



# TRIATHLON FINLAND

## Kilpailusäännöt

HYVÄKSYTTY 12.02.2024

## Sisällysluettelo

<b>1. KILPAILUSÄÄNNÖT .....</b>	<b>2</b>
<b>2. OHJEET URHEILIJALLE.....</b>	<b>2</b>
<b>3. SÄÄNTÖRIKKOMUKSET .....</b>	<b>7</b>
<b>4. UINTI .....</b>	<b>12</b>
<b>5. PYÖRÄILY.....</b>	<b>16</b>
<b>6. JUOKSU.....</b>	<b>23</b>
<b>7. VAIHTOALUE.....</b>	<b>24</b>
<b>8. EI KANSALLISIIN SÄÄNTÖIHIN .....</b>	<b>25</b>
<b>9. PALKINTORAHOJEN MÄÄRÄYTYMINEN KILPAILUISSA .....</b>	<b>25</b>
<b>10. KILPAILUT .....</b>	<b>25</b>
<b>11. KILPAILUN TUOMARISTO .....</b>	<b>26</b>
<b>12. PROTESTI .....</b>	<b>27</b>
<b>13. VASTALAUSE.....</b>	<b>28</b>
<b>LIITE 1. KILPAILUMATKAT JA IKÄVAATIMUKSET.....</b>	<b>30</b>
<b>LIITE 2. PROTESTI-KAAVAKE .....</b>	<b>33</b>
<b>LIITE 3. VASTALAUSE-KAAVAKE .....</b>	<b>35</b>
<b>LIITE 4: RANGAISTUKSET JA RIKKOMUKSET .....</b>	<b>36</b>

## 1. Kilpailusäännöt

### 1.1 Kilpailusääntöjen tarkoitus

Suomen Triathlonliiton kilpailusäännöt on laadittu World Triathlonin kilpailusääntöjen pohjalta. Suomen Triathlonliitto pidättää itsellään oikeuden näiden Kilpailusääntöjen muutoksiin.

Säännöt sisältävät joitakin kansallisia erityispiirteitä. SM- ja kansallisten kilpailujen ristiriitapaukset ratkaistaan näiden Suomen Triathlonliiton kilpailusääntöjen avulla.

Kilpailusäännöt ovat voimassa kaikille 16-vuotiaita ja sitä vanhempia kilpailijoita koskien. Ikäluokissa U11, U13 ja U15 sääntöjä sovelletaan tarvittaessa ja osittain. Säännöt ovat voimassa myös U15-sarjassa, mikäli se osallistuu yhteislähtöön, jossa on vanhempia ikäluokkia.

### 1.2 Suomen Triathlonliiton Kilpailusääntöjen päämääränä on:

- luoda kilpailuihin hyvä urheiluilmapiiri, jossa noudatetaan reilun pelin henkeä ja tasa-arvoisuutta.
- luoda kilpailijalle turvallinen kilpailuympäristö
- rangaista urheilijoita, jotka sääntöjä rikkomalla saavat epäreilua etua

## 2. Ohjeet Urheilijalle

### 2.1 Yleiset ohjeet

#### Urheilijoiden tulee:

- Toimia aina hyvän urheiluhengen mukaisesti;
- Olla vastuussa omasta ja muiden turvallisuudesta;
- Tuntee ja ymmärtävää Suomen Triathlonliiton kilpailusäännöt sekä noudattaa niitä. Säännöt ovat saatavilla <https://www.triathlon.fi/tapahtumat2/saannot/>;
- Noudattaa liikennesääntöjä sekä kilpailunjärjestäjien ohjeistuksia;
- Käyttäytyä kunnioittavasti ja kohteliaasti muita urheilijoita, tuomareita, kilpailunjärjestäjiä, vapaaehtoistyöntekijöitä sekä katsojia kohtaan;
- Välttää loukkaavaa kielenkäyttöä;
- Informoida tuomareita kilpailun keskeytyksestä. Tämän tekemättä jättäminen voi johtaa kilpailukieltoon;
- Kilpailla ilman apua muilta kuin tapahtuman työntekijöiltä tai kilpailun tuomareilta;
- Välttää tuomasta esille minkäänlaisia poliittista, rodullista tai uskonnollista propagandaa;
- Olla levittämättä roskia tai varusteita reitillä paitsi selvästi tunnistettavissa paikoissa kuten merkityillä huoltopisteillä tai jätteiden keräyspaikoissa. Urheilijan on pidettävä kaikki tavaransa mukanaan ja palautettava ne vaihtopaikalle;
- Olla yrittämättä saada epäoikeudenmukaista hyötyä ulkoisista ajoneuvoista tai esineistä;
- Seurata määrättyä kilpailureittiä ja tutustua siihen etukäteen;
- Olla käyttämättä laitteita, jotka estävät kiinnittämästä huomioita ympäristöön;
  - Kilpailijoiden tulee olla käyttämättä häiritsevästi minkäänlaisia viestintävälineitä kuten matkapuhelimia, älykelloja tai radioita. Esimerkkejä viestintävälineiden

häiritsevästä käytöstä ovat matkapuhelimella soittaminen tai puhelun vastaanottaminen, viestien lähettäminen ja vastaanottaminen, musiikin soittaminen, kuvien ottaminen sekä sosiaalisen median käyttö. Viestintävälineiden häiritsevä käyttö kilpailun aikana johtaa hylkäämiseen;

- Kaikenlaisten kameroiden käyttö on kielletty, ellei kilpailunjärjestäjä ole erikseen antanut siihen lupaa. Jos lupa on myönnetty, kilpailijan tulee mainita siitä päätuomarille ennen kilpailun alkua. Kilpailijat, jotka käyttävät luvattomia kuvausvälineitä kilpailun aikana, hylätään.

## 2.2 Ulkopuolinen apu

- Tapahtuman henkilökunnan tai toimitsijoiden tarjoama apu on sallittua, mutta se rajoittuu juoma- ja ruokahuoltoon sekä päätuomarin hyväksynnän perusteella myös mekaanisen avun tarjoamiseen. Samassa kilpailussa kilpailevat urheilijat voivat auttaa toisiaan joissakin asioissa kuten tarjoamalla huoltopisteiltä saatuja juomia tai syötäviä sekä lainaamalla pumpun, sisä- tai ulkorenkaan tai työkaluja. Kilpailija saa myös auttaa toista kilpailijaa pyörän korjauksessa.
- Kilpailijat eivät saa tarjota kansakilpailijoille tavaroita tai esineitä, jotka estävät luovuttajaa jatkamasta omaa kilpailuaan, kuten polkupyörän runkoa tai pyöriä, omaa polkupyörää tai kypärää. Näiden tavaroiden tai esineiden luovuttaminen johtaa molempien kilpailijoiden hylkäämiseen;
- Kilpailija ei voi fyysisesti avustaa toisen kilpailijan etenemistä missään kilpailun osassa. Säännön rikkominen johtaa molempien kilpailijoiden hylkäämiseen.

## 2.3 Antidoping

- Kilpailijoiden tulee noudattaa Suomen Triathlonliiton Reilun Kilpailun antidoping-sääntöjä;
- Kaikkien kilpailijoiden ja avustajien velvollisuus on perehtyä Suomen Triathlonliiton Reilun Kilpailun sääntöihin mukaan lukien lääketieteellisiin ja dopinginvalvontatesteihin, testausvelvoitteisiin, oikeuksiin, vastuihin ja menettelyihin, rangaistus- ja valitusprosesseihin sekä kiellettyihin aineisiin ja toimintatapoihin;
- Suomen Triathlonliitto on laatinut antidopingohjelman, ja ne noudattavat SUEK:n ja maailman antidopingtoimiston (WADA) asettamia sääntöjä;

## 2.4 Terveys

- Triathlon ja muut siihen liittyvät monilajit ovat raskaita. Jotta osallistujat voisivat kilpailla, heidän tulee olla erinomaisessa fyysisessä kunnossa. Kilpailijoiden terveys ja hyvinvointi ovat ensiarvoisen tärkeitä. Urheilijan vastuulla on varmistaa, että hän on kilpailun alkaessa terve ja tarpeeksi hyvässä fyysisessä kunnossa voidakseen suorittaa kilpailun;
- Kilpailun järjestäjä voi määritellä aikarajoitukset uintiosuudelle, pyöräilyosuudelle sekä koko kilpailun suorittamiselle. Nämä rajoitukset tulee ilmoittaa ennen tapahtumaa sen rekisteröintimateriaaleissa;

## 2.5 Viralliset kilpailusarjat ja edustus oikeus

Suomen Triathlonliiton viralliset kilpailusarjat ovat:

M (miehet), N (naiset), M/N U23, M/N U19, M/N U17, M/N U15, M/N18 -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-.

Kilpailunjärjestäjä voi hakea virallisiin ikäluokkiin muutosta kisaan yhteydessä. Näin ollen kaikissa virallisissa kilpailuissa ei tarvitse järjestää kaikkia ikäluokkia.

#### **Määritelmät:**

- SM-sijoitukset ratkaistaan avoimessa sarjassa. Avoimen sarjan tuloksiin lasketaan mukaan kaikki samassa lähdössä samalla matkalla olleet kilpailijat. Kilpailija voi täten esim. voittaa sekä U19-sarjan ja avoimen sarjan ja saada mitalin kahdessa sarjassa. Avoimeen sarjaan lasketaan M/N sekä M/N U17, M/N U19 ja M/N U23.
- AG-sarjat ovat ikäluokka sarjoja ja niitä ovat: M/N18-29, 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-

#### **Edustus oikeus:**

Edustus oikeus tarkoittaa, että urheilija voi ilmoittaa Suomen triathlonliiton alaisen seuransa, jota kilpailussa edustaa. SM-kisaan osallistuminen edellyttää Suomen Triathlonliiton alaiseen seuraan kuulumista.

Kilpailija saa itse valita sarjansa kilpailukohtaisesti. Hän voi myös kilpailla sekä avoimessa että ikäluokkasarjassa samana vuonna. Jokaisessa kilpailumuodossa on alaikäraja (Liite 1.). Kilpailija saa osallistua sarjoihin, joiden alaikärajan hän ylittää.

Kilpailija voi kauden aikana edustaa ainoastaan yhtä triathlonliiton alaista seuraa.

Kaikki, joilla on vakituinen asuinpaikka Suomessa, kansalaisuudesta riippumatta, voivat edustaa Suomen triathlonliiton alaista seuraa.

#### **2.6 Vakuutus**

Kilpailujärjestäjät eivät vakuuta kilpailijoita. Kaikilla kilpailijoilla tulee olla henkilökohtainen vakuutusturva. Vakuutuksen tulee kattaa kaikki ennen kilpailua, kilpailun aikana sekä sen jälkeen sattuvat tapaturmat.

#### **2.7 Kilpailuun ilmoittautuminen**

Suomen Triathlonliiton virallisiin kilpailuihin ilmoittaudutaan sähköisesti järjestelmällä, joka mahdollistaa reaaliaikaisen maksamisen, vastaa tietoturvaltaan voimassa olevan tietosuojasetuksen vaatimuksia (GDPR) sekä mahdollistaa ilmoittautuneiden reaaliaikaisen seurannan järjestäjän sivuilta.

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 maksamalla osanottomaksun kilpailija hyväksyy kilpailun säännöt.

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

Kilpailujärjestäjällä on oikeus periä osanottomaksu peruutustilanteissa peruutuksen syystä riippumatta.

Osanottomaksun tulee sisältää vähintään kilpailuun osallistuminen, juomahuolto, säännöissä mainitut kilpailuvarusteet, peseytymismahdollisuus välittömästi kilpailun jälkeen ja kilpailunaikainen ensiapu.

### **Osanoton varmistus ja kilpailuinfo**

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.

Kilpailun edellä järjestetään kilpailuinfo, jossa kilpailijoille kerrotaan olennaista tietoa kilpailun kulusta. Info sisältää muun muassa tiedot veden lämpötilasta ja syvyydestä, aikarajoituksista, märkäpuvun käytöstä, toimintatavat vaihtoalueilla, pyöräilyn aloituspaikan ja muut kilpailuun liittyvät tärkeät asiat. Kilpailuinfo voidaan toteuttaa virtuaalisesti tai paikan päällä tapahtuvana tilaisuutena. Kaikkien U17, U19, U23 ja avoimen sarjan osallistujien tulee osallistua SM-kisojen kilpailuinfoon. Jos urheilija ei jostain syystä pysty osallistumaan kisainfoon, hänen tulee ilmoittaa siitä etukäteen päätuomarille.

### **2.8 Kilpailuasut**

- Kilpailuasun hihat eivät saa ylittää kynärpäitä ja sen täytyy peittää koko ylävartalo edestä katsottuna. Selkä voi olla paljaana lantiosta ylöspäin;
- Käsivarret voivat olla peitettynä kisan aikana pois lukien uintiosuudella silloin, kun märkäpuvun käyttö on kiellettyä;
- Jos märkäpuku on sallittu, se saa peittää käsivarret mutta eivät kämmeniä;
- Jalkojen peittäminen polven alapuolelta ei ole sallittua uintiosuudella silloin, kun märkäpuvun käyttö on kiellettyä;
- Yksiosaisen kilpailuasun käyttö on suositeltavaa;
- Sadetakit ovat sallittuja puoli- ja pitkän matkan tapahtumissa tai silloin, kun kilpailutuomari sen sallii;

### **2.9 Kilpailunumerot**

- Uinnissa kilpailunumero voidaan merkitä vasempaan olkavarteen ja sääreen;

- Pyöräilyn aikana kilpailunumeron on oltava kokonaan näkyvässä takapuolella, jos kilpailussa on käytössä sellainen. Pyörässä tulee olla järjestäjän antama kilpailunumero;
- Kilpailunumero on pakollinen juoksuosuudella. Numero tulee olla kokonaan näkyvässä etupuolella;
- Tatuoinnit ja tarrat, joissa on useampi numero, tulee laittaa siten, että numerot ovat allekkain, ei vierekkäin;

## **(2.10 ei kansallisissa säännöissä)**

### **2.11 Ajanotto ja tulokset**

Urheilija on velvollinen käyttämään ajanottosirua koko kisan ajan, mikäli sellainen on kisassa käytössä. Jos urheilija hukkaa ajanottosirun kilpailun aikana, on hänen ilmoitettava siitä välittömästi kilpailunjärjestäjälle tai tuomarille, jotta hän voi saada uuden ajanottosirun ja samalla lopputuloksen. Ilman ajanottosirua kisaamisesta voi seurata rangaistus, jopa hylkääminen.

