

תקנות נבחרת העתודה - 2025

פרק א' - הסבר כללי על הנבחרת

נבחרת העתודה מהווה מסגרת הישגית המאחדת את מיטב ספורטאי הנוער (17U) של איגוד הטריאתלון לאימונים חד חודשיים ומחנות אימונים. אנו מאמינים בקיום נבחרת העתודה כפלטפורמה המאחדת בין ספורטאי הנוער המובילים ומאפשרת להם להכיר אחד את השני, להתאמן יחד ולעזור אחד לשני להתקדם מקצועית.

פרק ב' - מיונים לנבחרת העתודה

1. על מועמדים לנבחרת העתודה להיות חברי איגוד לשנת הפעילות 2025, ובעלי אישור רפואי בתוקף.
2. על מנת להתקבל לנבחרת, חובה שהספורטאי התחרה לפחות ארבע פעמים בשנת 2024 בתחרויות טריאתלון של איגוד הטריאתלון.
3. הספורטאים שנבחרת יראו את עצמם כבעלי אופק הישגי.
4. נבחרת העתודה תכלול 45-50 ספורטאים לערך בגילאים 14-17 (שנתונים 2008-2011), נערים ונערות יחד.
5. טסט צרפתי - יום רביעי 12/3 במכון וינגייט (15:45-19:45).

- יוזמנו לטסט הצרפתי ספורטאים אשר סיימו בעשירייה הראשונה לשנתון הלידה שלהם. מאמנים ראשיים של הקבוצות יכולים להמליץ על ספורטאים נוספים בעלי אופק הישגי אשר לא סיימו בעשירייה באילת.
- על כל תוצאה במבחני השחייה וריצה מקבלים ניקוד (מותאם גיל, מין ואורך בריכה). הליך המיון יתקיים על פי טבלת הניקוד הסופי של המבדקים.
- ניתן להתקבל לנבחרת על בסיס ניקוד טסט צרפתי בלבד, על בסיס טבלת הניקוד מטה.
- עמידה ברף מינימום לא מבטיח כניסה לנבחרת, אך כן מהווה תנאי שבלעדיו לא יהיה אפשרי להתקבל.

רף מינימום	כניסה אוטומטית	
140	150	נערים
130	140	נערות

6. אליפות ישראל 2024 באילת - שלושת המקומות הראשונים בכל שנתון וכל מין יתקבלו לנבחרת, זאת בתנאי שיעמדו בסעיפים 1-4 וברף המינימום בניקוד הטסט הצרפתי.
7. קבלה על סמך הישגים במהלך שנת הפעילות - ספורטאים אשר לא התקבלו לנבחרת בתחילת שנת הפעילות יוכלו להתקבל במהלך השנה, וזאת במידה והם:
 - מסיימים בשלושת המקומות הראשונים בתחרות טריאתלון של איגוד הטריאתלון (לא כולל תחרויות לייט). בסעיף זה ההתייחסות הינה לקטגוריה ולא לשנתון.

פרק ג' - זכויות וחובות הספורטאים בנבחרת

1. זכאות להשתתף באימוני נבחרת העתודה - חברי נבחרת העתודה יהיו זכאים להשתתף באימוני נבחרת העתודה.
2. חובת נוכחות - הספורטאים בנבחרת העתודה חייבים להגיע לכל המפגשים החד-יומיים כמו גם למחנות האימונים של הנבחרת.
3. מעמד ספורטאי מייצג בבתי הספר - חברי סגל נבחרת העתודה יהיו זכאים לקבל אישור מאיגוד הטריאתלון על מעמדם "כספורטאים מייצגים" בבתי הספר. קבלת מעמד זה יהיה מותנה בעמידה בחובת הנוכחות באימונים. בהגעה ללא פחות מ-80% ממפגשי הנבחרת.
4. חובת הרשמה למפגשים - לפני כל מפגש ישלח טופס הרשמה, אותו יש למלא בזמן ובמועד שנקבע.
5. חיוביות למסגרת האימון - יש להתייחס בכבוד למוסדות האיגוד, צוות האימון ולכלל חברי הנבחרת.
6. מגבלות ופציעות - במידה וספורטאי פצוע, יש לעדכן את צוות הנבחרת מראש כולל התייחסות של המאמן האישי של הספורטאי

