

Konkurrenceregler for DTriF 2017

Opdateret d.28. august 2017

– Opdatering/præcisering/nyt ift. 2016 markeret med grøn

1 Indledning	3
1.1 Generelt	3
1.2 Formål	3
1.3 Definitioner	3
1.4 Konkurrencereglernes omfang	3
1.5 Ændring af konkurrencereglerne	3
1.6 Stævnekalenderen og stævnekategorier	4
2 Almene regler	4
2.1 Deltagerens ansvar	4
2.2 Deltagerens ansvar	4
2.3 Doping	4
2.4 Medlemsnummer	4
2.5 Klubtilhørsforhold og klubdragter	5
2.5.1 Startfællesskaber	5
2.6 Generelle regler	5
2.7 Udstyr, tøj og sponsorregler	6
2.8 Tilmelding og betaling	7
2.9 Tidtagning og resultater	7
2.10 Ruterne	7
3 Straf og sanktioner	7
3.1 Straf	7
3.2. Advarsel – Stop and Go – Tidstraf - Diskvalifikation	7
3.2.1 Advarsel	7
3.2.2. Stop and Go (med og uden gult kort)	8
3.2.3. Tidsstraf	8
3.3 Diskvalifikation (rødt kort)	9
3.4 De tre kort: Gul – Blåt - rødt	9
3.5 Sanktioner	10
3.6 Karantæne	10
3.7 Udelukkelse	10
3.8 Sanktionernes omfang og offentliggørelse	10
4 Svømning	11
4.1 Generelle regler	11
4.2 Brug af våddragt	11
4.3 Svømning i bassin	12
4.4 Udstyr	12
5 Cykling	12
5.1 Generelle regler	12
5.2 Udstyr	13
5.3 10/12-meter reglen/ "non drafting" (der henvises til ITU regelsæt stk. 5.5 Drafting)	14
5.4 Drafting	15
6 Løb	16
6.1 Generelle regler	16

7 Skiftezone	16
7.1 Generelle regler	16
8 Konkurrencekategorier	16
8.1 Generelle regler	16
8.2 Eliteklasserne	17
8.3 Aldersklasser	17
8.4 Motion	21
8.5 DM-Hold	21
8.6 DM MIX -Relay	23
9 Præmier	23
9.1 Tildeling af præmier	23
10 Officials	23
10.1 Dommere	23
10.2 Overdommeren – Teknisk delegeret	24
10.3 Konkurrencejury	24
10.4 Assistance fra dommere og officials	24
11 Protester	24
11.1 Generelle regler	24
11.2 Protestens indhold	25
11.3 Forløb af protest	25
12 Appeller	25
12.1 Generelle regler	25
12.2 Appellens indhold	25
12.3 Forløb af appel	26
13 Specifikke regler for mesterskaber	26
13.1 Generelt	26
13.2 Tilmelding, deltagerbekræftelse og seedning	26
13.3 Holdkonkurrencer	26
13.4 Præmier og resultatlistes	27
13.5 Mesterskabsmedaljer	28

Appendix (bagerst i dokumentet)	
A Maksimaldistancer	26
B Mesterskabsdistancer	28
C Stafetdeltagere	30
D Protestformular	31
E Appelformular	33

1 Indledning

1.1 Generelt

- a. Dansk Triathlon Forbunds (DTriF) reglement er underlagt International Triathlon Unions (ITU) regelsæt. Denne danske udgave er ikke på alle punkter fuldt dækkende og der henvises til ITU regelsæt i tvivlstilfælde.
- b. Specielle danske forbehold ift. de internationale regler, vil være angivet i denne danske udgave af regelsættet og være markeret med (DK)
- c. Udover konkurrencereglerne findes der en arrangørmanual dækkende alle typer stævner inkl. mesterskaber. Manualen redigeres løbende på baggrund af ændringer i konkurrencereglerne og praktiske erfaringer fra afviklingen af stævner og fungerer som vejledning til arrangører.
- d. Konkurrencereglerne og arrangørmanual findes på forbundets officielle hjemmeside www.triatlon.dk.

1.2 Formål

- a. Konkurrencereglerne har til formål at;
 - i. Skabe et grundlag for konkurrencer i Triathlon, Duatlon og Aquatlon
 - ii. Sikre at konkurrencerne kan afvikles i en fair og god sportslig atmosfære
 - iii. Sikre deltagernes sikkerhed før, under og efter konkurrencerne
 - iv. Opstille retningslinjer for sanktioner overfor deltagere, der ikke overholder reglementet
 - v. Give mulighed for nye initiativer indenfor sporten

1.3 Definitioner

- a. Ved Triathlon forstås en idræt, hvor 3 forskellige idrætsdiscipliner gennemføres uden pause af samme person. Triathlon består i sin grundform af svømning, cykling og løb i nævnte rækkefølge.
- b. Ved Duatlon forstås en idræt, hvor 2 forskellige idrætsdiscipliner kombineres således at den ene disciplin gennemføres to gange, og den anden disciplin én gang uden pause mellem disciplinerne. Duatlon består i sin grundform af løb, cykling og løb i den nævnte rækkefølge.
- c. Ved Aquatlon forstås en idræt, hvor 2 forskellige idrætsdiscipliner kombineres således at hver disciplin gennemføres én gang uden pause mellem disciplinerne. Aquatlon består i sin grundform af svømning og løb.

1.4 Konkurrencereglernes omfang

- a. Konkurrencereglerne gælder for Triathlon i dets traditionelle forstand, dvs. for en konkurrence, hvor rækkefølgen af disciplinerne er svømning, cykling og løb.
- b. Alle regler som ikke specielt tager sigte på svømningen gælder også for Duatlon konkurrencer.
- c. Alle regler som ikke specielt tager sigte på cykling gælder også for aquatlon konkurrencer.
- d. Konkurrencereglerne gælder for alle stævner på DTriF's stævnekalender, dog undtaget internationale stævner afviklet efter International Triathlon Union's (ITU) reglement.
- e. Mange af reglerne er skrevet i generelle vendinger, og der er derfor ikke detaljerede regler for alle forhold. Dette giver den teknisk delegerede og overdommeren mulighed for at tilpasse reglerne til de lokale forhold.
- f. Forbundet kan efter ansøgning fra arrangøren tillade afvigelser fra konkurrencereglerne med tilhørende appendiks. Tilladte afvigelser skal bekendtgøres i indbydelsen eller den skriftlige og mundtlige instruktion.
- g. Under særlige uforudsete og pludseligt opståede omstændigheder kan overdommeren på selve konkurrencedagen tillade afvigelser fra konkurrencereglerne med tilhørende appendiks.

1.5 Ændring af konkurrencereglerne

- a. Ændringsforslag kan stilles af alle klubber under DTriF, enkeltpersoner og øvrige udvalg ved fremsendelse til DTriF på mail adressen post@triatlon.dk
- b. Alle ændringsforslag behandles af forbundsbestyrelsen.

- c. Ændringer i konkurrencereglerne vedtages af bestyrelsen. Reglementet gennemgås og ændres løbende efter behov. Ændringer skal varsles ved offentliggørelse på www.triatlon.dk min 14 dage før ikrafttræden.

1.6 Stævnekalenderen og stævnekategorier

- a. DTriF administrerer en stævnekalender, som offentliggøres på forbundets officielle hjemmeside.
- b. Der findes følgende kategorier af stævner;
- Kategori A: DTriF Mesterskabsstævner
 - Kategori B: DTriF medlemsstævner
 - Kategori C: DTriF medlemsstævner
 - Kategori D: DTriF motionsstævner
 - Kategori U: Andre stævner som af den ene eller anden grund ikke ønsker at følge DTriF arrangørmanual og tilhørende sikkerhedsprotokol
- c. Ved mesterskaber kan der udskrives en motionsklasse, såfremt starten er adskilt fra mesterskabsdeltagernes start.

2 Almene regler

2.1 Deltagerens ansvar

- a. Hver enkelt deltager er forpligtet til at;
- i. melde sig ved registreringen inden start.
 - ii. være ansvarlig for egen og andres sikkerhed, herunder yde den nødvendige hjælp til svært tilskadekomne
 - iii. være i den fornødne fysiske form
 - iv. deltage for egen risiko og regning, såvel fysisk, psykisk som materielt
 - v. eget udstyr er sikkerhedsmæssigt forsvarligt og i overensstemmelse med reglementet
 - vi. have et godt kendskab til konkurrencereglerne og intentionerne med disse
 - vii. overholde alle færdselsregler og alle anvisninger fra arrangøren, dommere og officielle hjælpere
 - viii. henvende sig til dommerne, hvis de er vidende om, at de har overtrådt en eller flere regler
 - ix. Have kendskab til ruten inden start – det gælder både skiftezone, svøm, cykel og løberute

2.2 Deltagerens ansvar

- a. Hver enkelt deltager er forpligtet til at;
- i. udvise god sportslig optræden
 - ii. behandle andre deltagere, dommere, officielle hjælpere og tilskuere med respekt og venlighed
 - iii. undgå anstødeligt og fornærmende sprogbrug

2.3 Doping

- a. Enhver brug af doping i forbindelse med konkurrencer eller træning er ikke tilladt.
- b. Ethvert medlem af klubber under DTriF er forpligtet til at gøre sig bekendt med og følge [Antidoping Danmarks](#) og [WADA's](#) dopingregler, herunder beredvilligt stille sig til rådighed for dopingkontrol.

2.4 Medlemsnummer

- a. Alle medlemmer af klubber under DTriF har et medlems nummer/licens.
- b. Deltagere i medlemsstævner skal have et gyldigt licenspas/licenskort med deres medlemsnummer i DTriF eller et andet nationalt triatlon forbund under ITU eller ETU. Dette Licenspas skal forevises ved indtjek til DTriF medlemsstævner

- c. **Prolicens**
Ønsker man at repræsentere Danmark ved et internationalt stævne i elite/pro klassen skal der min. 6 måneder før stævnet være tegnet en dansk prolicens
- d. **Stævnelicens**
Til specifikt medlemsstævne kan opnås ved at indmelde sig som "enkelt persons medlem" (DTriF EP- medlem) af DTriF. Kontingentet som EP medlem vil udover specifik stævnelicens indeholde mulighed for introkurser til TRI-sporten
Det er ingen begrænsning for antallet af stævnelicenser det enkelte medlem kan købe i løbet af en sæson.

