzy nie ponoszą odpowiedzialności za rzeczy przekazane do depozytu. Prosimy nie przekazywać do depozytu wartościowych przedmiotów w tym w szczególności sprzętu fotograficznego, komputerów, laptopów, tabletek, itp. z uwagi na brak możliwości kontroli stanu tych przedmiotów podczas przyjmowania i wydawania ich z depozytu.



PARKINGI

Zawodnikom rekomendujemy skorzystanie z następujących parkingów w Mrągowie:

- przy ul. Giżyckiej, wjazd do Mrongoville (dojazd tylko do godziny 8:15) - odległość do T1 około 350 m
- przy ul. Jaszczurcza Góra w ciągu ulicy za strefą zmian (dojazd do godziny 8:15) - odległość do T1 100 - 1000 m

- przy Hotelu Mercure Mrągowo Resort and Spa - parking płatny (dojazd przez cały czas od strony obwodnicy Mrągowo) - odległość do T1 około 450 m
- parking na terenie Mrongoville (dojazd przez cały czas przez ulicę Wolności i Młynową) - odległość do T1 około 1200 m



UTRUDNIENIA W RUCHU

W dniu 27 sierpnia 2023 roku (niedziela) w związku z rozgrywaniem zawodów LOTTO Triathlon Energy Mrągowo wystąpią utrudnienia w ruchu drogowym na terenie miejscowości Mrągowo, Szestno, Ruska Wieś i Rydważy.

W godzinach 8:30 - 11:30 całkowicie wyłączone z ruchu zostaną ulice Jaszczurcza Góra (od Giżyckiej do wjazdu na Ekomarinę), Giżycka od Jaszczurczej Góry do Królewieckiej, Młodkowskiego, Harcerska i Wolności oraz dalej droga wojewódzka DW 591 w kierunku Kętrzyna przez Szestno, Ruska Wieś.

Dodatkowo w dniach 26 i 27 sierpnia 2023 roku wyłączone z użytkowania zostaną boiska do koszykówki i siatkówki plażowej na terenie Ekomariny w Mrągowie. A w dniu 27 sierpnia wyłączony z użytkowania zostanie pomost plaży miejskiej z uwagi na umieszczenie na nim mety zawodów.





DRAFTING



Na trasie rowerowej obowiązuje całkowity zakaz draftingu. Zakaz draftingu oznacza, że etap rowerowy jest rozgrywany jako jazda indywidualna na czas. Każdy zawodnik powinien jechać sam od startu do mety etapu kolarskiego. Osoba jadąca z tyłu powinna przez cały czas utrzymywać dystans 10 m licząc od przedniego koła zawodnika jadącego przed nim do przedniego koła zawodnika jadącego z tyłu. W trakcie manewru wyprzedzania zawodnik ma 20 sekund na jego zakończenie, czyli przejechanie obok zawodnika i odjechanie od niego, tak aby osoba wyprzedzana nie znajdowała się w strefie draftingu. Osoba mijana jest zobowiązana do zachowania stałej prędkości lub spowolnienia w trakcie, gdy inny zawodnik ją wyprzedza.

Drafting dozwolony jest na odcinku wyjazdu i dojazdu do strefy zmian (od belki do ronda oraz od ronda do belki), a także na nawrotach.

W przypadku osób łamiących przepisy będą przez sędziów nakładane kary w postaci kartek:

- niebieska kartka – dotyczy kary czasowej za drafting
- żółta kartka – dotyczy upomnień za przewinienia
- czerwona kartka – dotyczy dyskwalifikacji zawodnika

Sędziowie nakładają kary w postaci kartek według swoich decyzji również za inne przewinienia jak np. utrudnianie wyprzedzania, pozostawianie śmieci na trasie zawodów, niesportowe zachowanie, niedozwolona pomoc z zewnątrz.

Dla zachowania bezpieczeństwa sędzia może opóźnić nałożenia kary.