בברכה,

מאמני נבחרת העתודה

רוני זבליק ועידו קצנלנבוגן

טורים 14-15					
1,000 ריצה		200 מ' שחייה		200 מ' שחייה	
קוד	חוצאה	קוד LC	חוצאה LC	קוד SC	חוצאה SC
99	2:31	99	1:54	99	1:57
94	2:39	92	2:02	92	2:05
89	2:46	85	2:09	86	2:12
88	2:47	84	2:10	85	2:13
87	2:49	83	2:12	84	2:15
96	2:36	94	1:59	95	2:02
98	2:32	98	1:55	98	1:58
92	2:42	89	2:05	90	2:08
85	2:52	80	2:15	81	2:18
92	2:41	90	2:04	90	2:07
97	2:35	95	1:58	96	2:01
91	2:43	88	2:06	89	2:09
97	2:34	96	1:57	96	2:00
95	2:37	93	2:00	94	2:03
85	2:53	79	2:16	80	2:19
84	2:54	78	2:17	79	2:20
83	2:55	77	2:18	78	2:21
81	2:58	75	2:21	76	2:24
81	2:59	74	2:22	75	2:25
80	3:00	73	2:23	74	2:26
79	3:01	72	2:24	73	2:27
78	3:02	71	2:25	72	2:28
78	3:03	70	2:26	71	2:29
77	3:04	69	2:27	71	2:30
76	3:05	68	2:28	70	2:31
76	3:06	68	2:29	69	2:32
75	3:07	67	2:30	68	2:33
75	3:08	66	2:31	67	2:34
74	3:09	65	2:32	66	2:35
73	3:10	64	2:33	65	2:36
73	3:11	63	2:34	65	2:37
72	3:12	62	2:35	64	2:38
71	3:13	61	2:36	63	2:39
71	3:14	60	2:37	62	2:40
70	3:15	60	2:38	61	2:41
69	3:16	59	2:39	60	2:42
69	3:17	58	2:40	59	2:43
68	3:18	57	2:41	59	2:44
67	3:19	56	2:42	58	2:45
67	3:20	55	2:43	57	2:46
66	3:21	54	2:44	56	2:47
65	3:22	53	2:45	55	2:48
65	3:23	52	2:46	54	2:49
64	3:24	52	2:47	53	2:50
63	3:25	51	2:48	53	2:51
63	3:26	50	2:49	52	2:52
62	3:27	49	2:50	51	2:53
61	3:28	48	2:51	50	2:54
60	3:29	47	2:52	49	2:55
60	3:30	46	2:53	48	2:56
59	3:31	45	2:54	47	2:57
58	3:32	44	2:55	46	2:58
58	3:33	44	2:56	46	2:59
57	3:34	43	2:57	45	3:00
57	3:35	42	2:58	44	3:01
56	3:36	41	2:59	43	3:02
55	3:37	40	3:00	42	3:03
55	3:38	39	3:01	41	3:04
54	3:39	38	3:02	40	3:05
53	3:40	37	3:03	40	3:06
53	3:41	36	3:04	39	3:07
52	3:42	36	3:05	38	3:08
51	3:43	35	3:06	37	3:09
51	3:44	34	3:07	36	3:10
50	3:45	33	3:08	35	3:11
49	3:46	32	3:09	34	3:12
49	3:47	31	3:10	34	3:13
48	3:48	30	3:11	33	3:14
47	3:49	29	3:12	32	3:15
46	3:50	28	3:13	31	3:16
46	3:51	28	3:14	30	3:17
45	3:52	27	3:15	29	3:18
45	3:53	26	3:16	28	3:19
44	3:54	25	3:17	28	3:20
43	3:55	24	3:18	27	3:21
43	3:56	23	3:19	26	3:22
42	3:57	22	3:20	25	3:23
41	3:58	21	3:21	24	3:24
41	3:59	20	3:22	23	3:25
40	4:00	20	3:23	22	3:26
39	4:01	19	3:24	21	3:27
39	4:02	18	3:25	21	3:28
38	4:03	17	3:26	20	3:29
37	4:04	16	3:27	19	3:30
36	4:05	15	3:28	18	3:31
36	4:06	14	3:29	17	3:32
35	4:07	13	3:30	16	3:33
34	4:08	12	3:31	15	3:34
32	4:11	10	3:34	13	3:37