2.5 Klubtilhørsforhold og klubdragter

- a. Det er muligt at være medlem af flere klubber på samme tid
- b. Klubmedlemmer af DTriF kan dog kun repræsentere en enkelt klub indenfor en sæson. Indslusningsmedlemmer er undtaget for denne regel.
- c. Skift af primær klub kan kun finde sted i perioden fra 1. november til 1. marts.
- d. Bestyrelsen i DTriF kan dog efter skriftlig ansøgning give dispensation til klubsifte udenfor den normale periode, hvis særlige forhold taler for det, og både den gamle og den nye klub accepterer klubsiftet.
- e. **Klubtøj**
Klubberne bestemmer selv om de vil have klubtøj. Om og hvordan der skal sanktioneres omkring dette er op til klubberne selv.
- Det er for aspirantklassen IKKE tilladt at køre i national landsholdsdragt uagtet om triatleten er klubmedlem i klub uden krav om klubdragt eller EP medlem

2.5.1 Startfællesskaber

- a. Det er muligt for to eller flere medlemsklubber at danne et startfællesskab når følgende konditioner er opfyldt:
- Klubberne har ugentlig skemalagt træningsfællesskab hvor startfællesskab-medlemmerne forventes at deltage
 - Alle medlemmer af startfællesskabet er fordelt som medlemmer i en af moderklubberne hvor der betales klubbens normale kontingent
- b. Startfællesskab - definition:
- En konkurrencemæssige foranstaltning der hvert år inden 1. marts skal anmeldes og godkendes af DTriF. I 2017 er denne frist sat til 1. juni.
 - Et startfællesskab er ikke nogen klub/forening og ikke nogen juridisk enhed overfor tredje-part
 - Startfællesskabet bliver af DTriF hvert år efter klubbernes anmeldelse og forbundets godkendelse oprettet i den fælles medlems database i lighed med en medlemsklub og med de af moderklubben angivne atleter som medlemmer

2.6 Generelle regler

- a. Udover deltagerne har kun akkrediterede personer adgang til start- og målområde samt skiftezone.
- b. Under konkurrencen skal deltagerne;
- følge den officielle rute. Forlades ruten skal konkurrencen genoptages på samme sted, som den blev forladt
 - anvende det af arrangøren udleverede deltagernummer
- c. Under konkurrencen må deltagerne ikke;
- ledsages af eller modtage pace fra tilskuere, trænere eller andre hjælpere
 - modtage fysisk hjælp fra andre end dommere og officielle hjælpere
 - modtage forplejning fra tilskuere, trænere eller hjælpere dog undtaget konkurrencer på langdistance, hvor det tilladt at modtage personlig forplejning af hjælpere ved de af arrangøren udpegede forplejningszoner.
 - blokere eller forstyrre andre deltagers færden
 - bevidst efterlade eller opsamle genstande på ruten (dæk, plastikflasker og andre brugte genstande skal efterlades på et sikkert sted udenfor selve ruten)
- d. Under konkurrencen har deltageren lov til;

- i. at modtage medicinsk behandling af de officielle hjælpere for skader opstået under konkurrencen, som følge af fald, styrt mv. Ved konkurrencer på langdistance er det tilladt at modtage massage, som arrangøren stiller til rådighed på hele ruten.
- e. Udgår en deltager af konkurrencen skal;
 - i. bryst- og rygnummer tages af
 - ii. det meddeles til en dommer
 - iii. tidtagningschippen afleveres til arrangøren, såfremt en sådan anvendes og ikke er personlig
- f. Læger, sygeplejersker og samarititter har ret til at tage en deltager ud af konkurrencen af sundheds- eller sikkerhedsmæssige årsager.
- g. Enhver deltager, som dommerne vurderer, udgør en fare for sig selv eller andre deltagere kan blive udelukket fra yderligere deltagelse i konkurrencen.
- h. Arrangøren eller overdommeren har mulighed for at afholde en mundtlig instruktion, der i så fald er obligatorisk for alle deltagere inden starten på konkurrencen.

2.7 Udstyr, tøj og sponsorregler

- a. Alle atleter der deltager i et DTriF mesterskabs stævne skal bære en triathlon uniform – der lever op til "ITU uniform rules" se 2.8 Uniform & Appendix F - <http://www.triathlon.org/about/documents>
DTriF dispenserer dog for:
 - i. Krav om lynlås på ryg og tillader derfor lynlås på front
 - ii. Og tillader at to delte dragter skiller på midten så længe torso er dækket
- b. Bryst- og rygnummer må ikke være større end 400 cm².
- c. Arrangøren og overdommeren kan, udover det obligatoriske udstyr, påbyde brug af følgende udstyr;
 - i. Badehætte
 - ii. Våddragt
 - iii. Bryst- og rygnummer
 - iv. Cykelnummer
 - v. Hjelnummer
 - vi. Tidtagningschip
 - vii. Påskrivning af numre på hånd, overarm, lår og underben
- d. Startnummer/Navn
 - i. Eliten skal ved DM stævner undlade at bære racenummer og påsætte efternavn på racedragt
Bogstavshøjde 4-5 cm
Fra 1. jan. 2016 udleveres der ikke startnumre til elien ved DM stævner
Efternavnet påsættes for og bag på dragten iht. ITU regler se Appendix F1.



- e. Alle størrelser reklamer og sponsornavne er tilladt på beklædning og udstyr, hvis det ikke ændrer på disses dimensioner og egenskaber.
- f. Følgende udstyr er ulovligt:
 - i. Radiokommunikation, videoudstyr og lign. elektronisk udstyr som fx mp3 eller mobiltelefon, uden forudgående tilladelse fra arrangør og Teknisk Delegeret
 - ii. Enhver beholder til mad og drikke der ikke er brudsikker.

- iii. Genstande, smykker eller beklædning, der kan udgøre en fare eller risiko for egen eller andres sikkerhed.

2.8 Tilmelding og betaling

- a. Tilmelding og betaling skal foregå på den måde, som arrangøren har fastsat.
- b. Arrangøren har lov til at opkræve et gebyr for eftertilmeldinger.

2.9 Tidtagning og resultater

- a. Tiden tæller fra første disciplins påbegyndelse til sidste disciplins afslutning.
- b. Tidsgrænser for de enkelte discipliner samt for den samlede tid kan fastsættes for hver enkelt konkurrence i et samarbejde mellem overdommeren og arrangøren, dog må max. tiden for svømningen ikke overstige grænserne i afsnit 4.1.
- c. Mellemtider vil normalt bestå af minimum;
 - i. svømmetiden (eller 1. disciplin)
 - ii. cykeltiden (eller 2. disciplin), inkl. tiden i de 2 skiftezoner
 - iii. løbetiden (eller 3. disciplin)
- d. Resultatlisten skal indeholde idømte sanktioner og deres årsag, samt en angivelse af deltagerens navn og startnummer.
- e. Resultatlisten skal indeholde resultater fra eliteklassen og de enkelte aldersklasser.

2.10 Ruterne

- a. Alle ruterne skal være tydeligt afmærket.
- b. Ruterne må ikke krydse sig selv eller hinanden, medmindre der er truffet de nødvendige sikkerhedsmæssige foranstaltninger.
- c. Målstregen skal være tydeligt markeret.
- d. DK: Opmåling: ved mesterskaber og medlemsstævner skal ruterne være opmålt og godkendt af DTriF's TD. Der accepteres følgende afvigelsesmargin for korrekt rutedistance:
 - Svøm 2 %
 - Cykel 1 %
 - Løb 1 %
- e. DK: DTriF's TD kan gives dispensation for kortere/længere rutevalg hvis disse er begrundet i uomgængelige eller sikkerhedsmæssige omstændigheder. Her tillades:
 - Svøm 5 %
 - Cykel 5 %
 - Løb 5 %

Korrekt distance skal dog i sådanne tilfælde oplyses af arrangør

3 Straf og sanktioner

3.1 Straf

- a. Manglende efterlevelse af konkurrencereglerne kan medføre, at deltagerne får en advarsel, får en tidstraf, bliver diskvalificeret, får karantæne eller bliver udelukket.
- b. Dommerne skal basere deres kendelser på, hvorvidt der opnået en uretmæssig fordel
- c. Enhver uenighed eller tvist der ikke kan afgøres ud fra konkurrencereglerne eller andet regelsæt vil blive overgivet til afgørelse af forbundets bestyrelse.

3.2. Advarsel – Stop and Go – Tidstraf - Diskvalifikation

3.2.1 Advarsel

- a. Meningen med en advarsel er at advare atleten om en mulig overtrædelse af reglerne
- b. En advarsel kan gives, men er ikke begrænset til:
 - i. En deltager vurderes til ubevidst at overtræde en regel
 - ii. dommeren vurderer at der er ved at ske en overtrædelse af en regel

- iii. Det er ved en advarsel altid et krav at forseelsen ikke har givet deltageren en uretfærdig fordel
- c. En advarsel gives ved:
 - i. Dommer vil blæse i sin fløjte.
 - ii. Atleten vil blive stoppet om nødvendigt - bedt om at ændre adfærd – og givet tilladelse til at forsætte konkurrencen umiddelbart efter

3.2.2. Stop and Go (med og uden gult kort)

- a) En "Stop og Go" kan blive brugt af dommer til at få atleten til at rette en mindre krænkelse af reglerne
- b) Stop and Go på cykel disciplinen:
 - i. Gult kort: gives ved at blæse i en fløjte, vise gult kort og råbe deltagernes nummer. Stop and Go afsones i næst kommende penalty box
 - ii. "Gruppe Stop and Go". Ved gruppe "Stop and Go" bliver deltagerne af dommeren sendt afsted enkeltvis for at splitte gruppen. Det er dommerens valg med hvilket tidsinterval.

3.2.3. Tidsstraf

- d. Det er ikke nødvendig for dommer at give advarsel før udstedelse af strengere straf
- e. Tidstraf vil blive afsonet i staffebox = "Penalty box" eller i skiftezone
- f. En tidsstraf gives ved - hvis tid og konditioner tillader det - at dommer blæser i fløjte viser enten gult eller blåt kort og råber deltagerens nr. samt *Time Penalty*. A sikkerhedsmæssige årsager kan dommer blive nødsaget til at forsinke denne udmelding.
- g. Alternativt vil atleten blive informeret om tidsstraf ved at atletens nr. er vist på tavle ved indgangen til penalty box. Det er atletens ansvar at checke denne tavle.
- h. Procedure ved afsoning af tidsstraf:
Når givet et gult eller blåt kort skal atleten følge dommers anvisning:
 - i. Regelbrud frem T1 der afsones som tidstraf i Skiftezone 1 (T1)
 - Dommer vil holde et gult kort frem når atleten når sin plads i T1. Atleten vil blive meddelt at stoppe i sin skifteplads uden at måtte røre sit udstyr eller på anden måde forberede den videre fremfærd.
 - Når atleten er stoppet og inaktiv vil dommeren begynde at tage tid på afsoningen
 - Når tiden er afsonet vil dommer give atleten lov til at forsætte ved at sige "Go"
 - ii. Tidstraf for regelbrud fra og med T1 - hele cykeldisciplinen og frem til T2 – 2 scenarier:
 - 1. Stævne med "Bike penalty box" :
 - Dommer vil blæse i fløjte råbe atletens nummer og "Time penalty "og fremvise blåt kort. Hvis omstændighederne tillader det vil dommer bede atleten om at henvende sig ved først kommende "Penalty Box" og her følge anvisning fra official.
 - Det er atletens ansvar at melde ind ved først kommende Penalty box.
 - Atletens navn vil **IKKE** være påført tavle ved "Bike penalty box"
 - Når den straffede atlet ankommer til Penalty box skal atleten oplyse navn, nr. og tid, der skal afsones.
 - Tiden starter når atleten indtræder i boxen og slutter når official siger "Go"
 - 2. Ved konkurrence uden "bike penalty box" henvises til 3.2.3.h.iii
- iii. **Tidstraf for regelbrud i T2 og på løbet (+ fra og med T1 og cykelruten i konkurrencer uden "Bike Penalty box"):**
 - Atletens navn vil være markeret på tavle ved "Penalty box
 - Når den straffede atlet træder ind i Penalty boxen skal atleten oplyse sit nr.
 - Tiden starter når atleten indtræder i boxen og slutter når official siger "Go"
 - atletens navn vil derefter blive fjernet fra tavle
 - I fald løberuten er udformet således at atleterne passere Run penalty box flere gange – står det frit for atleten at vælge hvornår straffen afsones..
 - straffede atleters nr. skal være påført tavle ved "Run penalty box" før atleten har gennemført halvdelen af løbedisciplinen for at straffen kan være gældende.
 - Det er atletens ansvar at tage sin tidstraf inden målgang