Kary czasowe nie będą doliczane do końcowego czasu. Każdy zawodnik jest zobowiązany do odbycia kary czasowej w namiocie kar. Namiot kar będzie się znajdował w strefie zmian. Za zgłoszenie się do namiotu kar odpowiada zawodnik, niezgłoszenie się do namiotu kar oznacza dyskwalifikację zawodnika.

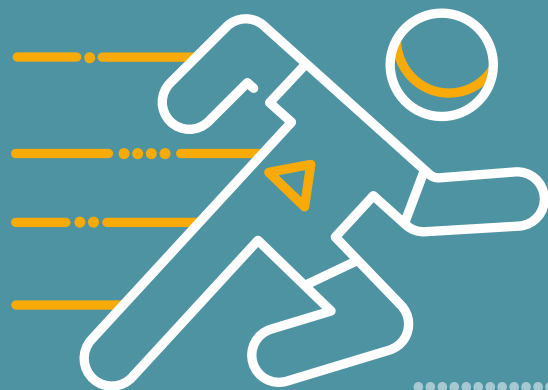


nego zawodnika danego wyścigu. Złożenie protestu wiąże się z koniecznością wpłaty kaucji w wysokości 100 złotych. Protesty bez wpłaconej kaucji pozostaną bez rozpatrzenia.

Protesty rozpatruje Komisja Odwoławcza. Skład Komisji Odwoławczej zostanie podany podczas odprawy technicznej przed zawodami.

W przypadku uznania protestu wpłacona kaucja podlega natychmiastowemu zwrotowi, w przypadku oddalenia protestu wpłacona kaucja przepada.

Decyzja Komisji Odwoławczej jest ostateczna i zamyka dalszą możliwość postępowania odwoławczego w kwestii rywalizacji sportowej i wyniku zawodów.



PROTESTY SPORTOWE

Wszelkie protesty dotyczące wyników i rywalizacji sportowej należy składać wyłącznie na piśmie do biura zawodów w terminie 60 minut od momentu przekroczenia linii mety przez ostat-

B-PAC[®]

SPORT

Oficjalny partner



Energia. Wytrzymałość. Regeneracja. Ochrona.
Innowacyjne suplementy diety dla sportowców.

#ZNAMIMOŻESZWIĘCEJ



kod rabatowy: **MRĄGOWO**
-20%*
ważny do 30.09.2023 r.

