

กฎกติกา ใช้กับไตรกีฬาและทวิกีฬา สำหรับทุกช่วงของการแข่งขัน

- นักกีฬาต้องปฏิบัติตามการกำกับและคำสั่งของเจ้าหน้าที่ควบคุมการแข่งขัน
- กรรมการบนเส้นทางมีอำนาจที่จะตัดสินการแข่งขันของนักกีฬา
- บุคลากรทางการแพทย์ มีอำนาจสูงสุดเด็ดขาดที่จะถอนตัวนักกีฬาจากการแข่งขันเมื่อลงความเห็นว่า ไร้สมรรถนะที่จะสามารถแข่งต่อได้ โดยไม่เสี่ยงต่อการบาดเจ็บร้ายแรงหรือเสียชีวิต การขนส่งทาง การแพทย์ส่งผลให้การแข่งขันของนักกีฬาผู้นั้นแสดงผลว่า ‘ไม่จบการแข่งขัน’ (DNF)
- นักกีฬาห้ามใช้ยาหรือสารใดๆ ที่ระบุไว้ในกฎควบคุมการใช้สารกระตุ้นของ IOC
- การปลอมแปลง ขโมย หรือข่มเหงรังแกอาสาสมัคร รวมทั้งการกระทำที่ขาดน้ำใจนักกีฬา อาจใช้ พิจารณาตัดสินการแข่งขันในทันที และอาจตัดสินให้เข้าร่วมไตรกีฬา ในภายภาคหน้า
- ถ้านักกีฬาตัดสินใจถอนตัวจากการแข่งขันเมื่อใดก็ตาม เป็นหน้าที่ที่นักกีฬาจะต้องแจ้งให้เจ้าหน้าที่ ควบคุมการแข่งขันที่จุดอำนวยความสะดวกใกล้เส้นทางช่วยทราบ
- ไม่อนุญาตให้หุฟัง หรือ เครื่องเล่นเพลงอื่นๆ มาใช้บนเส้นทางจักรยานและว่ายน้ำ
- นักกีฬาต้องปกคลุมลำตัวในช่วงการขี่จักรยานและวิ่ง ผู้ที่ไม่ปฏิบัติตามนี้จะถูกปรับโทษเวลาเพิ่ม 10 นาที
- ทางผู้จัดการแข่งขันขอสงวนสิทธิ์ที่จะเปลี่ยนแปลงกฎการแข่งขันเมื่อใดก็ได้ โดยที่นักกีฬาทุกคนจะ ได้รับแจ้งเป็นลายลักษณ์อักษร หรือรับทราบผ่านการบรรยายสรุปก่อนการแข่งขัน
- นักกีฬาที่ไปถึงจุดคัดออกหลังเวลาตัดออก จะได้รับการขึ้นสู่เส้นทางลัด ซึ่งนักกีฬาสามารถแข่งต่อ จนจบช่วงนั้นบนเส้นทางลัดได้ แต่จะไม่มีสิทธิ์รับรางวัลตามกลุ่มอายุ และจะไม่อยู่ในรายชื่อประกาศ ผลการแข่งขัน

การประท้วง

หากนักกีฬาต้องการประท้วงการตัดสินของกรรมการหรือประท้วงนักกีฬาผู้อื่น ให้ยื่นหนังสือประท้วง ต่อคณะกรรมการแข่งขันภายในเวลา 30 นาที หลังจากการแข่งขันสิ้นสุดลง หรือ หลังจากการถอนตัวออกจากการแข่งขัน โดยผู้ประท้วงต้องวางค่าธรรมเนียมจำนวน 2,000 บาท และจะได้รับคืนเมื่อคำประท้วงได้รับการ ตัดสินว่าถูกต้อง คำตัดสินของผู้อำนวยความสะดวกการแข่งขันถือว่าสิ้นสุด และไม่รับคำร้องใดๆ เพิ่มเติมทั้งสิ้น มิฉะนั้นจะ ถือว่าผู้ประท้วงขัดขวางการดำเนินงานผู้จัดฯ และอาจถูกห้ามลงแข่งในรายการปีต่อไป