3.3 Diskvalifikation (rødt kort)

- a. En diskvalifikation kan gives men er ikke begrænset til, hvis deltageren:
 - i. ikke korrigerer for en overtrædelse efter at have modtaget en advarsel eller tidstraf
 - ii. anvender fornærmende sprog eller optræden overfor en anden deltager, dommer, officiel hjælper eller tilskuer
 - iii. blokerer, hindrer eller blander sig i en anden deltagers fremadrettede bevægelse, ved denne forseelse kan dommer vælge at tage den pågældende helt ud af konkurrence uden mulighed for videre deltagelse for at undgå at forseelsen gentager sig.
 - iv. accepterer assistance fra enhver udenforstående, bortset fra dommere og officielle hjælpere, eller accepterer assistance fra en dommer eller officiel hjælper som medfører en unfair fordel
 - v. nægter at adlyde henstillinger eller påbud fra dommere og officielle hjælpere
 - vi. forlader ruten, men ikke genoptager konkurrencen på det samme sted som den blev forladt
 - vii. reducerer eller ændrer på deltager- eller cykelnummerets størrelse eller udformning
 - viii. bærer genstande eller beklædning der udgør en fare eller risiko for egen eller andres sikkerhed
 - ix. anvender ulovligt udstyr for at opnå en fordel, eller som kan udgøre en fare for andre deltagere
 - x. overtræder færdselsreglerne
 - xi. Ved 3. blå kort i samme konkurrence
 - xii. medvirker til bevidst "dødt løb" mellem en eller flere deltagere
- b. En diskvalifikation kan gives med tilbagevirkende kraft, hvis deltageren testes positiv ved en dopingprøve foretaget ved stævnet, eller på anden måde har overtrådt DIF's dopingregler.
- c. Dommerne giver en diskvalifikation ved at foretage følgende 3 handlinger;
 - i. blæse i en fløjte
 - ii. vise et rødt kort
 - iii. råbe deltagerens nummer
- d. Deltagere, der er blevet diskvalificeret, har ret til at fortsætte i konkurrencen, og appellere afgørelsen når de er kommet i mål.

3.4 De tre kort: Gul – Blå - rødt

3.4.1. Det Gule kort

Kan gives, men er ikke begrænset ved:

- overtrædelse af regler før T1 – Afsones i T1
- Ved "Stop and Go" på cykel – afsones i først kommende penalty box(kun i konkurrencer med Bike penalty box)
- mindre regelbrud

3.4.2. Det Blå kort

Gives ved:

- overtrædelse af "10 meter" regel i non draft konkurrencer
- At smide eller efterlade affald eller udstyr rundt på ruten udenfor de klart opmærkede områder for affald/dropzone

Sanktion:

	Draft		Non draft		
	Sprint	OL	-> OL	OL	OL ->
Blå kort	10 sek	15 sek	2 min	3 min	5 min

3.4.3. Det Røde kort

Diskvalifikation – se punkt 3.3

3.5 Sanktioner

- a. Skiftezone forseelser:
 i. Dismount og Mount line

DK	Elite non draft	AG non draft	Draft
Dismount og mount line	30 sek.	30 sek.	15/10 sek. på hhv. OL/sprint
Pre lukket sin hjelm i T1 (Obs. magnetlukning i blæsevejr)	30 sek.	Stop og ret forseelse	15/10 sek. på hhv. OL/sprint
Udstyr udenfor skiftezonekasse	30 sek.	Stop og ret forseelse	15/10 sek. på hhv. OL/sprint
Ikke lukket hjelm ved kontakt med cykel	Stop og ret forseelse	Stop og ret forseelse	Stop og ret forseelse
Forkert placering af cykel i skiftezone	Stop og ret forseelse	Stop og ret forseelse	Stop og ret forseelse hvis muligt ellers DSQ

- b. Start

	Elite non draft	AG non draft	Draft
Tyvstart	30 sek.	30 sek.	15/10 sek. på hhv. OL/sprint

3.6 Karantæne

- a. En udøver kan blive idømt karantæne for (men ikke begrænset til);
- usportslig optræden
 - forfalskning af dokumenter eller afgivelse af falske informationer
 - deltagelse i stævner når deltageren ikke er berettiget dertil
 - gentagne overtrædelser af konkurrencereglerne
 - overtrædelse af DIF's dopingregler
- b. Karantæne i forbindelse med ovennævnte pkt. i - iv. idømmes af forbundets bestyrelse, og kan have en varighed fra 3 måneder til 2 år, i hvilken licensen inddrages
- c. Karantæne i forbindelse med pkt. v. idømmes af DIF's dopingnævn.

3.7 Udelukkelse

- a. En udøver kan blive idømt udelukkelse for livstid for (men ikke begrænset til);
- en usædvanlig voldelig handling, eller grov usportslig optræden
 - gentagne overtrædelser af DIF's dopingregler
- b. Udelukkelse i forbindelse med ovennævnte pkt. i. idømmes af forbundets bestyrelse.
- c. Udelukkelse i forbindelse med ovennævnte pkt. ii. idømmes af DIF's dopingnævn.
- d. En udelukket deltager kan efter 5 år ansøge forbundets bestyrelse (DIF's dopingnævn ved udelukkelse som følge af dopingreglerne) om ophævelse af udelukkelsen.

3.8 Sanktionernes omfang og offentliggørelse

- a. En deltager kan ikke deltage i nogen form for konkurrencer under DTriF, så længe denne har karantæne eller er udelukket.
- b. Deltagere, der har karantæne i DTriF, ITU, ETU eller i et andet nationalt triathlon forbund, vil ikke have ret til at deltage i konkurrencer under DTriF.
- c. Deltagere der, som følge af overtrædelser af nationale eller internationale dopingregler, er idømt karantæne eller udelukkelse af nationale idrætsforbund eller internationale triathlonforbund kan ikke deltage i hverken træning eller konkurrencer under DTriF.
- d. Alle karantæner og udelukkelse vil blive bekendtgjort på DTriFs hjemmeside.

4 Svømning

4.1 Generelle regler

- a. Det er tilladt for deltagerne at;
 - i. anvende enhver svømmestil, samt træde vande eller flyde
 - ii. stå på bunden
 - iii. hvile ved at holde fast i en genstand som f.eks. en bøje eller båd.
- b. Det er ikke tilladt for deltagerne at;
 - i. gå fremad på bunden – dog undtaget ved strandstart og landgang
 - ii. bruge en genstand til at opnå en usportslig fordel
 - iii. fortsætte i konkurrencen efter, i en nødsituation, at have modtaget fysisk hjælp fra dommere eller officielle hjælpere
- c. Deltagerne skal;
 - i. indfinde sig ved starten senest 5 min før start
 - ii. følge reglerne for brug af våddragt
 - iii. i nødstilfælde hæve en arm højt over hovedet og tilkalde hjælp

4.2 Brug af våddragt

- a. De øvre og nedre grænser for brug af våddragt beregnes glidende og er som følger:

Elite

Distance	Våddragt forbudt ved temp. over	Våddragt obligatorisk under	Længste ophold i vandet
300 m	20° C	16° C	10 min
750 m	20° C	16° C	20 min
1000 m	20° C	16° C	25 min
1500 m	20° C	16° C	30 min
2000 m	20° C	18° C	1 t. 10 min
3000 m	22° C	18° C	1 t. 15 min
4000 m	22° C	18° C	1 t. 45 min

Age Group og Aspirant

Distance	Våddragt forbudt ved temp. over	Våddragt obligatorisk under	Længste ophold i vandet
300 m	23°C (ITU 22°C)	16° C	20 min
750 m	23 °C (ITU 22°C)	16° C	30 min
1000 m	23 °C (ITU 22°C)	16° C	45 min
1500 m	23 °C (ITU 22°C)	16° C	1 t. 10 min
2000 m	25 °C (ITU 24,6°C)	18° C	1 t. 20 min
3000 m	25 °C (ITU 24,6°C)	18° C	1 t. 40 min
4000 m	25 °C (ITU 24,6°C)	18° C	2 t. 15 min

Vi afviger fra ITU regler for obligatorisk brug af våddragt og følger TRYG fondens anvisninger af sikkerhedsmæssige hensyn

- b. - Ved distancer til og med 1500 m og vandtemperaturer under 22° C og samtidig lufttemperaturer under 15° C kan teknisk delegeret/overdommer korrigere temperaturgrænserne for brug af våddragt
- Ved distancer længere end 1500 m og vandtemperaturer over 22° C og samtidig lufttemperaturer under 15° C kan teknisk delegeret/overdommer korrigere temperaturgrænserne for brug af våddragt
- Det er i sidste ende teknisk delegeret/overdommer der har den endelige afgørelse for brug af våddragt taget de vejrsmæssige forhold i betragtning

Distance	Svømning tilladt med våddragt ved temperaturer på min.	Længste ophold i vandet
300 m	13° C	10 min

750 m	13° C	30 min
1500 m	14° C	1 t. 10 min
3000 m	15° C	1 t. 40 min
4000 m	16° C	2 t. 15 min

- c. Én time før start måles den officielle vandtemperatur af overdommeren på 3 forskellige steder af svømmeruten i 60 cm's dybde. Den lavest målte temperatur er den officielle temperatur.
- d. Vandtemperaturen skal oplyses for deltagerne efter den officielle måling.
- e. Hvis vejrforholdene er ugunstige kan arrangøren og overdommeren vælge at afkorte svømningen, eller udsætte starten.
- f. Det er tilladt at placere vendepunkter på land, såfremt den samlede løbelængde ved hver vending højst udgør 50 m.

4.3 Svømning i bassin

- a. Ved vendinger skal endevæggene blot berøres med en hvilken som helst del af kroppen.

