



Wettkampffreglement

SWISS   
+ TRIATHLON

PRÄAMBEL

- 1 Die internationale Triathlon-Union (ITU) ist als einzige Organisation dafür zuständig, Wettkampfbreglemente für den Triathlon, den Duathlon und die anderen verwandten Kombinationssportarten zu erlassen. Die Europäische Triathlon-Union (ETU) und alle anderen Triathlon-Verbände müssen sich der ITU anpassen. Gemäss den Statuten (Art. 2.1) trifft auch Swiss Triathlon diese Pflicht. Die Teilnahme der ausländischen Athleten in der Schweiz sowie der Schweizer Athleten im Ausland wird dadurch erleichtert. Das Wettkampfbreglement von Swiss Triathlon wird in gewissen Punkten dem Reglement der ITU angepasst.
- 2 Im Falle von Abweichungen zwischen den verschiedenen Sprachversionen gilt die französische Version.
- 3 Im Zweifelsfall gilt das originale Reglement der ITU, welches in englischer Sprache auf www.competition.org verfügbar ist.
- 4 Die maskuline Form wurde nicht geschlechtsspezifisch, sondern zum Zwecke der Vereinfachung in generischem Sinn verwendet. Sie bezieht sich daher auf beide Geschlechter.

Änderungen 2019

Swiss Triathlon
Ittigen, 22. März 2019

INHALTSVERZEICHNIS

PRÄAMBEL	2
INHALTSVERZEICHNIS	3
1 EINLEITUNG	4
1.1 Gegenstand	4
1.2 Zweck	4
1.3 Änderungen	4
1.4 Aktualisierung des Reglements	4
2 DEFINITIONEN, DISTANZEN, KATEGORIEN	5
2.1 Definitionen	5
2.2 Distanzen und Kategorien	5
2.3 Alterskategorien	7
2.4 Lizenzen	8
2.5 Medaillen, Preisgeld, Punkte	8
3 VERHALTEN DER ATHLETEN	9
3.1 Verhalten im Allgemeinen	9
3.2 Externe Hilfe	9
3.3 Ausrüstung – Allgemein	9
3.4 Doping	10
3.5 Gesundheit	10
3.6 Berechtigung	11
3.7 Versicherung	11
4 SANKTIONEN	12
4.1 Allgemeine Regeln	12
4.2 Mündliche Verwarnungen	12
4.3 Zeitstrafen	12
4.4 Disqualifikation	14
4.5 Suspension	15
4.6 Ausschluss	15
5 PROTEST	17
6 SCHWIMMEN	18
6.1 Allgemeine Regeln	18
6.2 Gebrauch des Neoprenanzuges	18
6.3 Anpassungen der Schwimmdistanzen	19
6.4 Auswahl der Startposition (Elite / Junioren)	21
6.5 Fehlstart	21
6.6 Ausrüstung	21
7 RAD	23
7.1 Allgemeine Regeln	23
7.2 Ausrüstung	23
7.3 Kontrolle des Fahrrads	27
7.4 Eingeholte Athleten	27
7.5 Windschattenfahren (Drafting)	27
7.6 Sanktionen im Fall von Drafting	29
7.7 Blocking / Behinderung	29
8 LAUFEN	30
8.1 Allgemeine Regeln	30
8.2 Ankunft	30
8.3 Einhalten der Rennstrecke und Sicherheit	30
8.4 Unzulässige Ausrüstung	30
9 WECHSELZONE	31
9.1 Allgemeine Regeln	31
9.2 Zugang	31
ANHANG: Nicht abschliessende Liste von Vergehen und Strafen	32

1 EINLEITUNG

1.1 Gegenstand

- a.) Das Wettkampfbreglement von Swiss Triathlon regelt das Verhalten der Athleten während der Swiss Triathlon-Wettkämpfe. Falls eine Frage nicht durch das Wettkampfbreglement von Swiss Triathlon geregelt ist, sind das Wettkampfbreglement der ITU und schliesslich in ihren jeweiligen Bereichen die Reglemente der FINA, UCI, FIS und IAAF anwendbar.

1.2 Zweck

- a.) Das Wettkampfbreglement bezweckt:
- (i) eine von Sportsgeist, Gleichheit und Fair-Play geprägte Atmosphäre zu schaffen,
 - (ii) Sicherheit und Schutz zu gewährleisten;
 - (iii) den Einfallsreichtum und die Fähigkeiten der Athleten zur Geltung zu bringen, ohne die Handlungsfreiheit der Athleten übermässig zu beschränken.
 - (iv) Sanktionen gegen Athleten, die unzulässige Vorteile erlangen.

1.3 Änderungen

- a.) Das Wettkampfbreglement von Swiss Triathlon wird angepasst an andere Kombinationen, die der Gerichtsbarkeit von Swiss Triathlon unterliegen.
- b.) Die Athleten dürfen keine Vorteile erlangen, die nicht durch eine Vorschrift erlaubt sind, und es ist ihnen untersagt, sich gefährlich zu verhalten. Um dies durchzusetzen, wird jeder im vorliegenden Wettkampfbreglement von Swiss Triathlon vorgesehene Regelverstoss mit einer Sanktion geahndet. Die Schiedsrichter stellen bei ihrem Entscheid darauf ab, ob die betreffenden Athleten einen vom Reglement nicht vorgesehenen Vorteil erlangt haben.
- c.) Das Wettkampfbreglement der ITU ist auf die internationalen Wettkämpfe anwendbar, die durch Swiss Triathlon organisiert werden.

1.4 Aktualisierung des Reglements

Das Wettkampfbreglement von Swiss Triathlon kann von der technischen Kommission von Swiss Triathlon mit Zustimmung des Vorstands von Swiss Triathlon unter absoluter Verschwiegenheit abgeändert werden. Jede Änderung des Reglements muss den Clubs und angeschlossenen Teams mindestens 14 Tage vor ihrem Inkrafttreten schriftlich mitgeteilt werden, wenn nicht der Vorstand von Swiss Triathlon anders entscheidet. Das aktualisierte Wettkampfbreglement von Swiss Triathlon wird auf der Website von Swiss Triathlon (www.swisstriathlon.ch) publiziert.

2 DEFINITIONEN, DISTANZEN, KATEGORIEN

2.1 Definitionen

- a.) Der Triathlon ist ein Ausdauerwettkampf, der das Schwimmen, das Radrennen und den Wettlauf umfasst. Diese Reihenfolge ist obligatorisch. Die Stoppuhr wird während des Wechsels der Disziplinen nicht angehalten.

Es ist möglich, diese Reihenfolge zu ändern oder eine oder mehrere Disziplinen durch eine andere Ausdauerdisziplin zu ersetzen. Die neue Wettkampfveranstaltung muss jedoch genau beschrieben werden. Die im vorliegenden Reglement festgehaltenen Regeln sind auf solche Kombinationen nicht anwendbar. Offizielle Meisterschaften können nicht organisiert werden.

- b.) Der **Duathlon** ist ein Ausdauerwettkampf, der das Radrennen und den Wettlauf umfasst. Aus organisatorischen Gründen wird folgende Reihenfolge empfohlen : Wettlauf - Radrennen - Wettlauf. Die Stoppuhr wird während des Wechsels der Disziplinen nicht angehalten.
- c.) Der **Aquathlon** ist ein Ausdauerwettkampf, der das Schwimmen und den Wettlauf umfasst. Es wird folgende Reihenfolge empfohlen: Schwimmen – Wettlauf. Die Stoppuhr wird während des Wechsels der Disziplinen nicht angehalten.
- d.) Der **Wintertriathlon** ist ein Ausdauerwettkampf, der den Wettlauf, das Geländeradrennen und den Langlauf umfasst. Diese Reihenfolge ist obligatorisch. Die Stoppuhr wird während des Wechsels der Disziplinen nicht angehalten.
- e.) Der **Cross-Triathlon** ist ein Ausdauerwettkampf, der das Schwimmen, das Geländeradrennen und den Crosslauf umfasst. Beim **Cross-Duathlon** handelt es sich um einen Ausdauerwettkampf, bei dem auf einen Crosslauf ein Geländeradrennen und wieder ein Crosslauf folgt. Die Stoppuhr wird während des Wechsels der Disziplinen nicht angehalten.

2.2 Distanzen und Kategorien

Die Disziplinen Triathlon, Duathlon, Cross Triathlon, Aquathlon und Wintertriathlon sind auf Gruppen aufgeteilt auf Grundlage der folgenden Wettkampfdistanzen:

Triathlon	Kategorien	Distanzen (km) Schwimmen / Rad / Lauf
Schüler	Schüler M10-11/F10-11 Schüler M12-13/F12-13	0.1-0.2 / 2-5 / 0.75-1.25
Team Relay Schüler	Schüler M10-11/F10-11 Schüler M12-13/F12-13	0.1-0.2 / 2-4 / 0.5-1
Team Relay Jugend	Jugend M14-15/F14-15 Jugend M16-17/F16-17	0.1-0.2 / 2.5-4 / 0.8-1 (je Staffel)
Team Relay	Junioren M18-19 Elite/U23/ Altersklassen	0.25-0.3 / 5-8 / 1.5-2 (je Staffel)
Super Sprint (*)	Schüler M12-13/F12-13 Jugendliche M14-15 Jugendliche M16-17 Junioren M18-19/F18-19 Elite/U23/Altersklassen	0.25-0.5 / 6.5-13 / 1.7-3.5
Sprint	Jugend M16-17/F16-17 Junioren M18-19/F18-19 Elite/U23/Altersklassen	0.75 / 20 / 5
Standard	Junioren M18-19/F18-19 Elite/U23/ Altersklassen	1.5 / 40 / 10
Middle	Junioren M18-19/F18-19 Elite/U23/ Altersklassen	1.8-3.0 / 80-90 / 20-21.1
Long	Junioren M18-19/F18-19 Elite/U23/ Altersklassen	1-4 / 100-180 / 10-42.2

(*) Die Super Sprint Distanz – auch Half Sprint genannt – ist die folgende: 0.4 / 10 / 2.5

Bemerkung : Für die Kategorie Junioren empfiehlt Swiss Triathlon maximal eine Distanz von 1.5 / 40 / 10

Duathlon	Kategorien	Distanzen (km) Lauf / Rad / Lauf
Schüler	Schüler M10-11/F10-11 Schüler M12-13/F12-13	0.5-1.25 / 2-5 / 0.75-1.25
Super Sprint (*)	Schüler M12-13/F12-13 Jugendliche M14-15 Jugendliche M16-17 Junioren M18-19/F18-19 Elite/U23/Altersklassen	2.5 / 10 / 2.5
Team Relay	Junioren M18-19 Elite/U23/ Altersklassen	1.5-2 / 5-8 / 0.75-1 (je Staffel)
Sprint	Jugend M16-17/F16-17 Junioren M18-19/F18-19 Elite/U23/Altersklassen	5 / 20 / 5
Standard	Junioren M18-19/F18-19 Elite/U23/ Altersklassen	10 / 40 / 5
Middle	Junioren M18-19/F18-19 Elite/U23/ Altersklassen	10-20 / 60-90 / 10
ITU Long	Junioren M18-19/F18-19 Elite/U23/Altersklassen	10-20 / 120-150 / 20-30

Cross Triathlon	Kategorien	Distanzen (km) Schwimmen / Rad / Lauf
Team Relay	Juniors M18-19/F18-19 Elite/U23/Classes d'âge	0.2-0.25 / 4-5 / 1.2-1.6
Sprint	Juniors M18-19/F18-19 Populaires	0.5 / 10-12 / 3-4
Standard	Juniors M18-19/F18-19 Elite/U23/Classes d'âge	1-1.5 / 20-30 / 6-10

Cross Duathlon	Kategorien	Distanzen (km) Schwimmen / Rad / Lauf
Team Relay	Juniors M18-19/F18-19 Elite/U23/Classes d'âge	1.2-1.6 / 4-5 / 0.6-0.8
Sprint	Juniors M18-19/F18-19 Populaires	3-4 / 10-12 / 1.5-2
Standard	Juniors M18-19/F18-19 Elite/U23/Classes d'âge	6-8 / 20-25 / -

Aquathlon	Kategorien	Distanzen (km) Schwimmen / Lauf
Sprint	Jugend M14-15/F14-15 Jugend M16-17/F16-17	0.5 / 3 oder 1 / 0.5 / 1
Standard	Jugend M16-17/F16-17 Junioren M18-19 Elite/U23/ Altersklassen	1 / 5 oder 2.5 / 1 / 2.5
ITU Long	Junioren M18-19 Elite/U23/Altersklassen	2 / 10 oder 5 / 2 / 5

Aquabike	Kategorien	Distanzen (km) Schwimmen / Lauf
Long distance	Juniors M18-19/F18-19 Elite/U23/Classes d'âge	1-4 / 100-200

Wintertriathlon	Kategorien	Distanzen (km) Wettlauf / Geländeradrennen / Langlauf
Team Relay	Junioren M18-19/F18-19 Elite/U23/Altersklassen	2-3 / 4-5 / 3-4
Sprint	Junioren M18-19/F18-19 Volksläufe	3-4 / 5-6 / 5-6
Standard	Junioren M18-19/F18-19 Elite/U23/ Altersklassen	7-9 / 12-14 / 10-12

2.3 Alterskategorien

a.) Internationale Veranstaltungen

Die Athleten werden in folgende Kategorien eingeteilt:

- (i) 16 – 19 Jahre Junioren
18 – 23 Jahre U 23 (nur Europa- und Weltmeisterschaften)
- (ii) 20 – 24 Jahre M20/F20
- (iii) 25 – 29 Jahre M25/F25
- (iv) 30 – 34 Jahre M30/F30
- (v) 35 – 39 Jahre M35/F35
- (vi) 40 – 44 Jahre M40/F40
- (vii) 45 – 49 Jahre M45/F45
- (viii) 50 – 54 Jahre M50/F50
- (ix) 55 – 59 Jahre M55/F55
- (x) 60 – 64 Jahre M60/F60
- (xi) 65 – 69 Jahre M65/F65
- (xii) 70 – 74 Jahre M70/F70
- (xiii) 75 – 79 Jahre M75/F75
- (xiv) 80 – 84 Jahre M80/F80
- (xv) 85 – 89 Jahre M85/F85
- (xvi) 90 – 94 Jahre M90/F90
- (xvii) 95 – 99 Jahre usw. M95/F95

b.) Nationale Veranstaltungen

Die Athleten werden in folgende Kategorien eingeteilt:

- (i) 10 bis 11 Jahre Schüler M10-11/F10-11
- (ii) 12 bis 13 Jahre Schüler M12-13/F12-13
- (iii) 14 bis 15 Jahre Jugendliche M14-15/F14-15
- (iv) 16 bis 17 Jahre Jugendliche M16-17/F16-17
- (v) 18 bis 19 Jahre Junioren M18-19/F18-19
- (vi) 20 bis 23 Jahre U23 (nur bei den Schweizer Meisterschaften CS)
- (vii) 20 bis 34 Jahre Alterskategorie M20-34/F20-34
- (viii) 35 bis 44 Jahre Alterskategorie M35-44/F35-44
- (ix) 45 bis 54 Jahre Alterskategorie M45-54/F45-54
- (x) 55 bis 64 Jahre Alterskategorie M55-64/F55-64
- (xi) 65 Jahre und mehr Alterskategorie M65+/F65+

- c.) Die Zugehörigkeit zu den Alterskategorien bestimmt sich nach dem Alter des Athleten am 31. Dezember des Wettkampfbjahres. Zum Beispiel gehört ein im Jahre 1997 geborener Athlet der Alterskategorie 20-34 an, da er im Jahre 2017 20jährig sein wird.
- d.) Die Kategorie «Elite» umfasst nur Athleten, die einem Triathlon-Kader angehören oder einem Jugend-Kader, das durch die Selektionskommission Nachwuchs definiert wird. Die «Elite-Rennen» beschränken sich auf die National League.

