



صحة

2024

٥ - ٧ ديسمبر

القواعد واللوائح

## اللجنة المنظمة

شركة صمله ذ.م.م هي الشركة المنظمة لسباق صمله ٢٠٢٤ الذي يقام خلال الفترة ما بين ٥ حتى ٧ ديسمبر

## مفهوم السباق

صمله حدث رياضي يتطلب القدرة على التحمل والتحدي باعتباره يقام في مسارات صحراوية صعبة ونائية، ما يتطلب من المتسابق مستويات عالية من القدرة والتحمل، والمهارات المناسبة للجري والسياسة والرمية والتجديف وقيادة الدراجة الهوائية الجبلية، وهذا وسط أجواء ودرجات حرارة متفاوتة قد تصل إلى ٤٠ درجة مئوية خلال النهار، الأمر الذي يستوجب من المتسابق أخذ الاحتياطات المناسبة لذلك.

يقام سباق صمله ٢٠٢٤ على مسافة ٢٠٠ كيلومتر على مدى زمني قدره ٥٠ ساعة متواصلة، يقطع خلالها المتسابق مسار السباق المحدد من قبل اللجنة المنظمة، والموضح عبر العلامات الأرضية مروراً بكل مرحلة من مراحل السباق. يتعين على المتسابق أن يكمل مسار السباق بالاعتماد على قوته وقدرته الشخصية للوصول إلى نقطة النهاية في أسرع وقت زمني، ويتجسد التحدي في الاعتماد الكامل على الذات، حيث يحمل المتسابق متاعه وعتاده الخاص معه كما هو مبين في قائمة الأمتعة والعتاد، في حين سيتم توفير نقاط للإمداد والمراقبة، ومخيمات للاستراحة مدعومة بالحكام، إضافة إلى الفرق الطبية وفرق الدعم اللوجستي.

تقتصر المشاركة على القطريين الذين بلغوا سن الـ ١٨ سنة، والمنطقة عليهم لوائح السباق واشتراطاته، وهذا بعد الحصول على موافقة الجهة المنظمة للسباق.

## الضوابط والقوانين:

يجب قراءة هذه القواعد والأنظمة بعناية للتسجيل باعتبارها اتفاقية ملزمة قانونياً بين المتسابق واللجنة المنظمة لسباق صمله ٢٠٢٤، كما تحتفظ اللجنة المنظمة للسباق بالحق في تعديل اللوائح والقواعد في أي وقت إذا تعارضت مع الصالح العام وأهداف السباق والأمن والسلامة دون إشعار مسبق، وسوف يتم نشرها إلى جانب قائمة الجزاءات الزمنية على موقع صمله الإلكتروني [www.samla.com.qa](http://www.samla.com.qa)

## المواعيد، البداية والحد الزمني:

ينطلق السباق يوم ٥ ديسمبر ٢٠٢٤ الساعة ٩:٠٠ صباحاً النهائية: ينتهي السباق يوم ٧ ديسمبر ٢٠٢٣ الساعة ١١:٠٠ صباحاً الحد الزمني: ٥٠ ساعة هو إجمالي الوقت المخصص بحد أقصى لإنهاء مسار السباق.

## مسافة السباق

٢٠٠ كيلو متر يبدأ من منطقة الغارية وينتهي في منطقة أم باب .

## مسار السباق

يتعين على المتسابق اتباع علامات مسار السباق والبقاء على الطريق الموضح، حيث تم تحديد المسار بعلامات واضحة لتكون العلامات مرئية في النهار والليل. تقع مسؤولية اتباع مسار السباق على عاتق كل متسابق، وفي حال قيام أي متسابق بسلك منعطف خاطئ فإنه يستوجب على العودة إلى المسار الصحيح، ويعتبر عدم الالتزام بهذا الأمر اختصاراً لمسار السباق قد يترتب عليه استبعاد المتسابق.

## مراحل السباق

يتكون السباق من ٦ مراحل رئيسية، ولكل مرحلة طريقة خاصة لاجتيازها تميزها عن سواها. يجب على المتسابق اجتياز جميع المراحل على التوالي بحيث لا يمكن له تخطي مرحلة والانتقال للمرحلة التي تليها من دون الاجتياز الكامل لها على المسار المحدد من قبل اللجنة المنظمة للسباق، واجتياز جميع التحديات بنجاح.