4.4 Udstyr

- a. Alle deltagere skal som minimum bære uigennemsigtig badebeklædning, hvilket for mændene er badebukser, og for kvinderne hel- eller todelt badedragt.
- b. Ved svømning i åbent vand skal alle deltagere bære en badehætte med en let synlig farve. Hvis badehætten utilsigtet tabes under svømningen medfører det ingen straf.
- c. Ved svømning i åbent vand er det tilladt at anvende en isolerende badehætte, eller en neoprenhætte under badehætten.
- d. Eneste tilladte hjælpemidler er svømmebriller, ørepropper og næseklemme.
- e. Våddragter tykkere end 5 mm er ulovlige
- f. Våddragter kun bestående af en underdel der dækker underkroppen er ulovlige
- g. Ved vandtemperaturer der påbyder obligatorisk brug af våddragt defineres en våddragt som dækkende hele kroppen undtaget hoved, hænder og fødder
- h. Brug af handsker og strømper er ikke tilladt under svømning.
- i. Brug af beklædning på arme og underben er ikke tilladt ved svømning uden våddragt

5 Cykling

5.1 Generelle regler

- a. Deltagerne skal;
 - i. overholde færdselsreglerne, medmindre andet er skriftligt meddelt i instruktionen og anvist af en officiel hjælper
 - ii. ved overhalinger sørge for at der er tilstrækkelig plads, førend disse foretages
 - iii. udvise specielt hensyn ved passering af ulykkessteder
 - iv. ved mesterskaber have, et af arrangøren udleveret cykelnummer placeret synligt på cyklen. Ved cross duatlon eller off road triatlon skal cykelnummeret placeres foran på styret, så det tydeligt kan ses.
 - v. ved mesterskaber have de af arrangøren udleverede numre placeret synligt på hjelmen
- b. Det er ikke tilladt for deltagerne at;
 - i. komme i direkte kontakt med andre deltagere
 - ii. tilbagelægge dele af ruten uden cyklen
 - iii. have bar overkrop/torso
- c. Deltageren har ret til at;
 - i. indtage enhver position på ruten, forudsat at de kom til denne først
- d. 10-meter-reglen er gældende, såfremt intet andet er meddelt deltagerne inden start, dog undtaget de mesterskaber der afvikles med "drafting" på cyklingen.
- e. Ved mesterskaber kan arrangøren, såfremt de sikkerhedsmæssige forhold på cykelruten muliggør det, ansøge overdommeren om tilladelse til at 10-meter-reglen ikke skal gælde ved visse passager

5.2 Udstyr

- a. Cyklen skal overholde følgende; Der henvises for yderligere uddybning til ITU regelsæt stk. 5.2 Bike Equipment
- højst 2 meter lang og 75 cm bred
 - måle mindst 24 cm fra centret af krankboksen til underlaget
 - en lodret linie gennem saddelens forreste punkt må højst være 5 cm foran og højst 15 cm bag en lodret linie gennem midten af kranken
 - måle mindst 54 cm og højst 65 cm mellem de lodrette linier der gennemskærer forhjulets nav og centret af krankboksen

Diagram 6 Saddle Fore-Aft Position

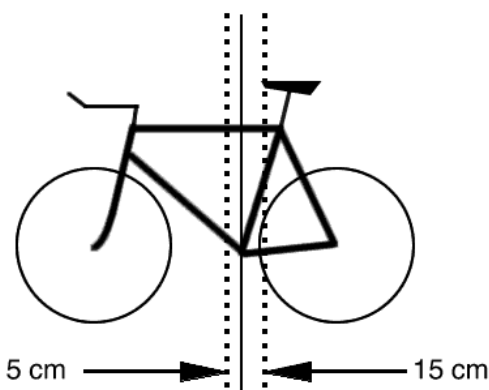
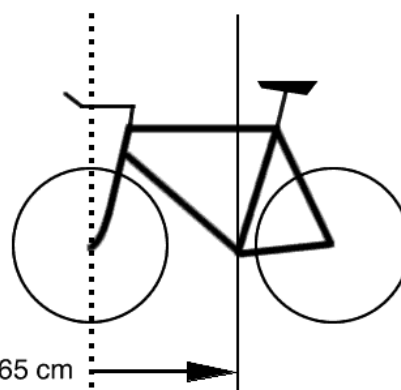


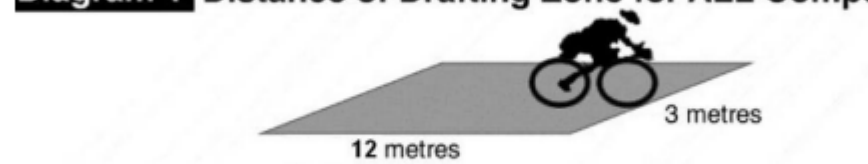
Diagram 7 Front to Centre Distance



- der skal være min. én funktionsdygtig bremse på hvert hjul
 - der skal være propper i styrenderne og styret skal sidde fast
 - lukkede ringe skal være sikkert pålimet
 - ved cross duatlon eller off road triatlonstævner må udelukkende mountainbike anvendes
- b. Følgende er ikke tilladt på cyklen;
- beklædning af cyklen som reducerer luftmodstanden
- c. Hjul
- UCI regelsæt vedrørende hjul er gældende
 - I konkurrencer hvor det er tilladt at ligge på hjul, skal hjulene opfylde følgende kriterier
 - en diameter mellem 55 cm og 70 cm inkl. dæk
 - Begge hjul skal enten være 26" eller 28"
 - Der skal være minimum 12 eger
 - Eger/Spokes kan være runde, flade eller ovale så længe deres bredde ikke overstiger 10 mm
 - hjulene må ikke indeholde mekanismer, der kan virke accelererende
 - Lukkede ringe skal være forsvarligt limet
 - For konkurrencer hvor 10 meter-reglen er gældende, er det tilladt på baghjulet at køre med tildækket hjul (pladehjul).
Dette kan dog ændres af den tekniske delegerede, hvis det skønnes at udgøre en fare pga kraftig sidevind på ruten.
 - Hjul kan kun skiftes under konkurrencen med officielle "wheelstop"
- d. Det er ikke tilladt at skifte cykel under konkurrencen.
- e. Deltagere der er specielt høje eller lave kan inden konkurrencen ansøge forbundet om en dispensation fra en eller flere af kravene i stk. a. Dispensationer, der er skriftlige, gives for en sæson af gangen.
- f. Brug af cykelhjelm er obligatorisk i alle stævner arrangeret af klubber under DTriF
- cykelhelmen skal være godkendt af et officielt og anerkendt testinstitut
 - ændringer af enhver del på hjelmen er ikke tilladt
 - cykelhelmen skal være fastspændt inden cyklen fjernes fra cykelstativet, til efter at cyklen igen er placeret i stativet efter cyklingen
- g. Specielle regler ved stævner hvor hjulskift er tilladt
- det er tilladt at skifte hjul under konkurrencen, reservehjul skal anbringes i særlig afmærket bås uden for skiftezone på cykelruten.

5.3 10/12-meter reglen/ "non drafting" (der henvises til ITU regelsæt stk. 5.5 Drafting)

Diagram 1 Distance of Drafting Zone for ALL Competitors



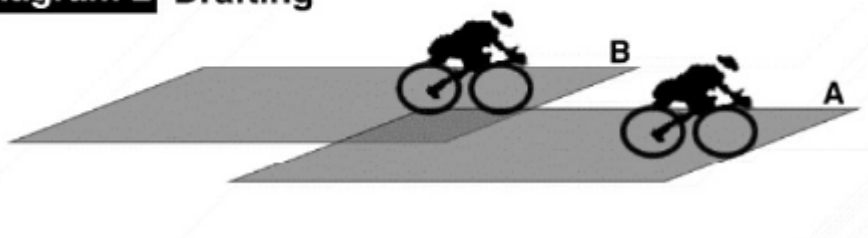
10/12 meter defineres fra forhjul til forhjul (det svarer til at der skal kunne være 5/6 cykler mellem to atleter der overholder "10/12 meter reglen")

Der køres med "10 meter regel" ved konkurrencer til og med OL distancen.

Der køres med "12 meter regel" ved konkurrencer længere end OL distancen

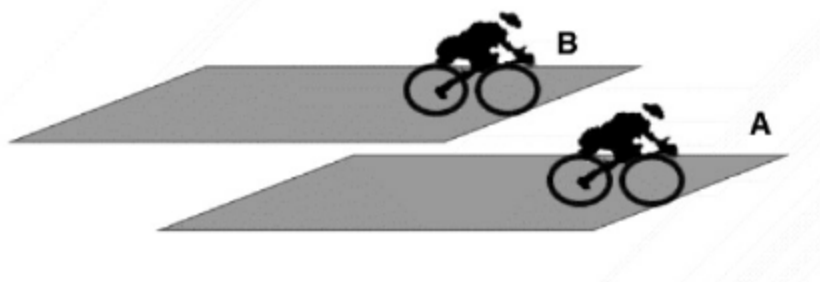
Draftzonens bredde (3 meter) afhænger af vejforholdene. Reduceres ift. vejens bredde

Diagram 2 Drafting



A har overhalet Bog B sidder nu på hjul af A. B må droppe ud af A "drafting zone" før der gøres forsøg på at genoverhale A (UK diagram med venstrestyret trafik)

Diagram 3 Blocking



A og B holder tilstrækkelig afstand til hinanden. B sidder ikke på hjul.

Diagram 4 Drafting and Not Drafting



C sidder på hjul af B – mens B ikke sidder på hjul af A

”Staggering”

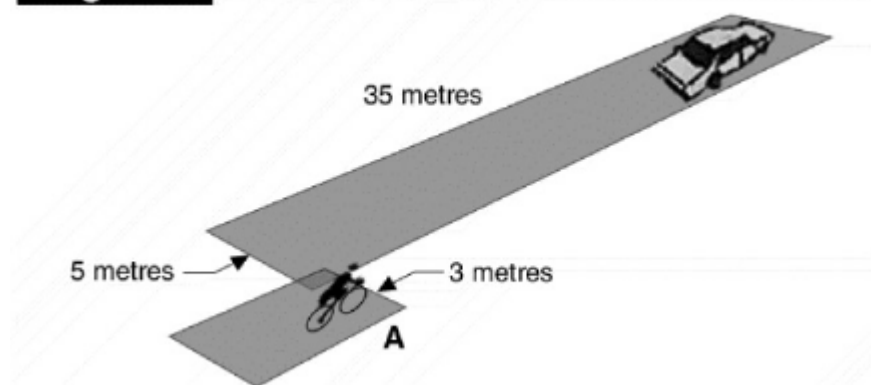
Tages i brug ved DTriF mesterskaber jf. regel om antal deltagere per km cykelrute

Ved overhaling må den overhalende i lige linje ikke ”trænge ind” i den forankørendes draftzone. Den overhalende skal tydeligt vise at drafting undgås

Når flere overhaling sker samtidigt skal den yderst til venstre altid være den hurtigst kørende og vedkommende skal overhale alle i ”gruppen”

A og B holder tilstrækkelig afstand. C prøver ikke at overhale B. C sidder på hjul. A og B gør ikke.

Diagram 5 Vehicle Draft Zone



- "Drafting" dvs. at ligge nærmere end 12 meter (forhjul – til forhjul) til andre deltagere under cyklingen er forbudt.
- "10 meter reglen" skal overholdes, dog undtaget følgende situationer;
 - ved forsøg på overhaling er det tilladt at bruge 20 sek. til at passere en anden deltager
 - af sikkerhedsmæssige årsager
 - ud- og indkørsel ved skiftezone
 - ved 180° vendinger
 - på strækninger som teknisk delegeret i samarbejde med arrangøren har udelukket pga. smalle veje, vejarbejde eller andre sikkerhedsmæssige årsager
- Deltageren har det fulde ansvar for at undgå at komme i positioner, hvor der opstår "drafting".
- En deltager er passeret, når en anden deltagers forhjul er foran dennes.
- Efter at være blevet overhalet skal en deltager lade sig falde tilbage, således at deltageren er ude af "drafting zonen" fra den overhalende atlet indenfor 20 sek. (ITU bruger 5 sek.)