2.4 Lizenzen

- a.) Swiss Triathlon kennt folgende Jahreslizenzen:
- (i) Elite-Lizenz Long Distance
 - (ii) COMPETITION-Lizenz
- b.) Diese Jahreslizenzen berechtigen zur Teilnahme an den Schweizer Meisterschaften sowie an allen in der Schweiz und in der Regel auch an den im Ausland anerkannten Triathlons und Duathlons.
- c.) Diese Lizenzen müssen den Funktionären bei den unter litera b.) erwähnten Wettkämpfen vorgezeigt werden. Vergisst der Athlet die Lizenz mitzunehmen, so muss er eine Tageslizenz kaufen, um starten zu können. Bei Wettkämpfen der Pro League, Juniors League, Youth League, Regio Cup und Team-Triathlon wird die Lizenzkontrolle durch Swiss Triathlon bei der Anmeldung gemacht.
- d.) Swiss Triathlon anerkennt die Lizenzen der an die ITU angeschlossenen Verbände.
- e.) Lizenzierte Athleten anderer Verbände müssen im guten Einvernehmen mit ihrem Verband stehen.
- f.) Die Lizenzen sind nicht erforderlich für Volksrennen.
- g.) Nachwuchslizenzen für Schüler, Jugend, Junioren werden von den Clubs bestellt. Ein Nachwuchsathlet kann den Club zwischen 1. November und 28. Februar wechseln. Ein Wechsel zu einem neuen Club ausserhalb dieser Periode, also zwischen 1. März und 31. Oktober, sind nur mit der Zustimmung des alten Clubs möglich. Stimmt der alte Club dem Wechsel nicht zu, so bleibt der Athlet entweder im alten Club oder ohne Club bis zur nächsten Transferperiode.

2.5 Medaillen, Preisgeld, Punkte für den Swiss Triathlon Circuit

- a.) Wenn mehrere Kategorien gleichzeitig starten, so sind Preise, Medaillen, Preisgelder und Punkte wie folgt zu verteilen:

Gleichzeitige Rennen	Medaillen	Preisgeld	Punkte
Elite, U23	Medaillen Elite für alle Medaillen U23 für U23	Nach Gesamtklassement	Nach Gesamtklassement
Elite, U23, Junioren	Medaillen Elite für alle Medaillen U23 für U23 Medaillen Junioren für Junioren	Nach Gesamtklassement	Nach Gesamtklassement
U23, Junioren	Medaillen U23 für U23 Medaillen Junioren für Junioren	Nach Gesamtklassement	Nach Gesamtklassement
Sämtliche Kategorien	Medaillen Overall Medaillen Kategorien je Kategorie	Nach Gesamtklassement	Nach Gesamtklassement
Schweizer Meisterschaft	Siehe 3.6.	Alle sind berechtigt	Nach Gesamtklassement

- b.) Ausländische Athleten können an einer Schweizer Meisterschaft teilnehmen sofern das Rennen nicht ausgebucht ist. Die Punkte und das Preisgeld werden nach dem Gesamtklassement vergeben.

3 VERHALTEN DER ATHLETEN

3.1 Verhalten im Allgemeinen

- a.) Der Triathlon und seine anderen verwandten Kombinationen setzen die Teilnahme zahlreicher Athleten voraus. Aufgrund der Renntaktiken kann es zu Interaktionen zwischen Athleten kommen. Die Athleten sind verpflichtet:
- (i) den Sport immer mit Sportsgeist und Fair-Play auszuüben;
 - (ii) für ihre eigene Sicherheit sowie jene der anderen die Verantwortung zu übernehmen;
 - (iii) das Wettkampfbreglement von Swiss Triathlon, verfügbar auf www.swisstriathlon.ch, zu kennen, zu verstehen und zu befolgen;
 - (iv) sich an die Verkehrsregeln und Anweisungen der Schiedsrichter und Funktionäre zu halten;
 - (v) die anderen Athleten, die Schiedsrichter und die Funktionäre, die Freiwilligen und die Zuschauer mit Respekt und Höflichkeit zu behandeln.
 - (vi) den Gebrauch einer groben und beleidigenden Sprache zu vermeiden;
 - (vii) einen Schiedsrichter zu informieren, wenn sie sich vom Wettkampf zurückziehen. Der Chip für die Zeitmessung muss zurückgegeben werden ansonsten können die Athleten ausgeschlossen werden.
 - (viii) jegliche externe Hilfe abzulehnen, mit Ausnahme jener unter Punkt 3.2 erwähnten;
 - (ix) jegliche Verbreitung von politischen, religiösen, rassistischen Botschaften **oder zur sexuellen Orientierung** sind zu unterlassen;
 - (x) weder Abfälle noch Ausrüstungsgegenstände ausserhalb der vom Veranstalter vorgesehenen Stellen wegzwerfen (Verpflegungsstellen oder Abfalldépos). Jegliche Abfälle oder Materialien müssen auf sich getragen und an den eigenen Platz in der Wechselzone zurück gebracht werden;
 - (xi) keine Vorteile durch Fahrzeuge oder Gegenstände zu suchen;
 - (xii) die vorgegebene Strecke einzuhalten.
 - (xiii) auf jegliche Art von technischen Geräten zu verzichten, die vom Rennen und der Rennumgebung ablenken.
 - Athleten dürfen insbesondere keine der folgenden Kommunikationsgeräte verwenden, wenn sie dadurch vom Wettkampf abgelenkt werden: Mobile-Telefon, Smart Watch, Funkgeräte/-systeme. Ablenkung bedeutet u.a. Anrufe machen oder entgegennehmen, Textnachrichten senden oder empfangen, Musik abspielen, soziale Medien nutzen, fotografieren. **Die Nutzung eines Kommunikationsgeräts wird mit der Disqualifikation geahndet.**
 - Fotoapparate, Kameras von Mobile Telefonen und Videokameras sind verboten sofern die ITU oder der Lizenzbesitzer des Events dies nicht ausschliesslich erlauben. Ist eine solche Erlaubnis gegeben, so ist es in der Verantwortung des Athleten, den Head Referee vor dem Rennstart darüber zu informieren. Athleten, die unautorisiert einen Fotoapparat, eine Kamera des Mobile Telefons oder eine Videokamera nutzen, werden disqualifiziert.

3.2 Externe Hilfe

- a.) Externe Hilfe durch Personen des Organisators oder durch Schiedsrichter ist erlaubt, wenn sie sich auf die Verpflegung, Getränke, mechanische oder medizinische Unterstützung beschränkt und durch den Technischen Delegierten (OSR) bewilligt ist. Die Athleten desselben Rennens dürfen sich gegenseitig aushelfen mit Gegenständen wie Verpflegungsprodukten, Pumpen, Schläuchen oder Reparaturmaterial.
- b.) Ein Athlet darf einem anderen Athleten keine Unterstützung bieten, wenn er dadurch sein eigenes Rennen nicht mehr fortsetzen kann. Insbesondere dürfen also keine Laufschuhe, keine Räder, kein Rahmen, Sattel oder Helm übergeben werden (Liste nicht abschliessend). Die Strafe ist die Disqualifikation beider Athleten.
- c.) Ein Athlet darf auf der gesamten Wettkampfstrecke keinem anderen Athleten physische Unterstützung zu dessen Vorwärtsbewegung bieten. Bei Missachtung werden beide Athleten disqualifiziert.

3.3 Ausrüstung – allgemein

- a.) Jeder Athlet ist für seine Ausrüstung verantwortlich und muss sich darüber vergewissern, dass sie den Vorschriften entspricht.
- b.) Startnummer

Der Athlet muss die offizielle, vom Veranstalter übergebene Startnummer tragen. Er darf diese weder falten, noch zerschneiden, noch bedecken. Der Athlet muss seine Startnummer sichtbar tragen, d.h. auf dem Rücken beim Radfahren und auf der Vorderseite beim Laufen. Er ist dafür verantwortlich, das Rennen mit der Startnummer zu

beenden. Auf der Schwimmstrecke ist das Tragen der Startnummer erlaubt, wenn Neopren-Anzüge erlaubt sind, jedoch verboten, wenn Neopren-Anzüge durch den TD verboten wurden.

c.) Kleidung

- (i) Für das Schwimmen müssen die Männer mindestens eine undurchsichtige Badehose und die Frauen einen ein- oder zweiteiligen undurchsichtigen Badeanzug tragen.
- (ii) Es ist verboten, das Radfahren und den Lauf mit nacktem Oberkörper zu bestreiten.
- (iii) Das Kleidungsstück muss an beiden Schultern befestigt sein. Der Verschluss auf der Vorderseite eines Triathlon-Anzugs darf höchstens bis zum unteren Teil des Brustbeins offen sein. Der Verschluss auf der Vorderseite muss auf den letzten 200m des Rennens vollständig geschlossen sein. Athleten dürfen einen Triathlon-Anzug tragen, der die Arme bis zum Ellbogen bedeckt.
- (iv) Armlinge dürfen benutzt werden. Ausser beim Schwimmen, wenn das Tragen des Neoprenanzugs verboten ist. Athleten der Elite-Kategorie dürfen bei Standard oder kürzeren Distanzen keine Armlinge benutzen. Die Armlinge müssen bezüglich Sponsoring neutral sein. Bei extremen Wetterbedingungen kann der TD anweisen, ein Kleidungsstück zu tragen, welches die Arme bedeckt.
- (v) Athleten die an den Schweizer Serien für Eliten starten dürfen keine Triathlon-Anzüge tragen, welche die Schultern bedecken.

d.) Markierung

- (i) In gewissen Fällen werden die Nummern der Athleten beim Eingang zur Wechselzone auf die beiden Arme markiert.
- (ii) Die Nummer wird vertikal geschrieben.

e.) Werbung

Werbung auf der Wettkampfbekleidung ist erlaubt. Die freie Werbefläche, die sich auf den Startnummern und der Badekappe befindet, ist ausschliesslich den Sponsoren der Veranstalter vorbehalten.

3.4 Doping

- a.) Der Gebrauch von Dopingsubstanzen ist verboten;
- b.) Die Vorschriften der ITU betreffend Doping sowie das Doping-Statut von Swiss Olympic sind für alle Athleten massgebend;
- c.) Die Disziplinarkammer für Dopingfälle von Swiss Olympic ist zuständig für die Beurteilung von Verstössen gegen Antidoping-Bestimmungen. Sie wendet ihre eigenen Verfahrensvorschriften an und verhängt die Sanktionen, die im Doping-Statut von Swiss Olympic ADS betreffend Doping und gegebenenfalls im Reglement des zuständigen internationalen Verbands vorgesehen sind.

3.5 Gesundheit

- a.) Der Triathlon und seine anderen verwandten Kombinationen sind körperlich anspruchsvoll. Um an den Wettkämpfen teilnehmen zu können, müssen die Athleten über eine hervorragende körperliche Verfassung verfügen. Ihre Gesundheit und ihr Wohlbefinden sind von eminenter Bedeutung. Indem sich die Athleten an den Start eines Wettkampfes begeben, geben sie zum Ausdruck, dass sie bei guter Gesundheit und aufgrund ihrer körperlichen Verfassung im Stande sind, den Wettkampf durchzustehen;
- b.) Der Technische Delegierte (TD) und das Organisationskomitee können Zeitlimiten für das Schwimmen, das Radfahren und die Gesamtzeit festlegen. Diese Zeitlimiten müssen spätestens vor dem Start bekannt gegeben werden.
- c.) Swiss Triathlon empfiehlt den Athleten, sich vor Wettkämpfen einer periodischen medizinischen Kontrolle zu unterziehen.

3.6 Berechtigung

- a.) Kein gesperrter oder ausgeschlossener Athlet kann an den Wettkämpfen von Swiss Triathlon teilnehmen.
- b.) Altersgrenze: Um an den Wettkämpfen von Swiss Triathlon teilnehmen zu können, müssen die Athleten ein Mindestalter haben. Die Altersgrenze wird am 31. Dezember des Wettkampfjahres berechnet. Die kontinentalen Dachverbände können für die kontinentalen Meisterschaften andere Altersgrenzen anwenden.
- c.) Individuelle Schweizer Meisterschaften: nur die Athleten mit Schweizer Staatsbürgerschaft werden im Klassement der Schweizer Meisterschaften berücksichtigt. Die Titel Schweizer Meister werden vergeben nach den folgenden Kriterien:

Schweizer Meisterschaften Swiss Triathlon - Triathlon - Duathlon - Cross Triathlon	Elite	- Schweizer Pass - Jahreslizenz Swiss Triathlon - Mitglied eines Schweizer Clubs (angeschlossen an Swiss Triathlon)
	Age Group	- Schweizer Pass - Jahreslizenz oder Tageslizenz Swiss Triathlon
	Nachwuchs (Jugend, Schüler)	- Schweizer Pass oder Schweizer Wohnsitz - Jahreslizenz Swiss Triathlon - Mitglied eines Schweizer Clubs (angeschlossen an Swiss Triathlon)

- d.) Triathlon-Nationalkaderathleten dürfen im Tri-Circuit, Altersklassenwettkämpfe oder SM der Altersklassenwettkämpfe starten. Nationalkaderathleten in den Altersklassenkategorien sind nicht SM oder Podiumsberechtigt.

3.7 Versicherung

- a) Jeder Athlet muss gegen folgende Risiken versichert sein:
- (i) Unfälle vor, während und nach dem Rennen;
 - (ii) Krankheiten während der Reise zum und vom Rennen;
 - (iii) Haftpflicht während des Rennens.

