



**Железный человек**



**КУБОК ГУБЕРНАТОРА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА ПО ТРИАТЛОНУ  
В ФОРМАТЕ «ИНДОР» НА ДИСТАНЦИЮ «СУПЕРСПРИНТ»  
2022-2023 гг**

ОРГАНИЗАТОР ПРИ ПОДДЕРЖКЕ	ООО «ЖЕЛЕЗНЫЙ ЧЕЛОВЕК» Правительства Санкт-Петербурга, Комитета по физической культуре и спорту, Федераций триатлона России и Санкт- Петербурга
КОЛИЧЕСТВО УЧАСТНИКОВ КАТЕГОРИИ АТЛЕТОВ	более 2500 (триатлон, велогонка, забеги) триатлеты-любители, профессиональные атлеты, околоспортивная аудитория
ФОРМАТЫ ПРОВЕДЕНИЯ	закрытый формат: соревнования по триатлону, велогонки, забеги для женщин, забеги для детей

Соревнования по триатлону в формате «индор» в рамках проведения Кубка Губернатора Санкт-Петербурга — это соревнования по триатлону в закрытых помещениях. Каждый этап включает в себя прохождения участниками дистанции «суперспринт» с лимитом по времени:

- ✓ Плавательный этап в закрытом бассейне – 300 м
- ✓ Велозаезд в Легкоатлетическом манеже на Крестовском острове - 8 км
- ✓ Беговой этап - по беговым дорожкам Легкоатлетического манежа - 2 км

Лимиты времени

- Плавание — 12 минут;
- Велогонка — 24 минуты;
- Бег — 16 минут

Кубок Губернатора по триатлону включает 7 соревнований: 3 старта в 2022 году и 4 старта в 2023 году:

2022 год

- I 22-23 октября 2022 года
- II 19-20 ноября 2022 года
- III 17-18 декабря 2022 года

2023 год

- IV 21-22 января 2023 года
- V 18-19 февраля 2023 года
- VI 18-19 марта 2023 года
- VII 06-07 мая 2023 года

Количество участников каждого из этапов – 200 человек

**Регистрация участников на спортивное событие осуществляется на сайте**  
[www.russiarunning.com](http://www.russiarunning.com)



**Железный человек**



## ОПИСАНИЕ СОРЕВНОВАНИЙ ФОРМАТ ПРОВЕДЕНИЯ

Соревнования по триатлону в формате «индор» на дистанцию «суперспринт» проходят с октября 2022 по май 2023 года. Это 7 полноценных двухдневных стартов в закрытых помещениях. Местом проведения гонок является КСК «Сибур Арена» и Легкоатлетический манеж Крестовского острова г. Санкт-Петербург. Локация является одним из любимых мест отдыха горожан и настоящим спортивным островом Северной Столицы.

Программа стартов включает:

- выдача стартовых наборов
- велогонка в виртуальной системе Rouvy на станках с использованием велосипеда (накануне старта по триатлону)
- забеги на разные дистанции для детей (бесплатно)
- женские забеги на 1000 м
- соревнования по триатлону на дистанции «суперспринт»
- церемония награждения

**ФОРМАТ УЧАСТИЯ:**

➤ Индивидуально:

- любители
- профессиональные атлеты
- Эстафетные команды

- женские
- мужские
- смешанные
- корпоративные
- семейный зачёт

**Стартовый пакет** каждого из стартов выполнен в эксклюзивном дизайне единого концепта Кубка Губернатора по триатлону и включает:

- Рюкзак-мешок
- футболка участника
- Спортивное питание для участников
- Шапочка для плавания
- Индивидуальный браслет, наклейки, стартовый номер атлета
- Электронный чип системы хронометража
- Подарки от партнеров и организаторов

Каждый финишер получает медаль соревнований.