## المرحلة الاولى:

### السباحة

الغارية: المسافة (٣) كيلومتر

- في المرحلة الاولى يبدأ المتسابقون من خط البداية (منطقة الغارية) مع إشارة الانطلاقة على المسار المحدد من قبل اللجنة المنظمة للسباق.
- تعتمد هذه المرحلة على السرعة والقوة البدنية حيث يستوجب على المتسابق قطع المسافة كاملة حتى نهاية هذه المرحلة في شاطئ فويرط.
- سترة النجاة غير إلزامية، سيتم توفيرها لمن يرغب في ارتداؤها قبل النزول للبحر.
- سيتم توفير حقيبة في هذه المرحلة تمنع دخول الماء، ويتوجب على المتسابق وضع متاعه وعتاده الخاص به فيها.
- مسموح للمتسابقين ارتداء الملابس الخاصة بالسباحة

## المرحلة الثانية:

### الجرى

فويرط إلى أم الماء

- المسافة: ٦٦ كيلومتر يجتاز المتسابقون هذه المرحلة جريا من شاطئ فويرط إلى شاطئ أم الماء على المسار المحدد من قبل اللجنة المنظمة للسباق.
- تعتمد هذه المرحلة على القوة البدنية والتحمل.

## المرحلة الثالثة:

### التجديف بقارب الكاياك

- أم الماء المسافة: ٦ كيلومتر يجتاز المتسابقون المرحلة السابعة بقارب الكاياك الذي توفره اللجنة المنظمة للسباق.
- تعتمد هذه المرحلة على القوة البدنية ومهارة التجديف بالقارب.
- سترة النجاة إلزامية، ويجب على جميع المتسابقين ارتداؤها قبل النزول للبحر.

## المرحلة الرابعة:

### الدراجات الهوائية

أم الماء إلى النصرانية: المسافة (٧٥) كيلومتر

- أم الماء الى النصرانية المسافة: ٧٥ كيلومتر يجتاز المتسابقون هذه المرحلة بالدراجة الهوائية الجبلية على المسار المحدد من قبل اللجنة المنظمة للسباق وصولا إلى منطقة النصرانية . تعتمد هذه المرحلة على مهارة قيادة الدراجة الهوائية في المسارات الوعرة والمرتفعات.
- يجب على المتسابق توفير دراجة هوائية خاصة به، وستتكفل اللجنة المنظمة للسباق بنقلها إلى نقطة البداية لمرحلة الدراجة الهوائية، واستلامها في نهاية هذه المرحلة من السباق.
- يعتبر المتسابق المسؤول الأول عن حالة الدراجة الهوائية الخاصة به وتجهيزاتها.

## المرحلة الخامسة:

### الرماية

- على المتسابق الرماية ببندقية هوائية عدد ٥ طلقات صوب الهدف المحدد من مسافة ٨ متر وتعتمد هذه المرحلة على مهارة التركيز و الرماية الدقيقة.

## المرحلة السادسة:

### جرى

النصرانية إلى أم باب: المسافة (٥٠) كيلومتر

- يجتاز المتسابقون هذه المرحلة على الاقدام حتى نهاية المسار في أم باب، وتعتمد هذه المرحلة على مهارة التحمل .

## معضلات المسار

يتخلل المسار معضلات لن يتم الافصاح عنها أو عن طبيعتها ومكانها، ويجب على المتسابق اجتيازها كاملة حيث تعتبر هذه المعضلات جزءاً لا يتجزأ من مسار السباق.

- انظر البند رقم ١٥ في جدول المخالفات والعقوبات.

## التغذية والترود بالماء

- تلتزم اللجنة بتوفير وجبات الغذاء اللازم للسباق والماء في بعض نقاط المراقبة والمخيمات الرئيسية.
- يلتزم المتسابق بحمل علبتين للماء بسعة ٥٠٠ ml للقارورة الواحدة كحد أدنى .
- يفضل من المتسابق ان يحمل معه في كل مرحلة من مراحل السباق غذاء يمدّه بالطاقة إذا تعرض للجهد البدني وان يحتوي هذا الغذاء على ٤٠٠ سعرة حرارية على اقل تقدير.

## نقاط المراقبة

ستكون نقاط المراقبة موزعة على طول مسار السباق، وسيتم فيها بالإضافة لتسجيل مرور المتسابق تزويد المتسابقين بالماء عند كل نقطة مراقبة، كما تشمل بعض نقاط المراقبة على وجبات خفيفة (سناك).

## مخيمات الاستراحة

ستكون المخيمات الرئيسية مجهزة بالكامل للمتسابقين حيث يتم بها تسجيل دخول وخروج المتسابقين، وستوفر بها منطقة للنوم، ومنطقة لتناول الطعام، إضافة إلى توفير أماكن مظلة للراحة، وخدمات أولية، وخدمات طبية لتقديم المساعدة والعلاج.

