

# Kilpailusäännöt

Suomen Triathlonliiton hallitus, 18.5.2018

## Sisällysluettelo

1.	Yleistä.....	3
	Ohjeet kilpailun järjestäjälle: kilpailun järjestämissäännöt .....	3
	Ohjeet kilpailijalle: kilpailusäännöt .....	3
2.	Kilpailuoikeus, vakuutus, antidoping ja seurasiirrot .....	3
3.	Kilpailulisenssi .....	4
4.	Kilpailijan sarja .....	4
	Viralliset kilpailusarjat.....	4
	SM- joukkuesarjat .....	5
	Joukkuekilpailumuodot.....	5
	Joukkuekilpailu .....	5
	Erillinen joukkuekilpailu .....	5
	Viestikilpailu.....	5
5.	Kilpailumatkat.....	6
	Triathlon .....	6
	Talvutriathlon.....	6
	Maastotriathlon.....	7
	Maastoduathlon .....	7
	Aquathon .....	7
	Duathlon .....	8
	Swimrun.....	8
6.	SM- osanottomaksut .....	8
7.	Osanottomaksun maksaminen .....	8
8.	Ilmoittautuminen.....	9
9.	Osanoton varmistus.....	9
10.	Tiedotustilaisuus.....	9
11.	Kilpailunumero .....	10
	Uinti .....	10
	Pyöräily .....	10

20.7.2019

Juoksu .....	10
12. Kilpailuasuu.....	10
Uinti .....	10
Uintiasu märkäpuvun ollessa kielletty .....	10
Uintiasu märkäpuvun ollessa sallittu .....	11
Pyöräily .....	11
Juoksu .....	11
13. Kilpailuvälineet ja -varusteet .....	11
Katsastus ja pyörään liittyvät määräykset .....	11
14. Peesivapaat kilpailut .....	11
15. Ohjaustanko peesikieltokilpailuissa .....	12
16. Vaihtoalue.....	12
17. Kilpailusuoritus .....	13
Uinti .....	13
Pyöräily .....	13
18. Peesivapaat kilpailut .....	13
19. Peesikieltokilpailut.....	13
20. Talvutriathlon, maastotriathlon, maastoduathlon .....	14
21. Tulokset .....	14
22. Tuomarineuvosto.....	14
23. Vastalause- ja valitusmenettely.....	14
Maksut .....	15
24. Sääntörikkomukset ja rangaistukset.....	15
Varoitus.....	15
"STOP AND GO" rangaistus.....	15
Hylkäys.....	16
Kilpailukiello .....	16
Aikasakko .....	16
25. Syitä erilaisiin rangaistuksiin.....	16
Varoitus.....	16
STOP AND GO rangaistus (seis ja mene) 1-10min.....	16
Hylkäys.....	17

## 1. Yleistä

Suomen Triathlonliiton (myöhemmin Liitto) tehtävänä on mm. valvoa liiton alaisten kilpailujen järjestämistä liittokokousten ja liittohallituksen päätösten mukaisesti. Nämä ovat Liiton kilpailusäännöt, jotka ovat laadittu ETU:n, ITU:n ja Liiton kilpailunjärjestämissääntöjen, -määräysten ja toimintasäännön pohjalta. Vuoden 2018 aikana uudistetut kilpailusäännöt korvaavat aikaisemmat kilpailusäännöt ja kilpailumääräykset. Uudistuksen tarkoituksena on ollut sääntöjen yhdistäminen, yhtenäistäminen sekä yksinkertaistaminen.

Säännöt sisältävät joitakin kansallisia erityispiirteitä. Ristiriita-tapauksissa ratkaisevat SM- sekä kansallisissa kilpailuissa nämä Suomen Triathlonliiton kilpailusäännöt ja kansainvälisissä arvokilpailuissa ETU:n ja ITU:n kilpailumääräykset ja -säännöt.

### Ohjeet kilpailun järjestäjälle: kilpailun järjestämissäännöt

Kilpailun järjestämissäännöissä annetaan määräykset ja ohjeet kilpailun järjestämisestä.

### Ohjeet kilpailijalle: kilpailusäännöt

Kilpailusäännöissä annetaan kilpailijoille määräykset ja ohjeet ennen kilpailua, kilpailupaikalla ja kilpailun aikana noudatettavaksi. Samoin säännöissä määritellään varusteet, joita kilpailussa voidaan käyttää. Kilpailusäännöissä määritellään myös joukkuekilpailun ohjeet. Kilpailusäännöissä on myös määritelty rangaistukset, vastalauseet ja valitusmenettelyt.

## 2. Kilpailuoikeus, vakuutus, antidoping ja seurasiirrot

Kilpailijan tulee olla Suomen Triathlonliiton kuuluvan seuran jäsen (liitto ilmoittaa erikseen poikkeuksista) ja hänen tulee olla rekisteröity Liiton järjestelmään, sekä omata tapaturmavakuutus.