- Kilpailun voittaa urheilija, jonka aika on nopein kilpailun lähtömerkistä siihen hetkeen, kun kilpailija saapuu maaliin
- Virallisten tulosten tulee sisältää seuraavat väliajat:
  - 1) Uintiosuus;
  - 2) Vaihto 1;
  - 3) Pyöräilyosuus;
  - 4) Vaihto 2;
  - 5) Juoksuosuus;
  - 6) Kilpailun kokonaisuus.

Jos kaksi urheilijaa on täsmälleen samaan aikaan maalissa, eikä heidän suorituksiaan voida erotella, heille annetaan sama sijoitus.-Heidän takanaan olevan urheilijan sijoitus on täten kaksi sijaa näiden kilpailijoiden perässä, ja seuraavat urheilijat sijoittuvat maaliintulonsa perusteella.

a.) Tulosten tulee sisältää seuraavat tiedot ja ne tulee olla listattuina seuraavassa järjestyksessä:

- Urheilijat, jotka keskeyttävät kisan (DNF);
- Hylätyt urheilijat (DSQ);
- Henkilöt tai joukkueet, jotka eivät aloittaneet kilpailua (DNS);
- Hylättyjen urheilijoiden (DSQ) tuloksia ei saa olla tuloslistalla.

Jos urheilija hukkaa ajanotto chipin, hän voi pyytää uutta joko T1:lla tai T2:lla. Urheilija päättää itse, ottaako hän uuden chipin vai ei. Jos urheilija ei ota chippiä, hänen väliaikansa eivät välttämättä rekisteröidy ja näy tuloksissa. Väliaikojen puuttuminen voi johtaa kilpailijan hylkäämiseen, mikäli ei voida varmasti osoittaa kilpailijan suorittaneen kilpailureittiä kokonaisuudessaan.

### 3. Sääntörikkomukset

#### 3.1 Yleiset säännöt

- Kilpailusääntöjen rikkominen saattaa aiheuttaa kilpailijalle suullisen varoituksen, aikarangaistuksen, hylkäyksen, kilpailukiellon tai erottamisen;
- Rangaistus määräytyy rikkeen laadun perusteella;
- Kilpailukiello tai erottaminen tapahtuvat todella vakavasta Suomen Triathlonliiton kilpailu- tai antidopingsäännön rikkomisesta;
- Rangaistuksen syyt: urheilijalle voidaan antaa suullinen varoitus, aikarangaistus tai hylkäys, jos hän ei noudata kilpailusääntöjä;
- Rikkomukset ja rangaistukset on listattu liitteessä 4.;
- Tuomareilla on oikeus päättää rangaistuksista myös silloin, kun rikkomusta ei ole listattu, tai jos tuomari uskoo kilpailijan saaneen epäreilua etua, tai jos vaaratilanne on aiheutettu tahallisesti.

#### 3.2 Varoitus

- Varoituksen tarkoituksena on huomauttaa urheilijaa mahdollisesta sääntörikkomuksesta ja edistää tuomareiden ennakoivaa toimintaa sääntörikkomusten varalta. Tuomari voi myös päättää antaa varoituksen urheilijalle korjatakseen hänen vähäisen rikkomuksensa.
- Varoitus saatetaan antaa, kun:
  - (a) Urheilija rikkoo sääntöä vahingossa.
  - (b) Tuomari uskoo rikkomuksen olleen tapahtumassa.
  - (c) Rikkomuksesta ei ole saavutettu etua.
- Varoituksen antaminen: Tuomari puhaltaa pilliin, jolloin urheilija tarvittaessa pysähtyy. Urheilijaa pyydetään muuttamaan käytöstään, minkä jälkeen hänen annetaan välittömästi jatkaa kilpailua.
- Tuomarin ei tarvitse antaa edeltävää varoitusta, jos kyseessä on vakava sääntörikkomus, joka johtaa kilpailijan hylkäämiseen kisasta tai pidempiaikaiseen kilpailukielltoon.

#### 3.3 Aikarangaistus

- Aikarangaistus on asianmukainen rangaistus rikkomuksesta, joka ei vaadi hylkäämistä.
- Aikarangaistukset kärsitään merkityllä rangaistusalueella (penalty boxissa), vaihtoalueella tai -pisteellä.
- Tuomarit päättävät milloin urheilijaa tulee rankaista aikarangaistuksella.
- Aikarangaistuksen aiheuttavia rikkomuksia on kahdenlaisia
  - (a) Peesausrikkomus, joka on määritelty kohdassa 5.5.
  - (b) Muut rikkomukset. Katso Liite 4 – Rikkomukset ja rangaistukset
- Aikarangaistukset vaihtelevat rikkomuksen vakavuudesta riippuen
  - (a) Peesausrikkomukset
    - (i) 5 minuuttia pitkänmatkan kilpailuissa;
    - (ii) 5 minuuttia puolimatkan kilpailuissa;
    - (iii) 2 minuuttia perusmatkan kilpailuissa;
    - (iv) 1 minuutti sprinttimatkalla ja sitä lyhyemmissä kilpailuissa;
  - (b) Muut rikkomukset
    - (i) 1 minuutti pitkänmatkan kilpailuissa;
    - (ii) 30 sekuntia puolimatkan kilpailuissa;



- (iii) 15 sekuntia perusmatkan kilpailuissa;
- (iv) 10 sekuntia sprinttimatkalla ja sitä lyhyemmissä kilpailuissa;

### 3.4 Suositus rangaistuksen kärsimisestä kilpailussa

	Avoin peesi-vapaa	Avoin peesi-kielto / Paratriathlon	Ikäsarjat
<b>Lähtö</b>	T1	T1	T1
<b>Uinti</b>	Juoksun penalty box	Juoksun penalty box	T1
<b>Vaihto 1</b>	Juoksun penalty box	Juoksun penalty box	Varoitus T1:llä
<b>Pyöräily</b>	Juoksun penalty box	Pyöräilyn penalty box	Juoksun penalty box
<b>Vaihto 2</b>	Juoksun penalty box	Juoksun penalty box	Varoitus T2:lla
<b>Juoksu</b>	Juoksun penalty box tai rangaistus paikalla	Juoksun penalty box tai rangaistus paikalla	Varoitus tai aikarangaistus paikan päällä

### 3.5 Rangaistuksesta ilmoittaminen

Tuomari tekee päätöksen aikarangaistuksesta ja ilmoittaa siitä kilpailijalle heti, kun se on turvallista.

#### Peesausrikkomukset:

- Suoritetaan pyöräilyn tai juoksun rangaistusalueella (penalty box)
- Peesausrikkomuksesta ilmoitetaan pillinvihellyksellä, näyttämällä sinistä korttia, ilmoittamalla rangaistavan kilpailijan numero ja sanomalla ”Peesausrikkomus, sinun on pysähdyttävä seuraavalla rangaistusalueella”. Tuomarin on varmistettava, että kilpailija kuulee rangaistusmääräyksen.

#### Muut rikkomukset:

- Ensimmäisellä vaihtoalueella (T1) kärsittävät rangaistukset: Kilpailun tuomari viheltää pilliin, näyttää keltaista korttia ja kertoo urheilijalle aikarangaistuksen rangaistuksen keston. Urheilijan tulee suorittaa rangaistus ennen, kun hän koskee mihinkään varusteeseensa.
- Pyöräilyn penalty boxissa kärsittävät rangaistukset: Tuomari puhaltaa pilliin, näyttää keltaista korttia ja sanoo kuuluvalla äänellä urheilijalle ”Aikarangaistus, sinun on pysähdyttävä seuraavalla rangaistusalueella.” Tuomarin tulee varmistaa, että urheilija saa tiedon rangaistusmääräyksestä.

- Juoksun penalty boxissa kärsittävät rangaistukset. Urheilijoille voidaan ilmoittaa rangaistuksista kirjoittamalla penalty boxin ilmoitustauluun urheilijan kilpailunumero, rangaistuksen koodi tai rangaistusten koodit, jos niitä on useampi. Urheilijan tulee itse tarkastaa juoksun penalty boxin ilmoitustaululta, onko hänelle annettu rangaistuksia.

#### Rangaistusten koodit

D	Dismount line rikkomus	E	Varuste laatikon ulkopuolelle
S	Uinti rangaistus	L	Roskaaminen
M	Mount line rikkomus	V	Muut rangaistukset
B	Käytösrike pyöräilyssä	R	Käytösrike juoksussa

Dismontline / mount line = pyöräilyn vaihtoalueen rajat

### 3.6 Toimintaohje rangaistusta kärsittäessä

- Aikarangaistuksen määrävän tuomarin ei tarvitse kertoa rangaistuksen syytä.
- Saatuaan sinisen tai keltaisen kortin urheilijan tulee noudattaa tuomarin antamia ohjeita
- Aikarangaistus ensimmäisessä vaihdossa (mistä tahansa tähän asti ilmenneestä rikkomuksesta)
  - a.) Tuomari näyttää keltaista korttia rangaistavan urheilijan saapuessa hänen kohdalleen. Urheilijan käsketään pysähtyä oman vaihtopaikkansa kohdalle koskematta yhteenkään varusteeseensa, jolloin tuomari aloittaa rangaistusajanoton. Jos urheilija koskee tai siirtää mitä tahansa varustettaan, ajanotto pysäytetään, ja tuomari pyytää häntä lopettamaan varusteisiin koskemisen. Urheilijan totellessa määräystä ajanottoa pystytään jatkamaan;
  - b.) Rangaistusajan täytyessä tuomari sanoo "mene", ja urheilija on vapaa jatkamaan kilpailuaan.
- Aikarangaistus pyörän rangaistusalueella (penalty boxissa)
  - a.) Rangaistavan urheilijan kilpailunumeroita ei ilmoiteta pyörän rangaistusalueelle. Kilpailijan vastuulle jää ilmoittautua seuraavassa penalty boxissa saatuaan rangaistusmääräyksen.
  - b.) Rangaistava urheilija saapuu penalty boxiin, laskeutuu pyörältään ja ilmoittaa tuomarille kilpailunumeronsa, rangaistustensa määrän ja saadun kortin tai korttien värit. Aikarangaistus alkaa kilpailijan suoritettua edellä mainitut toimenpiteet ja päättyy tuomarin sanoessa "mene", minkä jälkeen kilpailija on vapaa jatkamaan kilpailua. Jos kilpailija jättää alueen, ajanotto pysäytetään, ja tuomari pyytää häntä palaamaan. Urheilijan totellessa määräystä ajanottoa pystytään jatkamaan;
  - c.) Pyörärangaistusalueella ollessaan kilpailija voi nauttia ainoastaan syötävää ja/tai juotavaa, jota on hänellä itsellään mukana tai kiinni pyörässään.
  - d.) WC-käynti on kielletty kärsittäessä rangaistusta pyörärangaistusalueella. Rangaistusaika pysäytetään mahdollisen wc-käynnin ajaksi.
  - e.) Varusteiden säätäminen tai mikä tahansa pyörän huoltotoimenpide aikarangaistuksen aikana pyörärangaistusalueella on kielletty.

- Aikarangaistus juoksun rangaistusalueella (penalty boxissa)
  - a.) Aikarangaistuksen saanut kilpailija voi valita joko pysähtyä penalty boxiin kärsimään rangaistustaan tai vaihtoehtoisesti jatkaa suoraan maaliin. Pysähtymättä jatkaminen johtaa hylkäykseen maaliviivan ylittämisen jälkeen. Tämän jälkeen kilpailija voi valittaa rangaistuksestaan (tehdä protestin). Todisteet rangaistuksesta annetaan urheilijan saataville ainoastaan, jos valitus tehdään.
  - b.) Rangaistujen urheilijoiden kilpailunumerot tulee olla selvästi esillä penalty boxissa olevalla taululla
  - c.) Rangaistava urheilija siirtyy penalty boxiin ja ilmoittaa tuomarille kilpailunumeronsa ja rangaistustensa määrän. Aikarangaistus alkaa kilpailijan suoritettua edellä mainitut toimenpiteet ja päättyy tuomarin sanoessa ”mene”, minkä jälkeen kilpailija on vapaa jatkamaan kilpailua. Jos kilpailija jättää alueen, ajanotto pysäytetään ja tuomari pyytää häntä palaamaan. Urheilijan tottellessa määräystä ajanottoa pystytään jatkamaan;
  - d.) Rangaistujen urheilijoiden kilpailunumerot poistetaan taululta, kun rangaistukset on suoritettu.
  - e.) Rangaistava urheilija voi suorittaa rangaistuksensa millä tahansa kierroksella juoksun aikana.
  - f.) Viestikilpailuissa rangaistuksen voi kärsiä kuka tahansa joukkueen jäsenistä, joka ei ole vielä suorittanut kilpailuosuuttaan;
  - g.) Rangaistukset tulee merkitä taululle ennen, kuin urheilija saapuu penalty boxiin seuraavalla tavalla:
    1. Kun kyseessä on yhden kierroksen mittainen juoksu, merkitään rangaistukset ennen, kuin urheilija saapuu penalty boxiin ensimmäisellä kierroksella;
    2. Kun kyseessä on kahden kierroksen mittainen juoksu, merkitään rangaistukset ennen, kuin urheilija saapuu penalty boxiin ensimmäisellä kierroksella;
    3. Kun kyseessä on kolmen kierroksen mittainen juoksu, merkitään rangaistukset ennen, kuin urheilija saapuu penalty boxiin toisella kierroksella;
    4. Kun kyseessä on neljän kierroksen mittainen juoksu, merkitään rangaistukset ennen, kuin urheilija saapuu penalty boxiin toisella kierroksella;
    5. Kun kyseessä on viiden kierroksen mittainen juoksu, merkitään rangaistukset ennen, kuin urheilija saapuu penalty boxiin kolmannella kierroksella;
    6. jne....
  - h.) Viestikilpailuissa rangaistukset tulee merkitä taululle ennen kuin joukkueen viimeinen jäsen on saapunut juoksuosuuden puoliväliin. Tämän jälkeiset merkinnät mitätöidään.
  - i.) Juoksuosuuden puolivälin jälkeen tapahtuneet rikkomukset johtavat aikarangaistukseen, joka kärsitään saman tien.
  