5.4 Drafting

- Det er tilladt at foretage "drafting" på andre deltagere dvs. at ligge nærmere end 10 meter til andre deltagere under cyklingen.
- Det er ikke tilladt at "draft" på andre end deltagere fra egen heatstart .
- Overdommeren kan i samarbejde med arrangøren fastsætte et maksimalt deltagerantal pr. heat.
- Cyklen skal være et traditionelt trekantformet stel.
- Begge hjul skal være opbygget med eger konstruktion og skal have mindst 12 eger i hvert hjul. Eger kan være runde, flade eller ovale og må maksimalt være 10mm brede. Pladehjul ikke tilladt også selv om de er bygget op på egerhjul.

- f. Bliver en deltager overhalet med en omgang under cyklingen skal deltageren udgå af konkurrencen og forlade ruten. Teknisk delegeret kan dog dispenseres for denne regel og i så fald skal der informeres herom senest ved race briefing inden start.
- g. Konkurrencer med "drafting" på cyklingen kan normalt kun afvikles på ruter, der er lukket for anden trafik.
- h. Afvikles der flere heat skal det sikres at cykelruten er fri for deltagere, inden deltagere fra det efterfølgende heat påbegynder cyklingen.
- i. Hvis særlige forhold taler for det, kan forbundet dispensere fra en eller flere af ovenstående regler i punkt e) - i) I tilfælde heraf vil det blive oplyst senest ved race briefing inden start.
- j. Udformning af cykelstyret skal overholde følgende;
 - i. kun traditionelle "gedebukkestyr" er tilladt
 - ii. tribøjler er tilladt, forudsat at de ikke rækker længere frem end 15 cm foran forhjulets nav, og at de ikke rækker længere frem end det forreste punkt på bremsegrebene
 - iii. tribøjler der peger lige fremad skal være lukkede foran, og der må ikke være monteret bremsegreb der peger fremad
 - iv. gearskiftere må ikke række udover det forreste punkt på tribøjlen
 - v. albuepuder er tilladt

6 Løb

6.1 Generelle regler

- a. Deltageren må løbe eller gå.
- b. Det er ikke tilladt for deltageren at have en bar overkrop/torso.
- c. Deltageren er i mål, idet enhver del af torsoen har passeret målstregen.
- d. Startnummer bæres tydeligt foran på kroppen.

7 Skiftezone

7.1 Generelle regler

- a. Deltagerne skal;
 - i. have lige langt i skiftezoneen både med og uden cykel og færdslen skal være ensrettet
 - ii. benytte den tildelte plads
 - iii. stå af og på cyklen i det anviste område
- b. Cykelophæng på traditionel cykelstativ
 - i. I både T1 og T2 skal cyklen hænge i sadlen eller begge bremsegreb med størsteparten af cyklen mod egen skiftezonebås
 - ii. Dispensation for ophængning i sadel hvis sadelhøjde overstiger højde på cykelstativ
- c. Cykelophængning med individuelt cykelstativ
 - i. I T1 skal cyklen placeres med baghjulet i stativ front mod egen skiftezone kasse. I T2 skal cyklen placeres med forhjulet i stativ
- d. Deltagere må ikke;
 - i. forsætligt berøre andre deltagers udstyr
 - ii. cykle i skiftezoneen
 - iii. Løbe under cykelracks
- e. Officielle hjælpere må udlevere og modtage deltagernes udstyr i skiftezoneen, forudsat at alle deltagere får ens service.
- f. Efter konkurrencen kan cykler kun fjernes af deltagere ved fremvisning af medlemsbevis eller deltagernummer eller anden sikker identifikation.

8 Konkurrencekategorier

8.1 Generelle regler

- a. Deltagerens alder regnes for det antal år, som deltageren fylder det pågældende år.

8.2 Eliteklasserne

- a. Deltagerne kan i princippet komme fra alle aldersklasser (dog undtaget de 3 børneklasser 8 - 9, 10-11 og 12-13 år). Distancerne der konkurreres på må dog ikke overstige den maksimale tilladte distance for aldersklassen. Atleter der stiller op i eliteklasserne Ungdom A (14-15 år), Ungdom B (16-17 år), Junior (18-19 år) og U23 (20-23 år) deltager automatisk også i den åbne eliteklasse til mesterskaber, såfremt der køres samme distance og ved mesterskaber med draft tilladt køres i samme heat. Elitedeltagere i alderen 14-23 år kan dermed blive dansk mester både i egen elite aldersklasse og den åbne eliteklasse i det pågældende mesterskab.

8.3 Aldersklasser

- a. Aldersklassernes opdeling er som følger;

Ved draft stævner op til 750-20-5:

Aspirantklassen (10-17 år)

Deltagerne kan i princippet komme fra alle 4 aldersklasser. Distancerne der konkurreres på må dog ikke overstige den maksimale tilladte distance for aldersklassen – se Appendix A: Maksimaldistancer

- 10-11 børn 2
- 12-13 børn 3
- 14-15 ungdom A
- 16-17 ungdom B

Eliten (14-99 år)

- 14-15 Ungdoms A – bemærk ungdom A skal søge DTriF om at køre elite
- 16-17 Ungdom B – bemærk ungdom B kan selv vælge elite eller aspirant
- 18-19 Junior
- 20-23 U23
- 16-99 Elite/Åben klasse

AgeGroup (18-99 år)

- 18-39 år
- 40-44 år
- etc.

Ved draft stævner over 750-20-5 op til og med 1500-40-10:

Eliten (18-99 år)

- 18-19 Junior
- 20-23 U23
- 18-99 Elite/Åben klasse

AgeGroup (18-99 år)

- 18-39 år
- 40-44 år
- etc.

Ved non draft stævner til og med 750-20-5:

Aspirantklassen (10-17 år)

Deltagerne kan i princippet komme fra alle 4 aldersklasser. Distancerne der konkurreres på må dog ikke overstige den maksimale tilladte distance for aldersklassen – se Appendix A: Maksimaldistancer

- 10-11 børn 2
- 12-13 børn 3
- 14-15 ungdom A
- 16-17 ungdom B

Eliten (14-99 år)

- 14-15 ungdom A – skal søge DTriF om tilladelse til at køre elite
- 16-17 ungdom B – Kan selv vælge elite eller aspirant

- 18-19 junior
- Eliten/åben klasse: 14-99 år

AgeGroup

- 18-39 Age group senior
- 40-44 veteran 40
- 45-49 veteran 45
- 50-54 veteran 50
- 55-59 veteran 55
- osv.

Ved non draft stævner over 750-20-5:**Eliten (18-99 år)**

- Eliten/åben klasse: 18-99 år

AgeGroup

- 18-39 Age group senior
- 40-44 veteran 40
- 45-49 veteran 45
- 50-54 veteran 50
- 55-59 veteran 55
- osv.

Alle kan frit tilmelde sig eliteklassen (dog ikke unge under 18 hvis distancen overstiger aldersgruppens max distance)

b. Aldersklasser ved mesterskaber**DM Kort Duatlon****Elite (draft eller non-draft)**

På distancen 5 - 20 – 2½:

Junior (16-19 år) Bemærk at klassen er udvidet til også at rumme Ungdom B (16-17år).

- U23 (20-23 år)*
- Eliten/Åben klasse (20-99 år)*

* U23 og elite kan køre op til 10-40-5

Age Group (10-40-5 eller 5-20-2,5/non draft):

- 18-39 år**
- 40-44 år
- 45-49 år
- etc.

** At 18-19 årige i tilmeldingen vælger imellem elite eller AG.

DM lang duatlon (10-60-10 – non draft)**Elite 18-99 år****Age Group**

- 18-39 år
- 40-44 år
- 45-49 år
- etc.

DM Sprint Triatlon (750-20-5 – afvikles som enkeltstart)

Aspirantklasse på ½ distance: 375-10-2,5 med underklasserne og hvert sit medaljesæt til ungdom A og ungdom B

- Børn 3 (12-13 år) – Kan deltage i stævnet men kører ikke om DM medaljer
- Ungdom A (14-15 år)
- Ungdom B (16-17 år)

Eliten med underklasserne og hvert sit medaljesæt:

- Ungdom B (16-17 år) – fra 2017 ikke længere sit eget medaljesæt
- Junior (16-19 år) Bemærk at klassen er udvidet til også at rumme Ungdom B (16-17år), for dem der skulle vælge at køre Elite fremfor Aspirant.
- U23 (20-23 år)
- Eliten/Åben klasse (16-99 år)

Agegroup

- 18-39 år
- 40-44 år
- 45-49 år
- etc.

DM Tri serien

Aspirantklassen på distancer op til 400 – 10 - 2,5 med underklasserne og hvert sit medaljesæt

Deltagerne kan i princippet komme fra alle 4 aldersklasser. Distancerne der konkurreres på må dog ikke overstige den maksimale tilladte distance for aldersklassen – se Appendix A: Maksimaldistancer

- Børn 2 (10-11 år) – kører ikke om medaljer
- Børn 3 (12-13 år) - kører ikke om medaljer
- Ungdom A (14-15 år)
- Ungdom B (16-17 år)

Elite (draft tilladt)

- Ungdom A - Bemærk ungdom A skal søge DTriF om at køre elite – ikke eget medaljesæt
- Ungdom B – Ungdom B vælger selv om de vil køre aspirant eller elite – ikke eget medaljesæt
- Junior (14-19 år)
- U23 (20-23 år)
- Eliten/Åben klasse (14 – 99 år) (Kun så længe distancen ikke overskrider max distancen for de 14-17årige)

Age Group (non draft):

- 18-39 år)
- 40-44 år
- 45-49 år
- etc.

DM lang Triatlon (fra 1,9/80/20 til 4/180/42,2)**Elite**

Eliten/Åben klasse (18-99 år)

Agegroup

- 18-39 år
- 40-44 år
- 45-49 år
- etc.

DM OL distancen (non draft) – ingen elite klasse

Age Group

- 18-39
- 40-44
- 45-49
- etc.

DM Cross Triatlon

Sprint distance (750-15-5)

- junior 16-19 år

Standard distance (1-1,5 svøm – 20-30 MTB – 10 løb)

Elite 18-99 år med underliggende klasser

- U23 (18-23)
- Eliten/Åben klasse (18-99 år)

Agegroup

- 18-39 år
- 40-44 år
- 45-49 år
- etc.

Aldersklasser DM hold – se §8.5

DM Hold (750-20-5)

Aldersklasser DM hold – se §8.5

DM Cross duatlon (på distancen 3-10-3-10-3)

Åben klasse 18-99 år med følgende underklasser

- 18-39 år
- 40-49 år
- 50- 59 år
- Etc.

DM MIX RELAY

2 klasser

– Elite (Junior/U23/Senior)

- Aspiranter (Ungdom B/Ungdom A/Børn 3 - Ingen mulighed for dispensation for Børn 2).