Ilmoittautumalla Liiton viralliseen kilpailun urheilija sitoutuu noudattamaan ETU:n, ITU:n, KOK:n, ADT:n antidoping- ja Suomen Triathlonliiton sääntöjä ja määräyksiä sekä tutustumaan erityisesti julkaisuun "Kielletyt lääkeaineet ja menetelmät urheilussa" ([www.suek.fi](http://www.suek.fi)), sekä Suomen Triathlonliiton Antidopingohjelmaan ja noudattamaan niissä annettuja ohjeita ja määräyksiä. Ilmoittautumisellaan urheilija ilmoittaa myös vastavansa kilpailutilanteen aikana voimassa olevalla tapaturmavakuutuksellaan henkilökohtaisesti mahdollisista vahingoista.

Kilpailijan tulee noudattaa yleisiä eettisiä ohjeita ja käyttäytyä reilun urheiluhengen mukaisesti kansakilpailijoitaan ja kaikkia muita urheilutoiminnassa mukana olevia tahoja kohtaan.

Kilpailija voi olla usean triathlonseuran jäsen, mutta hän voi edustaa yhden kauden aikana vain yhtä seuraa. Kilpailijan edustus oikeus määräytyy kauden ensimmäisen kilpailun perusteella. Kilpailija on sidottu koko kilpailukauden siihen seuraan, jonka jäsen hän on liiton järjestelmässä ja jota hän edustaa kauden ensimmäisessä kilpailussa. Kilpailija on vastuussa tietojen ajantasaisuudesta liiton jäsentietojärjestelmässä.

Ulkomaan kansalainen, jolla on vakituinen asuinpaikka Suomessa, saa edustaa Suomen Triathlonliiton alaista seuraa. Urheilija saa osallistua seuran jäsenenä SM-kilpailuihin, mutta viralliseen Suomen Mestaruutta koskevaan tulosluetteloon kirjaaminen on mahdollista aikaisintaan silloin, kun urheilijalla on ollut Liiton/ seuran jäsen 13 kuukauden ajan ja kun hän on tänä aikana osallistunut vähintään kolme kertaa Liiton alaiseen kilpailuun. Kansainvälisiin arvokilpailuihin Suomen maajoukkue edustajaksi voidaan nimetä vain Suomen kansalainen. Ulkomaalaisen kilpailijan, joka ei ole suomalaisen triathlonseuran jäsen, tulee esittää oman kansallisen liiton voimassa oleva kilpailulisenssi virallisissa liiton alaisissa kilpailuissa. Lisenssin puuttuessa hänen tulee lunastaa kilpailua varten kertalisenssi kilpailun järjestäjältä. Ulkomaalainen kilpailija on oikeutettu saamaan esine- tai rahapalkinnon avoimista SM-kilpailuista, mutta ei kuitenkaan SM-arvoa.

Virallisiin Liiton alaisiin kilpailuihin voi osallistua kilpailun ulkopuolelta (ikäluokkasarjoihin) ilman Liiton alaiseen seuraan kuulumista, mutta tällöin ei voi saada virallista sijoitusta SM-tulosluettelosta.

### 3. Kilpailulisenssi

Jokaisella Liiton jäsenseuraan kuuluvalla jäsenellä on automaattisesti oikeus osallistua liiton alaisiin virallisiin kilpailuihin, kun hänen tietonsa löytyvät liiton jäsenrekisterijärjestelmästä kuusi (6) vuorokautta ennen kilpailua. Seuran liittojäsenmaksu sisältää oikeuden kilpailla kotimaassa. Kansainvälisiin kilpailuihin tulee hankkia erillinen kansainvälinen lisenssi liitosta (ohjeet löytyvät liiton [www-sivuilta](http://www.sivuilla)).

Kilpailija vastaa itse voimassa olevasta tapaturmavakuutuksesta, joka on voimassa kilpailun aikana. Ilmoittautumalla Liiton alaiseen viralliseen kilpailuun kilpailija sitoutuu myös vastaamaan kilpailutilanteen aikana voimassa olevalla tapaturmavakuutuksellaan henkilökohtaisesti mahdollisista vahingoista.

Kilpailujen yhteydessä toteutettavissa kuntotapahtumissa virallista seuran jäsenyyttä ei vaadita, mutta yksityistapaturmavakuutuksen voimassaolo on suotavaa. Kuntosarjoihin osallistuvia koskevat samat säännöt kuin virallisiin sarjoihin osallistuvia, ellei järjestäjän ohjeissa ole toisin mainittu.

Puuttumiskynnyksen rikkeisiin määrittää järjestäjä.

### 4. Kilpailijan sarja

#### Viralliset kilpailusarjat

MYL (miehet yleinen), NYL (naiset yleinen), M/N 19-18, M/N 17-16, M/N 15-14, M/N 13-12, M/N20-24, M/N 25-29, M/N30-34, M/N35-39, M/N40-44, M/N45-49, M/N50-54, M/N55-59, M/N60-64, M/N65-69, M/N70-74 ja M/N75->.

Kilpailijan ikäsarjasarja on sama koko kalenterivuoden. Sarja määräytyy sen kalenterivuoden mukaan, jonka aikana kilpailija täyttää sarjan ikärajan, joka on ilmaistu sarjan tunnusnumerossa. Kilpailun järjestäjä määrittelee järjestettävät sarjat kilpailuhakemuksessa/kilpailukutsussa, mikäli ne poikkeavat tässä ohjeesta. SM-kilpailusarjat päättää aina liiton hallitus.