## المساعدة الطبية:

توفر اللجنة المنظمة للسباق الدعم الطبي للمتسابقين طوال فترة السباق، وتشدد على أن تقدمك للتسجيل هو بمثابة تفويض منك للموظفين الطبيين باتخاذ القرارات المتعلقة بالرعاية الطبية والعلاج خلال فترة السباق، كما تلتزم اللجنة ببذل كل الجهود اللازمة للحفاظ على سلامة المتسابقين، وتحفظ بالحق في استبعاد أي متسابق إذا ما ارتأت أن حالته الصحية لا تسمح له بمواصلة السباق.

## التسجيل:

ستتم إجراءات تسجيل المتسابقين إلكترونياً من خلال الموقع الإلكتروني لسباق صمله [www.samla.com.qa](http://www.samla.com.qa)

## موعد التسجيل:

- يفتح باب التسجيل بتاريخ ١ أكتوبر، ويستمر إلى غاية ٢٧ أكتوبر ٢٠٢٤
- يجب الالتزام بالمواعيد المذكورة، حيث لن يتم قبول التسجيل إلا في الفترة المحددة لذلك.

## موعد التسجيل:

- التسجيل سيكون إلكترونياً فقط من خلال الموقع الإلكتروني الخاص بالسباق [www.samla.com.qa](http://www.samla.com.qa)
- استكمال النماذج الخاصة بالتسجيل إلكترونياً و ارفاق المستندات المطلوبة.
- دفع رسوم التسجيل للسباق إلكترونياً من خلال الموقع الإلكتروني الخاص بالسباق (خاضعة للشروط).

## رسوم التسجيل:

- قيمة رسوم الاشتراك ١٠٠٠ ريال قطري، وهي إلزامية وغير مستردة للمشاركة في سباق صمله.
- التسجيل نظامي إذ لا يسمح بنقل تسجيل أي متسابق إلى متسابق آخر تحت أي ظرف أو الى نسخة تليها .

## عتاد المتسابق:

- سوف توفر اللجنة عتاد المتسابق (كما في المرفق).

## السلوك والسلامة:

- إن أي سلوك غير لائق يبدر من المتسابق بحق أعضاء اللجنة المنظمة للسباق سيترتب عنه اتخاذ الإجراءات القانونية ضده.
- إن عدم التزام المتسابق بقرارات اللجنة المنظمة أو الفريق الطبي سيعرضه للمحاسبة واتخاذ إجراءات صارمة تجاهه .
- يجب في جميع الأوقات طوال مسار السباق التصرف والتعامل بطريقة لائقة مع الزملاء المتنافسين واللجنة المنظمة للسباق، والتحلي بالروح الرياضية.
- في حال واجهت أي شيء مقلق أثناء السباق من الممكن أن يشكل تهديدا لسلامة منافس أو حكم أو عضو لجنة يجب أن تكون الأولوية لديك الإبلاغ عنه بالاتصال او عند الوصول إلى أقرب نقطة مراقبة، وتوفير التفاصيل الكاملة أو تقديم المساعدة إن لم يكن هذا الاجراء يشكل خطرا على حياتك.
- يجب على المتسابق مراقبة ومراعاة حركة سير المرور في جميع الأوقات خلال السباق، كما يجب اتباع تعليمات مسؤولي السباق والالتزام بها.
- يجب على المتسابق الاعتماد على نفسه والاعتناء بنفسه وأن يكون حريصا على سلامته والتعامل مع المشاكل التي قد تطرأ أثناء السباق والتغلب عليها مثل الاجهاد والإصابات المتوسطة والطفيفة، وسوء الأحوال الجوية، وطبيعة المناطق الوعرة.
- يجب على كل متسابق على مسار السباق الالتزام بتشغيل المصابيح الضوئية المحمولة معه من غروب الشمس إلى شروقها.
- الحفاظ على العتاد وعدم تعريضه للتلف ليكون صالحا للاستخدام حتى نهاية السباق.

## الانسحاب و طلب الغاء المشاركة:

- يحق لكل متسابق الانسحاب وطلب إلغاء المشاركة بعد انتهاء فترة التسجيل حتى قبل موعد بدء السباق، بإرسال إيميل على البريد الإلكتروني الخاص بالسباق [info@samla.com.qa](mailto:info@samla.com.qa)
- إذا قرر أي متسابق الانسحاب خلال فترة السباق فعليه إعلام أقرب نقطة مراقبة حتى يتم نقله إلى اقرب مخيم رئيسي.
- يترتب عن انسحاب المتسابق من السباق في أي مرحلة عدم تضمينه في الترتيب العام للسباق.