ว่ายน้ำ

- การแข่งขันจะเริ่มออกตัว 06.30 น.
- กรุณาตั้งใจฟังการบรรยายสรุปก่อนการแข่งขันเพื่อที่จะออกตัวได้ถูกกลุ่ม
- ขอให้นักกีฬาทุกคนตรวจสอบให้แน่ใจว่าออกตัวถูกกลุ่ม
- นักกีฬาทุกคนต้องสวมหมวกว่ายน้ำในระหว่างช่วงว่ายน้ำ
- นักกีฬาทุกคนต้องมีหมายเลขเมื่อเข้าสู่จุดเปลี่ยน เมื่อนำอุปกรณ์เข้าสู่จุดเปลี่ยน ระหว่าง 04.30 – 06.00 น .
- ห้ามสวมชุดประดาน้ำ ตีนกบ ถุงเท้า รองเท้าเปิด ถุงมือ พายมือ
- สามารถสวมแว่นว่ายน้ำได้
- ไม่อนุญาตให้มีผีพายส่วนตัวหรือนักว่ายน้ำประกบ
- อนุญาตให้ใช้หุ่นช่วยชีวิตได้เป็นกรณีพิเศษ สำหรับผู้แข่งขันมือใหม่ โดยจะต้องออก start ใน wave สุดท้ายของแต่ละประเภทเท่านั้น
- นักกีฬาสามารถรับความช่วยเหลือจากเจ้าหน้าที่ควบคุมการแข่งขันโดยไม่ถูกลงโทษหรือตัดสิทธิ์ แต่ต้องไม่ทำให้ตำแหน่งในการแข่งขันดีขึ้น
- ในกรณีที่นักกีฬาคนหนึ่งคนใดหรือกลุ่มหนึ่งกลุ่มใดล่าหลังนักว่ายน้ำกลุ่มใหญ่ เจ้าหน้าที่ควบคุมการแข่งขันหรือเจ้าหน้าที่กู้ภัยอาจเคลื่อนย้ายนักกีฬามาใกล้กลุ่มหลักมากขึ้นด้วยเรือหรือเรือพาย เพื่อรักษาระยะกับกลุ่มหลัก ในกรณีนี้นักกีฬาจะไม่มีสิทธิ์ได้รับการจัดอันดับ

เกณฑ์เวลาตัดออกช่วงว่ายน้ำ

- สำหรับระยะ 3.8 กิโลเมตร เกณฑ์เวลาตัดออกของช่วงว่ายน้ำ คือ 2.30 ชั่วโมง หลังจากการออกตัวใน wave ของตน กรรมการจะคอยอยู่ชี้แนะนักกีฬาที่อาจทำเวลาไม่ทันเกณฑ์ หากท่านยังอยู่ในน้ำหลังเวลาที่กำหนด ผู้ดูแลทางน้ำจะนำท่านกลับขึ้นสู่ฝั่งโดยเรือ
- สำหรับระยะ 1.5 กิโลเมตร เกณฑ์เวลาตัดออกของช่วงว่ายน้ำ คือ 2 ชั่วโมง หลังจากการออกตัวใน wave ของตน กรรมการจะคอยอยู่ชี้แนะนักกีฬาที่อาจทำเวลาไม่ทันเกณฑ์ หากท่านยังอยู่ในน้ำหลังเวลาที่กำหนด ผู้ดูแลทางน้ำจะนำท่านกลับขึ้นสู่ฝั่งโดยเรือ
- สำหรับระยะ 750 เมตร เกณฑ์เวลาตัดออกของช่วงว่ายน้ำ คือ 1 ชั่วโมง หลังจากการออกตัวใน wave ของตน กรรมการจะคอยอยู่ชี้แนะนักกีฬาที่อาจทำเวลาไม่ทันเกณฑ์ หากท่านยังอยู่ในน้ำหลังเวลาที่กำหนด ผู้ดูแลทางน้ำจะนำท่านกลับขึ้นสู่ฝั่งโดยเรือ