- Aikarangaistus paikan päällä
 

Tuomari näyttää urheilijalle keltaista korttia. Urheilijaa ohjeistetaan pysähtymään juoksureitin sivuun turvallisesti. Jos urheilija liikkuu,

aikarangaistus pysäytetään ja ajanottoa jatketaan, kun urheilija on taas pysähtynyt.  
Kun aikarangaistus on kärsitty, tuomari antaa urheilijalle luvan jatkaa matkaa sanomalla ”mene”.

### 3.7 Hylkäys

#### *Yleistä:*

Hylkäys on rangaistus, joka annetaan vakavista sääntörikkomuksista kuten muun muassa toistuvista peesausrikkomuksista ja/tai vaarallisesta tai epäurheilijamaisesta käytöksestä.

- Hylkäyksen ilmoittaminen:
  - a) Pillinvihellyksellä;
    1. Näyttämällä punaista korttia;
    2. Ilmoittamalla kilpailunumero ja sanomalla ”hylätty”;
    3. Turvallisuussyistä tuomari saattaa joutua viivyttämään hylkäystä;
  - b) Urheilijoille kerrotaan rangaistuksista näyttämällä kilpailunumero valkotaululla maaliviivan jälkeen;
  - c) Kilpailijaa tulee tiedottaa hylkäyksestä, mikäli kilpailija on tullut jo maaliin, eikä rangaistus ole näkyvillä taululla. Kilpailijan täytyy ilmoittaa välittömästi kilpailunjärjestäjälle, jos hän haluaa valittaa päätöksestä.
- Toimenpiteet hylkäyksen jälkeen:  
Tuomarin hylkäyksestä huolimatta kilpailija voi jatkaa kilpailusuorituksensa loppuun.

### 3.8 Kilpailukielto

#### *Yleistä:*

- Kilpailukielto on rangaistus, joka annetaan vilpillisestä tai todella vakavasta sääntörikkomuksesta kuten muun muassa toistuvasta vaarallisesta tai epäurheilijamaisesta käytöksestä
- Kilpailukiellon saanut urheilija ei voi osallistua kilpailukiellonsa aikana Suomen Triathlonliiton alaisiin kilpailuihin.
- Kilpailukiellosta päättää Suomen Triathlonliiton Kurinpitovalioikunta kurinpitomääräysten mukaisesti.

### 3.9 Oikeus valitukseen

1. Rangaistuilla urheilijoilla on oikeus valitukseen muuten paitsi
  - peesausrikkomuksista
  - peesausrikkomuksen rangaistuksesta
  - aikarangaistuksesta, jonka hän on jo suorittanut
2. Jos urheilija suorittaa aikarangaistuksen, hän samalla hyväksyy rangaistuksen eikä voi jälkikäteen tehdä siitä protestia

3. Jos urheilija ei suorita aikarangaistusta, hänet hylätään, mutta hän voi tehdä protestin hylkäyksestä ja päätuomarin päätöksestä antaa rangaistus
4. Kilpailun jury tekee protestin perusteella päätöksen, onko aikarangaistus ollut aiheellinen ja tämän jälkeen joko
  - a. hylkää protestin ja vahvistaa hylkäyksen; tai
  - b. hyväksyy protestin, poistaa aikarangaistuksen ja peruttaa hylkäyksen

### 3.10 Kilpailuoikeuden palauttaminen

Kilpailukiellon jälkeen urheilijan tulee anoa Suomen Triathlonliitolta kilpailuoikeuden palauttamista.

## 4. Uinti

### 4.1. Yleiset säännöt:

- Urheilijat saavat edetä vedessä haluamallaan uintityylillä, vesijuoksu ja kellunta mukaan lukien. Urheilijat voivat ponnistaa pohjasta kunkin uintikerroksen alussa ja lopussa.
- Urheilijoiden on seurattava merkittyä reittiä
- Urheilijat voivat seistä pohjassa tai levätä pitämällä kiinni elottomasta esineestä, kuten esimerkiksi poijusta tai liikkumattomasta veneestä
- Hätätilanteessa urheilijan tulee nostaa kätensä pystyyn pään päälle ja huutaa apua. Järjestäjän tarjoaman avun saamisen jälkeen kilpailijan on vetäydyttävä kilpailusta
- Urheilijoiden tulee säilyttää uintilinjansa hyvää urheiluhenkeä noudattaen:
  - a) Jos urheilijat osuvat uinnin aikana vahingossa toisiinsa mutta siirtyvät välittömästi erilleen, rangaistuksia ei määrätä
  - b) Jos urheilijat osuvat uinnin aikana toisiinsa, mutta toinen urheilija jatkaa etenemistään siirtymättä erilleen, häntä rangaistaan aikarangaistuksella.
  - c) Kun urheilija tahallisesti häiritsee toista urheilijaa tarkoituksenaan estää tämän eteneminen tai saada epäreilua etua tai mahdollisesti aiheuttaa harmia, seurauksena on hylkäys. Rikkeestä voidaan raportoida Suomen Triathlonliitolle mahdollisen kilpailukiellon tai erottamisen määräämistä varten.

### 4.2 Märkäpuku

Märkäpuvun käyttöä koskevat säännöt ilmenevät seuraavista taulukoista

#### Avoin, U23, U19, U17

Uinnin pituus	Kielletty	Pakollinen
1500 m saakka	20 C ja sitä lämpimämpi vesi	15,9 C ja sitä kylmempi vesi
1501 m ja pidemmät matkat	22 C ja sitä lämpimämpi vesi	15,9 ja sitä kylmempi vesi

Kun märkäpuvun käyttö on pakollista, sen on peitettävä vähintään yläruumis

### Age Group Urheilijat

Uinnin pituus	Kielletty	Pakollinen
1500 m saakka	22 C ja sitä lämpimämpi vesi	15,9 C ja sitä kylmempi vesi
1501 m ja pidemmät matkat	24,6 C ja sitä lämpimämpi vesi	15,9 ja sitä kylmempi vesi

Kun märkäpuvun käyttö on pakollista, sen on peitettävä vähintään yläruumis (torso)

### 4.3 Uintiosuuden enimmäiskestot

Uinnin kesto	Avoin, U23, U19, U17 ja U15	Age Group
300 metriin saakka	10 min	20 min
301-750 metriä, vesi alle 31 C	20 min	30 min
301-750 metriä, vesi 31 tai enemmän	20 min	20 min
751-1500 m	30 min	1h 10 min
1501-3000 m	1h 15 min	1h 40 min
3001-4000 m	1h 45 min	2h 15 min

### 4.4 Muunnokset kilpailumatkoissa

Uintimatkoja voidaan lyhentää tai perua uinti kokonaan oheisen taulukon mukaisesti:

Alkuperäinen uintimatka	yli 33.0 °C	32.9 °C - 32.0 °C	31.9 °C - 31.0 °C	30.9 °C - 15.0 °C	14.9 °C - 14.0 °C	13.9 °C - 13.0 °C	12.9 °C - 12.0 °C	11.9 °C - 11.0 °C	alle 11.0 °C
300 m saakka	PERUTTU	ALKUPE- RÄINEN MATKA	ALKUPE- RÄINEN MATKA	ALKUPE- RÄINEN MATKA	ALKUPE- RÄINEN MATKA	ALKUPE- RÄINEN MATKA	ALKUPE- RÄINEN MATKA	ALKUPE- RÄINEN MATKA	PERUTTU
750 m	PERUTTU	PERUTTU	750 m	750 m	750 m	750 m	750 m	PERUTTU	PERUTTU
1000 m	PERUTTU	PERUTTU	750 m	1000 m	1000 m	1000 m	750 m	PERUTTU	PERUTTU
1500 m	PERUTTU	PERUTTU	750 m	1500 m	1500 m	1500 m	750 m	PERUTTU	PERUTTU
1900 m	PERUTTU	PERUTTU	750 m	1900 m	1900 m	1500 m	750 m	PERUTTU	PERUTTU
2000 m	PERUTTU	PERUTTU	750 m	2000 m	2000 m	1500 m	750 m	PERUTTU	PERUTTU
2500 m	PERUTTU	PERUTTU	750 m	2500 m	2500 m	1500 m	750 m	PERUTTU	PERUTTU
3000 m	PERUTTU	PERUTTU	750 m	3000 m	3000 m	1500 m	750 m	PERUTTU	PERUTTU

3800 m	PERUTTU	PERUTTU	750 m	3800 m	3000 m	1500 m	750 m	PERUTTU	PERUTTU
4000 m	PERUTTU	PERUTTU	750 m	4000 m	3000 m	1500 m	750 m	PERUTTU	PERUTTU

Taulukon 4.2 lämpötilat eivät aina ole vedenlämpötiloja, joita käytetään lopullisessa päätöksenteossa. Kun veden lämpötila on yli 22°C, taulukon lämpötiloja käytetään yksin päätöksiä tehtäessä. Veden lämpötilan ollessa 22°C tai sen alle, ja ilman lämpötila on 15°C tai sen alle, käytetään alla olevaa taulukkoa, jossa veden lämpötila on arvioitu todellisen ilman ja veden lämpötilan perusteella. Päätöksen teossa käytetään tässä tapauksessa taulukon antamaa laskennallista veden lämpötilaa.

(*)		Air temperature (All values in °C)										
		15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5
Water Temperature All values in °C	22	18.5	18.0	17.5	17.0	16.5	16.0	15.5	15.0	14.5	14.0	Cancel
	21	18.0	17.5	17.0	16.5	16.0	15.5	15.0	14.5	14.0	13.5	Cancel
	20	17.5	17.0	16.5	16.0	15.5	15.0	14.5	14.0	13.5	13.0	Cancel
	19	17.0	16.5	16.0	15.5	15.0	14.5	14.0	13.5	13.0	12.5	Cancel
	18	16.5	16.0	15.5	15.0	14.5	14.0	13.5	13.0	12.5	12.0	Cancel
	17	16.0	15.5	15.0	14.5	14.0	13.5	13.0	12.5	12.0	Cancel	Cancel
	16	15.5	15.0	14.5	14.0	13.5	13.0	12.5	12.0	Cancel	Cancel	Cancel
	15	15.0	14.5	14.0	13.5	13.0	12.5	12.0	Cancel	Cancel	Cancel	Cancel
	14	14.0	14.0	13.5	13.0	12.5	12.0	Cancel	Cancel	Cancel	Cancel	Cancel
	13	13.0	13.0	13.0	12.5	12.0	Cancel	Cancel	Cancel	Cancel	Cancel	Cancel

Jos säätila on epävakaa ja oletettavissa on esimerkiksi kovaa tuulta, kovaa sadetta tai muuten säätilan äkillisiä muutoksia, päätuomari voi tehdä päätöksen uintimatkan pituuden muutoksesta tai märkäpuvun käytöstä. Lopullinen päätös tulee tehdä tuntia ennen kisan alkamista ja päätuomarin tulee tiedottaa siitä selkeästi kaikille kilpailijoille.

Veden lämpötilan mittaus tulee suorittaa tunti ennen ensimmäisen lähdön starttia. Lämpötila tulee mitata uintiosuuden keskeltä sekä kahdesta muusta uintireitin kohdasta 60 cm syvyydestä. Kun mittauksen keskiarvo on 27° tai sitä matalampi, mittauksien matalin arvo on virallinen vedenlämpötila.

#### 4.5–4.10 Lähtöpaikan valitseminen vaihtelee kisakohtaisesti

## 4.11 Varusteet

### Uimalakki

- Kaikkien urheilijoiden on käytettävä tapahtuman virallista uimalakkaa uintiosuuden aikana.
- Jos urheilija päättää käyttää kahta lakkaa, toisen uimalakin on oltava merkitön, ja virallisen uimalakin on oltava päällimmäisenä urheilijoiden järjestäytymismenettelyn alkaessa

### Triathlonpuvut

- Urheilijan, joka ei käytä märkäpukua, on käytettävä hyväksyttyä triathlonpukua.
- Jos urheilija pukeutuu useampaan kuin yhteen triathlonpukuun, kaikkien pukujen on täytettävä vaatimukset.
- Märkäpuvun käytön ollessa kielletty myös minkä tahansa käsivarren tai polven alapuolisen jalan osan peittävän vaateen käyttö on kielletty.
- Uinnissa käytetyn puvun riisuminen kilpailun aikana on kielletty lyhyillä kilpailumatkoilla, mutta ei puolimatkan ja pitkien matkojen tapahtumissa.
- Triathlonpuvun on oltava valmistettu 100 % tekstiilimateriaalista. Tekstiilimateriaali tarkoittaa kankaita, jotka saadaan luonnollisista ja/tai synteettisistä, yksittäisistä ja vahvistamattomista rihmoista tai langoista kutomalla, neulomalla tai punomalla (yleensä tämä viittaa vain nylon- ja lycra-pukuihin, jotka eivät sisällä kumilla päällystettyä tai käsiteltyä materiaalia kuten polyuretaania tai neopreenia).