מרתון 14-15					
1,000 ריצה		200 מ' שחייה		200 מ' שחייה	
קוד	חוצאה	קוד LC	חוצאה LC	קוד SC	חוצאה SC
99	2:52	99	2:00	99	2:04
95	2:59	93	2:07	93	2:11
97	2:56	96	2:04	96	2:08
96	2:58	94	2:06	94	2:10
94	3:01	92	2:09	92	2:13
97	2:55	97	2:03	97	2:07
99	2:53	99	2:01	98	2:05
95	3:00	93	2:08	93	2:12
98	2:54	98	2:02	97	2:06
93	3:02	91	2:10	91	2:14
93	3:03	90	2:11	90	2:15
92	3:04	89	2:12	89	2:16
92	3:05	88	2:13	89	2:17
90	3:08	86	2:16	86	2:20
89	3:09	85	2:17	85	2:21
89	3:10	84	2:18	84	2:22
88	3:11	83	2:19	84	2:23
86	3:15	80	2:23	80	2:27
85	3:16	79	2:24	80	2:28
85	3:17	78	2:25	79	2:29
84	3:18	78	2:26	78	2:30
83	3:19	77	2:27	77	2:31
82	3:21	75	2:29	76	2:33
82	3:22	74	2:30	75	2:34
81	3:23	73	2:31	74	2:35
80	3:24	73	2:32	73	2:36
80	3:25	72	2:33	72	2:37
79	3:26	71	2:34	71	2:38
79	3:27	70	2:35	71	2:39
78	3:28	69	2:36	70	2:40
78	3:29	68	2:37	69	2:41
77	3:30	67	2:38	68	2:42
76	3:31	67	2:39	67	2:43
76	3:32	66	2:40	67	2:44
75	3:33	65	2:41	66	2:45
75	3:34	64	2:42	65	2:46
74	3:35	63	2:43	64	2:47
73	3:36	62	2:44	63	2:48
73	3:37	62	2:45	63	2:49
72	3:38	61	2:46	62	2:50
72	3:39	60	2:47	61	2:51
71	3:40	59	2:48	60	2:52
71	3:41	58	2:49	59	2:53
70	3:42	57	2:50	58	2:54
69	3:43	57	2:51	58	2:55
69	3:44	56	2:52	57	2:56
68	3:45	55	2:53	56	2:57
68	3:46	54	2:54	55	2:58
67	3:47	53	2:55	54	2:59
66	3:48	52	2:56	54	3:00
66	3:49	52	2:57	53	3:01
65	3:50	51	2:58	52	3:02
65	3:51	50	2:59	51	3:03
64	3:52	49	3:00	50	3:04
64	3:53	48	3:01	49	3:05
63	3:54	47	3:02	49	3:06
62	3:55	47	3:03	48	3:07
62	3:56	46	3:04	47	3:08
61	3:57	45	3:05	46	3:09
61	3:58	44	3:06	45	3:10
60	3:59	43	3:07	45	3:11
59	4:00	42	3:08	44	3:12
59	4:01	42	3:09	43	3:13
58	4:02	41	3:10	42	3:14
58	4:03	40	3:11	41	3:15
57	4:04	39	3:12	41	3:16
57	4:05	38	3:13	40	3:17
56	4:06	37	3:14	39	3:18
55	4:07	36	3:15	38	3:19
55	4:08	36	3:16	37	3:20
54	4:09	35	3:17	36	3:21
54	4:10	34	3:18	36	3:22
53	4:11	33	3:19	35	3:23
52	4:12	32	3:20	34	3:24
52	4:13	31	3:21	33	3:25
51	4:14	31	3:22	32	3:26
51	4:15	30	3:23	32	3:27
50	4:16	29	3:24	31	3:28
49	4:17	28	3:25	30	3:29
49	4:18	27	3:26	29	3:30
48	4:19	26	3:27	28	3:31
48	4:20	26	3:28	28	3:32
47	4:21	25	3:29	27	3:33
47	4:22	24	3:30	26	3:34
46	4:23	23	3:31	25	3:35
45	4:24	22	3:32	24	3:36
45	4:25	21	3:33	23	3:37
44	4:26	21	3:34	23	3:38
44	4:27	20	3:35	22	3:39