Nuorten sarjoissa M/N19-15 ovat seuraavat matkarajoitukset:

- Triathlon pitkä matka: ei sarjoja M/N19-15
- Triathlon puolimatka: ei sarjoja M/N17-15
- Triathlon perusmatka: ei sarjoja M/N17-15
- Duathlon pitkä matka: ei sarjoja M/N17-15.

## SM- joukkuesarjat

Liiton alaisissa kilpailuissa voidaan laskea joukkuepisteitä.

Joukkueulosarjat ovat:

- miehet (MYL, NYL, M/N23-17, M/N35-75)
- naiset (NYL, N23-17, N35-75)
- nuoret (M/N23-17)
- masters 1 (M/N 35-75)
- masters 2 (M/N 45-75)
- masters 3 (M/N 55-75)

## Joukkuekilpailumuodot

### Joukkuekilpailu

Joukkueuloskilpailussa seuran/yhteisön kolmen parhaan kilpailijan tulos lasketaan yhteen ja näin saatu yhteisaika on seuran/yhteisön joukkueulos. SM-joukkuekilpailuun voivat osallistua SM-kilpailuissa vain seura-joukkueet: miehet, naiset, nuoret (M/N23-17) ja masters I (M/N35-75), masters II (M/N45-75) ja masters III (M/N55-75), muissa kilpailuissa kilpailun järjestäjän hyväksymät joukkueet.

### Erillinen joukkuekilpailu

SM-kilpailuna voidaan järjestää myös erillinen joukkuekilpailu, jossa seuran joukkueen muodostaa 2-3 kilpailijaa, jotka yhdessä suorittavat kilpailun ja joukkueen tulos määräytyy joukkueen toisen kilpailijan ylittäessä maalilinjan. Kilpailu toteutetaan väliaikalähdöllä ja peesikiellettyinä toisiin joukkueisiin nähden.

### Viestikilpailu

- 1) Sekajoukkueviesti, 2 naista, 2 miestä. Jokainen suorittaa täydellisen triathlonkilpailun järjestyksessä nainen, mies, nainen, mies. Kokonaisu aika määräytyy ensimmäisen suorituksen alusta viimeisen lopetukseen, ilman että ajanottoa lopetetaan välissä. Nopeimman kokonaisajan tehnyt joukkue voittaa.
- 2) Joukkueviesti, joukkueeseen kuuluu joko 3 miestä tai 3 naista, joista jokainen suorittaa kokonaisen triathlonin. Kokonaisu aika määräytyy ensimmäisen suorituksen alusta viimeisen lopetukseen, ilman että ajanottoa lopetetaan välissä. Nopeimman kokonaisajan tehnyt joukkue voittaa.
- 3) Viestikilpailussa jokaisen lajin suorittaa eri henkilö. Viestinvaihdot tapahtuvat väliajanottopisteen jälkeen ja ennen vaihtoaluetta. Pyöräilyosuuden viestinviejän tulee hakea pyöränsä telineestä saatuaan viestin ja palauttaa se telineeseen ennen viestin luovuttamista.

Kokonaisaika määräytyy ensimmäisen suorituksen alusta viimeisen lopetukseen, ilman että ajanottoa lopetetaan välissä. Nopeimman kokonaisajan tehnyt joukkue voittaa.

## 5. Kilpailumatkat

Alla määritellyjä ohjeellisia matkoja voidaan muuttaa silloin, kun turvallisuus- ja muut erikoisreitit niin vaativat.

### Triathlon

	Uinti / m	Pyöräily / km	Juoksu / km
M/N 13-12	300	5	1,5
M/N 15-14	400	10	2,5
Supersprint	400	10	2,5
Pikamatka	750	20	5
Perusmatka	1500	40	10
Puolimatka	1900	90	21,1
Pitkä matka	3800	180	42,2

### Talvutriathlon

	Juoksu / km	Maastopyöräily / km	Hiihto / km
M/N 13-12	määritetään kilpailukoh- taisesti	määritetään kilpailukoh- taisesti	määritetään kilpailukoh- taisesti
M/N 15-14	määritetään kilpailukoh- taisesti	määritetään kilpailukoh- taisesti	määritetään kilpailukoh- taisesti
Joukkuekilpailu	3	5	4
Sprinttimatka	4	6	6
Perusmatka	9	14	12

## Maastotriathlon

	Uinti / m	Maastopyöräily / km	Juoksu / km
M/N 13-12	määritetään kilpailukoh- taisesti	määritetään kilpailukoh- taisesti	määritetään kilpailukoh- taisesti
M/N 15-14	määritetään kilpailukoh- taisesti	määritetään kilpailukoh- taisesti	määritetään kilpailukoh- taisesti
Joukkuekilpailu	200	5	2
Sprinttimatka	500	10	5
Perusmatka	1500	20	10

## Maastoduathlon

	Juoksu / km	Maastopyöräily / km	Juoksu / km
M/N 13-12	määritetään kilpailukoh- taisesti	määritetään kilpailukoh- taisesti	määritetään kilpailukoh- taisesti
M/N 15-14	määritetään kilpailukoh- taisesti	määritetään kilpailukoh- taisesti	määritetään kilpailukoh- taisesti
Joukkuekilpailu	1,5	5	5
Sprinttimatka	4	10	2
Perusmatka	8	20	4

