



**CHALLENGE
VIETNAM**
we are triathlon!

PRESENTED BY
NHA TRANG CITY
KHANH HOA PROVINCE



RACE GUIDE

JULY 12-14, 2019

#CHALLENGEVN | WWW.CHALLENGEVIETNAM.COM



JOVI LO

Challenge Family Asia Pacific CEO

On behalf of Challenge Asia Pacific, welcome to Challenge Vietnam!

We are proud to host the 2nd edition of Challenge Vietnam here in the beautiful city of Nha Trang.

Thank you to all the participants, volunteers and especially the Challenge Vietnam team for making this happen. This year, the

Challenge Family is especially keen on getting you to "balance your life". Today is not only a competition, it is also an event that will help you rethink the way you live a balanced life.

Before every CHALLENGE, you must tirelessly dedicate yourself to training. FAMILY represents caring for one another, and the community that surrounds you. What the CHALLENGE FAMILY wants to achieve is for everyone to strive for a balance.

We hope everyone enjoys this exciting weekend with your loved ones and the new friends you will make here. Let's create unforgettable memories together!

Thay mặt Challenge Châu Á Thái Bình Dương, tôi xin được gửi lời chào mừng đến tất cả các vận động viên của IPPGroup Challenge Vietnam.

Tôi rất phấn khích khi lần thứ 2 được trở lại thành phố biển xinh đẹp Nha Trang để thi đấu tại đường đua của Challenge Vietnam. Cảm ơn tất cả những vận động viên, tình nguyện viên, đặc biệt là ban tổ chức đã mang cuộc thi đến Việt Nam. Năm nay, Challenge Family đặc biệt mang lại thông điệp "Cân bằng Cuộc sống" (Balance your life), mong muốn các vận động viên hãy luôn tin rằng đây không chỉ là một cuộc thi đấu, mà còn là cơ hội để mọi người có cuộc sống cân bằng giữa công việc và rèn luyện cơ thể.

Trước mỗi thử thách, bạn phải nỗ lực luyện tập không ngừng nghỉ, Challenge Family sẽ luôn đồng hành cùng mỗi vận động viên nói riêng và cộng đồng ba môn phối hợp nói chung trong cả quá trình, vì mục đích lớn nhất của chúng tôi là được hỗ trợ các bạn tìm được sự cân bằng trong cuộc sống. Lời cuối cùng, chúc cho các vận động viên của IPPGroup Challenge Vietnam 2019 có một kì nghỉ cuối tuần đáng nhớ với người thân, bạn bè và cùng nhau tận hưởng những giây phút đáng nhớ tại Nha Trang.

MITCHELL ROBINS - The champion of IPPGroup Challenge Vietnam 2016

Hello, I'm Mitch Robins, Professional Triathlete from Australia and winner of the inaugural Challenge Vietnam in 2016. I'm honoured to be back in Nha Trang for Challenge Vietnam and I'm excited to see another edition of this race unfold.

To the athletes - I wish you all the best of luck, whether it is your first race or you're a seasoned veteran. Be respectful in these hot and challenging conditions and race smart. Take the time to explore the beautiful city of Nha Trang and thank the local people for welcoming us to Vietnam.

On behalf of all the competitors, I would like to thank the people of Nha Trang for welcoming us to your beautiful city, Challenge Family for putting on another world class event for us to challenge us, the sponsors for their financial support and the volunteers and people behind the scenes that make these events so special.

Xin chào tất cả các vận động viên,

Tôi là Mitch Robins, vận động viên chuyên nghiệp ba môn phối hợp đến từ Úc và cũng là nhà vô địch Challenge Vietnam 2016. Tôi rất hạnh phúc được trở lại thi đấu trong lần này và mong chờ những điều thú vị tiếp theo sẽ diễn ra tại đường đua của IPPGroup Challenge Vietnam 2019.

Gửi đến tất cả các vận động viên, chúc cho các bạn gặp được nhiều may mắn. Không quan trọng bạn là vận động viên chuyên nghiệp hay lần đầu tham gia thử thách, hãy luôn tập trung thi đấu thật tốt dưới cái "nóng" không chỉ tại không khí đường đua mà còn dưới thời tiết ở Nha Trang. Đừng quên dành thời gian để khám phá thành phố xinh đẹp này và gửi những lời cảm ơn đến người dân địa phương đã chào đón chúng ta.

Thay mặt tất cả các vận động viên, tôi xin chân thành cảm ơn những người bạn tại Nha Trang đã dành tình cảm nồng nhiệt cho chúng tôi, cũng như ban tổ chức IPPGroup Challenge Vietnam đã tạo cơ hội cho những vận động viên được thi đấu tại một cuộc thi mang tầm cỡ quốc tế, cảm ơn những nhà tài trợ và các bạn tình nguyện viên, cố động viên xuyên suốt các chặng đua.