גברים 16-17					
1,500 ריצה		400 מ' שחייה		400 מ' שחייה	
ניקוד	תוצאה	LC	תוצאה	SC	תוצאה
99	3:46	99	3:48	99	3:55
98	3:48	98	3:50	98	3:57
96	3:53	96	3:55	96	4:02
93	4:00	93	4:02	93	4:09
84	4:20	84	4:22	85	4:29
97	3:51	97	3:53	97	4:00
93	4:01	93	4:03	93	4:10
94	3:57	94	3:59	95	4:06
97	3:52	97	3:54	97	4:01
92	4:02	92	4:04	92	4:11
98	3:49	98	3:51	98	3:58
85	4:19	85	4:21	85	4:28
91	4:04	91	4:06	92	4:13
96	3:54	96	3:56	96	4:03
92	4:03	92	4:05	92	4:12
100	3:45	100	3:47	100	3:54
85	4:17	86	4:19	86	4:26
91	4:05	91	4:07	91	4:14
84	4:21	84	4:23	84	4:30
83	4:22	83	4:24	84	4:31
83	4:23	83	4:25	83	4:32
82	4:24	83	4:26	83	4:33
82	4:25	82	4:27	83	4:34
82	4:26	82	4:28	82	4:35
81	4:27	81	4:29	82	4:36
81	4:28	81	4:30	81	4:37
80	4:29	80	4:31	81	4:38
80	4:30	80	4:32	80	4:39
79	4:31	79	4:33	80	4:40
79	4:32	79	4:34	80	4:41
78	4:33	79	4:35	79	4:42
78	4:34	78	4:36	79	4:43
77	4:35	78	4:37	78	4:44
77	4:36	77	4:38	78	4:45
77	4:37	77	4:39	77	4:46
76	4:38	76	4:40	77	4:47
76	4:39	76	4:41	77	4:48
75	4:40	75	4:42	76	4:49
75	4:41	75	4:43	76	4:50
74	4:42	75	4:44	75	4:51
74	4:43	74	4:45	75	4:52
74	4:44	74	4:46	75	4:53
73	4:45	73	4:47	74	4:54
73	4:46	73	4:48	74	4:55
72	4:47	72	4:49	73	4:56
72	4:48	72	4:50	73	4:57
71	4:49	72	4:51	72	4:58
71	4:50	71	4:52	72	4:59
70	4:51	71	4:53	72	5:00
70	4:52	70	4:54	71	5:01
70	4:53	70	4:55	71	5:02
69	4:54	69	4:56	70	5:03
69	4:55	69	4:57	70	5:04
68	4:56	68	4:58	69	5:05
68	4:57	68	4:59	69	5:06
67	4:58	68	5:00	69	5:07
67	4:59	67	5:01	68	5:08
66	5:00	67	5:02	68	5:09
66	5:01	66	5:03	67	5:10
65	5:02	66	5:04	67	5:11
65	5:03	65	5:05	66	5:12
65	5:04	65	5:06	66	5:13
64	5:05	64	5:07	66	5:14
64	5:06	64	5:08	65	5:15
63	5:07	64	5:09	65	5:16
63	5:08	63	5:10	64	5:17
62	5:09	63	5:11	64	5:18
62	5:10	62	5:12	63	5:19
62	5:11	62	5:13	63	5:20
61	5:12	61	5:14	63	5:21
61	5:13	61	5:15	62	5:22
60	5:14	61	5:16	62	5:23
60	5:15	60	5:17	61	5:24
59	5:16	60	5:18	61	5:25
59	5:17	59	5:19	60	5:26
58	5:18	59	5:20	60	5:27
58	5:19	58	5:21	60	5:28
57	5:20	58	5:22	59	5:29
57	5:21	57	5:23	59	5:30
57	5:22	57	5:24	58	5:31
56	5:23	57	5:25	58	5:32
56	5:24	56	5:26	57	5:33
55	5:25	56	5:27	57	5:34
55	5:26	55	5:28	57	5:35
54	5:27	55	5:29	56	5:36
54	5:28	54	5:30	56	5:37
53	5:29	54	5:31	55	5:38
53	5:30	53	5:32	55	5:39
53	5:31	53	5:33	54	5:40