4 SANKTIONEN

4.1 Allgemeine Regeln

- a.) Die Verletzung des Wettkampfbreglements kann eine Verwarnung gegen den Athleten zur Folge haben (in mündlicher Form oder als Zeitstrafe/Stop & Go ») sowie die Disqualifikation, ein Wettkampfbverbot oder den Ausschluss des Athleten;
- b.) Die Art der verletzten Regel ist massgebend für die zu verhängende Strafe.
- c.) Das Wettkampfbverbot oder der Ausschluss sollten selten ausgesprochen werden; bei schwerwiegenden Verstössen gegen das Wettkampfbreglement oder die Antidoping-Regeln sind diese Sanktionen jedoch zu verhängen.
- d.) Gründe für die Sanktionen: Die Verwarnung (in mündlicher Form oder als Zeitstrafe « stop and go ») oder die Disqualifikation können gegen einen Athleten ausgesprochen werden, der sich nicht an das Wettkampfbreglement hält. Alle Regelverstösse und Sanktionen werden im Anhang aufgeführt.
- e.) Die Schiedsrichter sind befugt, auch dann Sanktionen auszusprechen, wenn ein Regelverstoss in der Liste im Anhang nicht aufgeführt ist, sofern sie der Auffassung sind, dass ein nicht erlaubter Vorteil bezogen oder eine gefährliche Situation vorsätzlich verursacht wurde.
- f.) Ein Athlet kann wegen eines Regelverstosses während des Wettkampfes oder nach dem Wettkampf bis um Mitternacht desselben Tages sanktioniert werden, es sei denn, eine Bestimmung eines anderen Reglements sehe etwas Abweichendes vor. Personen im Umfeld des Athleten unterstehen den gleichen Verhaltensregeln und können ebenfalls sanktioniert werden.
- g.) Jeder Regelverstoss, der ein Wettkampfbverbot oder einen lebenslänglichen Ausschluss des fehlbaren Athleten nach sich ziehen könnte, muss Gegenstand eines Rapports zu Händen der zuständigen Disziplinarinstanz bilden.

4.2 Mündliche Verwarnungen

- a.) Der Zweck der Verwarnung besteht darin, den Athleten auf einen möglichen Regelverstoss aufmerksam zu machen und eine «proaktive» Haltung auf Seiten der Schiedsrichter zu fördern. Ein Schiedsrichter kann Athleten mündlich anweisen, kleinere Vergehen zu korrigieren.
- b.) Eine Verwarnung kann ausgesprochen werden, wenn:
 - (i) ein Athlet unabsichtlich eine Regel verletzt;
 - (ii) ein Schiedsrichter der Ansicht ist, dass sich ein Regelverstoss anbahnt;
 - (iii) kein Vorteil erlangt wurde.
- c.) Verkündung einer mündlichen Verwarnung:
 - (i) Eine mündliche Verwarnung wird nach Ermessen des Schiedsrichters ausgesprochen durch:
 - einen Pfiff.
 - Das Aufrufen der Nummer des Athleten und das Erteilen einer Anordnung, die vom Athleten befolgt werden muss. Der Athlet kann wenn nötig angehalten werden.

4.3 Zeitstrafen

- a.) Ein Schiedsrichter muss nicht zwingend eine Verwarnung aussprechen, bevor er eine schärfere Sanktion verhängen kann;
- b.) Eine Zeitstrafe ist angemessen bei leichten Regelverstössen, die keine Disqualifikation zur Folge haben.
- c.) Die Zeitstrafen werden in einer besonders bezeichneten Penaltybox (z.B. Penalty Box), in der Wechselzone oder am Ort des Vergehens verbüsst. Es obliegt dem Athleten, sich in der Penaltybox einzufinden.
- d.) Es gibt zwei Arten von Vergehen, die mit einer Zeitstrafe sanktioniert werden:
 - (i) Drafting
 - (ii) Andere (siehe Anhang)
- e.) Die Zeitstrafen unterscheiden sich nach dem Vergehen
 - (i) Drafting (siehe Anhang 33-35)
 - Mittel / Lang Distanz: 5 Minuten
 - Standard Distanz: 2 Minuten
 - Sprint Distanz: 1 Minute

- (ii) Andere (siehe Anhang)
- Lang Distanz: 1 Minute
 - Mittel Distanz: 30 Sekunden
 - Standard Distanz: 15 Sekunden
 - Sprint Distanz: 10 Sekunden
- f.) Verkündung einer Verwarnung in Form einer Zeitstrafe
Der Schiedsrichter verhängt eine Zeitstrafe und informiert den Athleten darüber. Aus Sicherheitsgründen kann der Schiedsrichter die Zeitstrafe auch später aussprechen.
- (i) Drafting:
- Ein Pfiff oder akustisches Warnsignal;
 - Vorzeigen einer blauen Karte;
 - Aufrufen der Nummer des Athleten und zurufen von «Strafe für Drafting, anhalten an der nächsten Penaltybox!» Der Schiedsrichter versichert sich, dass der Athlet ihn verstanden hat.
 - **Zeitstrafen sind in der Rad Penalty-Box abzusitzen**
- (ii) Andere
- Vergehen am Start oder während dem Schwimmen. Die Athleten müssen ihre Strafe während dem ersten Wechsel verbüssen, bevor sie ihre Ausrüstung berühren. Ein Schiedsrichter wird am Wechselplatz des Athleten sein:
 - Pfiff zur Erlangung der Aufmerksamkeit
 - Vorweisen der gelben Karte
 - Stoppen des Athleten während der Strafzeit
 - Vergehen auf der Radstrecke:
 - Pfiff
 - Vorweisen der gelben Karte
 - Aufrufen der Nummer des Athleten und zurufen von «Zeitstrafe, anhalten an der nächsten Penaltybox!» oder «Zeitstrafe, anhalten in der Penaltybox auf der Laufstrecke!». Der Schiedsrichter versichert sich, dass der Athlet ihn verstanden hat.
 - Vergehen in der Wechselzone oder auf der Laufstrecke:
 - Pfiff
 - Vorweisen der gelben Karte
 - Aufrufen der Nummer des Athleten und zurufen von «Zeitstrafe, Stop!» oder anbringen der Nummer auf einer Tafel vor der Penaltybox. Es obliegt jedem Athleten, die Tafel mit den Strafen zu kontrollieren.
 - Athleten, die eine Strafe erhalten haben, können diese in der Penalty-Zone absitzen. Sie haben aber auch die Wahl, das Rennen ohne Absitzen der Strafe zu beenden, wobei sie aber unverzüglich disqualifiziert werden. Anschliessend kann der Athlet beim Oberschiedsrichter Protest einlegen.
- g.) Wo werden Strafen abgesessen?

Ort des Vergehens	Elite, Junioren, Jugend Non-Drafting	Elite, Junioren, Jugend Drafting	Altersklassen Non-Drafting
Start	T1	T1	T1
Schwimmstrecke	Penaltybox – Laufstrecke	Penaltybox – Laufstrecke	T1
Transition 1 (T1)	Penaltybox – Laufstrecke	Penaltybox – Laufstrecke	Verwarnung in T1
Velostrecke	Penaltybox - Velo	Penaltybox – Laufstrecke	Penaltybox - Velo
Transition 2 (T2)	Penaltybox – Laufstrecke	Penaltybox – Laufstrecke	Verwarnung & Go in T2
Laufstrecke	Penaltybox – Laufstrecke	Penaltybox – Laufstrecke	Verwarnung / Zeitstrafe an Ort

Bemerkung: Beim Winter Triathlon wird die Penaltybox Laufstrecke durch eine Penaltybox Ski ersetzt. Im Duathlon und Aquathlon ist die Penaltybox auf der zweiten Laufstrecke.

- h.) Verfahren bei der Vollstreckung einer Zeitstrafe;
- (i) Der Schiedsrichter in der Penaltybox ist nicht verpflichtet, den Grund für die Strafe zu nennen.
- (ii) Wenn eine blaue oder gelbe Karte verhängt wird, muss der Athlet die Anordnungen des Schiedsrichters befolgen.
- (iii) Zeitstrafe in der Wechselzone 1:
- Der Schiedsrichter hält eine gelbe Karte hoch, sobald der Athlet an seinem Platz eintrifft. Er befiehlt dem Athleten, in seiner Wechselzone anzuhalten, ohne einen Ausrüstungsgegenstand zu berühren, dann beginnt er, die Zeit ablaufen zu lassen. Falls der Athlet einen Gegenstand berührt oder bewegt, wird das Ablaufen der Zeitstrafe unterbrochen und erst fortgesetzt, wenn die Anweisungen wieder befolgt werden.

- Sobald die Zeitstrafe abgelaufen ist, spricht der Schiedsrichter das Wort "Go" aus, worauf der Athlet das Rennen fortsetzen kann.
- (iv) Zeitstrafe in der Penaltybox beim Radfahren (Non-Drafting Rennen):
 - Durch das Vorweisen der blauen Karte befiehlt der Schiedsrichter dem Athleten, sich zur nächstgelegenen Penaltybox zu begeben und die Anweisungen des dortigen Schiedsrichters zu befolgen. Es obliegt dem Athleten, sich zur Penaltybox zu begeben. Die Startnummern der Athleten werden bei der Penaltybox nicht angeschrieben.
 - Die sanktionierten Athleten begeben sich zur Penaltybox, steigen vom Rad und informieren den Schiedsrichter über ihre Startnummer sowie Art und die Anzahl abzusitzender Strafen. Danach beginnt die Zeitstrafe. Am Ende der Zeitstrafe spricht der Schiedsrichter das Wort « Go » aus, worauf der Athlet das Rennen fortsetzen kann. Verlässt ein Athlet die Penaltybox zu früh, wird er zurückgerufen und das Ablaufen der Zeit wird unterbrochen, solange bis der Athlet sich wieder an die Instruktionen hält.
 - Während dem Stop in der Penalty-Zone auf dem Radabschnitt:
 - Darf der Athlet nur Nahrung und/oder Flüssigkeiten zu sich nehmen, die er selber mitführt.
 - Darf der Athlet keine Toilette benutzen, ansonsten läuft seine Strafzeit während dieser Zeit nicht ab.
 - Darf der Athlet weder seine Ausrüstung noch sein Rennrad reparieren.
- (v) Zeitstrafe in der Penaltybox beim Laufen [nur für die Wettkämpfe Jugend, Junioren, Elite und Team-Triathlon]
 - Die Nummern der sanktionierten Athleten werden deutlich auf einer Tafel vor der Penaltybox angeschlagen. Es obliegt dem Athleten, sich zur Penaltybox zu begeben. Auf dem Penalty-Board werden die Athleten über die Art des Verstosses informiert. Im Falle von Mehrfachverstössen wird das Zeichen "x" gefolgt von der Anzahl der zu verrichtenden Strafen angezeigt.

D	Dismount Line (Abstiegszone)	E	Equipment out of box (Equipment ausserhalb der Wechselbox)
S	Swim (Schwimmen)	L	Littering
M	Mount Line (Aufstiegszone)	V	Other violatone (andere Verstösse)

- Die sanktionierten Athleten betreten die Penaltybox und informieren den Schiedsrichter über ihre Identität und die Anzahl abzusitzender Strafen. Danach beginnt die Zeitstrafe. Am Ende der Zeitstrafe spricht der Schiedsrichter das Wort « Go » aus, worauf der Athlet das Rennen fortsetzen kann. Verlässt ein Athlet die Penaltybox zu früh, wird er zurückgerufen und das Ablaufen der Zeit wird unterbrochen; der Athlet kann die Zone erst verlassen, wenn die gesamte Strafzeit abgelaufen ist.
- Die Nummer des sanktionierten Athleten wird von der Tafel entfernt.
- Ein Athlet kann seine Zeitstrafe auf einer beliebigen Laufrunde absitzen.
- Beim Team Triathlon kann die Zeitstrafe durch irgendeinen der noch nicht im Ziel angekommenen Athleten abgesehen werden.
- Die Strafen müssen auf dem Penalty-Board angezeigt werden, bevor der Athlet die Penalty-Zone erreicht, wie in der folgenden Aufzählung dargestellt:
 - Wenn die Laufstrecke eine Runde hat, bevor der Athlet in der ersten Runde den Penalty-Bereich erreicht;
 - Wenn die Laufstrecke zwei Runden hat, bevor der Athlet in der ersten Runde den Penalty-Bereich erreicht;
 - Wenn die Laufstrecke drei Runden hat, bevor der Athlet in der zweiten Runde den Penalty-Bereich erreicht;
 - Wenn die Laufstrecke vier Runden hat, bevor der Athlet in der zweiten Runde den Penalty-Bereich erreicht;
 - Wenn die Laufstrecke fünf Runden hat, bevor der Athlet in der dritten Runde den Penalty-Bereich erreicht;

4.4 Disqualifikation

a.) Allgemeines:

- (i) Die Disqualifikation ist die angemessene Sanktion im Falle von schwerwiegenden Regelverstössen oder bei gefährlichem oder dem Fairplay widersprechendem Verhalten.
- (ii) Bei der Kategorie Jugend 14-15 führt die Kumulation von Strafen nicht zur Disqualifikation.

b.) Verkündung der Disqualifikation:

- (i) Wenn es die Zeit und die Umstände erlauben, spricht der Schiedsrichter die Disqualifikation aus durch:
 - einen Pfiff oder ein akustisches Warnsignal;
 - das Vorzeigen der roten Karte;

- das Aufrufen der Nummer des Athleten und das Aussprechen des Wortes "disqualifiziert";
 - Aus Sicherheitsgründen kann der Schiedsrichter gezwungen sein, die Disqualifikation zu einem späteren Zeitpunkt auszusprechen.
- (ii) Alternativ können die Athleten durch den Anschlag ihrer Nummer auf einer Tafel am Ziel über die Sanktionen in Kenntnis gesetzt werden.
- (iii) Der Athlet und/oder sein Club müssen über die Disqualifikation informiert werden, falls das Vergehen nicht auf dem Anschlagbrett angezeigt wurde bevor der Athlet im Ziel war. Der Athlet oder sein Club können innert 5 Tagen Berufung beim Technischen Delegierten oder Oberschiedsrichter einlegen.
- c.) Verfahren nach der Disqualifikation:
- (i) Ein Athlet kann das Rennen beenden, wenn ein Schiedsrichter die Disqualifikation ausspricht. Ein disqualifizierter Athlet kann gegen den Entscheid nach den Bestimmungen des Wettkampfbreglements von Swiss Triathlon einen Rekurs einlegen.