## Aquathon

	Juoksu / km	Uinti / m	Juoksu / km
M/N13-12	määritetään kilpailukoh- taisesti	määritetään kilpailukoh- taisesti	määritetään kilpailukoh- taisesti
M/N15-14	määritetään kilpailukoh- taisesti	määritetään kilpailukoh- taisesti	määritetään kilpailukoh- taisesti
Perusmatka	2,5	100	2,5
Pitkä matka	5	2000	5

## Duathlon

	Juoksu / km	Pyöräily / km	Juoksu / km
M/N13-12	määritetään kilpailukohtaisesti	määritetään kilpailukohtaisesti	määritetään kilpailukohtaisesti
M/N15-14	määritetään kilpailukohtaisesti	määritetään kilpailukohtaisesti	määritetään kilpailukohtaisesti
Joukkuekilpailu	2	8	1
Sprinttimatka	5	20	2,5
Perusmatka	10	40	5
Pitkä matka	20	80	10

## Swimrun

Matka määritellään kilpailukohtaisesti.

### 6. SM- osanottomaksut

SM- sekä kansallisessa kilpailussa osanottomaksun suuruuden määrittelee kilpailun järjestäjä kilpailulupahakemuksessaan. Järjestäjä voi (aika)porrastaa maksuja, tarkka esitys tästä on tehtävä kilpailuhakemuksessa.

Kilpailujärjestäjällä on oikeus periä osanottomaksu peruutustilanteissa peruutuksen syystä riippumatta.

Osanottomaksun tulee sisältää vähintään kilpailuun osallistumisen, juomahuollon, säännöissä mainitut kilpailuvarusteet, peseytymismahdollisuuden välittömästi kilpailun jälkeen ja kilpailuaikaisen ensiavun.

### 7. Osanottomaksun maksaminen

Osanottomaksu tulee maksaa välittömästi ilmoittautumisen yhteydessä. Liiton virallisissa kilpailuissa tulee olla sähköinen järjestelmä, joka mahdollistaa osallistujan reaaliaikaisen maksamisen ja vastaa tietoturvaltaan voimassa olevan tietoturva-asetuksen vaatimuksia (GDPR).

SM-kilpailuissa viimeinen ilmoittautumispäivä on kuusi (6) vuorokautta ennen kilpailua.



## 8. Ilmoittautuminen

Ilmoittautumisen Liiton virallisiin kilpailuihin tulee tapahtua sähköisesti järjestelmällä, joka mahdollistaa reaaliaikaisen maksamisen, ja vastaa tietoturvaltaan voimassa olevantietoturva-asetuksen vaatimuksia (GDPR) sekä ilmoittautuneiden reaaliaikaisen seurannan järjestäjän sivuilta.

Ilmoittautumisen tulee sisältää vähintään:

- Kilpailijan suku- ja etunimi
- osoite ja postinumero
- seura ja sarja
- syntymäaika
- sähköpostiosoite
- yhteyshenkilön yhteystiedot onnettomuustilanteissa.

Ilmoittautuminen tulee tehdä järjestäjän ilmoittamalla tavalla. Ilmoittautuminen katsotaan viralliseksi ja vahvistetuksi, kun kaikki järjestäjän pyytämät tiedot on toimitettu, osanottomaksu on maksettu kokonaisuudessaan ja osallistujan nimi näkyy kilpailun osanottajalistalla. Muissa tapauksissa ilmoittautuminen on ehdollinen ja osanotto voidaan evätä.

Ilmoittautumalla ja osanottomaksun maksamalla kilpailija hyväksyy kilpailun säännöt.

SM-kilpailuissa viimeinen ilmoittautumispäivä on 6 vuorokautta ennen kilpailua klo 24.00, mikäli järjestäjä ei ole määritellyt muuta aikaisempaa ajankohtaa. Ilmoittautumisaika tai muut mahdolliset rajoitukset (esim. kilpailijoiden enimmäismäärä) on ilmoitettava hakemuksessa. Kansallisissa kisoissa ilmoittautumisaian määrittää järjestäjä.

Liitto julkistaa SM-kilpailun osanottajaluettelon tai linkin tapahtumajärjestäjän sähköiseen osallistujaluetteloon viimeistään 3vrk ennen kilpailua. Järjestäjän tulee toimittaa liitolle viimeistään 8 tuntia ilmoittautumisaian (klo 24.00) päättymisen jälkeen lopullinen osanottajaluettelo tai linkki sähköiseen osallistujaluetteloon.

## 9. Osanoton varmistus

Kilpailijan tulee suorittaa osanoton varmistus järjestäjän määräämällä tavalla tai viimeistään tuntia ennen kilpailun alkua. Joukkuekilpailuun osallistuvan seuran tulee kirjallisesti ilmoittaa joukkueen lopullinen kokoonpano kilpailutoimistossa viimeistään tuntia ennen ensimmäisen kilpailulähdön alkua, mikäli joukkueen jäseniä ei ole aikaisemmin ilmoitettu tai kokoonpano on muuttunut aikaisemmin ilmoitetusta.