Distance følger ITU/ETU distancer: Svømning 250 meter – Cykling 5 K – Løb 1,25 K.

Distancen gælder for begge klasser.

(Om begge klasser starter samlet afgøres af TD/OD på basis af stævnets opsætning/specifikke distancer og/eller antallet af deltagende hold).

- c. Aldersklasser 40+ betegnes veteraner.
- d. Det er muligt at slå en eller flere aldersklasser sammen ved motionsstævner, hvis der ikke er flere end 3 tilmeldte deltagere. Mesterskaber er undtaget. Det skal altid nævnes i indbydelsen til stævnet, hvis arrangøren vil sammenlægge klasser med mindre end 3 tilmeldte deltagere.
- e. Deltagere i børneklasserne 1 og 2 kan kun deltage i konkurrencer på stævnekalenderen, hvor der afholdes separat heatstart for disse med særlig hensyntagen til ekstra sikkerhedsmæssige foranstaltninger på alle ruter. **Undtaget herfor er Børn 2 & 3 der kan starte i aspirantklassen når distancen ikke overskrider det maksimale for aldersklassen**

8.4 Motion

- a. Alle kan deltage i motionsstævner, dog kan deltagere i 8 - 9, 10 - 11 og 12 - 13 år kun deltage, såfremt der afholdes et separat stævne for disse med særlig hensyntagen til ekstra sikkerhedsmæssige foranstaltninger på alle ruter.
- b. Motionsstævner og en eventuel motionsklasse ved mesterskaber udskrives på tværs af alle aldersklasser, men arrangøren har mulighed for at opdele motionsklassen efter køn og alder.

8.5 DM-Hold

8.5.1 Beskrivelse og aldersklasser

- a. DM hold er ikke en individuel konkurrence, men en konkurrence mellem hold fra forskellige klubber.
- b. Konkurrencer for klubhold afvikles som en "tidskørsel" mellem de deltagende hold.
- c. Hvert hold består af mindst 3 og højst 4 deltagere fra samme klub.
- d. Holdets tider regnes ud fra holdets 3 hurtigste deltagere – dvs. når 3. mand m/k kommer over målstregen
- e. Såfremt to hold slutter med samme tid, placeres det hold med den hurtigste løbetid, som værende bedst af de to hold.
- f. Alle holdets deltagere starter i klubdragt eller beklædning med samme farvemønster.
- g. Holdets deltagere må hjælpe hinanden indbyrdes med forplejning og reparationer.
- h. Såfremt der er mere end 30 sekunder mellem holdets 1. og 3. deltager i mål diskvalificeres holdet.
- i. Mix-klasse for AG og Veteran hvor 3 manden(m/k) over stregen tæller ifald holdet derved har begge køn over stregen)
- j. **Aspirantklasse:**
 - på halv distance (375-10-2,5). Afvikles som en samlet klasse (12-17 år) med medaljesæt for hver aldersklasse. (børn 3 – ungdom A - ungdom B)
 - I DM Hold vil aspiranterne få mulighed for at afprøve grænserne for klassen.Der gælder følgende regler i aspirantklassen til DM Hold;
 - Alle Aspiranthold kan sammensættes vilkårligt imellem piger og drenge. Dvs. et hold kan være rent pigehold, mix-hold eller rent drengehold. Bedste hold vinder.
 - I selve konkurrencen starter alle aspiranter sammen, men efterfølgende er der medaljesæt både i Børn 3, Ungdom A og Ungdom B.
 - Holdets ældste medlem bestemmer om holdet er Børn 3, Ungdom A eller Ungdom B, eksempelvis: Er holdet sammensat af 3 personer på 12-13 år, plus 1 person på 14 eller 15 år, er hele holdet Ungdom A, trods det at 3 af medlemmerne er Børn 3.
 - Det er muligt for at tilmelde sig med hold, som er sammensat af deltagere fra forskellige klubber. Har den enkelte klub ikke nok Børn 3 eller Ungdom A medlemmer til at lave et helt hold, kan de gå sammen med naboklubber og på den måde samle et helt hold med den ønskede alderssammensætning.
- k. Følgende klasser er gældende for "DM hold":

Aspirantklassen 12-17 år: på distancen 375 – 10 - 2,5 ingen kønsopdeling

Medaljesæt:

Børn 3 (12-13 år)
Ungdom A (12-15 år)
Ungdom B (12-17 år)

Elite (16-99 år) med underklasserne og med hvert sit medaljesæt – Ældste deltager bestemmer holdets aldersklasse

- Ungdom (14-17 år)

- Junior (16-19 år)
- Eliten/Åben klasse (16-99 år)*
ungdom A atleter skal søge DTriF om at måtte køre elite.
ungdom B atleter kan frit vælge mellem aspirant og elite

Medaljesæt:

Elite (16-99 år) – 2 sæt: mænd + kvinde

ungdom (14-17 år) – 2 sæt: mænd + kvinde

Junior (16-19 år) - 2 sæt: mænd + kvinde

*Det er tilladt at have kvindelige deltagere på et herre-elitehold

Age Group: (yngste deltager på holdet bestemmer holders aldersklasse)

- Agegroup 18-99 år
- Veteran 40 (40-99 år)
- Veteran 50 (50-99 år)
- Veteran 60 (60-99 år)
- Veteran 70 (70-99 år)
- Veteran 80 (80-99)

Mix klasse:

- Agegroup 18-39 år
- Veteran 40 – 99 år

Medaljesæt:

AgeGroup (18-99 år) -2 sæt: mænd + kvinde

Agegroup Mixhold (18 -99 år)

Veteran 50 (50-99 år) -2 sæt: mænd + kvinde

V60 (60-99 år) - 2 sæt: mænd + kvinde

V70 (70-99 år) - 2 sæt: mænd + kvinde

V80 (80-99år) - 2 sæt: mænd + kvinde

Veteran Mixhold (40 -99år)

8.5.2 Startprocedure

- a. Der startes med mindst 2 min. mellem hvert hold.
- b. Startrækkefølgen fastsættes ud fra sidste års DM hold hvor den regerende klub/mester starter sidst. – DTriF kan vurdere at det tjener den sportslige afvikling bedst hvis der i startrækkefølgen skabes lidt afstand mellem de formodede favoritter hvorfor der kan "pakkes" ikke medalje favoritter ind imellem de tre bedst placerede fra året før.
- c. Alle holdets deltagere skal have indfundet sig ved startstedet senest 5 min før start.
- d. Alle holdets deltagere starter på samme tid.

8.5.3 Cyklingen

- a. Holdet skal bestå af mindst 3 deltagere førend cyklingen påbegyndes.
- b. Enhver deltager der er mere end 45 sekunder efter holdet ved starten af cyklingen vil blive diskvalificeret.
- c. Holdets deltagere kører som et hold og drafting er tilladt imellem holdets deltagere.
- d. Det er ikke tilladt at "drafte" på andet end holdets egne deltagere - som f.eks. køretøjer mv.
- e. Et hold der overhales må ikke "drafte", hjælpe eller modtage hjælp fra det overhalende hold.
- f. Et hold der overhales skal indenfor 1 km været faldet tilbage, så der er en afstand på mindst 25 meter mellem holdene. Sker dette ikke diskvalificeres holdet eller idømmes en advarsel medførende en "STOP and GO" for alle holdets deltagere.

8.5.4 Løbet

- a. Holdet skal bestå af mindst 3 deltagere førend løbet påbegyndes.
- b. Enhver deltager der er mere end 45 sekunder efter holdet ved starten af løbet vil blive diskvalificeret.

8.5 DM MIX-Relay

8.6.1 Beskrivelse og aldersklasser

a. Åben DM – alle kan deltage – danskere og udlændinge.

b. Medaljer i begge klasser – Guld / Sølv / Bronze.
(2 klasser x 3 per hold x 3 medaljesæt)

c. 2 pokaler – en til hver klasse;

Pokalerne er vandrepokaler.

F. Et mixed-relay hold kan bestå af enten:

2 herrer og 1 kvinde

Eller:

1 herre og 2 kvinder.

Hold med disse holdsammensætninger kan vinde det danske mesterskab.

Hvis holdet består af 2 herrer og 1 kvinde skal rækkefølgen være:

1. tur = herre

2. tur = kvinde

3. tur = herre.

Hvis holdet består af 1 herre og 2 kvinder skal herren køre enten 1. eller 3. turen.

Det er ikke tilladt for herrer at køre 2. turen.

G. Medaljer KUN til danske klubhold hvor alle tre på holdet er DM berettiget
(dansk statsborger eller bosiddende i DK minimum et år + dansk licens).

H. Præmier uddeles til de vindende hold på dagen.

Eventuelle pengepræmier uddeles kun i Elite.

9 Præmier

9.1 Tildeling af præmier

- Præmier til henholdsvis damer og herrer har altid samme værdi for samme placering.
- Udelukkende elitedeltagere kan konkurrere om pengepræmier. Den samlede præmiesum skal fastsættes i henhold til køn og placering og offentliggøres med indbydelsen. Eventuelle kvalitetskrav til udbetaling af pengepræmier skal være angivet i indbydelsen – se 13.4.
- Pengepræmier udbetales senest ved præmieoverrækkelse, dog såfremt der har været dopingkontrol senest 14 dage efter offentliggørelsen af det endelige resultat af denne.
- Der må ikke anvendes pengepræmier i agegroup og veteranklasser. Præmier i naturalier er dog tilladte.

10 Officials

10.1 Dommere

- Alle klubber under DTriF er forpligtiget til at have mindst én uddannet og aktiv dommer.
- Dommere skal have gennemført DTriF's dommerkursus.
- Til alle internationale stævner og mesterskaber udpeger forbundet et antal dommere.
- Kun dommere idømmer og udmåler sanktioner.
- Dommerne er ansvarlige for at;

- i. være upartiske og objektive
- ii. eventuelle sanktioner idømmes i overensstemmelse med reglementet
- iii. rapportere alle idømte sanktioner til overdommeren
- iv. varetage alle dommerfunktioner omkring starten, svømningen, cyklingen, løbet, skiftezonen og målområdet foregår efter konkurrencereglerne.

10.2 Overdommeren – Teknisk delegeret

- a. Overdommere skal have gennemført DTriF's overdommerkursus.
- b. Til alle mesterskaber udpeger forbundet en overdommer og en teknisk delegeret. Det bestræbes at holde disse 2 funktioner adskilt på 2 personer ved alle mesterskaber og som minimum ved de officielle DIF mesterskaber
- c. Teknisk delegeret deltager på eventuelt formøde og evalueringsmøde med arrangøren og står under hele planlægningen til rådighed som konsulent i alle spørgsmål vedrørende konkurrencen.
- d. Overdommeren er bemyndiget til;
 - i. at aflyse konkurrencen
 - ii. at beordre arrangørerne til at bringe forhold ved konkurrencen i overensstemmelse med reglementet
 - iii. at træffe afgørelser på alle punkter, som ikke udtrykkeligt er behandlet i reglementet
 - iv. midlertidigt at inddrage en deltagers medlemslicens ved viden om brud på DIF's dopingregler
- e. Overdommeren er ansvarlig for at;
 - i. instruere dommerne
 - ii. alle idømte sanktioner indrapporteres af dommerne til overdommeren
 - iii. godkende resultatlisten førend den offentliggøres, dog med forbehold for udfaldet af eventuelle appeller og dopingprøver
 - iv. behandle eventuelle protester, dog undtaget mesterskaber
 - v. rapportere brud på disciplinen, herunder usportslig optræden, til forbundet med henblik på eventuelle yderligere sanktioner
 - vi. der efter stævnet i samarbejde med teknisk delegeret udarbejdes en skriftlig stævnerapport til forbundet

10.3 Konkurrencejury

- a. Ved alle mesterskaber udpeger forbundet en konkurrencejury bestående af følgende:
 - i. et medlem af DTriF's bestyrelse, som også er formand for juryen
 - ii. Overdommeren
 - iii. en repræsentant for den arrangerende klub
- b. Konkurrencejuryen afgør alle protester og appeller.
- c. Beslutninger tages ved simpelt flertal.