4.5 Suspension

a.) Allgemeines

- (i) Die Suspension ist eine Sanktion für Fälle von Betrug oder schweren Regelverstössen, wie zum Beispiel gefährliches oder unsportliches Verhalten im Wiederholungsfall.

b.) Folgen einer Suspension

Wenn eine Suspension gegen einen Athleten ausgesprochen wird, ist dieser während der Dauer der Suspension nicht berechtigt, an Wettkämpfen teilzunehmen, die unter der Schirmherrschaft der ITU oder der Schirmherrschaft der dieser angeschlossenen nationalen Verbände veranstaltet werden.

c.) Aussprache

- (i) Der Oberschiedsrichter verfasst einen Rapport mit Begründung der Suspension des Athleten. Dieser Rapport wird in der Woche nach dem Wettkampf an den Einzelrichter von Swiss Triathlon weiter geleitet. Der Geschäftsführer von Swiss Triathlon informiert die ITU und die nationalen Verbände.

d.) Gründe

- (i) Eine Liste von Regelverletzungen, die eine Suspension zur Folge haben, ist im Anhang dieses Reglements.

e.) Zuständigkeit, Dauer und Modalitäten der Suspension

Der Einzelrichter von Swiss Triathlon ist zuständig, um die Dauer der Suspension, das Datum des Inkrafttretens und die Vollstreckungsmodalitäten festzulegen. Die Suspension muss in jedem Fall während der Wettkampfperiode ausgesprochen werden. Die Dauer der Suspension hängt vom Schweregrad des Regelverstosses ab und beträgt zwischen einem (1) Monat bis zu vier (4) Jahren.

Wenn der aufgrund eines Regelverstosses gesperrte Athlet eine weitere Verletzung innerhalb einer Frist von 12 Monaten seit der ersten Verletzung begeht, beträgt die Dauer der für die zweite Verletzung auszusprechenden Suspension in jedem Fall mindestens drei (3) Monate.

- f.) Die Zuständigkeit der Disziplinarkammer für Dopingfälle von Swiss Olympic bleibt aufgrund von Art. 3.4 vorbehalten. Mitteilung der Suspensionen.

Wenn ein Athlet gesperrt ist, informiert der Präsident von Swiss Triathlon die ITU innerhalb von 5 Tagen seit dem Zeitpunkt, in dem der Entscheid über die Suspension rechtskräftig geworden ist.

g.) Wiedereingliederung

Nach einer durch die ITU verhängten Suspension, muss der Athlet ein Gesuch um Wiedereingliederung beim Präsidenten der ITU einreichen.

4.6 Ausschluss

a.) Allgemeines:

- (i) Einem ausgeschlossenen Athleten ist es lebenslänglich verboten, an den Wettkämpfen teilzunehmen, die unter der Schirmherrschaft der ITU oder der dieser angeschlossenen nationalen Verbände veranstaltet werden.

b.) Gründe

Ein Athlet ist endgültig ausgeschlossen in den folgenden Situationen (nicht abschliessende Liste):

- (i) bei einem zweiten Regelverstoss gemäss den Antidoping-Kontrollregeln und den Verfahrensvorschriften;
- (ii) bei einem ausserordentlich unsportlichen und gewalttätigen Verhalten.

c.) Ausschluss wegen Doping

- (i) Die Disziplinarkammer für Dopingfälle von Swiss Olympic ist zuständig für Dopingfälle.
- (ii) Nachdem der Athlet des Dopings überführt worden ist, ist er nicht mehr berechtigt, an anderen Sportdisziplinen teilzunehmen, die von einem von der CIO oder der GAISF anerkannten Verband praktiziert werden.

d.) Andere Fälle des Ausschlusses

In allen anderen Fällen ist der Einzelrichter von Swiss Triathlon zuständig, um den Ausschluss auszusprechen.

e.) Mitteilung der Ausschlüsse

Wenn ein Athlet ausgeschlossen ist, informiert der Präsident von Swiss Triathlon die ITU innerhalb von 5 Tagen seit dem Zeitpunkt, in dem der Entscheid über den Ausschluss rechtskräftig geworden ist.

5 PROTEST

a.) Grundlage

Ein Athlet kann gegen das Verhalten eines Athleten, gegen Fehler in der Organisation des Wettkampfs und gegen Schiedsrichterentscheide Einspruch erheben. Davon ausgenommen sind die Fälle resultierend aus Drafting, Beleidigung und die von den Polizeibehörden erstellten Rapporte, wogegen kein Einspruch erhoben werden kann.

b.) Jury

Die Jury behandelt die Einsprüche vor der Verleihung der Preise. Die Jury besteht aus dem Hauptschiedsrichter (OSR/TD), einem Vertreter der Organisation und einem vom OSR/TD bezeichneten Vertreter der Athleten.

c.) Verfahren

- (i) Der Protest muss schriftlich verfasst und vom betroffenen Athleten unterzeichnet werden (ein Formular ist auf swisstriathlon.ch und beim OSR am Ort des Wettkampfs verfügbar).
- (ii) Der Protest ist dem OSR zuhänden der Jury zusammen mit einem Depot von CHF 50.- (bei internationalen Wettkämpfen \$ 50.-/€ 50.-) zu übergeben. Das Depot wird rückerstattet, wenn der Einspruch gutgeheissen wird.
- (iii) Der Protest ist spätestens 15 Minuten nach dem Zieleinlauf des Athleten zu deponieren. Wenn der Einspruch die Zeitmessung betrifft, muss er spätestens 30 Minuten nach der Veröffentlichung der provisorischen Resultate eingereicht werden.
- (iv) Bei den Kategorien Jugend 16-17 und jünger müssen jegliche Proteste durch einen Verantwortlichen des Clubs eingereicht werden, bei dem der Athlet lizenziert ist.

d.) Entscheid

- (i) Die Jury muss ihren Entscheid dem Athleten schriftlich mitteilen.
- (ii) Wenn der Entscheid der Jury angefochten wird, kann das Gericht von Swiss Triathlon mit dem Fall befasst werden.

6 SCHWIMMEN

6.1 Allgemeine Regeln

- a.) Alle Schwimmstile sind erlaubt. Es ist ebenfalls zulässig, auf der Stelle zu schwimmen, auf dem Wasser zu treiben sowie in den Start- und Zielzonen zu laufen, sofern die anderen Wettkämpfer dadurch nicht behindert werden.
- b.) Die Athleten müssen die Schwimmstrecke strengstens einhalten.
- c.) Die Athleten können mit dem Fuss auf dem Grund Halt suchen, ohne dass sie dadurch vorwärts kommen, oder sich ausruhen, indem sie sich an einem reglosen oder ortsgebundenen Objekt wie einer Boje oder einem Schiff festhalten.
- d.) Im Notfall soll der Athlet einen Arm über den Kopf hochhalten und um Hilfe rufen. Nachdem Hilfe geleistet worden ist, muss sich der Athlet vom Wettkampf zurückziehen.
- e.) Athleten dürfen ihren Platz im Wasser auf sportliche Weise verteidigen:
 - Bei einem versehentlichen Kontakt beim Schwimmen wird keine Strafe ausgesprochen, wenn sich die Athleten unverzüglich voneinander wegbegeben.
 - Bei einem Kontakt im Schwimmen wird eine Strafe ausgesprochen, wenn ein Athlet sich nicht wegbeigt und dabei den anderen Athleten weiterhin in dessen Fortbewegung behindert.
 - Wenn Athleten absichtlich andere Athleten anpeilen, um diese bei deren Fortbewegung zu behindern und so einen unfairen Vorteil erzielen und eine Verletzung verursachen könnten, wird sofort eine Disqualifikation ausgesprochen und ein Rapport ans Schiedsgericht von Swiss Triathlon geprüft. Das Schiedsgericht kann eine Sperre oder einen Ausschluss verhängen.
- f.) Bei Wettkämpfen im Schwimmbecken muss der Wettkämpfer die Wand des Beckens bei jedem Richtungswechsel berühren.

6.2 Gebrauch des Neoprenanzuges

- a.) Nur der OSR/TD ist berechtigt, das Tragen des Neoprenanzuges den Athleten vorzuschreiben, zu erlauben oder zu verbieten.
- b.) Um die Sicherheit zu gewährleisten, wird über das Tragen des Neoprenanzuges nach den folgenden Richtwerten entschieden:

Elite-Athleten, U23, Junioren, Jugend 16-17, Jugend 14-15 (bei Einzelrennen)

Schwimmdistanz	Verboten	Obligatorisch
Bis 1500 m.	20° C und darüber	15.9° C und darunter
Ab 1501 m.	22° C und darüber	15.9° C und darunter

Athleten Altersklassen (+ Elite, U23, Junioren, Jugend 16-17, Jugend 14-15 (falls Rennen mit Altersgruppen))

Schwimmdistanz	Verboten	Obligatorisch
Bis 1500 m.	22° C und darüber	15.9° C und darunter
1501 und mehr	24.6 ° C und darüber	15.9° C und darunter

- c.) Maximale Zeit im Wasser:

Schwimmdistanz	Elite, U23, Junior und Jugend	Age Groups
Bis 300 m.	10 Min	20 Min
301-750 m unter 31°C	20 Min	30 Min
301-750 m über 31°C	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

6.3 Anpassungen der Schwimmdistanzen

a.) Aufgrund der nachstehenden Tabelle können die Schwimmdistanzen verkürzt oder kann das Schwimmen nötigenfalls untersagt werden.

Offizielle Schwimmdistanz	Wassertemperatur								
	Über 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	Unter 11° C
Bis 300m	Annulation	Offizielle Distanz	Offizielle Distanz	Offizielle Distanz	Offizielle Distanz	Offizielle Distanz	Offizielle Distanz	Offizielle Distanz	Annulation
750m	Annulation	Annulation	750m	750m	750m	750m	750m	Annulation	Annulation
1000m	Annulation	Annulation	750m	1000m	1000m	1000m	750m	Annulation	Annulation
1500m	Annulation	Annulation	750m	1500m	1500m	1500m	750m	Annulation	Annulation
1900m	Annulation	Annulation	750m	1900m	1900m	1500m	750m	Annulation	Annulation
2000m	Annulation	Annulation	750m	2000m	2000m	1500m	750m	Annulation	Annulation
2500m	Annulation	Annulation	750m	2500m	2500m	1500m	750m	Annulation	Annulation
3000m	Annulation	Annulation	750m	3000m	3000m	1500m	750m	Annulation	Annulation
2500m	Annulation	Annulation	750m	3800m	3000m	1500m	750m	Annulation	Annulation
4000m	Annulation	Annulation	750m	4000m	3000m	1500m	750m	Annulation	Annulation

(*) Anmerkung: Die oben aufgeführten Temperaturen können nicht immer für den endgültigen Entscheid verwendet werden. Wenn die Wassertemperatur gleich oder unter 22 Grad liegt und die Lufttemperatur gleich oder tiefer ist als 15° C, muss die erlaubte Wassertemperatur um 0,5° C pro 1,0° C Unterschied zwischen der Luft- und der Wassertemperatur gesenkt werden.

(*)		Lufttemperatur (° C)										
		15° C	14° C	13° C	12° C	11° C	10° C	9° C	8° C	7° C	6° C	5° C
Wassertemperatur	22	18.5	18	17.5	17	16.5	16	15.5	15	14.5	14	Cancel
	21	18	17.5	17	16.5	16	15.5	15	14.5	14	13.5	Cancel
	20	17.5	17	16.5	16	15.5	15	14.5	14	13.5	13	Cancel
	19	17	16.5	16	15.5	15	14.5	14	13.5	13	12.5	Cancel
	18	16.5	16	15.5	15	14.5	14	13.5	13	12.5	12	Cancel
	17	16	15.5	15	14.5	14	13.5	13	12.5	12	Cancel	Cancel
	16	15.5	15	14.5	14	13.5	13	12.5	12	Cancel	Cancel	Cancel
	15	15	14.5	14	13.5	13	12.5	12	Cancel	Cancel	Cancel	Cancel
	14	14	14	13.5	13	12.5	12	Cancel	Cancel	Cancel	Cancel	Cancel
13	13	13	13	12.5	12	Cancel	Cancel	Cancel	Cancel	Cancel	Cancel	

- a.) Wenn andere meteorologische Bedingungen es erfordern, z.B. heftiger Wind, starker Regen, Temperaturschwankungen, Strömungen etc. können die Verantwortlichen (TD/OSR) die Schwimmdistanzen oder die Bedingungen für das Tragen eines Schwimmanzuges anpassen. Der endgültige Entscheid muss eine Stunde vor dem Start durch die TD/OSR getroffen und allen Athleten klar mitgeteilt werden.
- b.) Aquathlon: Liegt die Wassertemperatur unter 22 Grad, ändert das Format in Schwimmen-Laufen.
- c.) Die Wassertemperatur muss am Tage des Wettkampfs eine (1) Stunde vor dem Start gemessen werden. Die Messung muss in der Mitte der Rennstrecke sowie an zwei anderen Stellen der Strecke in einer Tiefe von 60 cm vorgenommen werden. Wenn die Durchschnittstemperatur gleich oder niedriger als 27°C ist, gilt die niedrigste Messung als offizielle

Temperatur. Wenn die Durchschnittstemperatur gleich oder größer als 27°C ist, gilt die höchste Messung als offizielle Temperatur. Der kleinste gemessene Wert gilt als offizielle Temperatur des Wassers.

- d.) Bei den Kategorien M/F10-11, M/F12-13, wird das Schwimmen bei Wassertemperaturen unter 18 Grad durch einen Laufwettkampf ersetzt. Zwischen 18.0 und 19.9 Grad wird die Schwimmdistanz halbiert. Zur Erinnerung: Der TD kann die Distanzen aus Sicherheitsgründen abändern. Das Tragen eines Neoprenanzugs ist bei diesen Kategorien verboten.

6.4 Auswahl der Startposition (Elite / Juniors)

- a.) Die Athleten können ihre Startposition frei wählen. Sie werden einer nach dem anderen aufgerufen, um ihre Startposition einzunehmen. Die Reihenfolge wird aufgrund des ITU-Klassement und danach aufgrund des Serien-Klassements bestimmt. Für das erste Rennen der Saison wird das Serien Klassement vom letztem Jahr genommen.
- b.) Findet vor dem Rennen ein Briefing statt, so starten die Athleten, die nicht oder zu spät erscheinen mit einer entsprechenden Zeitstrafe nach dem offiziellen Start, **welche in der ersten Wechselzone «abzuleisten» ist.**

6.5 Fehlstart

- a.) Bei einem massenhaften Fehlstart wird der Wettkampf unterbrochen und der Start wiederholt. **Ein wiederholtes Signal (Horn) über einen längeren Zeitraum und Kajaks, die den Fortschritt der Athleten blockieren, werden verwendet, um über einen Fehlstart zu informieren.** Der TD/OSR, die den Start freigibt, entscheidet über das Verfahren im Fall eines Fehlstarts.
- b.) Wenn ein Athlet (oder eine kleine Gruppe von Athleten) in einem Rennen der Elite, Junioren oder Jugend zu früh startet, so kann der Schiedsrichter den Start wiederholen oder das Rennen fortsetzen lassen. Der Fehlstart wird sanktioniert. Im zweiten Fall wird der Athlet mit einer Zeitstrafe gemäss Renndistanz (10 Sekunden beim Sprint, 15 Sekunden bei Standard und 30 Sekunden bei Langdistanz) beim Wechsel 1 sanktioniert. Während dieser Zeitstrafe darf der Athlet weder sich verpflegen noch die Kleider wechseln. Nach dem Ablauf der Zeitstrafe kann der Athlet das Rennen wieder aufnehmen. Wenn der Athlet die Anordnungen des Schiedsrichters nicht befolgt, wird er disqualifiziert. Bei einem Wettkampf des Mixed Team Relays muss die Strafe durch den ersten Athleten abgessen werden.
- c.) Dasselbe Verfahren wird angewandt auf die Starts jeder anderen Kombinationssport-Veranstaltung, die mit einem Wettlauf beginnt, wobei die Regeln eines Schwimmstarts an einen Wettlaufstart angepasst werden.