### Märkäpuvut

- Märkäpuvun paksuus ei missään kohtaa saa ylittää 5 mm: ä.
- Kaksiosaisissa märkäpuvuissa päällekkäin tulevien osien yhteenlaskettu paksuus ei saa ylittää 5 mm: ä.
- Työntövoimaa tuottavat laitteet, jotka antavat urheilijalle etua tai ovat vaaraksi kansakilpailijoille, ovat kiellettyjä.
- Uintiosuudella märkäpuvun uloimmaisen osan on istuttava tiukasti urheilijan vartalon myötäisesti.
- Märkäpuku voi peittää minkä tahansa vartalon osan, lukuun ottamatta kasvoja, kämmeniä ja jalkateriä. Kun märkäpuku on pakollinen, sen tulee peittää vähintään torso

### Elektroniset laitteet

Urheilija saa käyttää kilpailussa elektronisia laitteita, edellyttäen että niiden käyttö ei häiritse hänen kilpailusuoritustaan eikä vie huomiota pois ympäristöstä.

### Sääntöjen vastaiset varusteet

Urheilijan ei tule käyttää eikä pukea seuraavia varusteita:

- Keinotekoista työntövoimaa tuottavat laitteet;
- Kelluntavälineet
- Hansikkaat;
- Sukat, paitsi kun märkäpuvun käyttö on pakollista;



- Säätymien käyttö on sallittua, jos ne eivät ulotu märkäpuvun lahkeen alapuolelle, paitsi silloin kun märkäpuvun käyttö on kielletty.
- Märkäpuku tai mitkä tahansa märkäpuvun osat silloin, kun ne ovat kiellettyjä;
- Hyväksymättömät uimapuvut;
- Snorkkelit;
- Viralliset kilpailunumerot silloin, kun märkäpuvun käyttö on kielletty
- Korvan sisään tai ulkopuolelle asetettavat kuulokkeet tai tekniset korvatulpat lukuun ottamatta
- Korvia suojaavia tulppia;
- Ilmalla täyttyvät pelastuslaitteet, jos ne on täytetty. Täytettyä pelastusliiviä käyttävän urheilijan on vetäydyttävä kilpailusta.
- Korut, joiden katsotaan tuottavan vaaraa urheilijoille itselleen tai kansakilpailijoille.
- Urheilijaa voidaan pyytää poistamaan tällaiset esineet.
- Puvut, liivit tai mitkä tahansa muut vaatteet, joissa joku osa on tehty kumimaisesta materiaalista kuten polyuretaanista tai neopreenistä
- Neopreenishortsit

## 5. Pyöräily

### 5.1. Yleiset säännöt:

#### Kilpailija ei saa:

- Estää muita kilpailijoita;
- Pyöräillä ylävartalo paljaana;
- Liikkua eteenpäin ilman että pyörä on hänen hallussaan/mukanaan
- Käyttää kilpailun aikana muuta kuin tarkastettua pyörää.

#### Vaarallinen käytös:

- Kilpailijoiden tulee noudattaa tapahtuman erityisiä liikennesääntöjä, ellei tuomari neuvo toisin.
- Kilpailijoiden, jotka joutuvat turvallisuussyistä jättämään kilpailureitin, täytyy palata reitille ilman, että he saavat minkäänlaista etua. Jos etua on saatu, kilpailija saa aikarangaistuksen. Aikarangaistus kärsitään juoksun rangaistusalueella (juoksun penalty box).
- Pyörällä vaarallisesti ajaminen saattaa johtaa rangaistukseen. Vaaralliseksi ajoksi katsotaan muun muassa toisen kilpailijan ohittaminen väärältä puolelta.
  - a. Jos urheilija vahingossa ottaa kosketusta toiseen urheilijaan, mutta korjaa tilanteen välittömästi siirtymällä pois toisen urheilija läheisyydestä, ei kontakti johda rangaistukseen.
  - b. Jos urheilija ottaa kontaktia pyöräilyn aikana toiseen urheilijaan, estää toisen urheilijan edistymistä eikä siirry pois toisen urheilijan läheisyydestä, toiminta johtaa aikarangaistukseen
  - c. Kun urheilija tarkoituksen mukaisesti törmää toiseen urheilijaan, estää hänen edistymistään, saa tästä etua itselleen, aiheuttaa teollaan mahdollisesti vahinkoa tai toisen urheilijan kaatumisen, teko johtaa automaattisesti urheilijan hylkäykseen.

## 5.2. Varusteet:

- Yleisesti ottaen tammikuun 1 päivänä kuluva vuotta olevia UCI sääntöjä sovelletaan sekä kilpailuun, kisareitin tutustumiseen, että viralliseen harjoitteluun.
- Polkupyörä on ihmisvoimainen kulkuväline kahdella ulkohalkaisijaltaan yhtäläisellä pyörällä. Etupyörän pitää olla ohjattava ja takapyörän pitää toimia polkimet ja ketjun yhdistävän koneiston avulla. Polkupyöriin viitataan jatkossa termillä pyörät, ja niiden tulee täyttää seuraavat tunnusmerkit seuraavissa sarjoissa:
- **Peesivapaat kilpailut, sarjat Avoin, U23, U19, U17 ja U15:**

### Pyörien rungot:

- a) Pyörän rungon tulee olla perinteisen mallinen, eli sen tulee rakentua kolmesta suorasta tai kaventuvasta putkesta, jotka muodostavat keskelleen suoralinjaisen keskikolmion. Putket voivat olla pyöreitä, soikeita, litistettyjä, tai pisaran mallisia tai muunkin mallisia liitoskohdissa. Rungon osien liitoskohtien tulee noudattaa seuraavaa mallia: Vaakaputki yhdistää emäputken yläosan satulaputken yläosaan. Satulaputken, johon satulaloppa kiinnittyy, tulee yhdistyä kampilaakerin laakeripesään. Alaputken tulee yhdistää kampilaakerin laakeripesä ja emäputken alaosa. Takahaarukan kolmiot muodostuvat takahaarukan ylä- ja alaputkista sekä satulaputkesta. Takahaarukan yläputket kiinnittyvät satulaputkeen vaakaputken kaltevuuden määrittämiin kohtiin. Putkien korkeus saa olla enimmillään 8 cm ja putkien paksuus vähintään 2,5 cm. Takahaarukan ylä- ja alaputkien paksuuden täytyy olla vähintään 1 cm. Etuhaarukan putket voivat olla suorat tai kaarevat, ja niiden paksuus on oltava vähintään 1 cm. Liitoskohdissa putkien suurin sallittu mittasuhte-ero on yhden suhde kolmeen.
  - b) Pyörä saa olla maksimissaan 185 cm pitkä ja 50 cm leveä.
  - c) Etäisyys maan ja poljinkeskiöakselin välillä saa olla 24–30 cm.
  - d) Etäisyys etupyörän akselin ja poljinkeskiöakselin lävistävien pystysuorien linjojen välillä tulee olla 54–65 cm.
  - e) Muotolevyt ovat kiellettyjä. Kaikki runkoon lisätyt osat, jotka vähentävät ilman läpäisevyyttä tai joilla on siihen vähentävä vaikutus tai jotka keinotekoisesti lisäävät työntövoimaa, kuten tuulisuojalevyt tai kaikenlaiset rungon muotolevyt, ovat kiellettyjä.
- **Peesikieltokilpailut ja ikäsarjojen peesivapaat kilpailut:**
    - a) Pyörien rungot:
      - 1) Pyörä saa olla maksimissaan 185 cm pitkä ja 50 cm leveä.
      - 2) Etäisyys maan ja poljinkeskiöakselin välillä saa olla 24–30 cm.
      - 3) Etäisyys etupyörän akselin ja poljinkeskiöakselin lävistävien pystysuorien linjojen välillä tulee olla 54–65 cm.
      - 4) Pyörän rungon tulee olla perinteisen mallinen, eli sen tulee rakentua suorista tai kaventuvista putkista, jotka muodostavat suljetun kokonaisuuden. Putket voivat olla pyöreitä, soikeita, litistettyjä, tai pisaran mallisia tai muunkin mallisia

liitoskohdissa. Myös pyörät, jotka rakentuvat timantinmuotoon ilman satulaputkea tai joiden takahaarukan kolmio ei yhdisty alaputken tai vaakaputken päähän, ovat sallittuja.

b) Vanteet:

- 1) Pyörässä ei saa olla kiihdyttäviä mekanismeja.
- 2) Tuubirenkaiden tulee olla hyvin liimattuina, pikalinkkujen tulee olla tiukasti kiinnitettyinä keskiöihin ja vanteiden tulee olla kiinnitettyinä kunnolla runkoon.
- 3) Sekä etu- että takapyörässä tulee olla jarru;
- 4) Avoin, U23-U15 peesivapaat kilpailut. Hiilikuituvanteet tulee olla UCI hyväksytyjen vanteiden listalla. Jos vanteet eivät ole UCI:n listassa, niiden tulee täyttää seuraavat kriteerit:
  - (1) Vanteiden materiaalin tulee olla metalliseosta.
  - (2) Sekä etu- että takavanteiden tulee olla halkaisijaltaan yhtä suuret.
  - (3) Vanteissa tulee olla vähintään kaksikymmentä metallista pinnaa
  - (4) Vanteen korkeus tulee olla alle 25 mm.
  - (5) Kaikkien osien tulee olla tunnistettavia ja kaupallisesti saatavilla.
- 5) Ikäsarjojen peesivapaissa kilpailuissa vanteiden tulee täyttää seuraavat tunnusmerkit:
  - (1) Vanteissa tulee olla vähintään 12 pinnaa.
  - (2) Levykiekot ovat kiellettyjä.
  - (3) Peesikieltokilpailuissa takapyörässä voi käyttää levykiekkoa, mutta tuomaristo voi kieltää sen käytön turvallisuussyistä esimerkiksi kovan tuulen takia.

f.) Ohjaustangot:

1. Avoin-, U23, U19, U17, U15- sarjojen peesivapaissa kilpailuissa noudatetaan seuraavia ohjaustankosääntöjä:
  - Vain perinteiset käyräsarviset ohjaustangot ovat sallittuja, ja niiden päät pitää tulpata.
  - Lisätangot ovat kiellettyjä.
2. Ikäsarjojen peesivapaissa kilpailuissa noudatetaan seuraavia ohjaustankosääntöjä:
  - Vain perinteiset käyräsarviset ohjaustangot ovat sallittuja, ja niiden päät pitää tulpata.
  - Lisätangot ovat kiellettyjä.



## AGE GROUP DRAFT LEGAL EQUIPMENT



### 3. Peesikieltokilpailuissa noudatetaan seuraavia ohjaustankosääntöjä:

- Ohjaustangot ja lisätangot, jotka eivät ylitä etupyörän ulointa linjaa, ovat sallittuja. Lisätankojen ei tarvitse olla yhdistettyinä toisiinsa. Kaikki tankojen päät pitää tulpata.

#### g.) Kypärät:

- Kypärien tulee olla yleisesti valtuutetun kansallisen testauksen hyväksymiä.
- Urheilijan tulee käyttää kypärää kaikissa tilanteissa, kun hän ajaa pyörää: kilpailuissa, reittiin tutustumisessa ja harjoituksissa.
- Kypärän osien, kuten remmien tai pehmusteiden, muokkaaminen tai poistaminen on kielletty.
- Kypärän tulee olla turvallisesti kiinnitettynä ja istua kunnolla koko ajan ilman, että mikään sisäpuolelle puettu vaatekappale heikentää istuvuutta. Kypärän on oltava kuvatulla tavalla urheilijan päässä aina, kun hän koskee pyörään, eli siitä hetkestä, kun hän ottaa pyörän telineestä pyöräosuuden alussa, siihen hetkeen, kun hän palauttaa pyöränsä telineeseen pyöräosuuden päätteeksi.
- Jos urheilija jostain syystä poistuu pyöränsä kanssa reitiltä, hän ei saa avata tai riisua kypärää ennen, kuin hän on laskeutunut pyörältään kisareitin rajojen ulkopuolella. Kypärä tulee kiinnittää huolellisesti takaisin päähän ennen kuin urheilija nousee uudelleen pyörälleen ja palaa kilpailureitille.

#### h.) Levyjarrut:

- Levyjarrut ovat sallittuja.

i.) Kielletyt varusteet:

Kiellettyjä varusteita ovat muun muassa:

- Korvan sisään tai ulkopuolelle tulevat kuulokkeet, mikrofonikuulokkeet, tekniset korvatulpat tai älykypärät
- Lasiset astiat
- Peilit
- Pyörä tai pyörän osat, jotka eivät täytä sääntöjä;
- Peesikisoissa **juom**apullot, jos ne on kiinnitetty muualle kuin pyörän runkoon.

j.) Pyöräosuudella kaikkien urheilijan varusteiden ja pyörässä kiinni olevien osien tulee olla ennen kilpailua kilpailun tuomariston hyväksymiä, turvallisesti kiinnitettyjä, eivätkä ne saa vaarantaa ketään tai antaa epäreilua etua.

## 5.5. Peesaus:

**Yleiset ohjeet:**

***Peesivapaat kilpailut:***

- Eri sukupuolta olevaa kilpailijaa ei saa peesata.
- Eri kierroksella olevaa urheilijaa ei saa peesata.
- Moottoripyörää tai muuta moottoriajoneuvoa ei saa peesata.