## حقوق نظام السباق :

- تحتفظ اللجنة المنظمة للسباق بحق تعديل نظام السباق. يتم تغيير يوم وساعة انطلاق السباق أو تعديل مساره حرصا على سلامة المتسابقين إذا ما حدثت هناك مستجدات خارجة عن إرادة اللجنة، كما يحق للجنة تغيير نظام السباق إذا ما ارتأت ذلك ويتم اعلام المتسابقين مسبقا .

## الحفاظ على البيئة والخصوصيات:

- عدم قطع النباتات و الأشجار او اغصانها و اتلاف أي جزء منها .
- عدم ازالة الصخور او تحريكها او العبث في حفريات الزواحف والحيوانات.
- عدم الاقتراب او استخدام المنازل السكنية و بيوت البر والمزارع والمخيمات الخاصة والعزب.
- يمنع رمي المخلفات على طول مسار السباق.

### الملابس ورقم المتسابق:

- يجب على المتسابقين الالتزام بالزي الرياضي في جميع الأوقات من قميص وشورت، أو بنطلون وحذاء رياضي أو صندل مناسب.
- الامتثال لتعليمات اللجنة بمواقع أرقام الصدر للسباق على الملابس، يجب المحافظة على رقم الصدر، وأن يكون واضحاً تماماً طوال السباق بأكمله.

### قائمة الأمتعة والعتاد:

- حقيبة الظهر
- عبوتتا ماء سعة 500 ml لكل عبوة كحد أدنى
- اضاءة رأس
- اضاءة للدراجة الجبلية
- خوذة دراجة هوائية

### فحص المنشطات :

- سوف يخضع المتسابقين الـ 15 الأوائل لفحص المنشطات من قبل اللجنة الوطنية لمكافحة المنشطات لضمان المنافسة الرياضية العادلة بين المتسابقين.
- سوف تلغى نتيجة المتسابق وكل ما يترتب عنها من جوائز في أي من الحالات التالية:
  - O ثبات تعاطيه للمنشطات.
  - O الامتناع أو رفض أو عدم حضور المتسابق الذي تم اختياره لعملية أخذ العينات بعد تلقي الاخطار بذلك، أو التهرب من عملية أخذ العينات بأي طريقة، والتلاعب أو محاولة التلاعب بأي جانب من جوانب مراقبة تعاطي المنشطات.
  - O انتهاك أنظمة الرقابة على المنشطات.

### طريقة أخذ العينة:

- سوف تأخذ العينة من المتسابق الذي طلب منه تقديمها من قبل مختصين تابعين للجنة القطرية لمكافحة المنشطات.
- يتم الأمر حسب إجراءات معتمدة وإلزامية من قبلهم حيث سيرافق المختص بأخذ العينة المتسابق ليقوم الأخير بالإجراءات المتبعة بأخذ العينة تحت إشراف المختص ومراقبته.

### آلية الفحص:

1. التوجه إلى محطة الكشف في الوقت المحدد (سيتم تحديده لاحقاً).
2. إحضار نموذج الفحص وصورة من البطاقة الشخصية (نموذج يتم فيه تسجيل البيانات الشخصية وأسماء الأدوية الطبية وسبب استخدامها، والمكملات الغذائية التي يستخدمها المتسابق قبل السباق وأثناء السباق مع إحضار عبواتها معه، وأي مواد أخرى).
3. يتوجه المتسابق برفقة المختص لأخذ العينة تحت مراقبة الأخير حسب الإجراءات المعتمدة لدى اللجنة القطرية لمكافحة المنشطات، وعلى المتسابق الالتزام بكافة التعليمات الموجهة له الخاصة بطريقة أخذ العينة.
4. يسمح للمتسابق شرب الماء والعصائر الكافية لإعطاء الكمية المطلوبة من عينة البول.
5. يقوم مسؤول الفحص بإجراء اختبار للكثافة النوعية للبول. في حال كانت الكثافة أقل من المطلوب يجب أن يقوم المتسابق بإعطاء عينة بول أخرى إضافية.
6. يمنع تناول مشروبات الطاقة مثل ريدبول وياورهورس ومثيلاتها قبل أخذ العينة.