## 10. Tiedotustilaisuus

Kilpailijoille järjestetään ennen kilpailua tiedotustilaisuus, jossa kerrotaan mm. veden lämpötila ja syvyys, aikarajoitukset, märkäpuvun käyttö, toiminta vaihtoalueilla, pyöräilyn aloituspaikka ja muuta oleellista kilpailun kulkuun liittyvää.

Kilpailija on velvollinen osallistumaan tilaisuuteen.

## 11. Kilpailunumero

### Uinti

Kilpailunumero voidaan merkitä vasempaan olkavarteen ja sääreen. Uimalakki on pidettävä päässä uinnin ajan.

### Pyöräily

Kilpailunumeron on oltava kokonaan näkyvissä takapuolella. Pyörässä tulee olla kilpailijan numero, jonka antaa järjestäjä.

### Juoksu

Kilpailunumeron on oltava kokonaan näkyvissä etupuolella.

## 12. Kilpailuasua

Kilpailija vastaa kilpailusääntöjen mukaisista varusteistaan. Sääntö koskee kaikkia Liiton alaisia kilpailuja ja kilpailuiden kaikkia sarjoja.

### Uinti

Miehillä vähintään uimahousut, naisilla kaksiosainen tai kokonainen uima-asu. Uimalasit on sallittu ja märkápuku jatkossa kuvatuin ehdoin. Kaikki muut apuvälineet ja varusteet on kielletty, myös märkápuvun pelkän ylä- tai alaosan käyttö.

Märkápuvun suurin paksuus on 5mm ja se on pakollinen seuraavissa tilanteissa: Aina alle 17 asteisessa vedessä, alin kilpailulämpötila on 13 astetta.

Märkápuku on kielletty, jos vesi on reitin etäisimmässä kohdassa 60 cm syvyydessä

Uinnin pituus m	märkápuku sallittu °C saakka	Huom.
0 – 1500	20	ETU ja ITU eliitti
0 - 1500	22	
1501 - 3000	23	
3001 - 4000	24	

Jos ilman lämpötila on alle 15, märkápuvun käyttöä rajoittavat asteet nousevat 1 asteella ylöspäin. Märkápuvun käyttörajoitukset koskevat vain Liiton virallisia kilpailusarjoja.

### Uintiasu märkápuvun ollessa kielletty

Silloin kun märkápuku on veden korkean lämpötilan vuoksi kielletty, kilpailijan kilpailuasua uinnin aikana on enintään se, jolla kilpailija suorittaa pyöräilyosuuden. Lisäasun käyttö uinnin aikana aiheuttaa kilpailusuorituksen hylkäämisen.

## Uintiasu märkäpuvun ollessa sallittu

Märkäpuvun ollessa sallittu kilpailijalla saa olla uinnin aikana kilpailuasun päällä vain yksi märkäpuku tai vastaava.

## Pyöräily

Pyöräilyosuudelle lähdetessä kilpailija saa lisätä kilpailuasun päälle tarvittavia lisäasusteita.

- Ylävartalo
  - paita tai vastaava
- alavartalo
  - vähintään uimahousut
- pää
  - pyöräilykypärä.

Pyöräilykypärän tulee olla kiinni koko pyöräilysuorituksen ajan ja myös vaihtoalueella (pyöräkosketus). Eli kypärä lukitaan ennen tarttumista pyörään ja hihnan lukko avataan vasta sitten, kun pyörä on asetettu telineeseen.

## Juoksu

- Ylävartalo
  - paita tai vastaava
- alavartalo
  - vähintään uimahousut

## 13. Kilpailuvälineet ja -varusteet

### Katsastus ja pyörään liittyvät määräykset

Pyörien ja varusteiden katsastus suoritetaan järjestäjän toimesta ennen vaihtoalueelle menoa. Jokainen kilpailija on veloitettu osallistumaan katsastukseen järjestäjän määräämällä tavalla.

- Pyöräilykypärän on oltava hyväksyttyä mallia (CE) ja ulkoisesti tarkasteltuna ehjä.
- Kypärän on oltava kiinni koko pyöräilysuorituksen ajan ja myös vaihtoalueella (pyöräkosketus).
- Pyörässä on oltava toimivat jarrut. Levyjarrut sallittu.
- Levykiekko on sallittu vain takapyörässä. (kielletty kokonaan peesivapaissa lähdöissä)
- Kilpapyörää ei voi vaihtaa ajon aikana.
- Vaihtoalueella ajo on kielletty.

## 14. Peesivapaat kilpailut

### Elite ja nuorten sarjat (17v, 19v ja 23v):

- Ainoastaan perinteiset ohjaustangot ovat sallittuja. Ohjaustankojen päät tulee olla tulpattuja
- Lisätangot ovat sallittuja, jos ne eivät ylitä jarrukahvojen ulointa linjaa.
- Lisätangot tulee olla tehdasvalmisteisesti yhdistettynä toisiinsa.
- Jarrukahvoja, eikä vaihdevipuja saa liittää lisätankoihin.