10.4 Assistance fra dommere og officials

- a. Alle arrangører af stævner på DTriF's stævnekalender kan søge forbundet om dommer- og officialassistance. Udgifter til dommere og officials påhviler arrangør. Alle DM stævner har tilknyttet en dommerstab.

11 Protester

11.1 Generelle regler

- a. Ved alle mesterskaber kan deltager eller klubber før, under og efter konkurrencen nedlægge protest imod følgende;
 - i. en anden deltagers eller dommers opførsel
 - ii. stævneforholdene, herunder ruterne
 - iii. startrettighederne for en deltager

- iv. en anden deltagers udstyr
- v. tidtagningen og resultatlisten
- b. Der kan ikke nedlægges protest imod dommerafgørelser, hvor deltageren har modtaget en advarsel (gult kort) eller en diskvalifikation (rødt kort).
- c. Ved indgivelse af protest skal der vedlægges et depositum, der vil blive refunderet såfremt protesten tages til følge, ellers tilfalder pengene DTriF.

11.2 Protestens indhold

- a. Protesten skal om muligt indeholde følgende;
 - i. stedet og tidspunktet for overtrædelsen
 - ii. hvilke deltagere og personer der var involveret i overtrædelsen
 - iii. en beskrivelse af forseelsen
 - iv. navne på vidner der observerede forseelsen

11.3 Forløb af protest

- a. Protesten indgives skriftligt til overdommeren senest 60 min. efter at deltageren er kommet i mål, eller er udgået af konkurrencen.
- b. Protester imod resultater i den officielle resultatliste skal indsendes til forbundet senest 14 dage efter udsendelse af den officielle resultatliste.
- c. Indholdet af protesten vil blive bekendtgjort overfor den anklagede deltager, dommer eller stævnearrangør og disse vil blive bedt om at afgive deres forklaring inden der træffes en afgørelse. Overdommeren afgør sagen, ved mesterskaber afgøres protesten dog af nedsat konkurrencejury.
- d. Ved behandling af protesten skal overdommeren og konkurrencejuryen overholde følgende;
 - i. give lige "vægt" til alle beviser og vidneudsagn
 - ii. anerkende at vidneudsagn kan variere og være modsigende, som et resultat af personlige observationer og hukommelse
 - iii. være åbne overfor sagen indtil alle beviser er blevet fremlagt
 - iv. anerkende at en deltager er uskyldig indtil forseelsen er fuldt klarlagt og deltageren er fundet skyldig
- e. Afgørelsen af en protest gives skriftlig af overdommeren eller konkurrencejuryen og offentliggøres umiddelbart efter at beslutningen er truffet.

12 Appeller

12.1 Generelle regler

- a. En appel kan indgives af deltagere eller klubber og er en officiel begæring om en revurdering af en dommer, overdommerens, konkurrencejuryen eller anden højere myndigheds afgørelse.
- b. Der kan indgives en appel vedrørende dommerafgørelser, hvor deltageren har modtaget en diskvalifikation (rødt kort).
- c. Der kan ikke indgives ønske om appel vedrørende dommerafgørelser, hvor deltageren har modtaget en advarsel (gult kort).
- d. Ved indgivelse af appel skal der vedlægges et depositum, der vil blive refunderet såfremt appellen tages til følge, ellers tilfalder pengene DTriF.

12.2 Appellens indhold

- a. Appellen skal indeholde følgende;
 - i. baggrund og årsag for appel
 - ii. sted og tidspunkt for konkurrencen
 - iii. navn, adresse og telefon på deltageren der appellerer
 - iv. navn, adresse og telefon på eventuelle vidner
 - v. kort beskrivelse af sagen

12.3 Forløb af appel

- a. Appeller vedrørende diskvalifikationer skal være indgivet skriftligt til overdommeren senest 60 min. efter at deltageren er kommet i mål eller udgået af konkurrencen.
- b. Overdommeren, og ved mesterskabsstævner konkurrencejuryen, behandler appeller vedrørende diskvalifikationer, og meddeler skriftligt afgørelsen på selve konkurrencedagen.
- c. Overdommerens og konkurrencejuryens afgørelser kan appelleres til DTriFs bestyrelse. En sådan appel skal være modtaget af forbundskontoret senest 14 dage efter overdommeren eller konkurrencejuryens afgørelse.
- d. Bestyrelsens afgørelser kan appelleres til Amatør- og Ordensudvalget i DTriF. En sådan appel skal være modtaget af forbundskontoret senest 14 dage efter bestyrelsens afgørelse.
- e. Amatør- og Ordensudvalgets afgørelser kan indenfor 4 uger appelleres til Amatør- og Ordensudvalget i DIF.

13 Specifikke regler for mesterskaber

13.1 Generelt

- a. DM udskrives som åben konkurrence både for eliten og AgeGroup, dvs. alle med national forbundslicens kan deltage og kæmpe om hhv. pengepræmier i eliten og placeringspræmier hos AgeGroup. Kun indehavere af dansk licens og deltagere som har dansk statsborgerskab eller har opholdt sig og haft fast bopæl i Danmark de sidste 12 måneder kan blive dansk mester.

13.2 Tilmelding, deltagerbekræftelse og seedning

- a. Rettidig tilmeldingsfrist for mesterskaber er senest fredag ugen før konkurrencen.
- b. Eftertilmeldinger mulig i videst mulige omfang mod merbetaling
- c. Startlisten skal offentliggøres på www.competition.com senest 3 dage før start
- d. Forbundet foretager en seedning af klasser, hvor seedning er ønsket. Seedningen foregår inden tildeling af startnumre ud fra placeringer fra foregående års mesterskab og andre tidligere resultater samt en vurdering af det aktuelle styrkeforhold.

13.3 Holdkonkurrencer

- a. DK: For de af vores mesterskaber der er officielle DIF mesterskaber: kort duatlon, Olympisk triatlon, sprint og lang Triatlon afvikles der samtidig med den individuelle mesterskabskonkurrence også en konkurrence for hold i eliteklassen.
- b. DK: Der kræves ingen særskilt tilmelding af holdet og arrangøren må ikke opkræve et specielt deltagergebyr for hold.
- c. DK: De 3 hurtigste fra samme klub udgør klubbens 1. hold, de 3 næste klubbens 2. hold osv.
- d. DK: Ved duatlon, sprint og lang triatlon er det holdets samlede tid fås ved at lægge holddeltagernes individuelle tid sammen. Såfremt to hold står lige placeres er det hold, hvis 3. deltager er placeret nærmest den individuelle vinder af konkurrencen, som det bedste af de to hold.
- e. Ved DM TRI serien gælder følgende:
 - i. Alle deltagere i den åbne eliteklasse får de placeringspoint iht. deres placering i mål.
 - ii. De tre første i mål fra samme klub udgør klubbens 1. hold og får hver et placerings point
 - iii. De tre næste i mål fra samme klub udgør klubbens 2. hold
 - iv. Det enkelte holds placerings point bliver lagt sammen.
 - v. Holdene får i hver afdeling en score efter antallet af placeringspoint (jo færre point jo lavere score)
 - vi. I lighed med de pointreglerne i den individuelle konkurrence er det holdets bedste score fra fire afdelinger der medtages i den endelige holdkonkurrence
 - vii. Det hold med den samlede laveste score vinder den overordnede holdkonkurrence for eliten - hhv. for kvinder og mænd
 - viii. Ved lighed i point score er det point scoren i Finalen der er afgørende
 - ix. **Regler for individuelle placeringspoint**

- Placering i elite overall = point
- DNS eller ej tilmeldt = antal tilmeldte i egen klasse + 10 point
- DNF = antal finishere i egen klasse + 5 point

13.4 Præmier og resultatlister

- a. Udover reglerne i konkurrencereglernes afsnit 9 vedr. præmier gælder følgende;
- i. Der er altid pengepræmier til de 3 første damer og herrer i eliteklassen ved mesterskaber. Her beregnes præmiesummen efter følgende fordelingsnøgle for M/K:
1. Plads (25 % af sum)
 2. Plads (15 % af sum)
 3. Plads (10 % af sum)

Det står arrangøren frit for at indføre kvalitetskrav mht. 2. og 3. pladsen i

Det står arrangøren frit for at udlove en præmiesum der er højere end den af DTriF fastlagte minimums præmiesum ved det pågældende mesterskab. Her vil det også være muligt at gøre præmierækken dybere end top-3. I sådanne tilfælde skal den ovenfor anviste procent fordeling i top 3 blot tages ud fra DTriF garanterede minimumspræmiesum.

Da de danske mesterskaber afholdes som åbne danske mesterskaber er der ingen garanti for at pengepræmierne tilfalder de danske medaljer ifald udenlandske atleter blander sig i toppen

2015: Der kan indføres et kvalitetskrav med hensyn 2. og 3. pladsen. Dette betyder, at der kun skal udbetales pengepræmier, hvis deltagerne er indenfor 5 % af tiden efter vinderen. Anvendes denne regel, så skal der tydeligt gøres opmærksom på dette i indbydelsen.

b. **DM TRI-serien**

Serie med samlet vinder og med finalestævne.

Der gives point svarende til placeringen i den enkelte afdeling.

Dvs. at en 1.st plads = 1 point, 2.den plads = 2 point osv.

Er der tre eller flere atleter i en klasse er placering lig med point.

Er der kun 2 atleter i en klasse ganges resultatet med 2,

- dvs. 1. plads x 2 = 2 point, 2.plads x 2 = 4 point.

Er der kun en enkelt atlet i en klasse ganges resultatet med 3, dvs. 1. plads x 3 = 3 point.

Den enkelte triatlet vælger selv hvor mange afdelinger han/hun ønsker at deltage i.

I den samlede stilling medtages resultater fra de 3 afdelinger hvor der er scoret lavest placeringspoint.

(Elite: 3 afdelinger. Age Group og Aspirant: 3 afdelinger)

Har den enkelte triatlet ikke gennemført 3 afdelinger fås der placeringspoint i de manglende afdelinger efter følgende regler:

Regler for individuelle placeringspoint

- Placering i egen klasse = point
- DNS eller ej tilmeldt = Giver ikke point
- DNF = antal finishere i egen klasse + 5 point. (evt. med korrektion for få deltagere i klassen, som beskrevet ovenfor).