## الاحتجاجات:

١. يحق لكل متسابق التقدم باحتجاج فني خطياً للجنة الفنية وذلك في غضون ٣٠ دقيقة من اجتيازه خط النهاية مباشرة فيما يخص عقوبات الوقت وسلوك المتسابقين الآخرين، وهذا شريطة أن يتم الاحتجاج بسرية تامة مع التحلي بالروح الرياضية وضبط النفس.
٢. أي احتجاج علني وعدم ضبط النفس والالتزام بالروح الرياضية والحفاظ على أخلاق الزمالة سوف يؤدي إلى إصدار عقوبات الوقت بحق المتسابق المحتج أو إلى استبعاده.
٣. سيتم البت في أي احتجاج من قبل رئيس اللجنة الفنية للسباق، وجميع القرارات الصادرة عنه تكون نهائية وملزمة وغير قابلة للتغيير.
٤. أي رد أو رفض لنتيجة الاحتجاج أو سوء سلوك سوف يتلقى المتسابق عقوبة وقت أو استبعاد.
٥. لن يتم التفاعل مع أي شكوى أو اعتراض على وسائل التواصل الاجتماعي، ولن يتم التواصل مع ناشرها.

## حقوق الصورة والتصوير ومحتوى وسائل الإعلام وكاميرات التصوير:

١. اشتراكك في السباق يعتبر موافقة منك للجنة المنظمة على ما يلي:
  - استخدام صورك الفوتوغرافية والفيديو كليا أو جزئيا للبث في أي برنامج تلفزيوني والموقع الإلكتروني الخاص بالسباق، وحسابات وصفحات مواقع التواصل الاجتماعي الخاصة بالسباق.
  - استخدام اسمك والصور الشخصية وتسجيلات الفيديو لغرض الإعلان والدعاية والترويج للسباق.
٢. يحظر على المتسابق ما يلي:
  - التصوير الشخصي للمتسابقين أو أفراد اللجنة المنظمة أو الحكام أو الطاقم الطبي والدعم اللوجستي قبل أخذ الموافقة الشخصية المباشرة من الشخص ذاته
  - الإساءة للجنة المنظمة للسباق بأي شكل من الأشكال بما يشمل نشر فيديوهات أو صور تم التقاطها خلال السباق على وسائل التواصل الاجتماعي.
٣. كل المحتوى من الصور والمواد التي يتم التقاطها في سباق صمله من الجهة المختصة في السباق هي ملكية حصرية للجنة المنظمة للسباق ويجب عدم النسخ أو التوزيع من دون الحصول على موافقة خطية من اللجنة المنظمة للسباق.
٤. يسمح التصوير والتقاط الصور للاستخدام الشخصي فقط ويحظر أي استخدام تجاري لهذا التصوير.

## الدعم الخارجي:

- لا يسمح بالحصول على مساعدة خارجية تحت أي ظرف من الظروف ، ويشمل ذلك المساعدة البدنية من قبل أي شخص آخر على الطريق كما يمنع منعاً باتاً مسابقة المتسابقين من قبل زملائهم بالسيارات على مسار السباق.

## الجوائز:

- الجوائز المخصصة لفئات السباق هي كالاتي:
- ١. المركز الأول: درع ومبلغ ٥٠٠,٠٠٠ ريال قطري
- ٢. المركز الثاني: درع ومبلغ ٣٠٠,٠٠٠ ريال قطري
- ٣. المركز الثالث: درع ومبلغ ٢٠٠,٠٠٠ ريال قطري
- ٤. المركز الرابع إلى المركز العاشر: ميدالية ومبلغ ٧٥,٠٠٠ ريال قطري
- ٥. المركز الحادي عشر إلى المركز الأخير: ميدالية ومبلغ ١٠,٠٠٠ ريال قطري

\* تخضع جميع الجوائز للشروط والأحكام.