6.6 Ausrüstung

- a.) Badekappen
 - (i) Der Athlet muss die vom Veranstalter zur Verfügung gestellte Badekappe jederzeit während des Schwimmens tragen.
 - (ii) Wenn der Athlet eine zusätzliche Badekappe tragen will, muss diese neutral sein und unter der Badekappe des Veranstalters getragen werden.
 - (iii) Auf der Badekappen darf nur das Sponsorenlogo des Veranstalters erscheinen.
 - (iv) Der Athlet darf die vom Veranstalter bereit gestellte Badekappe in keinem Fall abändern.
 - (v) Das Schwimmen ohne die offizielle Badekappe oder mit einer abgeänderten Badekappe kann zu einer Strafe oder sogar zur Disqualifikation führen.
- b.) Trisuits
 - (i) Athleten müssen einen zertifizierten Trisuit tragen, wenn ohne Neoprenanzug geschwommen wird. Wenn Athleten entscheiden, mehr als einen Trisuit anzuziehen, so müssen beide den Spezifikationen entsprechen und der äussere Anzug muss den Kleiderbestimmungen.
 - (ii) Trisuits müssen zu 100% aus textilen Materialien bestehen. Definiert als Materialien, bestehend aus natürlichen und/oder synthetischen, individuellen und nicht verfestigten Garne. (gemeint ist in der Regel Anzüge, die ausschließlich aus Nylon oder Lycra bestehen und kein gummiertes Material haben, wie z.B.Polyurethan oder Neopren)
 - (iii) Ist der Gebrauch des Neoprenanzugs verboten, so ist auch das Bedecken von Armen ab Schultern und der Beine unterhalb der Knie durch Kleidungsstücke verboten, ausser der unter Ziffer 3.3 erwähnten Ausnahmen.
- c.) Swimskins
 - (i) Swimskins dürfen nach dem Schwimmen ausgezogen werden, ausser auf der Standarddistanz und kürzeren Distanzen.
- d.) Wetsuits (Neoprenanzüge)
 - (i) Wetsuits dürfen nicht dicker als 5mm sein. Wenn Wetsuits aus zwei Teilen bestehen, so dürfen die überlappenden Stellen ebenfalls nicht dicker als 5mm sein.
 - (ii) Jegliche Geräte die einen Antrieb oder einen sonstigen Vorteil für den Athleten ermöglichen, sind verboten.
 - (iii) Die äusserste Schicht des Wetsuits muss während dem Schwimmen eng am Körper des Athleten anliegen.
 - (iv) Der Neopren kann sämtliche Körperstellen verdecken mit Ausnahme von Händen, Füssen und Gesicht.

- (v) Es gibt keine Regelung betreffend die Länge des Reissverschlusses.
- e.) Nicht erlaubte Ausrüstung
 - (i) Künstliche Fortbewegungsmittel.
 - (ii) Vorrichtungen zum Treiben und Atmen.
 - (iii) Handschuhe und Socken.
 - (iv) Tragen nur des Unterteils eines Neoprenanzugs.
 - (v) Tragen des Neoprenanzugs, wenn dieser aufgrund der Wassertemperatur untersagt ist.
 - (vi) Nicht zertifizierte Neoprenanzüge und Trisuits.
 - (vii) Schnorchel.
 - (viii) Startnummer (sofern Neopren-Verbot gilt, unter Neopren ist Startnummer erlaubt).
 - (ix) Kopfhörer, Mobiltelefon und andere elektronische Geräte, die ins Ohr gesteckt werden oder das Ohr verdecken.
 - (x) Mit Lüftfüllbare Hilfsgeräte, sobald sie aufgeblasen sind. Wenn sie aufgeblasen sind, muss der Athlet das Rennen beenden.
 - (xi) Schmuck, der den Athleten oder andere Athleten verletzen kann.

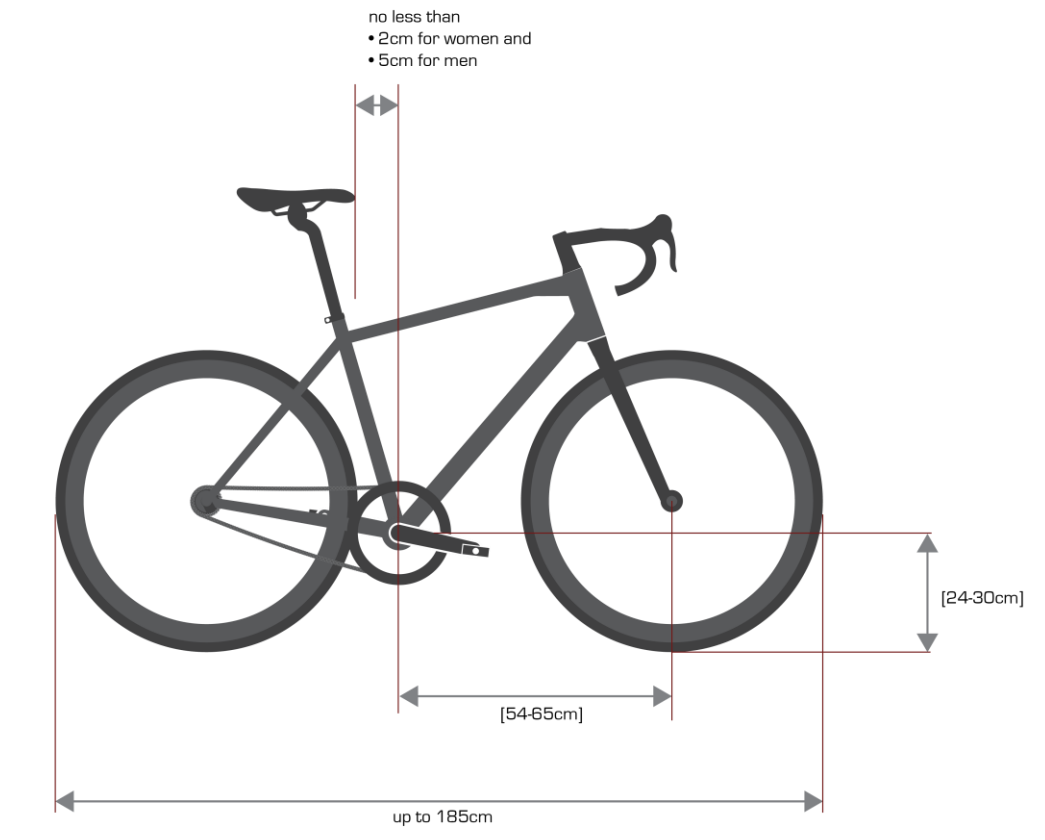
7 RAD

7.1 Allgemeine Regeln

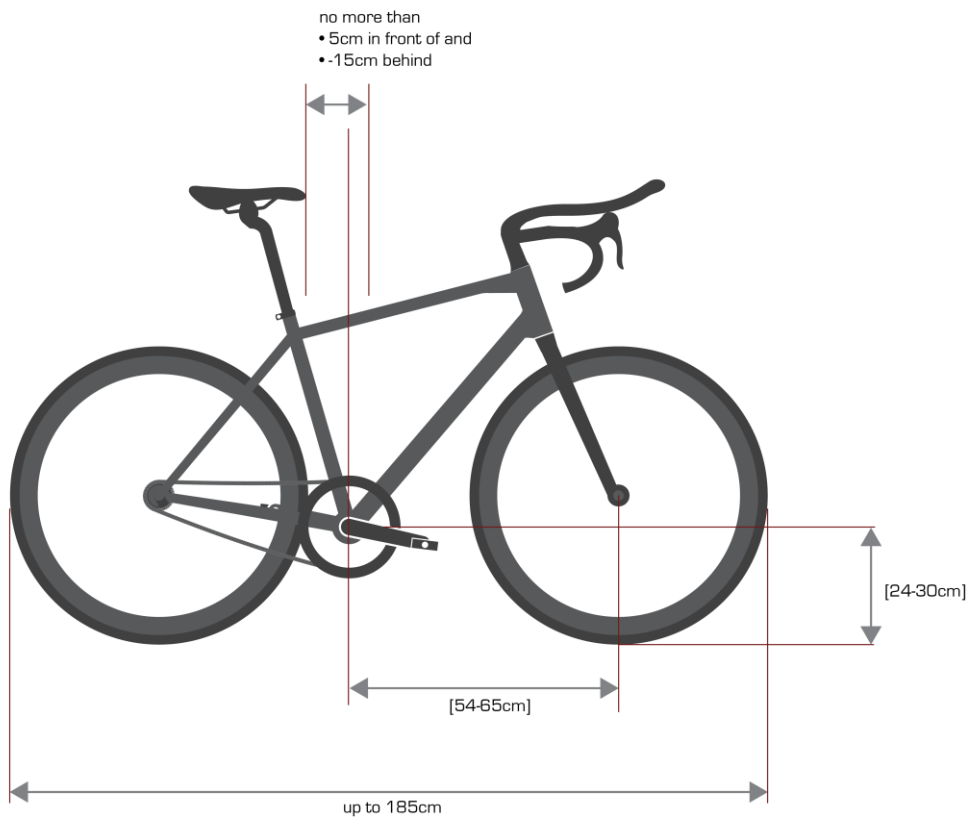
- a.) Das Radfahren wird als Einzelzeitfahren ohne Hilfe eines Begleitfahrzeugs durchgeführt.
- b.) Der Athlet ist nicht berechtigt:
 - (i) andere Athleten zu blockieren;
 - (ii) mit nacktem Oberkörper zu fahren;
 - (iii) sich ohne das Fahrrad fortzubewegen.
 - (iv) ein anderes Rad zu benutzen als jenes, das in die Wechselzone eingecheckt wurde.
- c.) Gefährliches Verhalten
 - (i) Die Athleten müssen die Strassenverkehrsregeln einhalten, sofern der TD nicht andere Vorschriften für anwendbar erklärt.
 - (ii) Bei einem Unfall werden die nachfolgenden Athleten gebeten, mit grösster Vorsicht vorbeizufahren.
 - (iii) Verlässt ein Athlet aus Sicherheitsgründen die Strecke, so muss er an der selben Stelle das Rennen wieder aufnehmen. Hat der Athlet dabei einen Vorteil erhalten, so erhält der Athlet eine Zeitstreife in der Wechselzone (Age Group) oder in der Penalty Box auf der Laufstrecke (Elite, Junioren).
 - (iv) Gefährliches Fahren kann zu einer Strafe führen. Dies beinhaltet u.a. das Überholen eines Athleten auf der falschen Seite.

7.2 Ausrüstung

- a.) Grundsätzlich sind die Regeln der UCI anwendbar:
 - Das Reglement der UCI für die Strassenwettkämpfe für die Triathlon- und Duathlonrennen mit Drafting (zulässiger Draft).
 - Das Reglement der UCI für das Zeitfahren für die Triathlon- und Duathlonrennen ohne Drafting (unzulässiger Draft).
 - Das MTB-Reglement der UCI für den Wintertriathlon und die Cross-Triathlon und Cross-Duathlon-Rennen.
- b.) Ein Fahrrad ist ein durch menschliche Kraft angetriebenes Fahrzeug mit zwei Rädern von gleichem Durchmesser. Das Vorderrad muss steuerbar sein, das Hinterrad muss durch ein System von Pedalen und Kette angetrieben sein. Die Fahrräder müssen folgende Merkmale aufweisen:
 - (i) Für die Rennen mit Drafting
 - Der Fahrradrahmen muss die klassische Form haben, d.h. um ein Hauptdreieck aufgebaut sein und aus drei röhrenförmigen geraden oder gezogenen Teilen mit runder, ovaler, plattgedrückter, tropfenartiger oder anderer Form bestehen.
 - Der Rahmen darf nicht mehr als 1.85 Meter lang und fünfzig (50) Zentimeter breit sein.
 - Die Distanz zwischen dem Boden und der Mitte der Tretlagerachse muss zwischen 24 und 30 Zentimeter betragen.
 - Die vertikale Linie, die die Spitze des Sattels berührt, darf sich nicht mehr als 5 Zentimeter (Männer) und 2 Zentimeter (Frauen) vor der vertikalen Linie, die durch die Mitte der Tretlagerachse hindurchgeht, befinden. Der Athlet darf nicht in der Lage sein, den Sattel während des Wettkampfes über diese Grenzen hinweg zu verschieben. Diese Regel gilt nur für Rennen der Elite und U23. Ausnahmen zu dieser Regel müssen bei der technischen Kommission von Swiss Triathlon beantragt werden.
 - Die Distanz zwischen den Vertikalen, die durch die Tretlagerachse und die Achse des vorderen Rades hindurchgehen, beträgt mindestens 54 Zentimeter und höchstens 65 Zentimeter.
 - Stromlinienförmige Teile, die den Luftwiderstand verringern oder Teile, die künstlich das Fahrrad antreiben, sind untersagt.
 - Fahrräder oder Ausrüstungsgegenstände, die nicht klassischer Art sind, sind unzulässig, ausser wenn die Technische Kommission sie mindestens 30 Tage vor dem Wettkampf anhand eines Dossiers mit Fotos genehmigt hat.
 - Die vom Veranstalter verteilten Klebenummern müssen gemäss den erhaltenen Vorschriften ohne Änderung angebracht werden.
 - Die Fahrräder mit einem Aufkleber der UCI Road Race (Code RD) sind immer zugelassen bei Non-Drafting Rennen, selbst wenn die oben erwähnten Punkte nicht eingehalten sind. Die Fahrräder mit einem Aufkleber der UCI Time Trial (Code TT) sind verboten, ausser die oben erwähnten Punkte sind eingehalten.