จักรยาน

- นักกีฬาต้องตรวจสอบให้มั่นใจว่าจักรยานของตนปลอดภัยที่จะใช้ในช่วงจักรยาน
- ไม่อนุญาตให้ใช้อุปกรณ์ใดๆ ที่ออกแบบเป็นพิเศษเพื่อลดแรงต้านของลม
- นักกีฬาต้องรักษาระยะ 7 เมตร (หรือประมาณ 4 ช่วงรถจักรยาน) ระหว่างจักรยานแต่ละคัน ยกเว้นเมื่อแข่ง ผู้ที่ไม่ปฏิบัติตามนี้ถือว่าละเมิดกฎ และจะถูกปรับโทษเวลาหรือตัดสิทธิ์การแข่งขัน
- การแข่งเกิดขึ้นเมื่อล้อหน้าของจักรยานของนักกีฬาที่แข่ง ผ่านแนวล้าหน้าสุดของนักกีฬาที่ถูกแข่ง
- นักกีฬาที่แข่งสามารถแข่งขานานสูงสุด 20 วินาที แล้วต้องกลับเข้ามาอยู่ด้านซ้ายของถนนหลังจากแข่ง ถ้าไม่สามารถแข่งเสร็จสิ้นตามกระบวนการนี้ภายใน 20 วินาที ถือว่าละเมิดกฎการแข่งขัน
- นักกีฬาที่ไม่สามารถแข่งได้ใน 20 วินาที ต้องกลับไปตามหลังในระยะ 7 เมตร (หรือประมาณ 4 ช่วงรถจักรยาน) ตามเดิม ก่อนที่จะพยายามแข่งคันหน้าอีกครั้งหนึ่ง ความพยายามแข่งใหม่ก่อนกลับสู่ตำแหน่งตามหลังที่ระยะ 7 เมตรถือว่าละเมิดกฎการแข่งขัน
- การแข่งนักกีฬาภายในระยะไม่ถึง 7 เมตร (หรือประมาณ 4 ช่วงรถจักรยาน) นานกว่า 20 วินาที ถือว่าละเมิดกฎ
- นักกีฬาต้องตามหลังกันเป็นแนวด้านซ้ายของถนน ยกเว้นเมื่อแข่งนักปั่นอีกคน หรือด้วยเหตุผลด้านความปลอดภัย ไม่อนุญาตให้ปั่นเรียงหน้ากระดานหรือเคียงข้างกัน ซึ่งถือว่าละเมิดกฎการจัดวางตำแหน่งบนเส้นทาง
- นักกีฬาที่เกะกะกีดขวางการรุดหน้าของนักกีฬาผู้อื่นบนเส้นทาง ถือว่าละเมิดกฎโดยปิดกั้นเส้นทาง
- นักกีฬาที่ละเมิดกฎต่างๆ จะถูกเตือน ณ จุดนั้นทันทีโดยเจ้าหน้าที่
- อย่าพยายามต่อรองโทษกับเจ้าหน้าที่
- เมื่อเจ้าหน้าที่เป่านกหวีดแล้วเรียกหมายเลขนักกีฬา นักกีฬาผู้นั้นต้องหยุดปั่นก่อน
- กรณีที่นักกีฬาได้ใบแดง ถือเป็นโทษขั้นเด็ดขาด นักกีฬาต้องหยุดปั่นจักรยาน วางเท้าทั้งสองลงบนพื้นถนน แล้วรอนกว่าเจ้าหน้าที่จะอนุญาตให้ไปต่อ ผู้ที่ละเมิดใบแดงจะถูกปรับโทษเวลาหรือตัดสิทธิ์การแข่งขัน และระบุ 'P' ที่หมายเลขบนเสื้อ ถ้าผู้ที่โดนเครื่องหมาย 'P' 2 ตัว จะหมดสิทธิ์แข่งขันทันที
- ถ้านักกีฬาถูกตัดสิทธิ์การแข่งขัน ยังสามารถปั่นจนครบเส้นทางได้ แต่ไม่มีสิทธิ์วิ่ง
- ไม่มีการผ่อนผันใดๆ สำหรับการผิดกฎ เพราะเป็นการโกง ต้องแข่งขันอย่างขาวสะอาด อย่างมืออาชีพและไม่โกง ในการแข่งขันนี้
- นักกีฬาทุกคนต้องสวมหมายเลขตลอดเวลาตลอดเส้นทางการแข่งขัน หมายเลขเป็นเครื่องระบุตัวนักกีฬาของเจ้าหน้าที่ ห้ามพับหรือตัดแผ่นหมายเลข หรือเจตนาเปลี่ยนแปลงด้วยวิธีใดก็ตาม หรือไม่สวมหมายเลขให้เห็นเด่นชัด ผู้ฝ่าฝืนข้อห้ามนี้อาจจะถูกตัดสิทธิ์การแข่งขัน