***Peesikieltokilpailut:***

- Toista urheilijaa tai moottoriajoneuvoa ei saa peesata. Urheilijoiden tulee estää muiden peesausyritykset.
- Urheilija on oikeutettu paikkaansa reitillä, mikäli hän on ottanut paikkansa ensimmäisenä ilman kontaktia muihin. Kun urheilija ottaa paikkansa, hänen tulee jättää asiaankuuluva väli muihin ja liikkua asianmukaisesti normaalein liikkein osumatta muihin. Urheilijoiden välin on oltava asianmukainen ennen ohitusta.
- Urheilija, joka lähestyy mistä tahansa suunnasta toisen kilpailijan peesialuetta, on vastuussa peesaamisen välttämisestä.
- Peesaaminen tarkoittaa siirtymistä pyörän tai ajoneuvon peesialueelle:
  - Puoli- ja pitkän matkan kilpailujen peesialue: Pyörän peesialue on 12 metriä pitkä mitattuna edellä ajavan etupyörästä takana tulevan etupyörään. Kilpailija saa mennä ohituksessa toisen kilpailijan peesialueelle, kunhan hän etenee selvästi alueen läpi. Peesialueella olo ohituksessa saa kestää korkeintaan 25 sekuntia.
  - Perus- ja lyhyen matkan kilpailujen peesialue: Pyörän peesialue on 10 metriä pitkä mitattuna edellä ajavan etupyörästä takana tulevan etupyörään. Kilpailija saa mennä ohituksessa toisen kilpailijan peesialueelle, kunhan hän etenee selvästi alueen läpi. Peesialueella olo ohituksessa saa kestää korkeintaan 20 sekuntia.
  - Ajoneuvon peesialue: Ajoneuvon peesialue on 35 metriä pitkä ja koskee kaikkia ajoneuvoja pyöräosuudella. Tämä koskee myös peesivapaita kilpailuja.

- Peesialueelle siirtyminen: Urheilija voi siirtyä pyörän peesialueelle seuraavissa olosuhteissa:
  - Jos urheilija ohituksessa siirtyy peesialueelle ja etenee selvästi sen läpi sallitussa ajassa
  - Turvallisuussyistä
  - Sata metriä ennen ja jälkeen ensiapupisteen tai vaihtopaikan;
  - Tiukassa käänöksessä;
  - Jos tuomaristo sulkee jonkun osan reittiä kapeiden kaistojen, rakennelmien, kiertoteiden tai muiden turvallisuussyiden takia.
- Ohitus:
  - Urheilija on ohitettu, kun ohittavan kilpailijan eturengas on ohitettavan eturengasta edellä.
  - Ohitetun urheilijan tulee selvästi ja reippaasti jättäytyä ohittaneen urheilijan peesialueen taakse. Jättäytymisen sijaan uudelleen ohittaminen johtaa peesausrangaistukseen.
  - Ohitettu urheilija, joka pysyttelee ohittaneen urheilijan peesialueella pidempään kuin sallitun ajan, saa peesausrangaistuksen.
  - Urheilijoiden tulee ajaa tien oikeassa reunassa eikä muodostaa esteitä ohittamiselle. Ohituksen estämisellä tarkoitetaan sitä, kun takaa tuleva kilpailija ei pysty ohittamaan, koska edessä ajava on sijoittunut väärin reitille.
  - Urheilijan on aina ohitettava kilpakumppani vasemmalta puolelta.



#### 5.6. Peesausrangaistukset:

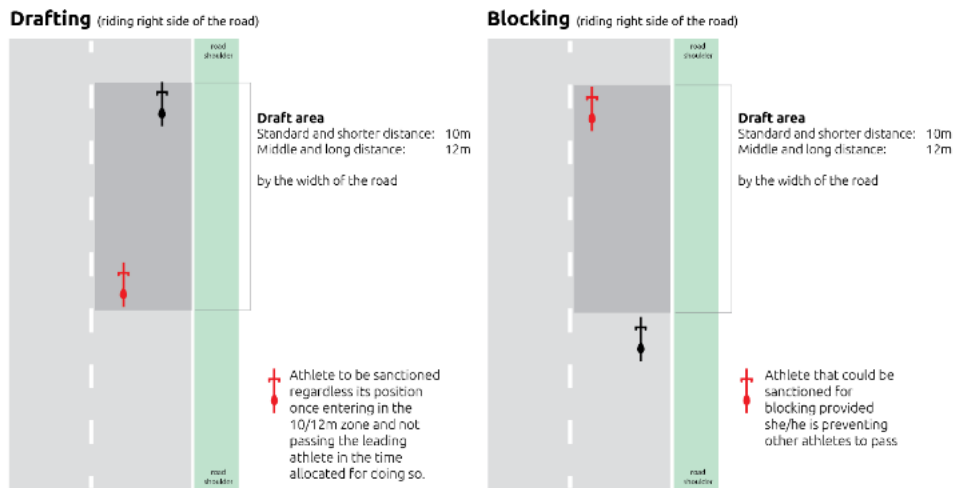
- Peesikieltokilpailussa peesaaminen on kielletty.
- Tuomari huomauttaa peesaavaa urheilijaa, ja hänen on kärsittävä aikarangaistus. Huomautuksen tulee olla selvä ja yksiselitteinen.
- Rangaistavan urheilijan tulee pysähtyä seuraavaan penalty boxiin ja kärsiä siellä kilpailumatkasta riippuva rangaistusaika. Rangaistusajat ovat sprinttimatkoilla yhden minuutin, perusmatkoilla kaksi minuuttia ja puoli- ja pitkän matkan kilpailuissa viisi minuuttia.
- Urheilijan vastuulla on pysähtyä seuraavalla rangaistusalueella. Pysähtymättä jättäminen johtaa hylkäykseen.
- Perus- ja lyhyen matkan kilpailuissa toinen peesausrikkomus johtaa hylkäämiseen.
- Puoli- ja pitkän matkan kilpailuissa kolmas peesausrikkomus johtaa hylkäämiseen.

- Peesausrikkomuksista ei voi valittaa.

### 5.7. Estäminen:

- Urheilijoiden tulee ajaa reunassa eikä muodostaa esteitä ohittamiselle. Ohituksen estämisellä tarkoitetaan sitä, kun takaa tuleva kilpailija ei pysty ohittamaan, koska edessä ajava on sijoittunut väärin reitille. Ohituksen estänyt urheilija saa keltaisen kortin, ja hänen tulee kärsiä aikarangaistuksensa seuraavalla pyörärangaistusalueella.

#### Illustration for riding on the right side of the road



### 5.8 Ajo-asento:

Pyöräosuudella täytyy pitää (pääsääntöisesti molemmilla käsillä) kiinni ohjaustangosta tai peesikieltokisoissa vaihtoehtoisesti lisätangoista. Istua saa vain satulan päällä, ei vaakaputken.

Image 1 Allowed positions in all races:



Image 2: Allowed position only in draft illegal races:



Image 3: Forbidden positions in all races:



## 6. Juoksu

### 6.1 Yleiset säännöt

#### *Juoksuosuudella urheilija:*

- Voi juosta tai kävellä
- Tulee pitää virallista kilpailunumerolappua. Tämä on aina pakollista ikäsarjojen kilpailuissa. Muissa kilpailuissa tuomaristo voi tiedottaa kilpailuinfossa, että kilpailunumerolapun pitäminen juoksuosuudella on pakollista
- Ei saa ryömiä
- Ei saa juosta yläruumis paljaana
- Ei saa juosta pyöräilykypärä päässä
- Ei saa ottaa käännöksissä tukea tolpista, puista tai muista kiinteistä elementeistä.
- Ei saa juosta yhdessä kenenkään reitillä tai reitin vieressä juoksevan tai muulla kulkuneuvolla liikkuvan kilpailun ulkopuolisen urheilijan, seuran jäsenen, valmentajan tai muun jäniksen kanssa.
- Ei saa juosta yhdessä tai ottaa vauhtia muista urheilijoista, jotka ovat yhden tai useamman kierroksen edellä. Sääntöä noudatetaan vain M/N, U23, U19, U17 ja -U15- sarjoissa sekä paratriathlonissa.
- Jos urheilija vahingossa ottaa kosketusta toiseen urheilijaan, mutta korjaa tilanteen välittömästi siirtymällä pois toisen urheilija läheisyydestä, ei kontakti johda rangaistukseen.
- Jos urheilija ottaa kontaktia juoksun aikana toiseen urheilijaan, estää toisen urheilijan etenemistä eikä siirry pois toisen urheilijan läheisyydestä, toiminta johtaa aikarangaistukseen
- Kun urheilija tarkoituksen mukaisesti törmää toiseen urheilijaan, estää hänen edistymistään, saa tästä etua itselleen, aiheuttaa teollaan mahdollisesti vahinkoa tai toisen urheilijan kaatumisen, teko johtaa automaattisesti urheilijan hylkäykseen.

### 6.2. Maaliintulon määritelmä:

Urheilijan katsotaan tulleen maaliin, kun mikä tahansa osa hänen torsostaan ylittää maaliviivan uloimman linjan.

### 6.3. Turvallisuuteen liittyvä ohjeistus

- Vastuu kilpailussa pysymisestä on urheilijalla. Urheilija, joka tuomariston tai lääkintähenkilökunnan mielestä osoittaa olevansa vaaraksi itselleen tai muille, poistetaan kilpailusta.
- Kilpailun ulkopuolinen henkilö ei saa edetä kilpailijan kanssa maalisuoralla

### 6.4. Kielletyt varusteet

- Korvan sisään tulevat tai korvat peittävät kuulokkeet, mikrofonikuulokkeet tai tekniset korvatulpat
- Lasiset astiat



- Kaikki välineet, kuten sauvat ja kepit, joilla autetaan etenemistä käsivoimia käyttäen.

## 6.5 Kengät

Kengät tulee olla Kansainvälisen yleisurheiluliiton sääntöjen mukaiset juoksukengät

## 7. Vaihtoalue

Kilpailija käyttää järjestäjän osoittamaa paikkaa vaihtoalueella. Vaihtoalueella suoritettavat korjaus- ja huoltotyöt ovat sallittuja, mikäli ne eivät aiheuta häiriötä muiden kilpailijoiden toimintaan. Pyörällä ajo vaihtoalueella on kielletty. Avustaja voi vaihtaa kilpailijan rikkoutuneen renkaan, mikäli kilpailija on saanut siihen luvan vaihtoalueen päälliköltä, ja kilpailijat ovat jo siirtymässä uinnin lähtöalueelle.

### 7.1 Yleiset ohjeet:

- Kaikilla urheilijoilla on oltava kypärä huolellisesti kiinnitettynä päässä aina kun he koskevat pyörään. Mahdolliset kypärän alla olevat vaatekappaleet eivät saa vaikuttaa sen istuvuuteen.
- Urheilijat saavat käyttää vain heille merkittyä pyörätelinettä, ja heidän tulee ripustaa pyöränsä telineeseen:
  - a) Perinteiseen pyörätelineeseen pyörä tulee ripustaa seuraavasti:
    - Ensimmäisessä vaihdossa pyörä tulee ripustaa roikkumaan telineeseen pystyasennossa satulan etuosasta niin, että etupyörä osoittaa suoraan kilpailijan oman vaihtopaikan keskelle. Tuomaristo voi asettaa säännölle poikkeuksia.
    - Toisessa vaihdossa pyörän voi ripustaa roikkumaan mihin suuntaan tahansa joko ohjaustangon molemmilta puolilta, jarrukahvoista tai satulasta. Pyörä tulee ripustaa telineeseen puolen metrin sisälle omasta numerosta tai nimikyltistä. Pyörä tulee ripustaa niin, ettei se estä tai häiritse muiden kilpailijoiden suoritusta.
  - b) Jos kilpailussa on käytössä henkilökohtaiset pyörätelineet, tulee pyörä ripustaa ensimmäisessä vaihdossa telineeseen takapyörästä ja toisessa vaihdossa kummasta tahansa pyörästä.
- Tavaroiden sijainti vaihtoalueella
  - a) U17-, U19-, U23- ja avoimessa sarjassa kilpailijoiden tulee asettaa kaikki myöhemmin kilpailussa käytettävät varusteet puolen metrin säteelle laatikostaan /pussistaan. Mikäli laatikkoa ei ole saatavilla, mitataan puolen metrin säde maasta pisteestä, joka sijaitsee suoraan telineessä olevan kilpailunumeron tai nimikyltin alapuolella. Jos laatikko on käytettävissä, sen tulee olla puolen metrin säteellä telineessä olevasta kilpailunumerosta tai nimikyltistä. Muissa sarjoissa kaikki myöhemmin kilpailussa käytettävät varusteet tulee olla joko laatikossa tai kisajärjestäjän antamassa pussissa.
  - b) Vaihtoalueelle voi jättää vain kilpailussa käytettäviä varusteita
  - c) Kaikki jo käytetyt varusteet tulee asettaa omalla kilpailunumerolla varustettuun laatikkoon/pussiin, jos se on käytettävissä. Poikkeuksena ovat pyöräilykengät, jotka saavat jäädä roikkumaan kiinni polkimiin. Kilpailijoiden tulee huomioida, että laatikkoon laitettavat varusteet ovat kokonaisuudessaan laatikossa, eikä mikään osa

jää laatikon ulkopuolelle. Vain kilpailussa käytettävät varusteet saa jättää vaihtoalueelle. Muut varusteet ja omaisuus tulee siirtää pois vaihtoalueelta ennen kilpailun alkamista.