DRAFT LEGAL

- (ii) Für die Rennen ohne Drafting und die Rennen der Altersklassen mit Drafting.
- Der Rahmen darf nicht mehr als 1.85 Meter lang und fünfzig (50) Zentimeter breit sein.
 - Die Distanz zwischen dem Boden und der Mitte der Tretlagerachse muss zwischen 24 und 30 Zentimeter betragen
 - Die vertikale Linie, die die Spitze des Sattels berührt, darf sich nicht mehr als 5 Zentimeter vor und 15 cm hinter der vertikalen Linie, die durch die Mitte der Tretlagerachse hindurchgeht, befinden. Der Athlet darf nicht in der Lage sein, den Sattel während des Wettkampfes über diese Grenzen hinweg zu verschieben
 - Die Distanz zwischen den Vertikalen, die durch die Tretlagerachse und die Achse des vorderen Rades hindurchgehen, beträgt mindestens 54 Zentimeter und höchstens 65 Zentimeter.
 - Stromlinienförmige Teile, die den Luftwiderstand verringern, sind untersagt.
 - Der Fahrradrahmen muss die klassische Form haben, d.h. um ein Hauptdreieck aufgebaut sein und aus drei röhrenförmigen geraden oder gezogenen Teilen mit runder, ovaler, plattgedrückter, tropfenartiger oder anderer Form bestehen. Rahmen in Form eines Diamanten (ohne Sattelrohr) oder Rahmen bei welchen das hintere Dreieck nicht mit dem oberen Ende des Sattelrohes verbunden ist, sind erlaubt.
 - Fahrräder oder Ausrüstungsgegenstände, die nicht klassischer Art sind, sind unzulässig, ausser wenn der Technische Delegierte sie vor dem Start des Wettkampfes genehmigt hat.
 - Die vom Veranstalter verteilten Klebnummern müssen gemäss den erhaltenen Vorschriften ohne Änderung angebracht werden.
 - Die Fahrräder mit einem Aufkleber der UCI Time Trial (Code TT) sind immer zugelassen bei Non-Drafting Rennen, selbst wenn die oben erwähnten Punkte nicht eingehalten sind.
- (iii) Für die Kategorien Jugend 16-17 und Jugend 14-15 ist nur ein Fahrrad zulässig, welches die Kriterien für Drafting-Rennen erfüllt, selbst wenn es sich um ein Non-Drafting Rennen handelt. Für die Kategorie J14-15 ist die maximal erlaubte Abrolllänge 6.1 Meter, für die Kategorien unter 14 Jahren 5.66 Meter. Dies Abrolllänge wird wie folgt gemessen: Eine Pedalumdrehung mit dem höchsten Gang entlang einer geraden Linie am Boden.

DRAFT ILLEGAL

c.) Räder:

- (i) Die Räder dürfen keinen Mechanismus enthalten, der sie beschleunigen kann.
- (ii) Die Reifen müssen gut haften, die Lenkvorrichtung geschlossen und die Räder müssen gut fixiert sein.
- (iii) Jedes Rad muss mit einer Bremse ausgestattet sein.
- (iv) Die Räder dürfen nur an Stellen gewechselt werden, die vom Organisator dafür vorgesehen sind. Die Offiziellen geben die neuen Räder an den Athleten, dieser ist selber für das Auswechseln zuständig. Die für einen Athleten oder ein Team vorgesehenen Räder können nicht durch andere Athleten oder Teams gebraucht werden.
- (v) Bei den Wettkämpfen mit Drafting (Elite, U23, Junioren und Jugend) müssen die Räder folgende Merkmale aufweisen:
 - einen Durchmesser von höchstens 70 Zentimetern und von mindestens 55 Zentimetern, Räder eingeschlossen.
 - beide Räder müssen gleich gross sein.
 - die Räder müssen mindestens 20 Speichen haben.
 - die Felgenhöhe darf maximal 25mm betragen.
 - Die Speichen sind aus Aluminium.
 - Alle Komponenten müssen identifizierbar und im Handel erhältlich sein.
 - Räder, die den oben beschriebenen Normen nicht entsprechen, sind erlaubt, wenn sie auf den beiden durch die UCI autorisierten Listen der erlaubten Räder sind (vor 31.12.2015 und ab 01.01.2016).
- (vi) Für Drafting-Rennen der Altersklassen müssen die Räder folgende Kriterien erfüllen:
 - Die Räder müssen mindestens 12 Speichen haben.
 - Scheibenräder sind verboten.
- (vii) Bei den Wettkämpfen ohne Drafting können die hinteren Räder bedeckt sein. Allerdings kann diese Bestimmung durch den Technischen Delegierten aus Sicherheitsgründen (heftiger Wind) abgeändert werden.

d.) Lenkstange:

- (i) Bei den Wettkämpfen mit Drafting sind folgende Regeln betreffend die Lenkstangen anwendbar:

Elite, U23, Juniors, Jugend

- Nur die klassischen Rennlenkstangen sind erlaubt. Die Lenkstangen müssen mit einer Abschlusskappe versehen sein;
- Zertifizierte Lenkeraufsätze sind erlaubt, sofern ihre Länge nicht die durch die äussersten Punkte der Bremsgriffe gebildete Linie überschreitet. Lenkeraufsätze sind verboten für die Kategorie 14-15 und jünger.
- Am äussersten Ende des Lenkeraufsatzes ist zwischen rechtem und linkem Griff keine Lücke erlaubt.
- Die Lenkeraufsätze müssen mit einer standardmässigen für diesen Zweck vorgesehenen Vorrichtung überbrückt werden oder sie müssen sich am äussersten Punkt berühren.
- Die Bremsgriffe müssen auf der Lenkstange und nicht auf dem Lenkeraufsatz angebracht sein und dürfen nicht nach vorn hervorstechen;
- Am äussersten Ende des Lenkeraufsatzes sind keine hervorstehenden Gangschalthebel oder Bremshebel erlaubt.
- Der Unterschied des höchsten Punktes der Lenkeraufsatz-Verlängerung und dem tiefsten Punkt der Ellbogenstütze darf nicht grösser als 10cm sein.
- Bidons und Bidonhalter dürfen nicht auf dem Lenkeraufsatz angebracht sein.

Age Group

- Nur klassische Rennradlenker sind erlaubt. Die Lenkstangen müssen mit einer Abschlusskappe versehen sein.
- Lenkeraufsätze sind nicht erlaubt.

- (ii) Bei den Wettkämpfen ohne Drafting sind folgende Regeln betreffend die Lenkstangen anwendbar:

- Nur Lenkstangen und Verlängerungen, die nicht den äussersten Punkt des vorderen Rads überragen, sind erlaubt. Die aus zwei Teilen bestehenden Verlängerungen müssen nicht überbrückt sein. Alle Stangen müssen an ihren Enden mit Abschlusskappen versehen sein.

e.) Helme:

- (i) Die folgenden Regeln sind während der Wettkämpfe anwendbar:

- Nur Fahrradhelme sind erlaubt.
- Die Helme müssen von einer akkreditierten und von Swiss Triathlon anerkannten Institution zugelassen sein.
- Die Abänderung irgendeines Teils des Helmes, was den Helmriemen einschliesst, sowie die Entfernung irgendeines Teils des Helms, was einen äusseren Helmüberzug einschliesst, sind untersagt;
- Der Helm muss während der ganzen Zeit, in der der Athlet die Gewalt über sein Fahrrad Ständer nimmt, bis zum Zeitpunkt, wo er das Fahrrad nach dem Ende des Rennens innehat, sorgfältig und korrekt befestigt sein, d.h. vom Zeitpunkt, wo er sein Fahrrad vor dem Beginn des Radrennens vom wieder in den Ständer stellt; jegliches Kleidungsstück, das unter dem Helm getragen wird, darf den Sitz des Helmes nicht beeinträchtigen.
- Wenn ein Athlet mit dem Fahrrad, aus Desorientierung, aus Sicherheitsgründen, zum Zweck einer Reparatur oder aus persönlichen Gründen die Rennstrecke verlässt, darf er den Helm nicht losschnüren oder vom Kopf abnehmen, bevor er die Begrenzungen der Rennstrecke nicht vollständig überschritten hat und vom Fahrrad abgestiegen ist. Er muss den Helm sorgfältig wieder am Kopf befestigen, bevor er auf die Rennstrecke zurückkehrt oder bevor er wieder auf das Fahrrad steigt.

f.) Scheibenbremsen:

- (ii) Scheibenbremsen sind zugelassen:

g.) Unzulässige Ausrüstung

- (i) Die unzulässige Ausrüstung umfasst u.a.:

- Kopfhörer oder Audiohelme, Mobiltelefone, intelligente Helme und jegliche andere elektronischen Audiogeräte die ins Ohr gesteckt werden oder das Ohr verdecken;
- Behälter aus Glas;
- Spiegel;
- Fahrräder oder Teile von Fahrrädern, die dem vorliegenden Reglement nicht entsprechen.

- h.) Sämtliche während dem Radabschnitt verwendete Ausrüstung muss den Schiedsrichtern vor dem Rennen zur Prüfung vorgelegt werden. Unzulässige Ausrüstungen sind verboten und können zur Disqualifikation führen.

7.3 Kontrolle des Fahrrads

- a.) Die Kontrolle des Fahrrads kann alle unter 7.2 erwähnten Punkte beinhalten.
- b.) Eine visuelle Kontrolle des Fahrrads findet beim Check-in die Wechselzone vor dem Wettkampf statt. Die Schiedsrichter prüfen, ob die Fahrräder dem Wettkampfbreglement von Swiss Triathlon entsprechen.
- c.) Ein Athlet kann nur ein Fahrrad einchecken. Die Athleten müssen ihr Fahrrad einchecken bevor die Wechselzone schliesst. Ist dies nicht möglich, müssen sie den TD informieren bzw. rufen. **Bei Nichteinhaltung des Check-in-Zeitplans kann eine Zeitstrafe oder ein Teilnahmeverbot verhängt werden.**

7.4 Eingeholte Athleten

- a.) Die Athleten, die während des Radrennens mit Drafting (Kategorien Elite, U23, Junioren, Jugend 16-17, **Team-Relay**) von der Spitze der Wettkämpfer eingeholt werden (eine ganze Runde Rückstand), werden von einem Technical Official (TO) aus dem Rennen genommen. Der TO kann diesen Entscheid auch umsetzen, wenn der Athlet weniger als 100 Meter vor dem Leader ist und ein Überholung sicher scheint. Diese Bestimmung kann durch den TD/OSR geändert werden.
- b.) Wenn sich die Rad- und Laufstrecken überlappen, so werden die Athleten, die sich noch auf der Radstrecke befinden, angehalten, sobald der erste Läufer diesen Streckenabschnitt erreicht hat.

7.5 Windschattenfahren (Drafting)

- a.) Allgemeine Regeln
 - (i) Es gibt zwei Arten von Wettkämpfen, je nachdem, ob das Drafting erlaubt ist oder nicht:
 - Die Wettkämpfe mit Drafting (erlaubter Draft)
 - Die Wettkämpfe ohne Drafting (nicht erlaubter Draft).
- b.) Das Drafting kann gemäss folgender Tabelle erlaubt oder nicht erlaubt werden:

	Jugend	Junioren	U23	Elite	Altersgruppe
TRIATHLON					
Team Relay	erlaubt	erlaubt	erlaubt	erlaubt	erlaubt
Sprint Distanz	erlaubt	erlaubt	erlaubt	erlaubt	erlaubt
Standard Distance			erlaubt	erlaubt	nicht erlaubt
Middle / Long				nicht erlaubt	nicht erlaubt
DUATHLON					
Team Relay	erlaubt	erlaubt	erlaubt	erlaubt	erlaubt
Sprint Distance	erlaubt	erlaubt	erlaubt	erlaubt	erlaubt
Standard Distance			erlaubt	erlaubt	nicht erlaubt
Middle / Long				nicht erlaubt	nicht erlaubt
CROSS TRI-/DUATHLON (all distances)	erlaubt				
AQUATHLON					
AQUABIKE				Nicht erlaubt	
WINTER TRIATHLON (all distances)	erlaubt				

Ein Rennen mit Drafting:

- unterliegt der Bewilligung durch die Technische Kommission von Swiss Triathlon
- ist nur auf einer Radrennstrecke erlaubt, die für den Verkehr geschlossen ist
- verbietet Windschatten-Fahren zwischen von Frauen bei Männern und umgekehrt
- **verbietet** Windschatten-Fahren zwischen Athleten, die sich nicht in der gleichen Runde befinden
- verbietet Windschatten-Fahren hinter einem Motorrad oder Fahrzeug

c.) Die Rennen ohne Drafting:

- (i) Das Fahren im Windschatten (drafting) eines anderen Athleten oder eines Motorfahrzeugs ist verboten. Die Athleten müssen die Drafting-Versuche der anderen Athleten ablehnen;

- (ii) Ein Athlet ist berechtigt, irgendeine Position im Rennen einzunehmen, sofern er diese als erster erreicht hat und nicht mit anderen Athleten in Kontakt geraten ist. Wenn er eine bestimmte Position einnimmt, muss er einen regelkonformen Abstand einnehmen, damit sich die anderen Athleten normal fortbewegen können, ohne mit ihm in Kontakt zu geraten. Es kann nur dann überholt werden, wenn ausreichender Raum vorhanden ist;
- (iii) Nähert sich ein Athlet einer Position, die es ihm ermöglicht, das Drafting auszunutzen, so ist er dafür verantwortlich, das Drafting zu vermeiden;
- (iv) Draften bedeutet, dass man in die Draftzone des vorausfahrenden Fahrrads oder Fahrzeugs eindringt:
- Die Draftzone auf der Mittel- und Langdistanz: Die Draftzone ist 12 Meter lang und eine Strassenhälfte breit. Gemessen wird vom Scheitelpunkt des vorderen Rads. Ein Athlet verfügt über höchstens 25 Sekunden, um die Draftzone eines anderen Athleten zu durchqueren. Der Athlet muss sich dabei ständig nach vorne bewegen.
 - Die Draftzone auf der Standard Distanz (und kürzer): Die Draftzone ist 10 Meter lang und eine Strassenhälfte breit. Gemessen wird vom Scheitelpunkt des vorderen Rads. Ein Athlet verfügt über höchstens 20 Sekunden, um die Draftzone eines anderen Athleten zu durchqueren. Der Athlet muss sich dabei ständig nach vorne bewegen.
 - Die Draftzone eines Motorrads ist 15 Meter lang. Dies gilt auch für Rennen mit Drafting.
 - Die Draftzone eines Fahrzeugs ist 35 Meter lang. Es ist die Zone hinter jedem sich auf der Rennstrecke befindliche Fahrzeug. Dies gilt auch für Rennen mit Drafting.
- (v) Eindringen in die Draftzone des Fahrrads: Ein Athlet darf unter den folgenden Umständen in die Draftzone eines Fahrrads eindringen:
- wenn der Athlet in die Draftzone eindringt und diese in der vorgegebenen Zeit während eines Überholmanövers durchquert;
 - aus Sicherheitsgründen;
 - 100 Meter vor und nach einer Verpflegungsstelle oder der Wechselzone;
 - In einer engen Kurve;
 - Wenn der Technische Delegierte einen Abschnitt der Rennstrecke im Falle einer Verengung der Strasse, von Bauarbeiten, Umleitungen oder aus anderen Sicherheitsgründen ausschliesst.
- (vi) Überholen:
- Ein Athlet ist überholt, wenn das vordere Rad eines anderen Athleten das seine überholt;
 - Sobald ein Athlet überholt worden ist, verfügt er über eine Zeitspanne von 5 Sekunden, um die Draftzone des Athleten, der ihn überholt hat, zu verlassen.
 - Ein überholter Athlet muss sich kontinuierlich gegen hinten aus der Drafting-Zone des überholenden Athleten fallen lassen. Ein Überholen vor Verlassen der Drafting-Zone wird mit einer Strafe geahndet, die derjenigen für Drafting entspricht.
 - Überholte Athleten, die länger als die erlaubte Zeit in der Drafting-Zone des überholenden Athleten bleiben, werden mit einer Strafe für Drafting gebüsst.
 - Die Athleten müssen auf der Seite des Rennens bleiben und dürfen keine Behinderung verursachen. Behinderung besteht dann, wenn ein Athlet wegen der schlechten Position eines vor ihm fahrenden Athleten an diesem nicht vorbeifahren kann.
- (vii) Siehe die untenstehenden Abbildungen 3 und 4 betreffend die Situationen, in denen das Gebot des Rechtsfahrens gilt.