JOHANNA SOLANO - Miss Costa Rica 2011, Age group winner of IPPGroup Challenge Vietnam 2016



Hello everyone!

I'm very excited to share with you all the magic of this awesome event! It's no secret that as athletes, we all look for races that are in beautiful destinations and with nice people, but we also look for a challenging course that can bring out the best version of ourselves, and that's why I love Challenge Vietnam, it has it all!

The minute I left Nha Trang back in 2016 I wanted to go back! What a beautiful place! I can't wait to meet all of you, and get to see the friends I made at that time. It's time to go get what you have trained for, to experience the great atmosphere of a place like this, and be grateful for what your body can achieve, no matter the position you finish in. We are all champions and our efforts will pay off!

Enjoy! See you soon!"

Xin chào các vận động viên,

Tôi rất hào hứng khi có cơ hội kể cho các bạn những điều kỳ diệu nhất mà cuộc thi đem lại! Đối với các vận động viên, chúng ta đều mong muốn được thi đấu tại đường đua là những điểm đến tuyệt đẹp nơi có những con người thật tuyệt vời, đồng thời cũng là cơ hội để thi đấu hết mình và đạt được những thành tích lớn hơn. Đó là lý do mà tôi yêu thích IPPGroup Challenge Vietnam, vì cuộc thi đáp ứng tốt tất cả những điều tôi mong đợi.

Tôi yêu thích Nha Trang và con người ở thành phố đến nỗi ngay khi rời khỏi vào 2016, tôi đã ngay lập tức muốn quay lại để gặp tất cả mọi người, trong đó có cả những người bạn tôi mới quen được. Đây là lúc để gạt hái thành tích mới tại IPPGroup Challenge Vietnam 2019 và sống lại không khí tuyệt vời tại đường đua ở Nha Trang 3 năm về trước. Bạn hãy luôn tự hào về những gì mình đã và sẽ đạt được, không quan trọng là người thứ mấy đặt chân đến vạch đích vì bạn đã chính là nhà vô địch khi vượt qua thử thách và mọi nỗ lực sẽ được đền đáp xứng đáng.

TO PHUONG - IPPGroup Challenge Vietnam 2019's ambassador



To our competitors and spectators, I would like to welcome you all to the 2019 IPPG Challenge Vietnam. Athletes, today is the day. Today is the day where the endurance and stamina you have built up through hard work and determination will be tested. I know that it took a lot of effort and sacrifice to make it here. Whether a beginner or a repeat competitor, just know that you have already accomplished so much just by getting to the start line. Trust in your training and enjoy the race! Please make the most of your visit in Nha Trang. The entire organizing team and I wish you all a memorable visit here and a fabulous race day. Best of luck to all. I look forward to seeing you at the finish line!

Trân trọng chào đón tất cả các vận động viên và khán giả đến với cuộc thi ba môn phối hợp IPPG Challenge Việt Nam 2019.

Đối với các vận động viên, cuối cùng cái ngày quan trọng mà chúng ta chờ đợi bấy lâu đã tới. Ngày mà chúng ta sẽ phô bày hết thầy những sự tập luyện khó nhọc của mình. Tôi biết để chuẩn bị cho sự kiện đặc biệt này các bạn đã tận tâm và cố gắng rất nhiều trong việc tập luyện. Tôi cũng cảm nhận được tất cả các nỗ lực và sự hy sinh cần có để các bạn có mặt tại đây. Hãy nhớ rằng dù bạn thi lần đầu hay là một vận động viên kỳ cựu, chỉ cần có mặt tại vạch xuất phát bạn đã là một nhà vô địch. Hãy tin tưởng vào sự luyện tập của mình và tận hưởng cuộc thi! Nha Trang là một thành phố biển xinh đẹp, các bạn hãy dành thật nhiều thời gian tham quan nơi đây. Tôi và toàn thể Ban Tổ Chức chúc các b



BRINGING THE BEST OF THE WORLD TO VIETNAM

www.ippgroup.vn | facebook.com/ippgroup.vn/



CAM RANH INTERNATIONAL TERMINAL

The International Terminal (T2) at Cam Ranh Airport, was officially put into operation on June 30, 2018 after 19 months of construction with a total investment capital of 3.735 billion. Developed and managed by Cam Ranh International Terminal (CRITC) Joint Stock Company, the T2 project came about at a time to inject much needed capacity into the airport operating infrastructure. At the same time, facilities and services were upgraded to match international standards.



Cam Ranh International Terminal Joint Stock Company

Tel: (+84.258)398.99.86
Email: ask.us@camranh.aero

Fax: (+84.258)398.99.01
website: www.camranh.aero



facebook.com/CXRT2



ABOUT THE RACE

CHALLENGE FAMILY & CHALLENGE VIETNAM

GIỚI THIỆU VỀ CHALLENGE FAMILY VÀ CHALLENGE VIỆT NAM

Vietnam is the easternmost country of the Indochina Peninsula, and its white sandy beaches look out on the South China Sea. Because of the year-round warm weather, Vietnam's beach cities are ideal for both sports and tourism. Subsequently, Nha Trang has become a hotspot for travel. Hosting Challenge Vietnam and the addition of the new international airport Cam Ranh has generated a lot of buzz for the tourism industry here in Nha Trang.