- d) Jos urheilija käyttää samoja juoksukenkiä duathlonin ensimmäisessä ja toisessa juoksussa, näitä kenkiä ei tarvitse laittaa laatikkoon ensimmäisessä vaihdossa. Laatikon ulkopuolella maassa saa kuitenkin olla vain yhdet juoksukengät kilpailun aikana. Juoksukenkien tulee olla maassa puolen metrin säteellä kilpailijan laatikosta tai telineeseen hänelle merkitystä kohdasta.
- e) Jos urheilija pudottaa uimahatun uinnin ja T1 väliselle alueelle ja tuomari näkee tämän, saa hän tästä rangaistuksen.
- f) U17-, U19-, U23- ja avoimessa sarjassa pyöräkengät, ajolasit, kypärä ja muut pyörävarusteet saa jättää valmiiksi pyörän päälle ensimmäistä vaihtoa varten. Muissa sarjoissa kaikki varusteet lukuun ottamatta pyöräkenkiä tulee olla niille tarkoitettussa laatikoissa. Kypärän remmin tulee olla auki vaihtoalueella, kun urheilija suorittaa uimaosuutta. Remmin tulee turvallisuussyistä olla niin kireällä, että kypärää ei voi laittaa päähän avaamatta remmiä.
- g) Urheilijat eivät saa häiritä muiden kilpailijoiden suoritusta vaihtoalueella.
- h) Urheilijat eivät saa koskea toisten kilpailijoiden varusteisiin vaihtoalueella.
- i) Vaihtoalueella pyöräily on kielletty muuten paitsi pyöräosuuden aikana. Nouse pyörälle -viiva (mount) ja laskeudu pyörältä -viiva (dismount) kuuluvat vaihtoalueeseen.
- j) Urheilijoiden tulee nousta pyörälle nouse pyörälle -viivan jälkeen niin, että koko jalkapohja koskettaa maata vielä mount-viivan jälkeen.
- k) Urheilijoiden tulee laskeutua pyörältä ennen laskeudu pyörältä -viivaa niin, että koko jalkapohja koskettaa maata jo enne dismount-viivaa.
- l) Vaihtoalueella, ennen nouse pyörälle -viivaa ja laskeudu pyörältä -viivan jälkeen, pyörää saa taluttaa vain käsillä.
- m) Jos urheilija tiputtaa kengän tai jonkun muun varusteensa noustessaan pyörälle tai laskeutuessaan pyörältä, kilpailun henkilökunta kerää pudonneet tavarat, eikä tästä seuraa rangaistusta.
- n) Alastomuus tai säädytön käytös on kiellettyä.
- o) Urheilijat eivät saa pysähtyä vaihtoalueen kulkuväylille.
- p) Paikkojen merkitseminen vaihtoalueella on kielletty. Merkit, pyyhkeet ja muut merkitsemiseen käytetyt esineet poistetaan vaihtoalueelta tiedottamatta urheilijalle.

## 8. ei kansallisiin sääntöihin

## 9. Palkintorahojen määräytyminen kilpailuissa

Palkintorahat jaetaan avoimen sarjan nopeimmille urheilijoille. Avoimen sarjan tuloksiin lasketaan mukaan kaikki samassa lähdössä samalla matkalla olleet kilpailijat.

## 10. Kilpailut

### 10.12. Kilpailusuorituksen aikaraja – cut off time:

- Kilpailun järjestäjä voi määrittää kilpailuun suorituksen aikarajan koko suoritukselle tai jollekin tietylle osalle suoritusta.
- Jos kilpailussa on aikaraja, siitä tulee ilmoittaa vähintään kolmekymmentä päivää ennen kilpailun ilmoittautumisen sulkeutumista.

## 11. Kilpailun tuomaristo

### 11.1. Yleistä:

- Kilpailun tuomaristoon kuuluvat:
  - Tuomariston jäsenet eli tuomarit
  - Päätuomari, joka toimii tuomariston johtajana
- Tuomariston jäsenen tulee olla vähintään 19-vuotias viimeistään 31. joulukuuta sinä vuonna, jolloin kilpailu järjestetään.
- Jos kilpailu järjestetään näiden sääntöjen mukaan, tulee paikalla olla päätuomari.

### 11.2. -11.3 ei kansallisissa säännöissä

### 11.4. Kilpailun Jyry

- Suomen Triathlonliitto muodostaa kaikkiin sen alaisiin kilpailuihin Kilpailun Jyryn. Jyry koostuu seuraavista henkilöistä:
  1. Triathlonliiton edustaja
  2. Kilpailujärjestäjän edustaja, joka ei saa olla kilpailun suhteen päättävässä asemassa oleva henkilö tai toimia kilpailussa toimitsijana / tuomarina.
  3. urheilijoiden edustaja,
- Kilpailun Jyryn edustajana **ei voi olla henkilö, joka:**
  - a) on samassa kilpailussa tuomarina pois lukien TD (Technical Delegate)
  - b) toimii samassa kilpailussa valmentajana
  - c) joka on urheilija samassa kilpailussa
- Kilpailun Jyry tehtävät:
  - a) Kilpailun Jyry tekee päätökset protesteista
  - b) Kilpailun Jyryllä on valta muokata kilpailun tuloksia protestien pohjalta. Tulosten muokkaaminen on niin kutsuttu pelikenttäpäätös (Field of Play decision), jonka tarkoituksena on varmistaa, että tulokset ovat mahdollisimman reilut olosuhteet ja säännöt huomioiden.
  - c) Kilpailun Jyryn jäsenten on oltava käytettävissä kilpailuinfon alkamista aina siihen asti, kunnes kilpailu päättyy.
  - d) Kilpailun Jyryn puheenjohtaja on vastuussa siitä, että kaikista sen käsiteltävistä olevista päätöksistä tehdään kirjallinen lausunto.
- Kilpailun Jyryn kokoontumisaikataulu
  - a) Kilpailun tuomaristo kokoontuu vähintään:
    - i. Kilpailuinfon jälkeen
    - ii. Tuntia ennen kilpailun lähtöä
    - iii. Viimeisen maaliintulon jälkeen.

- Kilpailun Juryn integriteetti
  - a) Kilpailun tuomariston työskentely noudattaa seuraavia periaatteita:
    - i. Todisteita ja lausuntoja käsitellään yhdenmukaisesti.
    - ii. Huomioidaan, että rehellinen lausunto voi vaihdella henkilökohtaisten huomioiden ja muistin takia.
    - iii. Tilanteisiin suhtaudutaan avoimin mielin niin kauan, kunnes kaikki todisteet on esitetty.
    - iv. Huomioidaan, että urheilija on syytön niin kauan, kunnes tuomaristo on täysin yksimielinen epäilystä rikkeestä.
  - b) Eturistiriita:
    - i. Kilpailun Juryn puheenjohtaja päättää, esiintyykö jonkun jäsenen kohdalla eturistiriitaa.
    - ii. Kilpailun Juryn puheenjohtaja voi korvata tuomariston jäsenen eturistiriitatilanteessa, poissaolon takia tai mistä tahansa muusta syystä tahansa. Kilpailun Juryn puheenjohtajalla on valta määrätä korvaaja tehtävään. Kilpailun tuomaristossa täytyy kuitenkin olla yhtä monta henkeä, kuin siihen oli alun perin nimetty.
    - iii. Kilpailun Juryn puheenjohtaja on oltava henkilö, joka todistetusti ei ole eturistiriidassa.

## 12. Protesti

### 12.1 Yleistä

Protesti tehdään urheilijan käytöstä, tuomaristoa tai kilpailun olosuhteita vastaan. Urheilija voi tehdä protestin, mikäli tuomaristo ei vielä ole huomionnut kyseistä asiaa, eikä päätuomari ole tehnyt siitä päätöstä.

### 12.5 Protestin tekemisen prosessi

1. Urheilija voi pyytää päätuomarilta protestikaavakkeen tai täyttää sen netissä: <https://www.triathlon.fi/tapahtumat2/saannot/protestilomake/>
2. Protestin yhteydessä pitää maksaa 50 € suuruinen protestimaksu
3. Protesti tulee jättää päätuomarille
4. Saatuaan protestin, päätuomari antaa sen kilpailu Juryn puheenjohtajalle.

### 12.2–12.4 ja 12.6 ei kansallisissa säännöissä

### 12.7 Protestin sisältö

Protestin yhteydessä tulee maksaa 50 € Triathlonliiton tilille FI7040550012661092. Summa palautetaan, mikäli protesti hyväksytään. Jos protesti hylätään, rahaa ei palauteta, van se jää Triathlonliitolle. Protestikaavakkeen saa päätuomarilta tai maalialueen toimitsijoilta ja se tulee palauttaa päätuomarille 30 min kuluessa protestin tekijän maaliintulosta. Protestikaavake voidaan täyttää myös netissä: <https://www.triathlon.fi/tapahtumat2/saannot/protesti-kaavake/>. Jos kaavake täytetään netissä, tulee sen tekemisestä kertoa joko päätuomarille 30 min kuluessa protestin tekijän maaliintulosta.

Esimerkki protestikaavakkeesta on liitteessä 2.

### **Protestiin tulevat tiedot:**

#### ***Epäilty sääntörikkomus, sekä:***

- Epäillyn sääntörikkomuksen tapahtumapaikka ja arvioitu tapahtuma-aika.
- Epäiltyyn sääntörikkomukseen osallistuneet henkilöt
- Todistajalausunto ja jos mahdollista graafinen esitys epäilystä sääntörikkomuksesta
- Epäillyn sääntörikkomuksen todistajien nimet

### **12.8 Protestin menettelytapa**

#### ***Protestitapauksessa toimitaan seuraavasti:***

- Protestikaavake täytetään päätuomarin kanssa, tai se tehdään netissä annettujen aikarajojen sisällä. Jos kaavake täytetään netissä, se tekemisestä tulee kertoa joko päätuomarille tai kilpailunjohtajalle annetun aikarajan sisällä.
- Päätuomari ilmoittaa maalialueen ilmoitustaululla, että protesti on jätetty.
- Protestin tekijän ja oletetusta sääntörikkeestä syytetty urheilija tai hänen kansallisen valmentajansa tai edustajansa tulee olla paikalla. Jos protestin tekijä ei odota paikalla, protestin kuulemista voidaan lykätä, tai se voidaan perua. Kilpailun tuomaristo päättää, onko protestin tekijän poissaolo kuulemisesta todellinen.
- Jos jokin osapuoli jää pois tulosten kuulemisesta, tuomaristolla on oikeus tehdä päätös ilman heitä.
- Jos tuomariston johtaja sallii, voidaan protestin tekijälle tai syytetylle urheilijalle nimetä edustaja protestin käsittelyyn.
- Päätöksen kuuleminen ei ole julkinen yleisölle.
- Kilpailun tuomariston johtaja selittää päätösprosessin ja jokaisen oikeudet.
- Kilpailun tuomariston johtaja lukee protestin.
- Protestin tekijälle ja syytetylle annetaan riittävästi aikaa kertoa selostuksensa tapahtuneesta.
- Todistajia voi olla molemmilla osapuolilla korkeintaan kaksi, ja he saavat kukin puhua korkeintaan kolme minuuttia.
- Tuomaristo kuuntelee todisteet ja tekee päätöksen yksinkertaisen enemmistön mielipiteen mukaan.
- Päätös julkistetaan heti ja toimitetaan osapuolille pyynnöstä myös kirjallisesti.
- Tuomaristo tekee tapaamisen lopuksi tapaamisesta pöytäkirjan, jossa on myös tuomariston päätös ja joka jokaisen tuomariston jäsenen on hyväksyttävä. Pöytäkirja toimitetaan Suomen Triathlonliittoon.

### **12.9 ei kansallisissa säännöissä**

## **13. Vastalause**

Vastalause voidaan tehdä kilpailun päätuomarin tai kilpailun juryn päätöksestä. Vastalause tehdään netissä: <https://www.triathlon.fi/tapahtumat2/saannot/vastalause-kaavake/> ja se tulee tehdä kolmen (3) vuorokauden sisällä kilpailun päättymisestä. Vastalauseen käsittelee Triathlonliiton Kurinpitovalioikunta

Vastalauseen yhteydessä tulee maksaa 50 € Triathlonliiton tilille FI7040550012661092. Summa palautetaan, mikäli vastalause hyväksytään. Jos vastalause hylätään, rahaa ei palauteta, vaan se jää Triathlonliitolle. Esimerkki vastalausekaavakkeesta on liitteessä 3.