**CHCESZ DOWIEDZIEĆ SIĘ WIĘCEJ,
ODWIEDŹ NAS:**

**SKORZYSTAJ
Z WYJĄTKOWEJ OFERTY**



STREFA EXPO 27.08

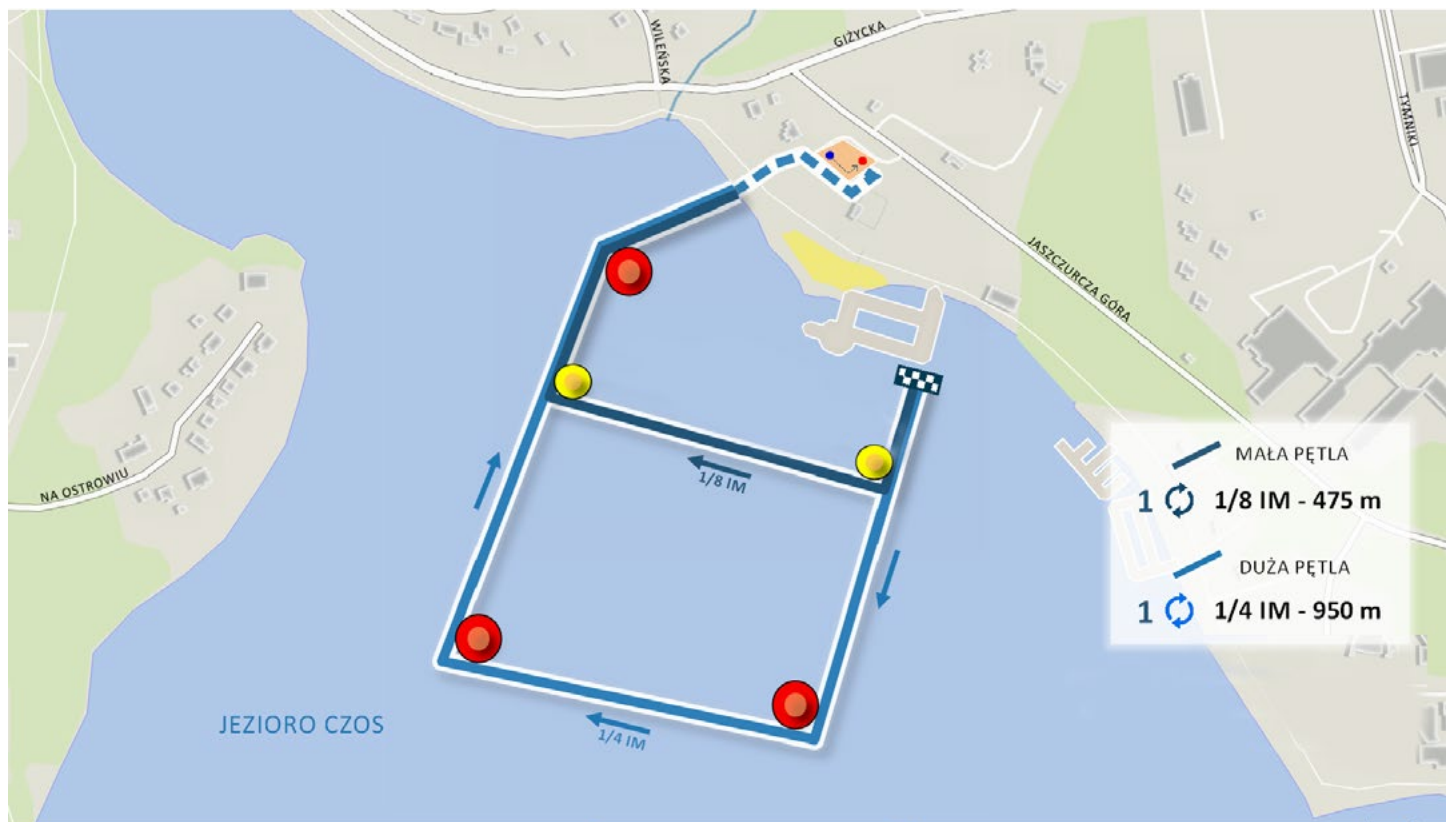
www.b-pac.pl

www.sklep.aronpharma.pl







*DOTYCZY PRODUKTÓW NIEPRZECENIONYCH, NIE ŁĄCZY SIĘ Z INNYMI PROMOCJAMI.



PLAN / MAPA - PŁYWANIE



LEGENDA:

-  START Z WODY
-  DUŻA PĘTLA PŁYWACKA
-  MAŁA PĘTLA PŁYWACKA
-  BOJA NAWROTOWA
-  DOBIEG DO T1
-  STREFA ZMIAN

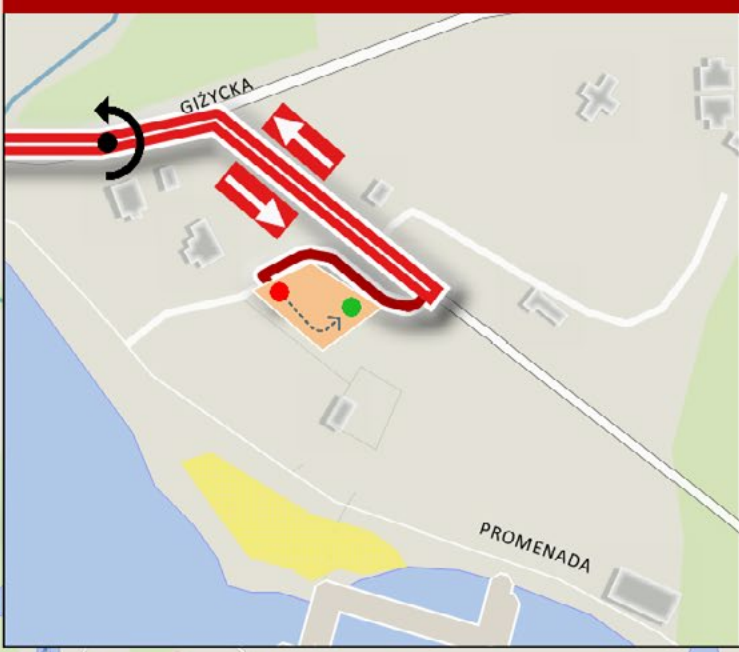




PĘTLA KOLARSKA - 22,5 km

- > 1/8 IM - 1 PĘTLA
- > 1/4 IM - 2 PĘTLE

STREFA ZMIAN



LEGENDA:

- PĘTLA KOLARSKA
- WYBIEG Z T1 / DOBIEG DO T2
- STREFA ZMIAN





LEGENDA:

- META
- PĘTLA BIEGOWA
- WYBIEG Z T2/DOBIEG DO METY
- STREFA ZMIAN
- WODA
- IZO
- BANANY
- STREFA FINISHERA



Wszechstronny i stabilny partner

w dostawach do gastronomii,
HoReCa i punktów zbiorowego
żywienia



TRANSGOURMET



Transgourmet.pl

kontakt@transgourmet.pl
infolinia: 0 800 467 322

Obserwuj nas

LinkedIn

/company/transgourmet-polska





KAMPERKI TURYSTYCZNE



Podróż marzeń – wszędzie, bez ograniczeń!

Oferujemy wynajem kamperów, który pozwoli Tobie poczuć wolność. To doskonały sposób na wygodne i niezależne podróże, jakie na długo pozostają w pamięci. Jeśli masz już dość wycieczek z biurem podróży i szukasz alternatywy, postaw na wynajem kampera. Dzięki temu samodzielnie podejmiesz decyzję co do celu podróży i tego, jak wyglądać będzie wycieczka.

Nie musisz martwić się dopasowaniem do godzin otwarcia hotelu.

Swój dom na kółkach przewieziesz w dowolne miejsce, ciesząc się ogromną swobodą.



Nasze kampery to: Panama, Havana i Tropicana .

Są to kamper vany, dla 2, 3 i 4 osób, które mają wiele zalet:

- integralna zabudowa powoduje lepszą dynamikę i komfort jazdy oraz mniejsze spalanie,
- mniejszy rozmiar pozwoli Ci wjechać do miast i zaparkować, jak również rozbić się na dziko, w miejscach niedostępnych dla większych kamperów.

Nasze kamper vany są nowe, w tym roku pierwszy raz wyjadą w trasy.

Są bogato i kompletnie wyposażone, w cenie wynajmu mają wszystko co jest potrzebne do podróży i wypoczynku.



Praca zdalna?

W kamperze możesz pracować z każdego zakątka świata.

SPRAWDŹ OFERTĘ:
kamperki.pl
tel. 519 511 000



Chcesz zabrać na wakacje swojego Pupila?

Przygotujemy dla niego paczkę ze smakołykami i zabawki.

PARTNER TYTULARNY:



LOTTO MTB ENERGY OLSZTYN 7-8.10 2023



WWW.MTBENERGY.PL

ZAPISY NA: WWW.TIMERECORDS.PL

Partnerzy





PARTNER TYTULARNY



GOSPODARZE

ORGANIZATOR



SPORT
ZMIENIA
MRAĞOWO



energy
EVENTS

STRATEGICZNY PARTNER TECHNICZNY CYKLU



SPONSOR STRATEGICZNY



OFFICIAL TIME KEEPER



SPONSORZY I PARTNERZY CYKLU TRIATHLON ENERGY



TRANSGOURMET



PATRON MEDIALNY



Gramy dla sportu



Każda złotówka, którą przeznaczasz
na gry liczbowe LOTTO, to 19 groszy
dla sportu i kultury.