Having been awarded "Best Inaugural Long Distance Triathlon in Asia" by AsiaTri after its first edition in 2016, the competition has doubled its participation this year. IPPGroup Challenge Vietnam is in its 2nd edition; it will bring out the best in every athlete, and it will become a "must-try" competition for triathletes all around the world.

Nằm ở phía đông của bán đảo Đông Dương, thuộc phía đông và đông nam Biển Đông, với thời tiết nhiệt đới đặc trưng, Việt Nam cũng như các thành phố ven biển luôn là địa điểm lý tưởng cho các hoạt động thể thao và du lịch. Bên cạnh điều kiện tự nhiên thuận lợi, "thủ phủ của các thành phố biển" - Nha Trang với sân bay quốc tế mới - Cam Ranh đã và đang thu hút khách du lịch và vận động viên từ khắp nơi trên thế giới đến tham quan thành phố, đặc biệt là trong dịp IPPGroup Challenge Vietnam 2019 diễn ra.

Được trao giải "Cuộc thi 3 môn phối hợp cự li dài xuất sắc nhất châu Á" bởi AsiaTri trong lần đầu tiên tổ chức vào năm 2016, cuộc thi đã thu hút 211 vận động viên từ 30 quốc gia và vùng lãnh thổ đến tham dự, trong đó có 1/4 số lượng vận động viên là người Việt Nam, cùng 80 bài báo trong nước và quốc tế đồng loạt đưa tin về cuộc thi 3 môn phối hợp với quy mô lớn được tổ chức ngay tại Việt Nam. Năm nay, IPPGroup Challenge Vietnam 2019 lần thứ 2 chính thức diễn ra, hứa hẹn mang lại nhiều điều thú vị và hấp dẫn trên tất cả các phần đua và tiếp tục trở thành cuộc thi "đáng phải đến" cho vận động viên 3 môn phối hợp trên toàn thế giới.



OFFICIAL MEDAL

HUY CHƯƠNG DANH GIÁ



This year's medal is inspired by a Dong Son Drum, a musical instrument which represents power, religious devotion and tremendous achievement in the culture of the ancient Van Lang people. Challenge Vietnam's medals evoke a strong sense of national pride and a connection with our Vietnamese ancestors. In the past, this bronze drum only belonged to tribal leaders. In the same way, only those who can conquer the challenging race ahead are worthy of this prize. Just as those drums were sacred, the long-tailed flying bird motifs displayed on the medal represent the origin story of man, calling upon a something ingrained in us since the beginning of time to keep us going.

Tram Huong Tower - A familiar symbol of Nha Trang, Tram Huong Tower is stylized on the outer ring of the medal, meant to also resemble blooming petals embracing the pistil - the logo of the Challenge Family. This portrays a Vietnam full of vitality, passion, victory and inclusivity.

Được lấy cảm hứng từ Trống đồng Đông Sơn - không chỉ là nhạc cụ mà còn là biểu tượng tập trung nhất cho quyền lực, tôn giáo và những thành tựu trong nền văn hóa và đời sống lâu đời của nhà nước Văn Lang, huy chương của Challenge Vietnam cũng mang trong mình hơi thở và niềm tự hào của con người hào hùng xứ Việt cổ. Tương truyền trống thường chỉ thuộc về những người thủ lĩnh, chính vì vậy huy chương mặt trống đồng cũng chỉ giành cho những ai xuất sắc nhất vượt qua chặng đua đầy cam go và thử thách phía trước. Hoa tiết hình chim thể hiện nguồn cội cao quý của loài người được tinh tế đưa vào càng làm tăng thêm phần thiêng liêng cho chiếc huy chương này.

Tiếp đó là hình ảnh quen thuộc của Tháp Tràm Hương, biểu tượng quen thuộc của Nha Trang cũng được xếp ngay ngắn bao quanh và cách điệu tỏa ra như những cánh hoa rực rỡ ôm trọn lấy tâm là biểu tượng của Challenge Family - ở đây được thiết kế tương thích với hình ảnh lá cờ đỏ sao vàng biểu trưng cho một Việt Nam đầy sức sống và đam mê nhiệt huyết.