## العقوبات

م	المخالفة	وصف المخالفة	العقوبة
١	قبول المساعدات الخارجية	استقبال اي دعم خارجي من مواد غذائية على المسار	ساعة لكل تكرار
٢	قبول المساعدات الخارجية	استخدام اي نوع من انواع وسائل النقل	استبعاد من السباق
٣	عدم التسجيل	عدم التسجيل او عدم استكمال متطلبات التسجيل للسباق في الوقت المحدد	عدم السماح بالمشاركة
٤	الحقن الوريدي او الحقن في العضله	توصية الطاقم الطبي بحصول المتسابق على الحقنة الوريدية او في العضله	استبعاد من السباق
٥	عدم اتباع العلامات الارضية	عدم اتباع العلامات الارضية و تغيير المسار و قطع الطرق المتعرجة و فقدان الطريق وعدم تصحيح المسار والعودة على المسار الصحيح	ساعتين/ الاستبعاد من المنافسة في التكرار الثاني
٦	التوقف الاجباري	عدم التوقف في نقاط المراقبة في حال طلب منه التوقف للتفتيش	ساعة واحدة/ ساعتان في التكرار التالي لكل مرة
٧	الانطلاقة	عدم الالتزام بوقت الانطلاق	ساعة واحدة
٨	النوم على مسار السباق	عدم الالتزام بالنوم في المخيمات المخصصة من اللجنة المنظمة للسباق	ساعة واحدة/ ساعتان في التكرار التالي لكل مرة
٩	ازالة او نقل العلامات الارضية	ازالة العلامات الارضية المحددة لمسار السباق او تغيير موقعها	استبعاد من السباق
١٠	الدخول الى الاماكن المحظورة	دخول مقرات اللجنة المنظمة للسباق و الاعلام و المخيمات الموسمية و المزارع و المحلات التجارية	ساعة واحدة و لكل مرة يتم فيها التكرار ساعة
١١	القاء المخلفات	القاء المخلفات في غير المكان المخصص لها باختلاف انواعها و في اي موقع	١٥ دقيقة و لكل مرة يتم فيها التكرار ١٥ دقيقة
١٢	عدم تثبيت رقم المتسابق	عدم تثبيت رقم المتسابق بطريقة مرئية و واضحة في المكان المتفق عليه	١٥ دقيقة و لكل مرة يتم فيها التكرار ١٥ دقيقة
١٣	عدم الالتزام بالزي	عدم الالتزام بالزي الرياضي او خلع القميص و التعري اثناء السباق	ساعة واحدة و لكل مرة يتم فيها التكرار ساعة
١٤	عدم الالتزام بالعضلات	عدم اجتياز عضلات مسار السباق بالطريقة الصحيحة	ساعة واحدة لكل معضله لم يتم اجتيازها
١٥	تعاطي المنشطات و المنبهات	تعاطي العقاقير و المواد المنشطة و المنبهات	استبعاد من السباق
١٦	الاحتجاج العبيث	الاحتجاج لغرض الاخلال بالنظام او التأثير على النتائج	ساعة واحدة
١٧	سوء السلوك	انظر الى نقطة سوء السلوك اعلاه	٣ ساعات/ الاستبعاد من المنافسة
١٨	التصوير بغرض الإساءة	تصوير بغرض الإساءة للسباق	حذف لقطات التصوير و استبعاد من المنافسة
١٩	التصوير بدون الاستئذان	تصوير المتسابقين او اللجنة المنظمة او الكادر الطبي بدون الاستئذان منهم شخصيا	ساعة واحدة/ حذف لقطات التصوير (في التكرار لكل مرة)
٢٠	اخذ عتاد متسابق اخر	اخذ عتاد متسابق اخر لغرض اتمام النقص	ارجاع عتاد المتسابق له / ساعة في التكرار لكل مرة
٢١	النوم خارج المخيم	النوم خارج المخيم المخصص للمتسابقين	ساعة واحدة في التكرار لكل مرة
٢٢	تغير رقم المتسابق	تغير او تبديل رقم المتسابق اثناء السباق	استبعاد من المنافسة
٢٣	مساعدات خارجية	اي مساعدة خارجية في توفير ملابس رياضية او عتاد او نقل عتاد المتسابق بغرض اعطائه افضليه	٣ ساعات / الاستبعاد من المنافسة
٢٤	تضليل الحكم	محاولة تضليل الحكم بإعطائه بيانات مختلفة او عدم التعاون مع الحكم او مشاركة شخص اخر نيابة عن المتسابق الاساسي لجزء من المسار	استبعاد من المنافسة
٢٥	عدم اتباع التعليمات	عدم اتباع التعليمات والارشادات و عدم الالتزام بالقوانين يتم تقدير العقوبة عن طريق اللجنة الفنية للسباق	ساعة واحدة / ساعتين / ٣ ساعات / استبعاد من المنافسة

\* ملاحظة/ يحق للجنة الفنية ايقاع العقوبة القصوى مباشرة او استبعاد من المنافسة في حالة استهتار المتسابق و تأثيره على سلامته وسلامة المتسابقين واللجنة المنظمة.



**سامله**

**2024**

[samla.com.qa](http://samla.com.qa)