- ต้องใช้หมวกกันน็อกที่ได้มาตรฐานตลอดช่วงปั่นจักรยาน ถ้าพบเห็นนักกีฬาปั่นโดยไม่สวมหมวก จะถูกตัดสิทธิ์ทันที ไม่อนุญาตให้ใช้ตาข่ายคลุมผมทำด้วยหนังหรือไวนิล หมวกกันน็อก ต้องรัดแน่น หนาตลอดเวลาที่อยู่บนจักรยาน
- ผู้หนึ่งผู้ใดจะให้ความช่วยเหลือใดๆมิได้ นอกจากข้ออนุญาตตามกฎหมาย เพื่อน สมาชิกในครอบครัว โค้ช หรือกองเชียร์ใดๆก็ตาม ไม่สามารถขี่จักรยานหรือขับพาหนะเคียงข้างไปกับนักกีฬา หรือส่งอาหาร หรือสิ่งอื่นใดให้กับนักกีฬา และควรได้รับการแจ้งเตือนให้อยู่ห่างจากผู้เข้าแข่งขันทุกคนเพื่อหลีกเลี่ยงการถูกตัดสิทธิ์ของนักกีฬาของตน เป็นหน้าที่ที่นักกีฬาจะต้องทราบด้วยตนเองว่าต้อง ปฏิเสธความช่วยเหลือ การตาม หรือประกบใดๆ
- นักกีฬาต้องรับผิดชอบการซ่อมบำรุงจักรยานของตนเอง ความช่วยเหลือจากผู้อื่นนอกเหนือจากเจ้าหน้าที่ประจำการแข่งขัน จะถูกตัดสิทธิ์การแข่งขันทันที นักกีฬาควรพร้อมรับมือความผิดปกติของกลไกใดๆก็ตามที่อาจเกิดขึ้นกับจักรยาน
- นักกีฬาต้องปฏิบัติตามการกำกับและคำสั่งของเจ้าหน้าที่ควบคุมการแข่งขัน รวมถึงเจ้าหน้าที่จากหน่วยงานต่างๆ
- นักกีฬาสามารถเดินจูงจักรยานได้หากจำเป็น
- นักกีฬาทุกท่านมีหน้าที่ปฏิบัติตามกฎจราจร และรับผิดชอบต่อผลของการละเมิดกฎแต่เพียงผู้เดียว นักปั่นที่ละเมิดกฎจราจรอาจถูกตัดสิทธิ์การแข่งขัน นักกีฬาควรขี่ด้านซ้ายของถนนตลอดเวลา นอกจากกรรมการจะกำกับเส้นทางเป็นอย่างอื่น
- แม้ว่าจะมีการควบคุมการจราจรบนเส้นทางจักรยาน แต่อาจเป็นไปได้ที่จะปิดถนนโดยสิ้นเชิง ระหว่างการแข่งขัน ฉะนั้นตลอดเวลาแข่งขันนักกีฬาพึงระลึกเสมอว่า อาจมียานพาหนะบนถนน และควรระมัดระวังอย่างเต็มที่ นักกีฬาควรระมัดระวังอย่างยิ่งที่จุดกลับตัวทุกจุด และในบริเวณที่มีทางรถวิ่งหรือถนนเข้าเส้นทาง
- นักกีฬาที่ถูกคัดออกช่วงจักรยานสามารถแข่งต่อในช่วงวิ่งได้ แต่จะไม่มีสิทธิ์ได้รับรางวัลตามกลุ่มอายุ และจะระบุในรายชื่อผลการแข่งขันว่าไม่ได้รับการจัดอันดับ (DNF)

เกณฑ์เวลาคัดออกช่วงจักรยาน

- สำหรับไตรกีฬาระยะไกล 180 กิโลเมตร ตัดเวลา 17.00 น. หากท่านยังอยู่บนถนน ผู้จัดจะนำท่านกลับสู่จุดเปลี่ยนประเภทกีฬา และไม่สามารถแข่งขันต่อไปได้