AGENDA



LỊCH TRÌNH

TIME THỜI GIAN	ACTIVITY HOẠT ĐỘNG	LOCATION ĐỊA ĐIỂM
FRIDAY THỨ 6, 12.07.2019		
14:00 - 19:00 18:30 - 20:30	Race Kit Pick Up Mở khu vực nhận bộ đồ thi đấu Welcome Dinner Bữa tối Chào mừng	Yasaka Saigon Nha Trang Hotel 18 Trần Phú
SATURDAY THỨ BẢY, 13.07.2019		
9:00 - 20:00 9:00 - 14:00	Athletes' Village Làng VĐV hoạt động Race Kit Pick Up Mở khu vực nhận đồ thi đấu	Yasaka Saigon Nha Trang Hotel
10:00 - 12:00 15:00 - 18:00	Swim Course Open for check Buổi tập bơi Bike Check-In Check in khu vực xe đạp	2/4 Square Quảng trường 2/4
16:30 - 17:15 17:15 - 17:45 18:00 - 19:30	Pro Athletes Race Briefing Giới thiệu thông tin cuộc thi dành cho VĐV chuyên nghiệp Meet the pros Gặp gỡ VĐV chuyên nghiệp Age Groupers & Relay Race Briefing Giới thiệu thông tin cuộc thi	Yasaka Saigon Nha Trang Hotel
SUNDAY CHỦ NHẬT, 14.07.2019		
6:00 - 16:00 4:45 - 5:45 5:50 6:05	Athletes' Village Làng VĐV hoạt động Transition Opens Mở khu vực chuyển tiếp Assembly Time Tập trung tại khu vực xuất phát Gun Start: Male Pros Xuất Phát nhóm Chuyên nghiệp Nam Gun Start: Female Pros Xuất Phát nhóm Chuyên nghiệp Nữ Age Groupers & Relay Participants Waves Xuất Phát nhóm Tuổi và Đồng đội	2/4 Square Quảng trường 2/4
7:30	Swim Cut Off: 70 minutes after the last wave Đóng chặng bơi 70 phút sau lượt cuối cùng	
11:30 - 12:00	Pro Athletes Award Ceremony Lễ trao giải dành cho Vận động viên chuyên nghiệp	2/4 Square Quảng trường 2/4
11:45	Bike Cut Off 5 hours and 30 minutes after the last wave Đóng chặng đạp xe 5 giờ 20 phút sau lượt cuối cùng	
11:45 12:15 15:15	Bike Cut Off Đóng chặng đạp xe Bike Check-Out Opens Check-Out xe đạp End of the race Kết thúc đường đua	2/4 Square Quảng trường 2/4
Finish Line Cut Off: 9 hours after the last wave Đóng vạch về đích: 9 giờ sau lượt cuối cùng		
17:30	Bike Check-Out Closes Đóng khu vực giao xe đạp	2/4 Square Quảng trường 2/4
20:00	After Race Party - Age Groupers & Relay Awarding Ceremony Tiệc Chúc mừng và Lễ trao giải cho nhóm tuổi - đồng đội.	Skylight Nha Trang, 38 Trần Phú Lộc Thọ Premier Havana

**Information above still subject to change by the organizer | *Thông tin vẫn có thể thay đổi bởi ban tổ chức*



Time: 8:00 PM, 14th July

Venue: Skylight, 38 Tran Phu Street, Nha Trang

STUNNING VIEWS AND GREAT COMPANY

After a long day of competing, come take a much needed break and celebrate at the hottest bar in Nha Trang- Skylight Nha Trang! Skylight is the official host of Challenge Vietnam's After Race Party, festivities will begin at 8 PM on July 14. Here, you will be able to meet your fellow athletes, their families and the organizers, while also enjoying the gorgeous views of Nha Trang. All the stress you endured and all the sacrifices that you made to get to Challenge Vietnam 2019 will fade away, and you will be surrounded by all your supporters. Join us for the perfect end to your Challenge experience!



2020 CHALLENGE TAIWAN



The Biggest Triathlon in Asia 5000 athletes / April 26-27, 2020



SIGN UP NOW

15% discount for you!