Abbildung 3 - Draftzone für ALLE Athleten



Standard and shorter distances: 10m
 Middle and longer distances: 12m

7.6 Sanktionen im Fall von Drafting

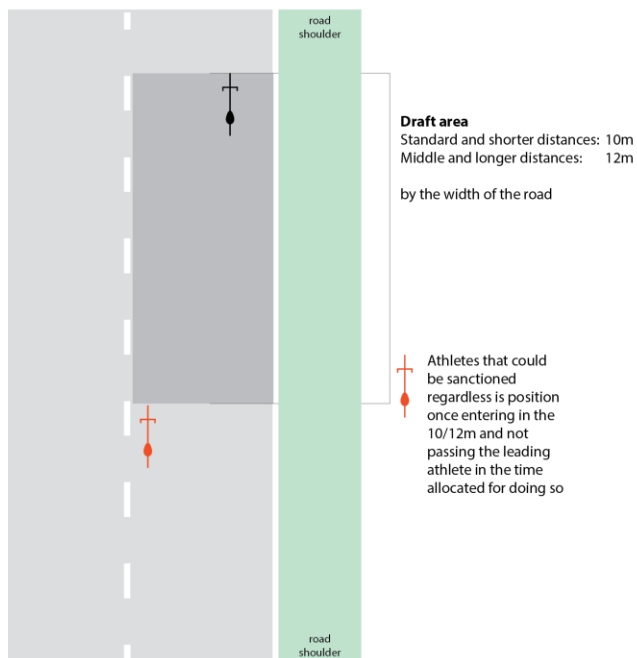
- Das Drafting ist bei einem Rennen ohne Drafting untersagt.
- Die Schiedsrichter setzen die Athleten, die das Drafting-Verbot nicht beachten, davon in Kenntnis, dass gegen sie eine Zeitstrafe verhängt wird. Diese Erklärung muss eindeutig sein.
- Der sanktionierte Athlet muss in der nächsten Penaltybox anhalten und dort bleiben während einer bestimmten Dauer, die von der Länge des Rennens abhängt: 1 Minute bei Sprint-Rennen, 2 Minuten bei Standard-Distanz und 5 Minuten bei Mittel- und Lang-Distanz.
- Es obliegt dem Athleten, in der Penaltybox anzuhalten. Tut er dies nicht, so wird er disqualifiziert.
- Eine zweite Verletzung des Drafting-Verbots führt zur Disqualifikation (Standard- oder kürzerer Distanz).
- Bei den Veranstaltungen der ITU Mittel- und Lang-Distanz führt die dritte Verletzung des Drafting-Verbots zur Disqualifikation.
- Gegen Strafen für Drafting kann kein Protest eingelegt werden.

7.7 Blocking / Behinderung

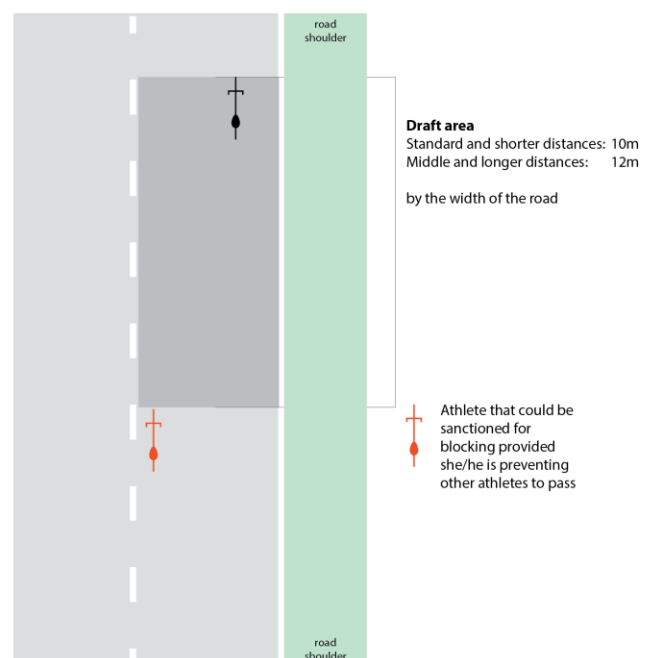
- Die Athleten müssen die äussere Seite der Strasse halten, damit sie nicht durch Blockieren andere Athleten gefährden. „Blocking“ besteht, wenn von hinten herannahende Athleten den vorderen Athleten aufgrund dessen schlechten Position nicht überholen können.
- Die Athleten, die durch einen Technical Official für „Blocking“ bestraft wurden, erhalten eine gelbe Karte und müssen an der nächsten Penalty Zone anhalten für ein „Stop & Go“.

Figure 4 – Drafting und Blocking

Drafting



Blocking



8 LAUFEN

8.1 Allgemeine Regeln

a.) Der Athlet

- (i) kann laufen oder gehen.
- (ii) Muss die offizielle Startnummer tragen.
- (iii) Darf nicht kriechen.
- (iv) Darf nicht mit nacktem Oberkörper laufen.
- (v) Darf nicht barfuss laufen.
- (vi) Darf nicht mit einem Fahrradhelm auf dem Kopf laufen.
- (vii) Darf nicht Absperrungen, Pfosten, Bäume oder jegliche anderen fixen Element gebrauchen, um die Kurven besser nehmen zu können.
- (viii) Darf nicht von ausserhalb des Rennens stehenden Personen begleitet werden (Zuschauer, Coach, Schrittmacher usw.), weder auf noch entlang der Strecke.
- (ix) Darf nicht mit einem anderen Athleten rennen oder dessen Rhythmus übernehmen, der eine oder mehrere Runden Vorsprung hat (gilt nur für Elite, Juniors, Jugend).

8.2 Ankunft

- (i) Ein Athlet überschreitet die Ziellinie, sobald ein Teil seines Oberkörpers die vordere Kante der Ziellinie überquert.
- (ii) Es ist verboten, die Ziellinie gemeinsam zu überschreiten.
- (iii) Die Athleten dürfen beim Zieleinlauf nicht durch aussenstehende Personen begleitet werden.

8.3 Einhalten der Rennstrecke und Sicherheit

- (i) Der Athlet ist dafür verantwortlich, die Rennstrecke einzuhalten.
- (ii) Jeder Athlet, der nach Ansicht der Schiedsrichter oder der Ärzteschaft eine Gefahr für sich selbst oder andere darstellt, kann vom Rennen ausgeschlossen werden.

8.4 Unzulässige Ausrüstung

- a.) Kopfhörer, Mobiltelefon oder jede anderen elektronischen Audiogeräte die ins Ohr gesteckt werden oder das Ohr verdecken.
- b.) Behälter aus Glas.

9 WECHSELZONE

9.1 Allgemeine Regeln

- a.) Alle Athleten müssen einen sorgfältig befestigten Helm tragen, d.h. vom Zeitpunkt, wo sie ihr Fahrrad vor Beginn des Radrennens vom Ständer nehmen, bis zum Zeitpunkt, wo sie das Fahrrad nach dem Ende des Rennens wieder in den Ständer stellen;
- b.) Die Athleten dürfen nur den Ständer benutzen, der ihnen zugewiesen worden ist, und sind verpflichtet, ihr Fahrrad dort abzustellen;
 - (i) Bei traditionellen Veloständern muss das Velo wie folgt abgestellt werden:
 - Erster Wechsel: Das Velo wird an der Sattelspitze auf die horizontale Stange des Ständers gehängt, so dass das Vorderrad in die Mitte der Wechselzone zeigt. Der Schiedsrichter kann Ausnahmen erlauben.
 - Zweiter Wechsel: In alle Richtungen möglich, jedoch müssen beide Seiten der Lenkstange oder beide Bremshebel oder der Sattel nicht weiter entfernt als 50cm von der Nummer am Ständer sein. Die Velos müssen so platziert werden, dass sie andere Athleten weder blockieren noch in deren Bewegung hindern.
 - (ii) Bei Ständern für einzelne Velos muss das Velo beim ersten Wechsel mit dem Hinterrad eingestellt werden. Für den zweiten Wechsel gibt es keine Vorschrift.
- c.) Die Athleten müssen sämtliches später im Wettkampf zu verwendendes Material neben ihre Kiste stellen, nicht weiter entfernt als 50cm. Wird keine Kiste zur Verfügung gestellt, so werden die 50cm von der Nummer am Ständer gemessen. Falls eine Kiste zur Verfügung gestellt wird, muss diese innerhalb von 50cm von der Nummer am Ständer platziert werden. Sämtliches während dem Wettkampf bereits benötigtes Material muss in der Kiste **mit der dem Athleten zugehörigen Startnummer** platziert werden. Dies ist der Fall, wenn mindestens ein Teil davon in der Kiste ist. Nur Material, welches im Wettkampf benötigt wird, kann in der Wechselzone platziert werden, sämtliches übrige Material muss vor dem Start weggeräumt werden.
- d.) Beim Duathlon müssen die Laufschuhe für die zwei Laufabschnitte nicht in der Kiste platziert werden. Jedoch darf während dem ganzen Wettkampf immer nur ein Paar Laufschuhe auf dem Boden platziert sein, mit höchstens 50cm Abstand zur Kiste.
- e.) Die Fahrradschuhe, die Brillen, der Helm und die anderen Radsportausrüstungen können auf dem Fahrrad platziert werden. Der Helm muss mit geöffneten Riemen deponiert werden.
- f.) Die Athleten dürfen anderen Athleten in der Wechselzone nicht behindern;
- g.) Die Athleten dürfen die Ausrüstung der anderen Athleten in der Wechselzone nicht durcheinanderbringen;
- h.) Es ist verboten, sich mit dem Fahrrad in der Wechselzone fortzubewegen, ausgenommen sie ist Teil der Velostrecke. Die Athleten müssen nach der dafür vorgesehenen Aufstiegslinie auf ihr Fahrrad steigen, wobei ein Fuss nach der Linie den Boden vollständig berühren muss. Die Athleten müssen vor der dafür vorgesehenen Abstiegslinie vom Fahrrad steigen, wobei ein Fuss vor der Linie den Boden vollständig berühren muss. In der Wechselzone wird das Fahrrad mit den Händen gestossen. Die Auf- und Abstiegslinien sind Teil der Wechselzone. Verliert ein Athlet während dem Auf- oder Absteigen einen Schuh oder andern Gegenstand, wird dieser durch die Offiziellen eingesammelt, es gibt keine Strafe dafür;
- i.) Nacktheit oder anstössige Kleidung sind untersagt;
- j.) Die Athleten dürfen nicht in den für den Durchgang vorgesehenen Bereichen der Wechselzone anhalten;
- k.) Es ist verboten, die eigene Position in der Wechselzone zu markieren. Die Markierungen werden gelöscht und Markiergegenstände und Badetücher entfernt, ohne dass die Athleten darüber benachrichtigt werden.
- l.) Kategorie Jugend14-15: Der Schuhwechsel vom Rad zum Laufen ist obligatorisch. Wenn ein Athlet mit Laufschuhen Rad fährt, muss er seine Schuhe vor dem Laufen aus- und wieder anziehen. Beim Duathlon gilt diese Regel für alle Wechsel (vor und nach dem Fahrradfahren).
- m.) Bei Wettkämpfen, bei denen ein Kleiderdepot mit Säcken organisiert ist, muss sämtliches nicht mehr benötigtes Material im entsprechenden Sack deponiert und dem Organisator ausserhalb der Wechselzone übergeben werden.

9.2 Zugang

- a.) Nur die Athleten, die Offiziellen und akkreditierte Personen haben Zugang in die Wechselzone.