נערות 16-17					
1,500 ריצה		400 מ' שחייה		400 מ' שחייה	
ניקוד	תוצאה	LC	תוצאה	SC	תוצאה
99	4:21	99	4:08	99	4:16
99	4:20	99	4:07	99	4:15
98	4:24	98	4:11	98	4:19
98	4:23	98	4:10	98	4:18
99	4:22	99	4:09	99	4:17
97	4:27	97	4:14	97	4:22
97	4:26	97	4:13	97	4:21
94	4:35	93	4:22	93	4:30
93	4:36	93	4:23	93	4:31
92	4:40	91	4:27	91	4:35
91	4:41	91	4:28	91	4:36
91	4:42	91	4:29	91	4:37
90	4:43	90	4:30	90	4:38
90	4:44	90	4:31	90	4:39
90	4:45	89	4:32	89	4:40
89	4:46	89	4:33	89	4:41
89	4:47	88	4:34	89	4:42
88	4:48	88	4:35	88	4:43
88	4:49	88	4:36	88	4:44
88	4:50	87	4:37	87	4:45
87	4:51	87	4:38	87	4:46
87	4:52	86	4:39	87	4:47
87	4:53	86	4:40	86	4:48
86	4:54	86	4:41	86	4:49
86	4:55	85	4:42	86	4:50
85	4:56	85	4:43	85	4:51
85	4:57	84	4:44	85	4:52
85	4:58	84	4:45	84	4:53
84	4:59	84	4:46	84	4:54
84	5:00	83	4:47	84	4:55
83	5:01	83	4:48	83	4:56
83	5:02	82	4:49	83	4:57
83	5:03	82	4:50	82	4:58
82	5:04	82	4:51	82	4:59
82	5:05	81	4:52	82	5:00
82	5:06	81	4:53	81	5:01
81	5:07	80	4:54	81	5:02
81	5:08	80	4:55	80	5:03
80	5:09	80	4:56	80	5:04
80	5:10	79	4:57	80	5:05
80	5:11	79	4:58	79	5:06
79	5:12	78	4:59	79	5:07
79	5:13	78	5:00	78	5:08
78	5:14	78	5:01	78	5:09
78	5:15	77	5:02	78	5:10
78	5:16	77	5:03	77	5:11
77	5:17	76	5:04	77	5:12
77	5:18	76	5:05	76	5:13
77	5:19	76	5:06	76	5:14
76	5:20	75	5:07	76	5:15
76	5:21	75	5:08	75	5:16
75	5:22	74	5:09	75	5:17
75	5:23	74	5:10	75	5:18
75	5:24	73	5:11	74	5:19
74	5:25	73	5:12	74	5:20
74	5:26	73	5:13	73	5:21
73	5:27	72	5:14	73	5:22
73	5:28	72	5:15	73	5:23
73	5:29	71	5:16	72	5:24
72	5:30	71	5:17	72	5:25
72	5:31	71	5:18	71	5:26
72	5:32	70	5:19	71	5:27
71	5:33	70	5:20	71	5:28
71	5:34	69	5:21	70	5:29
70	5:35	69	5:22	70	5:30
70	5:36	69	5:23	69	5:31
70	5:37	68	5:24	69	5:32
69	5:38	68	5:25	69	5:33
69	5:39	67	5:26	68	5:34
68	5:40	67	5:27	68	5:35
68	5:41	67	5:28	67	5:36
68	5:42	66	5:29	67	5:37
67	5:43	66	5:30	67	5:38
67	5:44	65	5:31	66	5:39
66	5:45	65	5:32	66	5:40
66	5:46	65	5:33	65	5:41
66	5:47	64	5:34	65	5:42
65	5:48	64	5:35	65	5:43
65	5:49	63	5:36	64	5:44
65	5:50	63	5:37	64	5:45
64	5:51	63	5:38	63	5:46
64	5:52	62	5:39	63	5:47
63	5:53	62	5:40	63	5:48
63	5:54	61	5:41	62	5:49
63	5:55	61	5:42	62	5:50
62	5:56	60	5:43	62	5:51
62	5:57	60	5:44	61	5:52
61	5:58	60	5:45	61	5:53
61	5:59	59	5:46	60	5:54