info@challenge-taiwan.com

RACE INFORMATION 226KM/113KM/51.5KM/JUNIOR

FULL 226KM

SWIM 3.8km / BIKE 180km / RUN 42km

MIDDLE 113KM

SWIM 1.9km / BIKE 90km / RUN 21km

Olympic 51.5KM

SWIM 1.5km / BIKE 40km / RUN 10km

JUNIOR CHALLENGE

SWIM 350m / BIKE 4km / RUN 2km

JUNIOR PUSH BIKE

SWIM 100m / PUSH BIKE 1km / RUN 800m



WEBSITE

RACE CALENDAR 2019



All races are
qualification races
for The Championship

EVENT	RACE DISTANCE	COUNTRY	☑ DATE
CHALLENGE SALOU	MIDDLE	SPAIN	<input type="checkbox"/> 7 APR 19
CHALLENGE MELBOURNE	MIDDLE	AUSTRALIA	<input type="checkbox"/> 14 APR 19
CHALLENGE CERRADO	MIDDLE	BRAZIL	<input type="checkbox"/> 21 APR 19
CHALLENGE TAIWAN	MIDDLE/LONG	TAIWAN	<input type="checkbox"/> 27 APR 19
CHALLENGE MOGAN GRAN CANARIA	MIDDLE	SPAIN	<input type="checkbox"/> 27 APR 19
CHALLENGE CANCUN	MIDDLE	MEXICO	<input type="checkbox"/> 28 APR 19
CHALLENGE RICCIONE	MIDDLE	ITALY	<input type="checkbox"/> 5 MAY 19
CHALLENGE LISBOA	MIDDLE	PORTUGAL	<input type="checkbox"/> 18 MAY 19
CHALLENGE HEILBRONN	MIDDLE	GERMANY	<input type="checkbox"/> 19 MAY 19
THECHAMPIONSHIP	MIDDLE	SLOVAKIA	<input type="checkbox"/> 2 JUNE 19
CHALLENGE HERNING	MIDDLE	DENMARK	<input type="checkbox"/> 8 JUNE 19
CHALLENGE GERAARDSBERGEN	MIDDLE	BELGIUM	<input type="checkbox"/> 16 JUNE 19
CHALLENGE GUNSAN-SAEMANGEUM	MIDDLE	KOREA	<input type="checkbox"/> 30 JUNE 19
CHALLENGE KAISERWINKL-WALCHSEE	MIDDLE	AUSTRIA	<input type="checkbox"/> 30 JUNE 19
CHALLENGE ROTH	LONG	GERMANY	<input type="checkbox"/> 7 JULY 19
CHALLENGE SAN GIL	MIDDLE	MEXICO	<input type="checkbox"/> 7 JULY 19
CHALLENGE VIETNAM	MIDDLE	VIETNAM	<input type="checkbox"/> 14 JULY 19
CHALLENGE PRAGUE	MIDDLE	CZECH REPUBLIC	<input type="checkbox"/> 27 JULY 19
CHALLENGE TURKU	MIDDLE	FINLAND	<input type="checkbox"/> 11 AUG 19
CHALLENGE ALMERE AMSTERDAM	MIDDLE/LONG	NETHERLANDS	<input type="checkbox"/> 14 SEPT 19
CHALLENGE DAVOS	MIDDLE	SWITZERLAND	<input type="checkbox"/> 14 SEPT 19
CHALLENGE MADRID	MIDDLE/LONG	SPAIN	<input type="checkbox"/> 22 SEPT 19
CHALLENGE ISKANDAR PUTERI	MIDDLE	MALAYSIA	<input type="checkbox"/> TBC SEPT 19
CHALLENGE PEGUERA-MALLORCA	MIDDLE	SPAIN	<input type="checkbox"/> 19 OCT 19
CHALLENGE ANHUI	MIDDLE/LONG	CHINA	<input type="checkbox"/> 20 OCT 19
CHALLENGE SALVADOR	MIDDLE	BRAZIL	<input type="checkbox"/> TBC OCT 19
CHALLENGE SHEPPARTON	MIDDLE	AUSTRALIA	<input type="checkbox"/> 10 NOV 19
CHALLENGE CAPE TOWN	MIDDLE	SOUTH AFRICA	<input type="checkbox"/> TBC NOV 19
CHALLENGE DAYTONA	MIDDLE	USA	<input type="checkbox"/> 15 DEC 19
CHALLENGE FLORIANAPOLIS	MIDDLE	BRAZIL	<input type="checkbox"/> TBC DEC 19
CHALLENGE WANAKA	MIDDLE	NEW ZEALAND	<input type="checkbox"/> 15 FEB 20



x-bionic® sphere

the universe of sports, leisure and innovation



CHALLENGE FAMILY
wearetriathlon!

QUALIFY NOW!