- Lisätangon korkeimman kohdan ja kyynärtukien matalimman kohdan korkeusero vaakasuunnassa ei saa olla yli 10 cm.
- Vesipulloja ei saa kiinnittää ohjaustankoon tai lisätankoon.
- Levykiekon käyttö on kielletty.

### Masters-ikäsarjat

- Ainoastaan perinteiset ohjaustangot ovat sallittuja. Kiista tilanteessa ylituomari määrittää ohjaustangon tavanomaisuuden.
- Ohjaustankojen päät tulee olla tulpattuja
- Levykiekon käyttö on kielletty.



## 15. Ohjaustanko peesikieltokilpailuissa

Peesikieltokilpailuissa ei ole ohjaustankoa koskevia rajoituksia.

## 16. Vaihtoalue

Kilpailija käyttää järjestäjän osoittamaa paikkaa vaihtoalueella. Korjaus- ja huoltotöitä ei saa suorittaa vaihtoalueella, vaan ne tulee tehdä kilpailunjärjestäjän erikseen määrittelemällä huoltoalueella. Pyörällä ajo vaihtoalueella on kielletty. Kilpailijan rikkoutunut rengas saadaan vaihtaa avustajan toimesta, mikäli kilpailija on saanut siihen vaihtoalueen päällikön luvan ja kilpailijat ovat jo siirtymässä uinnin lähtöalueelle.

## 17. Kilpailusuoritus

Kilpailija tekee kilpailusuorituksensa täysin yksin ja omalla vastuullaan järjestäjän osoittamaa reittiä sekä annettuja ohjeita ja sääntöjä noudattaen.

Kilpailija on velvollinen tutustumaan kilpailureittiin ennen kilpailua. Avustajat eivät saa seurata kilpailija miltään ajoneuvolla tai juosten. Kilpailija ei saa ottaa vastaan mitään apua kilpailusuorituksen aikana, paitsi juomaa ja ruokaa järjestäjän osoittamilla huoltoalueilla. Avustaja saa kuitenkin antaa neuvoja reitin ulkopuolelta. Kilpailija ei saa estää eikä vaikeuttaa toisen kilpailijan suoritusta.

Keskeyttämisen tai hylkäyksen jälkeen kilpailunumero on poistettava ja kilpailijan on poistuttava kilpailureitiltä. Keskeytyksestä on ilmoitettava ajanottoon tai muutoin järjestäjän ohjeistamalla tavalla.

### Uinti

Kilpailija saa uida millä tyylillä tahansa. Lähtöä ja maalia lukuun ottamatta kilpailija ei saa käyttää pohjaa eikä kelluvia tai kiinteitä rakenteita tai vastaavia edetäkseen uintireitillä. Köysissä tai poijuissa saa levätä. Välipoijut saa ohittaa molemmin puolin. Kilpailijan tulee nostaa kätensä pystyyn uinnin aikana, mikäli hän tarvitsee apua turvaveneeltä. Uimalakki on pidettävä päässä uinnin ajan ja se on luovutettava järjestäjän osoittamaan paikkaan.

### Pyöräily

Kilpailijan tulee noudattaa kilpailujärjestäjän ja tuomareiden ohjeita ja erityisesti liikennesääntöjä silloin, kun kilpaillaan sulkemattomilla teillä. Yleisillä teillä liikuttaessa on aina voimassa Suomen tieliikennelaki, ellei järjestäjän toimesta ole toisin ilmoitettu.

## 18. Peesivapaat kilpailut

Järjestäjä ilmoittaa kilpailuohjeissa, onko kilpailu peesivapaa vai peesikieltokilpailu.

Jos kilpailussa on sekä peesivapaita, että peesikiellettyjä sarjoja, lähdöt tulee järjestää erillisinä. Samassa lähdössä ei saa olla peesikielto- ja peesivapaita sarjoja. SM-kilpailuissa miesten ja naisten eliittisarjojen lähtö pyritään toteuttamaan erillisenä. Mikäli erillislähtöä ei ole mahdollista järjestää, on kaikilla samassa lähdössä olevilla oikeus peesata toisiaan sarjoista riippumatta.

Talvitriathlonkilpailuissa ja maastolajeissa on peesivapaus kaikissa sarjoissa.

## 19. Peesikieltokilpailut

Peesikielto on voimassa aina perusmatkaa pidemmällä matkoilla kaikissa sarjoissa. Kilpailijan on käytettävä tien oikeaa reunaa, ellei järjestäjä ole antanut muuta ohjetta.

Peesikieltoalue on kotimaan kilpailuissa 3 m sivusuuntaan x 10 m edellä ajavan takapyörän takareunasta takana ajavan etupyörän etureunaan. Kilpailijan ohitus katsotaan tapahtuneeksi, kun ohittavan etupyörän taso ylittää ohitettavan vastaavan tason. Ohituksen jälkeen ohitetun on 30 metrin matkalla jättäydyttävä 10 metrin päähän ohittajan takapyörän reunasta. Jättäytymisen aikana ajolinjan muuttaminen vasemmalle katsotaan peesaukseksi.