ANHANG – NICHT ABSCHLIESSENDE LISTE DER REGELVERSTÖSSE UND SANKTIONEN

Regelverstösse	Sanktionen Swiss Triathlon
Generell	
1. Bewusste Falschangaben bei der Anmeldung um in einer anderen Kategorie oder über eine Distanz starten zu können.	-DSQ, Ausschluss vom Wettkampf und an allen Rennen seit der Falschangabe und Meldung an das Verbandsgericht von Swiss Triathlon zu Regelung des Strafmasses.
2. Nichteinhaltung der Rennstrecke.	- Verwarnung und Rückkehr zur Rennstrecke an derselben Stelle. - Andernfalls DSQ
3. Grobe oder beleidigende Sprache oder grobes oder beleidigendes Verhalten gegenüber einem Athleten, einem Schiedsrichter, einem Funktionär, einem Freiwilligen und einem Zuschauer.	- DSQ und Rapport zu Händen des Gerichts von Swiss Triathlon für ein allfälliges Wettkampfverbot.
4. Unsportliches Verhalten.	- DSQ, Ausschluss vom Wettkampf und Rapport zu Händen des Gerichts von Swiss Triathlon für ein allfälliges Wettkampfverbot.
5. Blockieren, angreifen, behindern oder sich einmischen in das Vorwärtskommen eines anderen Athleten.	- unabsichtlich: Verwarnung und Korrektur - absichtlich: DSQ
6. Unbeabsichtigter Kontakt: Ein unbeabsichtigter Kontakt zwischen Athleten stellt keinen Regelverstoss dar. Wenn sich mehrere Athleten in einem beschränkten Raum fortbewegen, sind Kontakte möglich. Diese zufälligen Kontakte zwischen Athleten in einer ähnlichen Wettkampfsituation stellen keinen Regelverstoss dar.	- unabsichtlich: Verwarnung und Korrektur - absichtlich: DSQ
7. Annehmen von Hilfe von einer anderen Person als einem Schiedsrichter oder einem Wettkampffunktionär.	- Verwarnung und Korrektur wenn es möglich ist, wieder zur ursprünglichen Situation zu gelangen - Andernfalls: DSQ
8. Weigerung, die Anordnungen eines Schiedsrichters oder Wettkampffunktionärs zu befolgen.	- DSQ
9. Verlassen der Rennstrecke aus Sicherheitsgründen, aber nicht mehr an der Stelle zur Rennstrecke zurückkehren, wo sie verlassen wurde.	- Unabsichtlich: mündliche Verwarnung, und Korrektur wenn möglich - Sofern Vorteil entstanden: -Age Group: Zeitstrafe in T2 -Elite: Zeitstrafe in Penalty Box
10. Das Nichttragen oder unerkenntliche Tragen der offiziellen, vom Veranstalter abgegebenen Startnummern oder das Tragen auf der Schwimmstrecke bei Neopren-Verbot.	- unabsichtlich: mündliche Verwarnung und Korrektur wenn möglich (z.B. vor dem Rennen) - absichtlich: DSQ
11. Ausrüstungsgegenstände zurücklassen oder Material und Abfall auf die Rennstrecke werfen ausserhalb von vom Organisator vorgesehenen Zonen.	- Verwarnung und Korrektur - Andernfalls: DSQ
12. Tragen von Objekten, die eine Gefahr für sich selbst oder die anderen Athleten darstellen.	- Verwarnung und Korrektur - Andernfalls: DSQ und Ausschluss vom Wettkampf
13. Gebrauch einer nicht erlaubten Ausrüstung, die das Erlangen eines Vorteils bezweckt oder für die anderen gefährlich ist.	- Verwarnung und Korrektur Andernfalls: DSQ
14. Technologischer Betrug durch Verwendung eines Antriebs beim Rad.	- DSQ, Ausschluss aus dem Wettkampf und Meldung an das Verbandsgericht von Swiss Triathlon zur Regelung des Strafmasses
15. Verletzung der Verkehrsregeln des Strassenverkehrsgesetzes oder von spezifischen Anweisungen.	- unabsichtlich: mündliche Verwarnung und, Korrektur wenn möglich - absichtlich: DSQ

16. Absichtliches gleichzeitiges Einlaufen im Ziel.	- DSQ
17. Anmeldung unter einem anderen Namen oder unter Angabe eines unrichtigen Alters. Fälschung einer feierlichen Erklärung oder falsche persönliche Angaben.	- DSQ, Ausschluss vom Wettkampf und Information des Gerichts von SwissTriathlon für ein allfälliges Wettkampfverbot.
18. Unbefugte Teilnahme	- DSQ, Ausschluss vom Wettkampf und Information des Gerichts von SwissTriathlon für ein allfälliges Wettkampfverbot.
19. Wiederholter Verstoss gegen das Wettkampfbreglement von Swiss Triathlon	- DSQ, Ausschluss vom Wettkampf und Information des Gerichts von SwissTriathlon für ein allfälliges Wettkampfverbot.
20. Doping, Drogenmissbrauch	- Sanktionen gemäss den Schweizer Antidoping-Regeln
21. Ausserordentlich unsportliches oder gewalttätiges Verhalten.	- DSQ, Ausschluss vom Wettkampf und Information des Gerichts von SwissTriathlon für einen allfälligen Ausschluss. -
22. Teilnahme am Rennen mit nacktem Oberkörper oder mit einem Kleidungsstück, das nicht über die beiden Schultern reicht.	- Verwarnung und Korrektur Andernfalls: DSQ
23. Bedecken der Arme unter den Schultern und/oder einem Teil der Beine unter dem Knie, wenn dies nicht erlaubt ist.	- Vor dem Rennen: Verwarnung und Korrektur - Andernfalls: DSQ
24. Das bedecken der Arme ist grundsätzlich verboten, ausser der TD erlaubt dieses aufgrund von Wetterverhältnissen.	- Verwarnung und Korrektur - Andernfalls, DSQ, Ausschluss vom Wettkampf
25. Öffnen des Verschlusses auf der Vorderseite des Triathlon-Anzuges unterhalb vom Brustbein.	- Verwarnung und Korrektur - Andernfalls: DSQ
26. Öffnen des Verschlusses auf der Vorderseite des Triathlon-Anzuges auf den letzten 200m des Rennens.	- Verwarnung und Korrektur
27. Verkündung von politischen, religiösen oder rassistischen, sexistischen , Botschaften.	- Verwarnung und Korrektur - Andernfalls: DSQ, Ausschluss vom Wettkampf
28. Externe Hilfe: Einem Athleten ein Velo geben, einen Rahmen, ein Rad, einen Helm, Laufschuhe, Radschuhe oder einen anderen Gegenstand, so dass das eigene Rennen nicht fortgesetzt werden kann.	- DSQ beide Athleten
29. Nacktheit oder anstössige Kleidung.	- Verwarnung und Korrektur - Andernfalls: DSQ
30. Nicht anhalten bei der Penalty Box, obwohl dazu verpflichtet.	- DSQ
31. Sich auf der Rennstrecke aufwärmen währendem ein anderes Rennen stattfindet.	- Verwarnung und Korrektur - Andernfalls: DSQ
32. Teilnahme an einem Wettkampf trotz Sperre	- DSQ und Rapport zu Händen des Verbandsgerichts von Swiss Triathlon für eine Verlängerung der Sperre oder einen Ausschluss
33. Externe Hilfe: Athleten, die anderen Athleten eine physische Hilfe in deren Fortbewegung leisten.	- DSQ beider Athleten
34. Mit illegaler oder nicht erlaubter Ausrüstung an einem Wettkampf teilnehmen.	- Verwarnung und Korrektur - Andernfalls: DSQ
35. Vorteil verschaffen durch die Nutzung irgendwelcher Fahrzeuge	- Verwarnung und Korrektur - Andernfalls: DSQ
36. Weigerung, sich auf technischen Betrug überprüfen zu lassen.	- DSQ, Ausschluss vom Wettkampf

37. Nutzung von Hilfsmitteln zur Fortbewegung des Fahrrades (technischer Betrug)	- DSQ, Ausschluss vom Wettkampf und Rapport ans Schiedsgericht von Swiss Triathlon zur Festlegung einer Sperre
38. Nutzung von Geräten, welche die Aufmerksamkeit des Athleten beeinträchtigen.	- Verwarnung und Korrektur - Andernfalls: DSQ
START	
39. Starten vor dem Startsignal (Fehlstart)	- Zeitstrafe in T1
40. Nicht-Tragen der offiziellen Badekappen während der Athletenpräsentation	- Unabsichtlich: Verwarnung und Korrektur - Andernfalls: DSQ
41. Starten in einer früheren Startwelle als zugeteilt.	- DSQ
42. Sich nicht ins Wasser zur Startlinie begeben (nur Elite)	- Zeitstrafe
43. Verändern der Startposition, nachdem diese einmal eingenommen wurde (nur Elite)	- Verwarnung und Korrektur - Andernfalls DSQ
44. Blockieren von mehreren Startplätzen (nur Elite)	- Verwarnung und Korrektur - Andernfalls DSQ
SCHWIMMEN	
45. Kontakt und andauernde Behinderung eines anderen Athleten	- Zeitstrafe
46. Absichtliches Anpeilen eines Athleten, um unfair einen Vorteil zu erzielen oder die Gesundheit des Athleten zu gefährden.	- DSQ
47. Tragen eines Neopren-Anzugs, der den Körper nicht bedeckt, wenn Neopren obligatorisch.	- Verwarnung und Korrektur - Andernfalls DSQ
48. Sichtbares Tragen einer zweiten, mit Werbung versehenen Badekappe	Vor dem Wettkampf: Warnung und Korrektur Während des Wettbewerbs: - AG: Warnung und Korrektur - Elite: Zeitstrafe
49. Tragen von Bekleidung, welche die Arme unterhalb der Schultern oder die Beine unterhalb der Knie verdeckt, wenn Neopren verboten ist.	- Verwarnung und Korrektur - Andernfalls: DSQ
RAD	
50. Sich auf der Radstrecke vorwärts bewegen ohne Velo.	- Stop & Go wenn korrigiert - Andernfalls: DSQ
51. Drafting bei einer Sprint-Distanz oder Standard-Distanz, wenn das Drafting verboten ist.	- 1. Regelverstoss: Zeitstrafe in der nächsten 'Penalty Box' - 2. Regelverstoss: DSQ
52. Drafting bei einer Mittel oder Lang-Distanz, wo das Drafting nicht erlaubt ist.	- 1. und 2. Regelverstoss: 5 Minuten in der nächsten 'Penalty Box' - 3. Regelverstoss: DSQ
53. Drafting zwischen Personen unterschiedlichen Geschlechts.	- 1. Regelverstoss: mündliche Ermahnung - 2. Regelverstoss: DSQ
54. Drafting hinter einem motorisierten Fahrzeug in einem Rennen bei dem Drafting erlaubt ist.	Warnung und Korrektur Andernfalls: Zeitstrafe
55. Blocking während einem Rennen ohne Drafting.	- Stop & Go bei nächster Penalty Zone
56. Den Helm während des Radrennteils offen oder schlecht befestigt tragen.	- Verwarnung und Korrektur - Elite: Zeitstrafe - Andernfalls: DSQ, Ausschluss vom Wettkampf

57. Abnehmen des Helms auf der Radrennstrecke, auch wenn der Athlet anhält.	- Verwarnung und Korrektur - Andernfalls: DSQ
58. Keinen Helm während des Radrennteils tragen.	- DSQ und Ausschluss vom Wettbewerb
59. Mit illegaler oder nicht erlaubter Ausrüstung an einem Wettkampf teilnehmen.	- Stop and Go, wenn korrigiert - Andernfalls: DSQ
60. Sich einen Vorteil verschaffen durch ein externes Fahrzeug/motorisiertes Objekt.	- Verwarnung und Korrektur - Andernfalls: DSQ
61. Überholer Athlet, der sich bei einem Rennen der Mittel- oder Langdistanz nicht innerhalb von 25 Sekunden aus der Draftzone fallen lässt.	- 1. und 2. Vergehen: Zeitstrafe für Drafting - 3. Vergehen: DSQ
62. Überholer Athlet, der auf der Mittel- oder Langdistanz zum Überholmanöver ansetzt, bevor er sich nach hinten aus der Draftingzone fallen liess.	- 1. und 2. Vergehen: Zeitstrafe für Drafting - 3. Vergehen: DSQ
63. Drafting bei einem Athleten, der sich nicht in der gleichen Runde befindet.	- Verwarnung und Korrektur - Andernfalls: DSQ
64. Konsumation von Nahrung oder Flüssigkeit von aussen während dem Aufenthalt in der Penalty-Zone.	- Verwarnung und Korrektur - Andernfalls: DSQ
65. Benützung der Toilette während des Aufenthalts in der Penalty-Zone.	- Verwarnung und Korrektur - Andernfalls: DSQ
66. Reparieren der Ausrüstung oder des Fahrrades während dem Aufenthalt in der Penalty-Zone.	- Verwarnung und Korrektur - Andernfalls: DSQ
67. Fahren mit einem andern Fahrrad, welches beim Check-in präsentiert wurde.	- DSQ
68. Gefährliches Fahren im Fahrradsegment	- Zeitstrafe - Bei absichtlicher Wiederholung: DSQ und Ausschluss aus dem Wettbewerb
TRANSITION	
69. Helm bereits geschlossen in der Wechselzone vorbereiten während erster Disziplin	- Vor dem Wettkampf: Verwarnung und Korrektur - Während Wettkampf: Age Group: TO öffnet Helmriemen Elite: TO öffnet Helmriemen + Zeitstrafe
70. Das Fahrrad ausserhalb des dafür vorgesehenen Bereichs abstellen.	- Vor dem Rennen: Verwarnung und Korrektur - während des Rennens: - Altersgruppe: Stop and Go wenn korrigiert - Elite: Zeitstrafe in Penalty Box
71. Auf das Fahrrad steigen vor der dafür vorgesehenen Linie.	- Altersklasse: Stop and Go wenn korrigiert - Elite: Zeitstrafe in Penalty Box
72. Vom Fahrrad steigen nach der dafür vorgesehenen Linie.	- Altersklasse: Stop and Go wenn korrigiert - Elite: Zeitstrafe in Penalty Box
73. Das eigene Material ausserhalb der dafür bezeichneten Stelle abstellen.	- Altersklasse: Stop and Go wenn korrigiert - Elite: Zeitstrafe in Penalty Box
74. Den Helm offen oder schlecht befestigt tragen in der Wechselzone während das Rad geschoben oder gehalten wird.	- Altersklasse: Verwarnung und Korrektur - Elite: Zeitstrafe in Penalty Box

75. Markieren der eigenen Position in der Wechselzone.	- Verwarnung und Korrektur - Andernfalls werden die Markierungen gelöscht und Markierobjekte entfernt, ohne dass der Athlet darüber informiert wird.
76. Verschiebung von Ausrüstung anderer Athleten in der Wechselzone.	- Age Group: Verwarnung und Korrektur. - Elite: Zeitstrafe
RUN	-
77. Laufen mit einem Athleten, der eine oder mehrere Runden Vorsprung hat (Elite, Junior, Jugend)	- Stop and Go, wenn korrigiert - Andernfalls: DSQ
78. Begleitung durch eine externe Person auf oder entlang der Strecke.	- Verwarnung und Korrektur - Andernfalls: DSQ
79. Begleitung beim Zieleinlauf durch eine aussenstehende Person, die nicht am Wettkampf teilnimmt.	- DSQ
80. Laufen mit Helm.	- Verwarnung und Korrektur - Andernfalls: DSQ
81. Pfosten, Bäume oder jeglichen anderen fixen Gegenstand gebrauchen, um die Kurven besser nehmen zu können.	- Altersklasse: Stop and Go wenn korrigiert - Elite: Zeitstrafe
TEAM RELAY	-
82. Staffelwechsel ausserhalb der definierten Staffelwechselzone.	- Zeitstrafe 10 Sekunden
83. Unkorrekter Staffelwechsel (fehlende Berührung)	- DSQ

Sanktionen für Elite betreffen auch die Athleten der Junioren- und Jugendkategorien.

DSQ – Disqualifikation