- 1,9 KM SWIM
- 90 KM BIKE
- 21 KM RUN

SPONSORED BY



Race Date: May 31, 2020

www.thechampionship.de

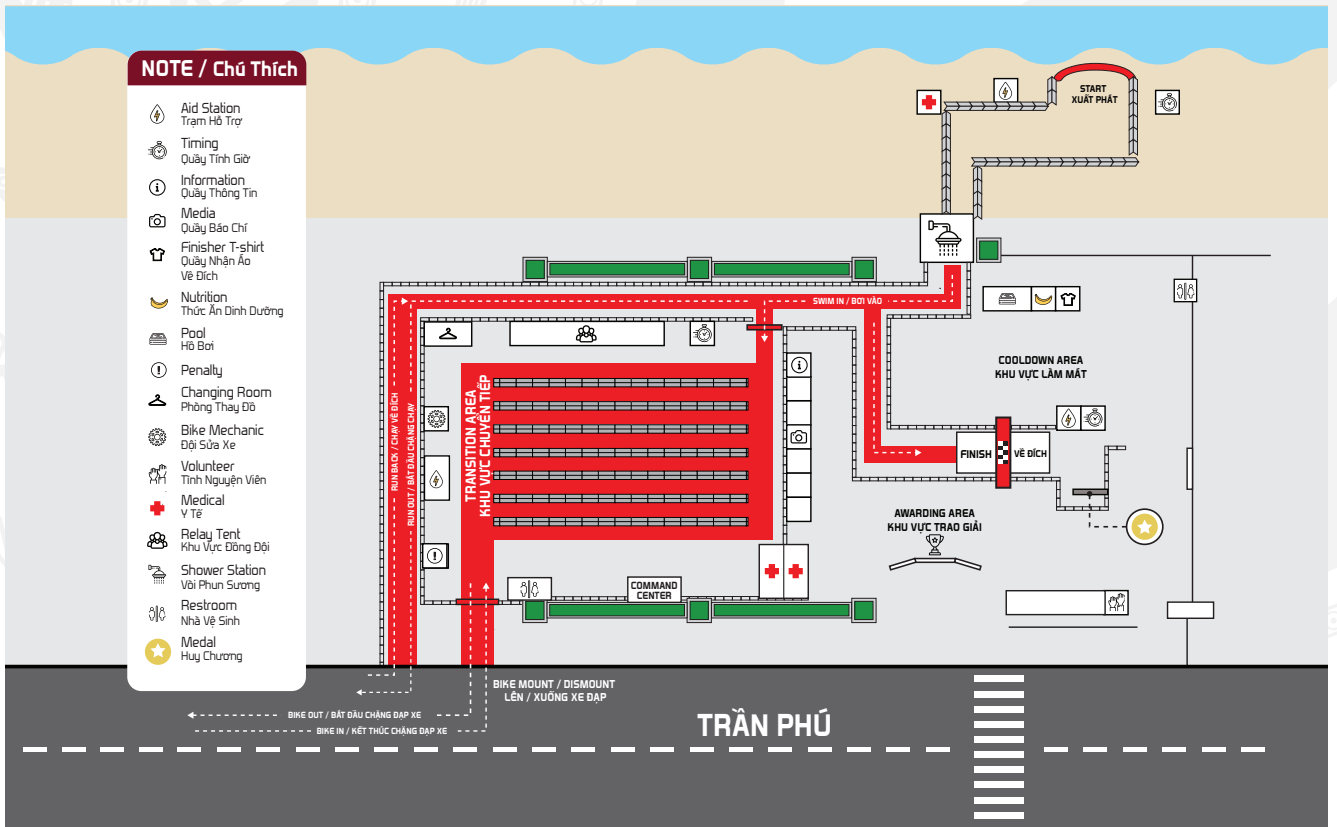
RACE ROUTE

BẢN ĐỒ ĐƯỜNG CHẠY

SWIM COURSE | Bản đồ đường bơi

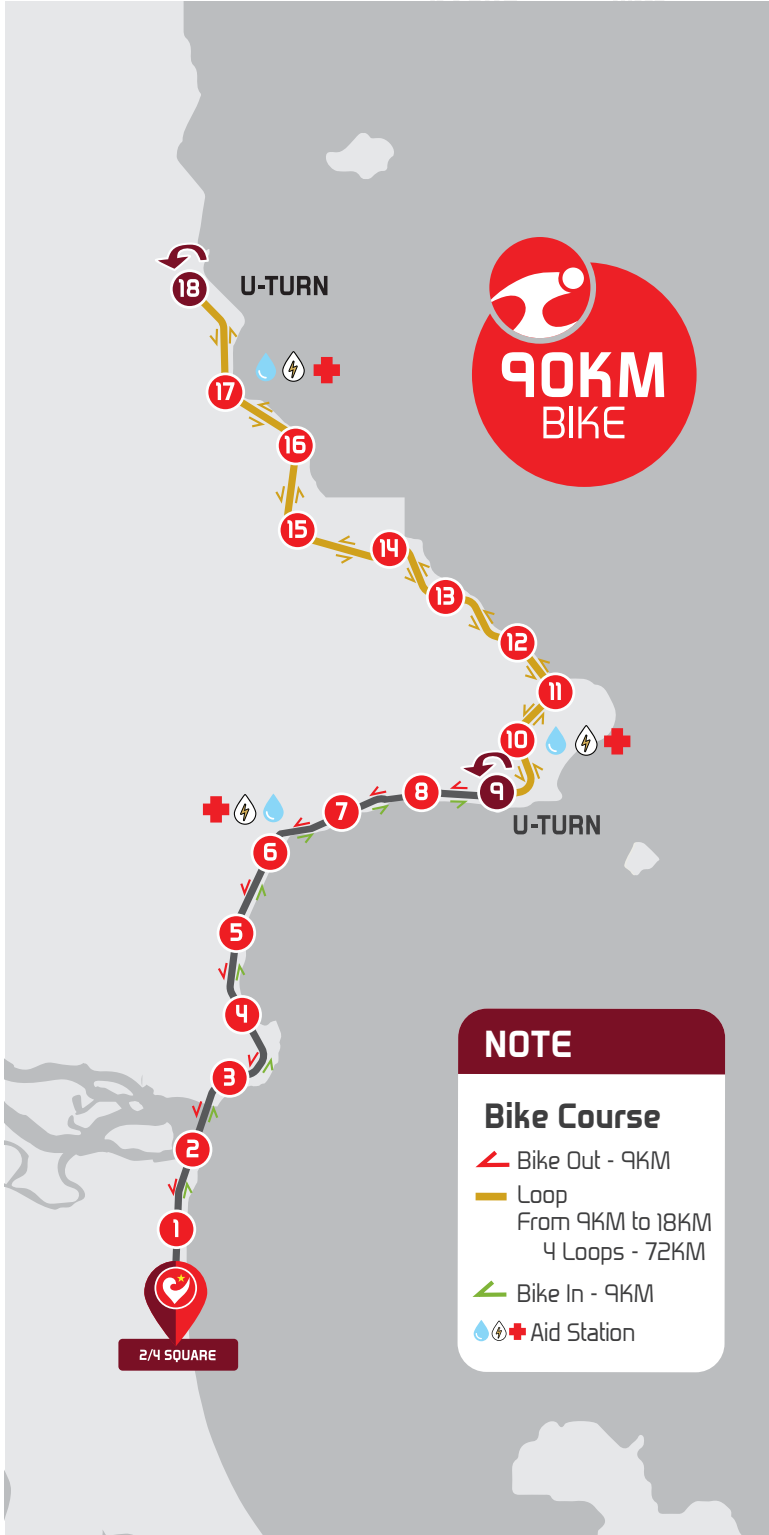


TRANSITION AREA | Khu vực chuyển tiếp



RACE ROUTE

BẢN ĐỒ ĐƯỜNG CHẠY



PRO LISTING

DANH SÁCH VĐV CHUYÊN NGHIỆP



Mitchell Robins

Date of birth: 21/6/1988

Nationality: Australian

Residence: Australia

Race results:

- 1st - Challenge Vietnam 2016
- 1st - Challenge Iskandar Puteri 2017
- 1st - Tri-United Standard Philippines 2017
- 1st - Herbalife Bali International Triathlon 2017
- 5th - Ironman 70.3 Xiamen 2018
- 7th - Ironman Australia 2018



Steven McKenna

Date of birth: 24/8/1991

Nationality: Australian

Residence: Australia

Race results:

- 5th - Ironman 70.3 Costa Rica
- 9th - Ironman 70.3 Boulder
- 9th - Ironman 70.3 Racine (Championship event)
- 2nd - Murrayman Long Course Triathlon 2017/2018
- 6th - ITU Oceania Olympic Distance Championships
- 1st - South Australian Olympic distance and sprint distance 2016/2017/2018
- South Australian Triathlete of the Year 2016/2017/2018



Alexander Polizzi

Date of birth: 25/6/1988

Nationality: Australian