**HYVÄKSYTTY 12.2.2024**

## Liite 1. Kilpailumatkat ja ikävaatimukset

**Minimi ikä:** kilpailijan tulee olla tai täyttää kilpailuvuotena taulukossa vaadittava minimi ikä.

### Triathlon:

	UINTI	PYÖRÄILY	JUOKSU	MINIMI-ikä
VIESTI	250–300 m	5–8 km	1.5–2 km	14
SUPERSPRINTTI	250–500 m	6.5–13 km	1.7–3.5 km	14
SPRINTTI	750 m saakka	20 km saakka	5 km saakka	16
PERUSMATKA	1500 m	40 km	10 km	18
PUOLIMATKA	1900–2999 m	80–90 km	20–21 km	18
TÄYSIMATKA	3000–4000 m	91–200 km	22–42.5 km	18

### Duathlon

	JUOKSU	PYÖRÄILY	JUOKSU	MINIMI-ikä
VIESTI	1.5–2 km	5 km – 8 km	0.75 km – 1 km	15
SPRINTTI	5 km	20 km	2.5 km	16
PERUSMATKA	5 km	30 km	5 km	18
PUOLIMATKA	10 km	60 km	10 km	18
TÄYSMATKA	20 km	150 km	30 km	18

### Aquathlon

	JUOKSU	UINTI	JUOKSU	MINIMI-ikä
VIESTI	1.25 km	500 m	1.25 km	15
VIESTI (KYLmä VESI)		500 m	2.5 km	15
PERUSMATKA	2.5 km	1000 m	2.5 km	16
PERUSMATKA (KYLMA VESI)		1000 m	5 km	16

PITKÄ MATKA	5 km	2000 m	5 km	18
PITKÄ MATKA (KYLMA VESI)		2000 m	10 km	18

### Talvi Triathlon

	MAASTOJUOKSU	MAASTOPYÖRÄILY	MAASTOHIIHTO	MINIMI-ikä
VIESTI	2–3 km	4–5 km	3–4 km	15
SPRINTTI	3–4 km	5–6 km	5–6 km	16
PERUSMATKA	7–9 km	12–14 km	10–12 km	18

### S3 Talvi Triathlon

	JUOKSU	LUISTELU	MAASTOHIIHTO	MINIMI-ikä
PERUSMATKA	4–6 km	10–14 km	7–9 km	16

### Maastotriathlon

	UINTI	MAASTOPYÖRÄILY	MAASTOJUOKSU	MINIMI-ikä
VIESTI	200–250 m	4–5 km	1.2–1.6 km	15
SPRINTTI	500 m	10–12 km	3–4 km	16
PERUSMATKA	1000–1500 m	20–30 km	6–10 km	18

### Maasto Duathlon

	MAASTOJUOKSU	MAASTOPYÖRÄILY	MAASTOJUOKSU	MINIMI-ikä
VIESTI	1.2–1.6 km	4–5 km	0.6–0.8 km	15
SPRINTTI	3–4 km	10–12 km	1.5–2 km	16
PERUSMATKA	6–10 km	20–25 km	3–4 km	18



## Aquabike

	UINTI	PYÖRÄ	MINIMI-ikä
PERUSMATKA	1500 M	40 km	18
TÄYSMATKA (LONG)	1000–4000 m	100–200 km	18

## Liite 2. Protesti-kaavake

PROTESTIN TEKIJÄ TÄYTTÄÄ		
KILPAILUN NIMI	KILPAILUN PÄIVÄMÄÄRÄ	
KILPAILUPAIKKA:	AIKA, JOLLOIN PROTESTI TEHTIIN:	
PROTESTIN TEKIJÄ:	KILPAILUNUMERO:	
PUHELINNUMERO:	SÄHKÖPOSTI-OSOITE:	
PROTESTIN KOHDE, NIMI:	PROTESTIN KOHTEEN KILPAILUNUMERO:	
TILINUMERO PROTESTIMAKSUA VARTEN:	FI7040550012661092	
MINKÄ TYYPPISESTÄ PROTESTISTA ON KYSE:		
KILPILUREITTIÄ KOSKEVA PROTESTI	TOISTA KILPAILIJAA TAI TUOMARIA KOSKEVA PROTESTI	
VASTUULLISUUTTA KOSKEVA PROTESTI	AJANOTTOA KOSKEVA PROTESTI	
VARUSTEITA KOSKEVA PROTESTI		
TODISTAJAN NIMI		
TODISTAJAN NIMI		
SÄÄNTÖ, JOTA RIKOTTIIN:	RIKKOMUKSEN KELLONAIKA:	
MISSÄ RIKKOMUS TAPAHTUI. KUVAILE TAPAHTUMA TARKASTI. KERRO KETKÄ OLIVAT OSALLISENA.		
PROTESTINTEKIJÄN ALLEKIRJOITUS	Nimi	Päivämäärä:

**HYVÄKSYTTY 12.2.2024**

PROTESTIN VASTAANOTTAJAN ALLEKIRJOITUS	Nimi	Päivämäärä:
MAKSU PROTESTISTA VASTAANOTETTU:	Nimi	Päivämäärä/aika:

JURYN PÄÄTÖS:

KILPAILUN JURY	NIMI	NIMI
	NIMI	
JURY SAI PROTESTIN	PÄIVÄMÄÄRÄ	KELLONAIKA
JURY RATKASI PROTESTIN	PÄIVÄMÄÄRÄ	KELLONAIKA
JURYN ALLEKIRJOITUKSET	1.	2.
	3.	

### Liite 3. Vastalause-kaavake

Kilpailun nimi		
Kilpailun päivämäärä		
Kilpailupaikka		
Päivämäärä, jolloin vastalause tehtiin		
Vastalauseen tekijä		
Kilpailunumero		
Puhelinnumero		
Sähköpostiosoite		
Jos vastalause tehdään toisesta kilpailijasta, hänen kilpailunumeronsa		
Koskeeko vastalause:	Kyllä	Ei
Päätuomarin antamaa rangaistusta vastaan?		
Päätuomarin antamaa protesti päätöstä vastaan?		
Jos vastalauseen aiheena on rangaistus, mistä syystä se annettiin?		
Millainen rangaistus rikkeestä tuli (esim. aikasakko, hylkäys)		
Rikkomuksen kellonaika		
Missä rikkomus tapahtui. Kuvaile tapahtuma tarkasti. Kerro ketkä olivat osallisena.		
TILINUMERO VASTALAUSEMAKSUA VARTEN: FI7040550012661092		
Todistajan nimi		
Todistajan nimi		

HYVÄKSYTTY 12.2.2024

## Liite 4: Rangaistukset ja rikkomukset

### Yleiset säännöt ja rangaistukset:

1. Urheilija, joka kilpailee väärässä sarjassa ikäänsä nähden tai matkalla, joka ei ole hänelle sallittu, tai ennen pakollista 24 tunnin taukoa (sääntöjen kohta 2.5)
  - Hylkäys kaikista aikajakson kilpailuista
2. Merkityltä reitiltä poikkeaminen (sääntöjen kohta 2.1 ja 4.1)
  - Varoitus ja jatkaminen siitä kohdasta, jossa poikkeaminen tapahtui
  - Jos edellistä ei noudateta: hylkäys
3. Jos urheilija turvallisuussyistä poikkeaa reitiltä ja palaa reitille eri kohdasta, jolloin hän saa kilpailuetua (sääntöjen kohta 5.1)
  - Jos kilpailuetua on saatu: aikarangaistus
4. Häiritsevä kielenkäyttö tai väkivaltainen käytös järjestäjiä kohtaan (sääntöjen kohta 2.1)
  - Hylkäys ja raportointi liiton kurinpitovaliokunnalle
5. Epäurheilijamainen käytös (sääntöjen kohta 2.1)
  - Hylkäys ja raportointi liiton kurinpitovaliokuntaan mahdollista kilpailukiellon asettamista varten
6. Avun vastaanottaminen muilta kuin tuomareilta, toimitsijoilta tai muilta kilpailijoilta kohtaan (sääntöjen kohdat 2.1 ja 2.2)
  - Varoitus ja toiminnan korjaaminen, jos mahdollista, ja palauttaminen takaisin tilanteeseen ennen avunsaamista
  - Jos ei: Hylkäys
7. Kieläytyminen noudattamasta tuomariston tai toimitsijoiden ohjeita kohtaan (sääntöjen kohta 2.1)
  - Hylkäys
8. Jos ei käytä kilpailunjärjestäjän osoittamia tuomariston määräämää kilpailunumeroja, jotka on ilmoitettu kilpailuinfossa kohtaan (sääntöjen kohta 2.9)
  - Varoitus ja toiminnan korjaaminen
  - Jos toimintaa ei korjata: Hylkäys
9. Kilpailunumeron pitäminen uintiosuuden aikana, kun märkäpuku on kielletty (sääntöjen kohta 2.9)
  - Varoitus ja toiminnan korjaaminen
  - Jos toimintaa ei korjata: Hylkäys
10. Roskien tai varusteiden levittäminen reitille muihin kuin selvästi merkittyihin paikkoihin kuten huoltoasemalle tai roska-astioihin kohtaan (sääntöjen kohta 2.1)
  - Varoitus ja toiminnan korjaaminen
  - Jos toimintaa ei korjata: Aikarangaistus
11. Laittomien, vaarallisten tai kiellettyjen varusteiden käyttäminen kilpailuedun saamiseksi tai jos nämä varusteet voivat vaarantaa muita kohtaan (sääntöjen kohdat 2.1 ja 5.2)
  - Varoitus ja toiminnan korjaaminen
  - Jos toimintaa ei korjata: Hylkäys ja kilpailusta poistaminen
12. Kilpailun liikennesääntöjen rikkominen kohtaan (sääntöjen kohdat 2.1 ja 5.1)

- Tahattomasti: Varoitus ja toiminnan korjaaminen, jos mahdollista
  - Tahallisesti tai jos toimintaa ei korjata: Hylkäys
13. Epäuskottava tai tarkoituksellinen tasapeli kohtaan (sääntöjen kohta 2.11)
    - Hylkäys kaikille tapaukseen osallistuneille
  14. Käsivarsien peittäminen kyynärpään alapuolelta tai säärien peittäminen polvien alapuolelta, kun se on kiellettyä kohtaan (sääntöjen kohta 2.8)
    - Varoitus ja toiminnan korjaaminen
    - Jos toimintaa ei korjata: Hylkäys
  15. Jos käsivarsia ei peitetä kilpailun aikana tuomariston sääolosuhteisiin perustuvasta kehotuksesta huolimatta (sääntöjen kohta 2.8)
    - Ennen kilpailua: Varoitus ja toiminnan korjaaminen
    - Jos toimintaa ei korjata: Hylkäys ja kilpailusta poistaminen
  16. Poliittisen, uskonnollisen, seksuaalisen tai rasistisen propagandan levittäminen tai esittäminen (sääntöjen kohta 2.1)
    - Varoitus ja toiminnan korjaaminen
    - Jos toimintaa ei korjata: Hylkäys ja kilpailusta poistaminen
  17. Esiintyminen väärällä nimellä tai eri-ikäisenä, todistuksen väärentäminen tai väärän tiedon antaminen (sääntöjen kohta 2.5)
    - Hylkäys ja kilpailusta poistaminen sekä raportointi Triathlonliittoon kilpailukiellon asettamista varten
  18. Osallistuminen, vaikka ei ole kilpailukelpoinen (sääntöjen kohdat 2.5 ja 3.8)
    - Hylkäys ja kilpailusta poistaminen sekä raportointi Triathlonliittoon kilpailukiellon asettamista varten
  19. Toistuva Suomen Triathlonliiton sääntöjen rikkominen (sääntöjen kohta 3.8)
    - Hylkäys ja kilpailusta poistaminen sekä raportointi Triathlonliittoon kilpailukiellon asettamista varten
  20. Huumeiden käyttö (sääntöjen kohta 2.3)
    - Rangaistukset annetaan SUEK:n sääntöjen mukaan
  21. Epätavallinen ja väkivaltainen epäurheilijamainen käytös (sääntöjen kohta 3.8)
    - Hylkäys ja kilpailusta poistaminen sekä raportointi Triathlonliittoon mahdollista kilpailukiellon asettamista varten
  22. Kilpaileminen ylävartalo paljaana pyöräilyssä tai juoksussa (sääntöjen kohdat 5.1. ja 6.1)
    - Varoitus ja toiminnan korjaaminen
    - Jos toimintaa ei korjata: Hylkäys
  23. Säädytön käytös tai alastomuus (sääntöjen kohta 7.1)
    - Varoitus ja toiminnan korjaaminen
    - Jos toimintaa ei korjata: Hylkäys
  24. Ulkopuolinen apu: polkupyörän, pyörän rungon, vanteiden, kypärän tai muun varusteen antaminen toiselle urheilijalle, mikä johtaa auttavan osapuolen kyvyttömyyteen jatkaa omaa kilpailuaan (sääntöjen kohta 2.2)
    - Molempien kilpailijoiden hylkääminen
  25. Epäreilun kilpailuedun saaminen ajoneuvosta poikkeuksena peesaaminen, kun se on sallittua (sääntöjen kohta 2.1)

- Hylkäys
26. Lämmittely kilpailureitillä toisten sarjojen kilpailun ollessa jo käynnissä
- Varoitus ja toiminnan korjaaminen
  - Jos toimintaa ei korjata: Hylkäys
27. Kilpailukiellon aikana kilpaileminen (sääntöjen kohta 2.5)
- Hylkäys ja kilpailusta poistaminen sekä raportointi Triathlonliittoon kilpailukiellon pidentämistä tai erottamista varten
28. Jos tekee varusterikkomuksen käyttämällä laitteita, jotka tekevät pyörästä muun kuin ihmisvoimaisen kulkuvälineen (sääntöjen kohta 5.2)
- Hylkäys ja kilpailusta poistaminen sekä raportointi Triathlonliittoon mahdollista kilpailukiellon asettamista varten
29. Jos käyttää laitteita, jotka häiritsevät huomion kiinnittämistä ympäristöön (sääntöjen kohta 2.1)
- Varoitus ja toiminnan korjaaminen
  - Jos toimintaa ei korjata: Hylkäys
30. Toisen urheilijan etenemisen fyysinen avustaminen (sääntöjen kohta 2.2)
- Molempien kilpailijoiden hylkääminen

#### **Lähtöön liittyvät säännöt ja rangaistukset**

31. Varaslähdön ottaminen
- Aikarangaistus
32. Jos kilpailija ei siirry takaa lähtöviivalle ennen hyppyä tai juoksua veteen
- Aikarangaistus