Kilpailijan aloittaessa edellä ajavan kilpailijan (kilpailijoiden) ohituksen, tulee varmistua ohituksen turvallisuudesta. Kilpailijan on ohitettava edellä ajava ajoryhmä koko sen matkalta ja vasta lopuksi siirryttävä ajo-linjalle radan oikeaan laitaan. Ohituksen tulee olla vauhdiltaan koko-aikaisesti eteenpäin vievää ja nopeampaa, kuin ohitettavien. Ohitus ei saa kestää yli 30 sek. Ohitettavan ajoryhmän väliin siirtyminen on kiellettyä. Tästä sääntörikkomuksesta (= peesirikkomus) seuraamuksena on peesirangaistus.

Rinnakkain ajaminen on kielletty ja se tulkitaan peesaukseksi.

Peesikieltomatka muihin ajoneuvoihin on 35 m.

Peesirangaistukset määritellään kilpailukohtaisesti.

## 20. Talvutriathlon, maastotriathlon, maastoduathlon

Talvutriathlonissa, maastotriathlonissa ja maastoduathlonissa noudatetaan soveltuvin osin triathlonin ja duathlonin sääntöjä. Juoksukengissä sallitaan nastat. Lumikenkien ja luistinten terien mitat on rajoitettu ITU:n sääntöjen mukaisesti. Pyöräilykypärän käyttö hiihdon aikana on sallittua. Maastopyörän rengaskoko on 26/27,5/29 tuumaa ja rengasleveys vähintään 40 mm. Peesaus on aina sallittua.

## 21. Tulokset

Kilpailutulos on aika ensimmäisen osan lähdöstä viimeisen osan loppuun saakka. Väliajat otetaan ensimmäisen osan loppuessa ja viimeisen osan alkaessa. Kilpailijoiden ja seurojen edustajien tulee saada tutustua alustaviin tuloksiin.

Tuloksia koskevat huomautukset tulee tehdä kilpailun järjestäjälle kolmen (3) vuorokauden kuluessa kilpailun päättymisestä. Mikäli järjestäjän ratkaisu ei tyydytä kilpailijaa, asiasta voi tehdä kirjallisen vastalauseen Liiton hallitukselle vastalausemenettelyn mukaisesti. Järjestäjä/Liitto julkistaa viralliset tulokset Internetissä.

## 22. Tuomarineuvosto

Tuomarineuvostoon nimetään ylituomarin ja järjestäjän edustajien lisäksi myös kilpailijoiden edustaja.

## 23. Vastalause- ja valitusmenettely

Vastalause/ reklamaatio voidaan tehdä kanssakilpailijaa, kilpailun järjestäjää tai tuomarin toimintaa vastaan. Vastalauseen tekee urheilija. Vastalause tulee jättää kirjallisena tuomarineuvostolle ja siihen tulee liittää tosite vastalausemaksusta 100€. Vastalausemaksu maksetaan kilpailun järjestäjälle.

Vastalause kilpailureitin turvallisuutta kohtaan tulee jättää vähintään 24 tuntia ennen kilpailun lähtöä. Vastalauseen jättöaika päättyy 15 min maaliviivan ylityksestä. Vastalauseen vastaanottaja merkkää kellonajan, jolloin hän vastaanottaa vastalauseen. Jos aika ylittyy, vastalausea ei käsitellä ja kilpailija menettää myös valitusoikeuden Liiton hallitukselle.

Mikäli vastalause hyväksytään, maksu palautetaan kokonaisuudessaan kilpailijalle. Mikäli kilpailija on tyytymättömän tuomarineuvoston päätökseen, asiasta voi tehdä kirjallisen valituksen liiton hallitukselle 14 vrk:n kuluessa. Valituksen käsittelymaksu maksetaan liiton tilille. Valitukseen tulee liittää tosite valituksenkäsittelymaksusta. Valituksen käsittelymaksu on 200€. Valituksen käsittelymaksua ei palauteta.

Vastalauseeseen tulee sisältää ainakin seuraavat tiedot:

1. Oletettu rikkomus
2. Oletetun rikkomuksen tapahtumapaikka ja arvioitu tapahtumisaika
3. Henkilö, jonka oletetaan rikkoneen sääntöjä
4. Lausunto sisältäen piirroksen tai selvityksen rikkomuksesta, jos mahdollista
5. Tapahtuman havainneiden todistajien nimet

## Maksut

Vastalausemaksu on 100 € ja valituksen käsittelymaksu 200 €.

Maksu palautetaan, mikäli vastalause tai valitus todetaan aiheelliseksi. Muutoin maksut jäävät Liitolle.

## 24. Sääntörikkomukset ja rangaistukset

Kilpailusääntöjen noudattamatta jättäminen tai laiminlyönti voi johtaa

- 1) varoitukseen,
- 2) STOP and GO rangaistukseen (vaihtoehtoisesti voidaan käyttää myös ns. penalty box rangaistusta)
- 3) hylkäämiseen tai
- 4) kilpailukieltoon.

Erikoistapauksissa voidaan määrätä kilpailijalle aikasakko, joka lisätään loppuaikaan.

## Varoitus

Varoituksen tarkoituksena on huomauttaa kilpailijaa pienestä mahdollisesti tahattomasta sääntörikkeestä ja se annetaan seuraavasti:

1. Pillin vihellyksellä kiinnitetään kilpailijoiden huomio.
2. Varoitettavalle kilpailijalle näytetään KELTAISTA KORTTIA vähintään 5 sekuntia.
3. Huudetaan kilpailijan numero ja kerrotaan varoituksen syy.
4. Kilpailija korjaa virheensä ja kilpailu jatkuu hänen osaltaan normaalisti.