- สำหรับไตรกีฬาระยะมาตรฐาน 40 กิโลเมตร, ทวิกีฬา 40 กิโลเมตร และไตรกีฬาระยะสั้น 20 กิโลเมตร ตัดเวลา 10.40 น. หากท่านยังอยู่บนถนน ผู้จัดจะนำท่านกลับสู่จุดเปลี่ยนประเภทกีฬา และไม่สามารถแข่งขันต่อไปได้

วิ่ง

- ห้ามใช้การเคลื่อนที่รูปแบบอื่นนอกเหนือจาก การวิ่ง เดิน หรือคลาน
- ห้ามถอยรถเท้าในขณะวิ่ง เพราะสนามนี้เป็นการวิ่งบนพื้นถนน อาจเกิดอุบัติเหตุได้
- ต้องสวมหมายเลขตลอดเวลาบนเส้นทาง และต้องสวมด้านหน้าที่มองเห็นเด่นชัด ห้ามการพับหรือตัดแผ่นหมายเลข หรือเจตนาเปลี่ยนแปลงด้วยวิธีใดก็ตาม หรือไม่สวมหมายเลขให้เห็นเด่นชัด ผู้ที่ฝ่าฝืนข้อห้ามนี้อาจถูกตัดสิทธิ์
- ไม่อนุญาตให้มีพาหนะของกองเชียร์ส่วนตัวหรือผู้ที่ไม่ได้เข้าร่วมการแข่งขันประเภทนักวิ่ง ซึ่งจะทำให้นักวิ่งนั้นๆ ถูกตัดสิทธิ์การแข่งขัน ผู้ที่ไม่ได้เข้าร่วมการแข่งขันรวมถึงนักกีฬาที่ถอนตัวจากการแข่งขัน ถูกตัดสิทธิ์การแข่งขัน และที่เข้าเส้นชัยแล้ว เพื่อน ครอบครัว และโค้ช หรือกองเชียร์อื่นใดไม่สามารถซื้อจักรยาน ขี่ขีวดยาน หรือวิ่งเคียงข้างไปกับนักกีฬา ห้ามส่งอาหารหรือสิ่งอื่นใดให้กับนักกีฬา และควรได้รับการแจ้งเตือนให้อยู่ห่างจากผู้เข้าแข่งขันทุกคนเพื่อหลีกเลี่ยงการถูกตัดสิทธิ์ของนักกีฬาของตน เป็นหน้าที่ที่นักกีฬาจะต้องทราบด้วยตนเองว่าต้องปฏิบัติตามช่วยเหลือ การตาม หรือประเภทใดๆ แต่อนุญาตให้นักกีฬาที่ยังอยู่ในการแข่งขัน วิ่งกับนักกีฬาคนอื่นๆ ที่ยังคงอยู่ในการแข่งขัน
- นักกีฬาต้องปฏิบัติตามการกำกับและคำสั่งของเจ้าหน้าที่ควบคุมการแข่งขัน รวมถึงเจ้าหน้าที่จากหน่วยงานต่างๆ
- นักกีฬาจะต้องวิ่งให้ครบระยะของเส้นทางวิ่งในประเภทของตนเอง

เกณฑ์เวลาคัดออกช่วงวิ่ง:

- สำหรับไตรกีฬาระยะไกล 42 กิโลเมตร ตัดเวลา 23.30 น. หากท่านยังอยู่บนถนน ผู้จัดจะนำท่านกลับสู่จุดเปลี่ยนประเภทกีฬา โดยผลการแข่งขันของนักกีฬาจะขึ้นสถานะ DNF ไม่สามารถรับเหรียญรางวัลหรือรางวัลอื่นๆ ได้

- สำหรับไตรกีฬาระยะมาตรฐาน 10 กิโลเมตร, ทวิกีฬา 10 กิโลเมตร และไตรกีฬาระยะสั้น 5 กิโลเมตร ตัดเวลา 12.00 น. หากท่านยังอยู่บนถนน ผู้จัดจะนำท่านกลับสู่จุดเปลี่ยนประเภทกีฬา โดยผลการแข่งขันของนักกีฬาจะขึ้นสถานะ DNF ไม่สามารถรับเหรียญรางวัลหรือรางวัลอื่นๆ ได้