#### **Uinnin säännöt ja rangaistukset**

33. Märkäpuvun käytön ollessa kiellettyä käsivarsien peittäminen kyynärpään alapuolelta tai säärien peittäminen polvien alapuolelta (sääntöjen kohta 4.11)
- Varoitus ja toiminnan korjaaminen
  - Jos toimintaa ei korjata: Hylkäys
34. Jos kilpailija ei käytä kilpailun virallista uimalakkia uintiosuudella lähtöjärjestäytymisestä lähtien (sääntöjen kohta 4.12)
- Tahallisesti: Varoitus ja toiminnan korjaaminen
  - Jos toimintaa ei korjata: Hylkäys
35. Kontaktin ottaminen ja toistuva toisen urheilijan etenemisen häirintä ilman, että kilpailija yrittää siirtyä etäämmälle (sääntöjen kohta 4.1)
- Aikarangaistus
36. Tarkoituksellinen toisen kilpailijan häirintä ja mahdollisen vahingon aiheuttaminen epäreilun edun saamiseksi (sääntöjen kohta 4.1)
- Hylkäys ja raportointi Triathlonliittoon kilpailukiellon asettamista tai erottamista varten
37. Jos kilpailija ei pue torsoa peittävää märkäpukua, kun märkäpuvun käyttö on pakollista (sääntöjen kohta 4.12)
- Varoitus ja toiminnan korjaaminen

- Jos toimintaa ei korjata: Hylkäys ja kilpailusta poistaminen
38. Mainoksilla varustetun toisen kuin kilpailun virallisen uimalakin pitäminen näkyvillä lähtöviivalta ensimmäiseen vaihtoon (sääntöjen kohta 4.12)
- Ennen kilpailua: Varoitus ja toiminnan korjaaminen
  - Kilpailun aikana:
    - Ikäsarjat: Varoitus ja toiminnan korjaaminen
    - Avoimen sarjojen peesikieltokilpailut ja paratriathlon: Aikarangaistus
    - Avoimen sarjojen peesivapaat kilpailut: Aikarangaistus

### **Vaihtoalueen säännöt ja rangaistukset**

39. Pyörän ripustaminen huonosti telineeseen tai oman vaihtopaikan ulkopuolelle tai toisen urheilijan suorituksen estäminen (sääntöjen kohta 7.1)
- Ennen kilpailua: Varoitus ja toiminnan korjaaminen
  - Kilpailun aikana:
    - Ikäsarjat: Varoitus ja toiminnan korjaaminen
    - Avoimen sarjojen peesikieltokilpailut ja paratriathlon: Aikarangaistus
    - Avoimen sarjojen peesivapaat kilpailut: Aikarangaistus
40. Jos kypärän remmi on kiinnitettynä vaihtoalueella, kun kilpailija on uintiosuudella (sääntöjen kohta 7.1)
- Ikäsarjat: Tuomari aukaisee remmin.
  - Avoin-sarjat ja paratriathlon: Aikarangaistus, ja tuomari aukaisee remmin.
41. Kypärän pitäminen päässä auki tai huonosti kiinnitettynä samalla, kun koskee pyörään (sääntöjen kohta 7.1)
- Ikäsarjat: Varoitus ja toiminnan korjaaminen
  - Avoin-sarjat ja paratriathlon: Aikarangaistus
42. Pyörälle nouseminen ennen (mountline) "nouse pyörälle" -viivaa (sääntöjen kohta 7.1)
- Ikäsarjat: Varoitus ja toiminnan korjaaminen
  - Avoin-sarjat, nuorten sarjat 17 vuotta ja vanhemmat ja paratriathlon: Aikarangaistus
  - Lasten ja nuorten sarjat (15 vuotta ja sitä nuoremmat): Varoitus ja toiminnan korjaaminen
  - Supersprintin SM-kisa: kaikilla aikasakko
43. Pyörältä laskeutuminen (dismountline) "laskeudu pyörältä" -viivan jälkeen (sääntöjen kohta 7.1)
- Ikäsarjat: Varoitus ja toiminnan korjaaminen
  - Avoin-sarjat, nuorten sarjat 17 vuotta ja vanhemmat ja paratriathlon: Aikarangaistus
  - Lasten ja nuorten sarjat (15 vuotta ja sitä nuoremmat): Varoitus ja toiminnan korjaaminen
  - Supersprintin SM-kisa: kaikilla aikasakko
44. Jos urheilija purkaa tai säilyttää tavaroitaan merkityn alueen ulkopuolella (sääntöjen kohta 7.1)
- Ikäsarjat: Varoitus ja toiminnan korjaaminen
  - Avoin-sarjat ja paratriathlon: Aikarangaistus
45. Vaihtopaikan sijainnin merkitseminen (sääntöjen kohta 7.1)



- Varoitus ja toiminnan korjaaminen
  - Jos toimintaa ei korjata: Merkintä ja merkintään käytetyt välineet poistetaan, eikä tästä tiedoteta urheilijaa
46. Jos urheilija ei laita kaikkia käytettyjä varusteitaan kilpailunjärjestäjän tarjoamaan laatikkoon tai pussiin, lukuun ottamatta pyöräilykenkiä, jotka saavat jäädä kiinni pyörään
- Ikäsarjat: Varoitus ja toiminnan korjaaminen
  - Avoin-sarjat ja paratriathlon: Aikarangaistus
47. Toisten kilpailijoiden varusteisiin kajoaminen vaihtoalueella (sääntöjen kohta 7.1)
- Ikäsarjat: Varoitus ja toiminnan korjaaminen
  - Avoin-sarjat ja paratriathlon: Aikarangaistus
48. Triathlonasun ja / swimskinin riisuminen perusmatkalla tai sitä lyhemmillä matkoilla, kun märkäpuvun käyttö on kielletty
- Ikäsarjat: varoitus ja toiminnan korjaaminen
  - Avoin -sarja ja paratriathlon: Aikarangaistus

### **Pyöräilyn säännöt ja rangaistukset**

49. Jos pyöräilykypärää ei käytetä reittiin tutustumisen tai muun virallisen harjoituksen aikana (sääntöjen kohta 5.2)
- Urheilija poistetaan kyseisestä harjoituksesta
50. Eteneminen ilman pyörää pyöräosuuden aikana (sääntöjen kohta 5.1)
- Varoitus ja toiminnan korjaaminen
  - Jos toimintaa ei korjata: Hylkäys
51. Peesaaminen peesikieltokilpailuissa sprintti- ja perusmatkalla (sääntöjen kohdat 5.5 ja 5.6)
- Ensimmäisestä rikkeestä: Peesausaikarangaistus
  - Toisesta rikkeestä: Hylkäys
52. Jos ohitettu urheilija ei selvästi jättäydy ohittaneen urheilijan peesialueen taakse kahdenkymmenen sekunnin aikana sprintti- ja perusmatkan kilpailuissa (sääntöjen kohdat 5.5 ja 5.6)
- Ensimmäisestä rikkeestä: Aikarangaistus
  - Toisesta rikkeestä: Hylkäys
53. Jos ohitettu urheilija ohittaa heti uudelleen jättäytymättä peesialueen taakse sprintti- ja perusmatkan kilpailuissa (sääntöjen kohdat 5.5 ja 5.6)
- Ensimmäisestä rikkeestä: Peesausaikarangaistus
  - Toisesta rikkeestä: Hylkäys
54. Peesaaminen peesikieltokilpailuissa puolimatkan ja pitkän matkan kilpailuissa (sääntöjen kohdat 5.5 ja 5.6)
- Ensimmäisestä ja toisesta rikkeestä: Peesausaikarangaistus
  - Kolmannesta rikkeestä: Hylkäys
55. Jos ohitettu urheilija ei selvästi jättäydy ohittaneen urheilijan peesialueen taakse 25 sekunnin aikana puolimatkan ja pitkän matkan kilpailuissa (sääntöjen kohdat 5.5 ja 5.6)
- Ensimmäisestä ja toisesta rikkeestä: Peesausaikarangaistus
  - Kolmannesta rikkeestä: Hylkäys

56. Jos ohitettu urheilija ohittaa heti uudelleen jättäytymättä peesialueen taakse puolimatkan ja pitkän matkan kilpailuissa (sääntöjen kohta 5.5)
- Ensimmäisestä ja toisesta rikkeestä: Peesausaika-rangaistus
  - Kolmannesta rikkeestä: Hylkäys
57. Eri sukupuolta edustavan kilpailijan peesaaminen peesivapaissa kilpailuissa (sääntöjen kohta 5.5)
- Ensimmäisestä rikkeestä: Varoitus ja toiminnan korjaaminen
  - Toisesta rikkeestä: Hylkäys
58. Eri kierroksella olevan kilpailijan peesaaminen (sääntöjen kohta 5.5)
- Varoitus ja toiminnan korjaaminen
  - Jos toimintaa ei korjata: Hylkäys
59. Ajoneuvon tai moottoripyörän peesaaminen peesikieltokilpailuissa (sääntöjen kohta 5.5)
- Varoitus ja toiminnan korjaaminen
  - Jos toimintaa ei korjata: Peesausaika-rangaistus
60. Ajoneuvon tai moottoripyörän peesaaminen peesivapaissa kilpailuissa (sääntöjen kohta 5.5)
- Varoitus ja toiminnan korjaaminen
  - Jos toimintaa ei korjata: Hylkäys
61. Ohittamisen estäminen peesikieltokilpailuissa (sääntöjen kohta 5.7)
- Aikarangaistus
  - Jos toimintaa ei korjata: Hylkäys
62. Ohittamisen estäminen peesivapaissa ikäsarjojen kilpailuissa (sääntöjen kohta 5.7)
- Aikarangaistus
  - Jos toimintaa ei korjata: Hylkäys
63. Pyöräilykypärän pitäminen auki tai huonosti kiinnitettynä pyöräilyosuuden aikana (sääntöjen kohta 5.2)
- Ikäsarjat: Varoitus ja toiminnan korjaaminen
  - Avoin-sarjat ja paratriathlon: Aikarangaistus
  - Jos toimintaa ei korjata: Hylkäys ja kilpailusta poistaminen
64. Kypärän riisuminen myös pysähtyessä pyöräilyosuuden aikana (sääntöjen kohta 5.2)
- Varoitus ja toiminnan korjaaminen
  - Jos toimintaa ei korjata: Hylkäys
65. Jos ei pidä kypärää pyöräilyosuudella (sääntöjen kohta 5.2)
- Hylkäys ja kilpailusta poistaminen
66. Kilpaileminen muulla kuin tarkistetulla pyörällä tai pyörän muokkaaminen hyväksytyn tarkistuksen jälkeen (sääntöjen kohta 5.1)
- Hylkäys
67. Muun kuin urheilijalla mukana olevan syötävän ja juotavan nauttiminen rangaistusta kärsittäessä pyörärangaistusalueella (penalty box) (sääntöjen kohta 3.6)
- Varoitus ja toiminnan korjaaminen
  - Jos toimintaa ei korjata: Hylkäys

68. WC:n käyttäminen rangaistusta kärsittäessä pyörärangaistusalueella (penalty box) (sääntöjen kohta 3.6)
- Rangaistusaika pysäytetään
69. Varusteiden säätäminen tai pyörän huoltaminen rangaistusta kärsittäessä pyörärangaistusalueella (penalty box) (sääntöjen kohta 3.6)
- Varoitus ja toiminnan korjaaminen
  - Jos toimintaa ei korjata: Hylkäys
70. Vaarallisella tavalla yrittää estää toisen urheilijan etenemistä ilman aikomustakaan siirtyä pois hänen tieltään.
- Aikarangaistus
71. Tahallisesti yrittää estää toisen urheilijan edistymistä saaden epäreilua etua itselleen ja aiheuttaen mahdollisesti toiselle vahinkoa.
- Hylkäys
72. Ajaa kielletyssä ajoasennossa
- Aikarangaistus tai kilpailusta poistaminen toiminnan jatkuessa

### **Juoksun ja hiihdon säännöt ja rangaistukset**

73. Ryömiminen juoksuosuudella (sääntöjen kohdat 6.1 ja 6.3)
- Hylkäys ja kilpailusta poistaminen
74. Yhden tai useamman kierroksen edellä olevan urheilijan kanssa yhdessä juokseminen tai jäniksenä käyttäminen Avoimessa, U23- , juniori-, ja nuorten sarjoissa sekä paratriathlonissa. (sääntöjen kohta 6.1)
- Varoitus ja toiminnan korjaaminen
  - Jos toimintaa ei korjata: Hylkäys
75. Juokseminen yhdessä reitillä tai reitin vieressä juoksevan tai muulla kulkuneuvolla liikkuvan kilpailun ulkopuolisen urheilijan, seuran jäsenen, valmentajan tai muun jäniksen kanssa (sääntöjen kohta 6.1)
- Varoitus ja toiminnan korjaaminen
  - Jos toimintaa ei korjata: Hylkäys
76. Juokseminen tai hiihtäminen kypärä päässä (sääntöjen kohta 6.1)
- Varoitus ja toiminnan korjaaminen
  - Jos toimintaa ei korjata: Hylkäys
77. Käännöksissä tuen ottaminen tolpista, puista tai muista kiinteistä elementeistä (sääntöjen kohta 6.1)
- Aikarangaistus
78. Kilpailun ulkopuolisen henkilön kanssa juokseminen maalisuoralla (sääntöjen kohta 6.3)
- Hylkäys
79. Vaarallisella tavalla yrittää estää toisen urheilijan etenemistä ilman aikomustakaan siirtyä pois hänen tieltään.
- Aikarangaistus
80. Tahallisesti yrittää estää toisen urheilijan edistymistä saaden epäreilua etua itselleen ja aiheuttaen mahdollisesti toiselle vahinkoa.
- Hylkäys

## **Joukkueviestin säännöt ja rangaistukset**

101. Viestinviejän vaihtaminen vaihtoalueen ulkopuolella (sääntöjen kohta 2.7)

- Aikarangaistus

102. Jos viestinviejän vaihto ei tapahdu kunnolla tai se tehdään tahallisesti vaihtoalueen ulkopuolella

- Hylkäys