## ”STOP AND GO” rangaistus

Stop and go – rangaistus (l. seis ja mene) voidaan korvata myös 2 - 10 min ”penalty box” –rangaistuksella. Varoitusta vakavampi sääntörikkomus ja annetaan seuraavasti:

1. Pillin vihellyksellä kiinnitetään kilpailijan huomio
2. Varoitettavalle kilpailijalle näytetään KELTAISTA KORTTIA vähintään 5 sekuntia.
3. Huudetaan kilpailijan numero ja huudetaan STOP tai SEIS.
4. Kilpailija pysähtyy turvallisella tavalla (erityisesti pyöräilyssä).

Pyöräilyssä kilpailija nousee pois pyörän päältä (jalat samalle puolen pyörää) ja nostaa molemmat renkaat ilmaan. STOP AND GO rangaistuksen toteutus voidaan myös määritellä vaihtoalueella tapahtuvaksi aikasakoksi ennen juoksuosuuden alkamista.

- Tuomari tai valvoja kertoo rangaistuksen syyn.
- Tuomari tai valvoja sanoo GO tai MENE, kun kilpailija voi turvallisesti jatkaa matkaa.

## Hylkäys

Hylkäys on rangaistus selkeästä sääntörikkomuksesta, liikenne rikkomuksesta (poliisi), oman tai muiden turvallisuuden vaarantamisesta tai epäurheilijamaisesta käytöksestä ja annetaan seuraavasti:

1. Pillin vihellyksellä kiinnitetään kilpailijoiden huomio.
2. Varoitettavalle kilpailijalle näytetään PUNAISTA KORTTIA vähintään 5 sekuntia.
3. Huudetaan kilpailijan numero ja huudetaan STOP tai SEIS.
4. Kilpailija pysähtyy turvallisella tavalla (erityisesti pyöräilyssä).
5. Tuomari tai valvoja kertoo hylkäyksen syyn.

Kilpailijalla on oikeus esittää tuomarille/ valvojalle vastalause hylkäyksestä. Annettuaan vastalauseensa kilpailija jatkaa kilpailuaan. Hänen tulee kuitenkin kilpailun jälkeen tehdä hylkäyksestään vastalause kirjallisesti normaalin vastalausemenettelyn mukaisesti. Liikenne rikkomuksessa, jossa poliisi pysäyttää kilpailijan, kilpailijan tulee keskeyttää välittömästi.

## Kilpailukielto

Kilpailukielto on ankarin rangaistus, jolla poistetaan ja halutaan ennaltaehkäistä väkivaltaisuutta, törkeää epäurheilijamaisuutta ja dopingia lajin harrastajien keskuudesta.

## Aikasakko

Kilpailijalle voidaan määrätä tuomarineuvoston toimesta aikasakko mm. silloin, kun kilpailija on tahattomasti saanut etua esim. puutteellisten reittimerkintöjen tai järjestäjän puutteellisen toiminnan/ ohjeiden takia. Aikasakolla poistetaan selkeästi kilpailijan saama hyöty.

## 25. Syitä erilaisiin rangaistuksiin

### Varoitus

Mikäli sääntöjen rikkominen:

- vaikuttaa tahattomalta ja voidaan yksinkertaisesti korjata varoituksen jälkeen. Esim. pyöräilystä juoksuun lähdetessä numero on jäänyt taakse.
- Tahaton kaistarike pyöräilyssä esim. väistötilanne.

Ennakoidaan hylkäykseen johtavan sääntörikkomuksen syntymistä:

- Esim. kypärän lukituksen aukiolo pyöräilyyn siirryttäessä.

### STOP AND GO rangaistus (seis ja mene) 1-10min

Mikäli sääntöjen rikkominen tapahtuu tai on tapahtumassa:



20.7.2019

- esim. peesikieltokilpailuissa pyöräilyssä ryhmässä ajo, jossa ryhmän sisällä ei varmuudella ole jatkuvasti sääntöjen mukaiset välit - esim. keltaisen sulkuviivan ylittäminen
- esim. juoksuosuudella epäselvästi merkityltä reitiltä tahaton lyhyt oikaiseminen.
- Epäurheilijamainen käytös: tahallinen roskaaminen, tuomarille niskurointi,

## Hylkäys

Mikäli sääntöjen rikkominen tapahtuu selkeästi:

- esim. ulkopuolisen avun ottaminen (paikallaan olevan ulkopuolisen äänenkäyttö ei ole kielletty)
- esim. peesikieltokilpailuissa pyöräilyssä selkeä peesaus tai ilman kypärää ajaminen
- positiivinen dopingnäyte
- Tahallinen oikaisu

Mikäli sääntöjen rikkominen uusiutuu:

- esim. varoituksen saatuaan kilpailija uusii rikkomuksen varoituksesta huolimatta.
- mikäli sääntörikkomusta ei voida korjata.
  - o esim. kilpailunumeroa on leikelty