Resultat ved finalestævnet er afgørende ved pointlighed.

Dvs. ender to deltagere med samme antal point efter finalen, så er det den atlet, som kommer først over målstregen i finalestævnet, som bliver bedst placeret.

Efter finalestævnet kåres de danske mestre i de forskellige klasser under under DM TRI serien.

Elite:

Præmiesummen for DM TRI-serien (her sat til 100 %) fordeles med 12,5 % til hver af de 6 afdelinger til fordeling imellem top tre herrer og top tre damer.

Derudover fordeles 25 % af den samlede præmiesum imellem de bedst placerede herrer og damer i eliteklassen efter finalen.

De 25 % fordeles på basis af den aktuelle procentfordeling af kønnene i hele serien inkl. finalen.

BEMÆRK: Såfremt en atlet ikke møder op på præmieskålen ved finalestævnet, modtager atleten ikke denne præmie for samlet deltagelse i turneringen. Beløbet vil derefter gå videre til DM TRI-serien 2017.

13.5 Mesterskabsmedaljer

- a. DTriFs mesterskabsmedaljer i guld, sølv og bronze uddeles til m/k:
 - i. nr. 1, 2 og 3 i den individuelle konkurrence i alle aldersklasser og til eliten
 - ii. nr. 1, 2 og 3 i holdkonkurrencer for eliten tildeles medaljer jf. punkt 14.4. (En til hver af de 3 deltagere, som udgør holdet)
- b. DIFs mesterskabsmedalje i guld uddeles til mestrene i eliteklassen m/k i følgende discipliner, såfremt der har været min. 5 startende deltagere i konkurrencen;
 - i. **Duathlon (5-10 km – 20-40 km – 2,5-5 km)**
 - ii. Triathlon Sprint (750 m -20 km – 5 km)
 - iii. OL Triathlon (Serie)
 - iv. Triathlon lang (1900-4000 m – 90-180 km – 21,1-42,2 km)
 - v. I holdkonkurrencer på ovennævnte discipliner såfremt der min. har været 3 startende hold i konkurrencen. (En til hver af de 3 deltagere, som udgør holdet)

Dette gælder også for DTriFs holdmedaljer Guld-sølv-bronze.

Konkurrencereglerne - appendiks A

Maksimale distancer ved DTriF medlemsstævner for aldersklasser for følgende discipliner:

I Triatlon	Alder år	Svømning meter	Cykling km	Løb km
	8-9 (børn-1)	100	5	1
	10-11 (børn-2)	200	10	2
	12-13 (børn-3)	400	10	2,5
	14-15 (ungdom A)	750	20	5
	16-17 (ungdom B)	750	20	5
Gælder kun draft Tri	18-19 (junior)	750	20	5
	18-99 (senior) + elite	4000	180	42,2

II Cross triatlon	Alder år	Svømning meter	Cykling MTB km	Løb km
	8-9 (børn-1)	100	5	1
	10-11 (børn-2)	200	10	2
	12-13 (børn-3)	400	10	2
	14-15 (ungdom A)	500	10-12	3-4
	16-17 (ungdom B)	750	15	5
	18-99 (senior) + elite	2000	35	15

IV Cross duatlon	Alder år	Løb km	Cykling MTB Km	Løb km	Cykling MTB km	Løb km
	8-9 (børn-1)	0,5	2	0,5	2	0,5
	10-11 (børn-2)	0,5	2	0,5	2	0,5
	12-13 (børn-3)	0,5	2	0,5	2	0,5
	14-15 (ungdom A)	1,5	5	1,5	5	1,5
	16-17 (ungdom B)	1,5	5	1,5	5	1,5
Som myndig må man selv vælge	18-99 (senior) + elite	3	10	3	10	3

V Aquathlon	Alder år	Løb km	Svømning meter	Løb km
	8-9 (børn-1)	4	200	0,5
	10-11 (børn-2)	4	200	0,5

12-13 (børn-3)	2	400	4
14-15 (ungdom A)	5	1000	2,5
16-17 (ungdom B)	5	1000	2,5
18-19 (junior)	5	1000	2,5
20-99 (senior) + elite	10	2000	5

V Aquathlon	Alder år	Løb km	Svømning meter	Løb km
	8-9 (børn-1)	1	200	0,5
	10-11 (børn-2)	1	200	0,5
	12-13 (børn-3)	1	400	1
	14-15 (ungdom A)	2,5	1000	2,5
	16-17 (ungdom B)	2,5	1000	2,5
	18-99 (senior)	10	4000	10

Valg af distancer

Arrangøreren kan vælge at afvikle et stævne på en hvilken som helst distance. Dog skal de maksimale distance for de enkelte aldersgrupper respekteres. For aldersgruppen 18-19 år er distancerne kun anbefalede da de aktive er over 18 år og derved myndige.

Mesterskaber afvikles kun på fastlagte distancer.

Se appendiks B for mesterskabsdistancer.

Nedsættelse af maksimal distance

Ved høje eller lave vandtemperaturer nedsættes maksimaldistancen for svømning, så den aldrig kan være længere end kravene i regelsættets afsnit 4.

Konkurrencereglerne - appendiks B

Mesterskabsdistancer

Børne-Triathlon	Svømning meter	Cykling Km	Løb km
Aldersklasse 8-9 år*	50	2,5	0,5
Aldersklasse 10-11 år*	200	5	1
Aldersklasse 12-13 år*	375 eller 400	10	2,5

*Drafting er tilladt

Triathlon	Svømning meter	Cykling Km	Løb km
Ungdom A (14-15 år)			
- <i>Sprint</i> ⁽¹⁾	375	10	2,5
- <i>Kort/OL</i> ⁽²⁾	375	10	2,5
Ungdom B (16-17 år) og junior (18-19 år)			
- <i>Sprint</i> ⁽¹⁾	750	20	5
- <i>Kort/OL</i> ⁽²⁾	750	20	5
Senior elite (18-99 år)			
- <i>Sprint</i> ⁽¹⁾	750	20	5
- <i>Kort/OL</i> ⁽²⁾	750/1500	20/40	5/10
- <i>Lang</i> ⁽⁴⁾ (18-99 år)	1900-4000	80-180	21-42
Aldersklasser 16-99⁽⁶⁾			
<i>Sprint</i> ⁽¹⁾	750	20	5
<i>DM Tri serie</i> ⁽³⁾	375-1500	18-40	4-10
<i>Lang</i> ⁽⁴⁾	1900-4000	90-180	21-42
<i>Klubhold</i> ⁽⁵⁾	750	20	5

1) Afvikles med enkeltstart og 10-meter-regel

2) Drafting er tilladt

3) Drafting er tilladt for elite. 10-meter-regel er gældende for deltagere i aldersklasser

4) 10-meter-regel er gældende

5) Drafting er tilladt blandt holdets deltagere, ellers er 25-meter-regel gældende.

6) Så længe distancen ikke overskrider tilladt for aldersgruppen 16-17 år

Børne-Duathlon	Løb km	Cykling km	Løb km
Aldersklasse 8-9 år*	0,5	2,5	0,5
Aldersklasse 10-11 år*	1	5	0,5
Aldersklasse 12-13 år*	2	10	2

* Drafting er tilladt

Duathlon	Løb km	Cykling km	Løb km
- Ungdom A (14-15 år)	5	20	2,5
Ungdom* 16-17 år Junior* 18-19 år	5	20	2,5
<i>Elite*</i> åbenklasse 20-99 år	10	40	5
<i>Agegroup</i> 18-99 år			

Kort **	10	40	5
Lang**	10/20	60-120	20/10

*Duathlon: drafting tilladt hos ungdom, junior og elite på kortdistance.

**Drafting IKKE tilladt hos alle age-group klasser

Cross Duathlon	Løb km	Cykling MTB km	Løb km	Cykling MTB km	Løb km
Ungdom og junior	1,5	5	1,5	5	1,5
<i>Elite 20-99 år</i>					
Agegroup 18-99 *	3	10	3	10	3

Aquathlon	Alder år	Løb km	Svømning meter	Løb km
	8-9 (børn-1)	0	100	1
	10-11 (børn-2)	0	200	2
	Aspirant (12-17) (Børn 3- ungdom A og B)	0	400	2,5
Standard distance	Elite 16-99 år	2,5	1000	2,5
Standard distance (koldt vand og Age group)	Age 18-99 år Elite 16-99 år		1000	5
Lang distance	Elite 18-99 år	5	2000	5
Lang distance (koldt vand & Age group)	18-99 år		2000	10

Cross triathlon	Alder år	Svømning meter	Cykling MTB km	Løb km
	8-9 (børn-1)	25 - 100	2-5	0,4 - 1
	10-11 (børn-2)	25 - 200	2-5	0,4 - 1
	Aspirant 12-17 år	50 - 400	5-10	1-3
Sprint distance	Elite 16 – 99 år Age group 18-99 år	500	10-12	3-4
Standard distance	Elite 18-99 år Agegroup 18-99 år	1000	20-30	6-10

Konkurrencereglerne - appendiks C

Stafetdeltagere

Til stævner under Dansk Triathlon Forbund gælder følgende for stafetdeltagere:

Alle stafetholdets deltagere er omfattet af konkurrencereglerne, når de er i konkurrence.

Alle stafetholdets deltagere er omfattet af de stævnespecifikke regler for skifter og ophold udenfor konkurrence.

Konkurrencereglerne - appendiks D

Protestformular

En protest er en officiel klage over en anden deltager eller en dommeropførelse, stævneforholdene, startretighederne for en deltager, en anden deltagers udstyr eller tidtagningen og resultatlisten.

Der kræves de nødvendige beviser herunder vidner for at kunne indgive en protest samt indbetaling af et gebyr på kr. 200.

Stævne: _____ Dato: _____

Personer involveret i protesten;

Navn: _____ Klub: _____

Navn: _____ Klub: _____

Beskrivelse af forseelsen, herunder evt. sted og tidspunkt samt hvilken regel der er overtrådt:

Vidner:

Navn: _____ Klub: _____

Adresse: _____ Tlf.: _____

Navn: _____ Klub: _____

Adresse: _____ Tlf.: _____

Protesten er indgivet af:

Navn: _____ Klub: _____

Adresse: _____ Tlf.: _____

Underskrift: _____

Konkurrencereglerne - appendiks E

Appelformular

En appel er en officiel begæring om en revurdering af en dommer, overdommerens, konkurrencejuryen eller

anden højere myndigheds afgørelse. Der kræves de nødvendige beviser herunder vidner for at kunne indgive en appel samt indbetaling af et gebyr på kr. 200.

Stævne: _____ Dato: _____

Personer involveret i den oprindelige hændelse:

Navn: _____ Klub: _____

Navn: _____ Klub: _____

Baggrund for indgivelse af appel:

Beskrivelse af hændelsesforløbet:

Vidner:

Navn: _____ Klub: _____

Adresse: _____ Tlf.: _____

Navn: _____ Klub: _____

Adresse: _____ Tlf.: _____

Appellen er indgivet af:

Navn: _____ Klub: _____

Adresse: _____ Tlf.: _____

Underskrift: _____