Residence: Australia

Race results:

- 2nd - Sunlife 5150 Cebu 2019
- 1st - Battle of Balonne 2018
- 3rd - Ironman Taiwan 2018
- 5th - Tri League Bagnsean 2018
- 5th - Ironman 70.3 Thailand 2017
- 2nd - Krabi International 2017
- 5th - Ironman 70.3 Bintan 2017
- 4th - Challenge Vietnam 2016
- 4th - Ironman 70.3 Bintan 2016



Matt Lewis

Date of birth: 16/11/1992

Nationality: Australian

Residence: Australia

Race results:

- 7th - Husky Ultimate Long Course 2019
- 1st Olympic Distance - Elite Energy Nowra 2019
- 7th - 70.3 Taupo 2018
- 6th - Challenge Shepparton 2018
- 1st - Elite Energy Huskisson Sprint 2018
- 1st half distance - LCW Jervis Bay 2018
- 6th Husky Ultimate 2018
- 2nd - Challenge Melbourne 2018
- 1st - Hamilton Island Half-Marathon 2018



Levi Maxwell

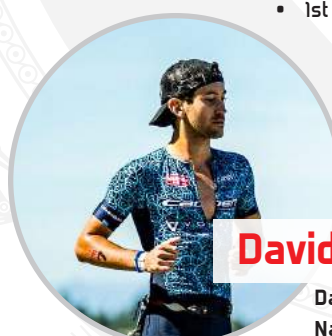
Date of birth: 15/5/1989

Nationality: Australian

Residence: Australia

Race results:

- 1st - Challenge Shepparton 2018
- 1st - 2XU Triathlon R1 2018
- 1st - Australian Duathlon Championship 2018
- 2nd - Husky Ultimate and Classic 2019
- 2nd - IPPGroup Challenge Vietnam 2016



David Mainwaring

Date of birth: 16/7/1990

Nationality: Australian

Residence: Australia

Race results:

- 1st - Challenge Jeju
- 1st - Western Sydney 70.3
- 2nd - Challenge Melbourne

PRO LISTING

DANH SÁCH VĐV CHUYÊN NGHIỆP



Jarrod Harvey

Date of birth: 17/7
Nationality: Australian
Residence: Australia
Race results:

- 2nd - Ironman Taiwan 2018



Samuel Tebeck

Date of birth: 29/10/1993
Nationality: Australian
Residence: Australia
Race results:

- 3 times South Australian Long Course Champion
- 4times Challenge Half Distance top 10 finisher



Chang Tuan Chun

Date of birth: 23/9/1994
Nationality: Taiwanese
Residence: Taiwan
Race results:

- 5th - Asian Games



Kieran McPherson

Date of birth: 13/4/1993
Nationality: New Zealander
Residence: New Zealand
Race results:

- Pan American Xterra Tour Champion 2018
- Xterra Victoria Champion
- Xterra Brazil Champion
- Xterra Argentina Champion
- Xterra Thailand Champion



Emily Donker

Date of birth: 22/5/1991
Nationality: Australian
Residence: Australia
Race results:

- 1st - Tweed Coast Enduro 2019
- 3rd - Hell of the West 2019
- 5th - Tauranga Half 2019
- 5th - AG Standard Distance World Championships 2018
- 2nd - Noosa Tri 2018



Lisa Tyack

Date of birth: 11/5/1989
Nationality: Australian
Residence: Australia
Race results:

- 4th - Davao 70.3 2018
- 3rd - Busselton 70.3 2018
- 4th - Japan 70.3 2018
- 4th - Bintan 70.3 2018



Hannah Wells

Date of birth: 26/9/1990
Nationality: New Zealander
Residence: New Zealand
Race results:

- 1st - Challenge Wanaka 2019
- 1st - Tauranga Half Ironman
- 1st - New Zealand Half Iron Distance National Champ 2019
- 2nd - Western Sydney Ironman 70.3 2018
- 3rd - Sunshine Coast Ironman 70.3 2018



SPECIAL GUEST

Pham Nguyen To Phuong

Date of birth: 14/12/1986
Nationality: Vietnamese
Residence: Vietnam
Race results:

- 2nd - Vietnamese female in Ironman
- 2nd - Coupe de Hue cycling race
- 2nd - Highland cycling race



Laura Dennis

Date of birth: 16/2/1995
Nationality: Australian
Residence: Australia
Race results:

- 3rd - Bintan 70.3 2017
- 3rd - Geelong 70.3 2018
- 3rd - Taiwan 70.3 2018
- 5th - Asia Pacific Championships
- 3rd - Taupo 70.3 2018
- 3rd - China 70.3 2019



SPECIAL GUEST

Johanna Solano

Nationality: Costa Rican
Residence: Costa Rica
Who is she?

- Miss Latin America 2009, Miss Costa Rica 2011, Top 10 Miss Universe 2011
- She is a super model and also a well-known triathlete. She has been in many triathlons, and made the podium many times.
- She finished IPPGroup Challenge Vietnam 2016 in 5 hours 52 minutes and 3 seconds.



Laura Armstrong

Date of birth: 21/12/1985
Nationality: New Zealander
Residence: New Zealand
Race results:

- 5th - Busselton 70.3
- 6th - Challenge Melbourne
- 1st - Amateur Western Sydney 70.3
- 1st - AG standard distance world championships
- 1st - Cairns 70.3



PROFESSIONAL MALE | GREY SWIM CAP

001	Mcpherson	Kieran	New Zealander
002	Guillaume	Romain	French
003	Harvey	Jarrod	Australian
004	Robins	Mitchell	Australian
005	Mainwaring	David	Australian
006	Lewis	Matt	Australian
007	Tebeck	Samuel	Australian
008	Mckenna	Steven	Australian
009	Maxwell	Levi	Australian

PROFESSIONAL FEMALE | PINK SWIM CAP

010	Dennis	Laura	Australian
011	Armstrong	Laura	New Zealander
012	Donker	Emily	Australian
013	Wells	Hannah	New Zealander
014	Tyack	Lisa	Australian

AGE GROUP 18-24, FEMALE ORANGE SWIM CAP

233	Clio	Chang	Taiwanese
-----	------	-------	-----------

AGE GROUP 25-34, MALE | RED SWIM CAP

028	Escaler	Federico	Filipino
030	Gothknecht	Vincent	German
036	Hong	Tu	Vietnamese
037	Nguyen Tuan	Anh	Vietnamese
041	Cam	Leo	Vietnamese
043	Trung Tin	Huynh	Vietnamese
046	Bui	Thuan	Vietnamese
047	Bayvel	Scott	Souh African
049	Mai	Thanh Liêm	Vietnamese
050	Nguyen Le	Toan	Vietnamese
055	Quang The	Quyên	Vietnamese
057	Ha	Duy	Vietnamese
059	Collins	Zac	Australian
061	Nhat Duy	To	Vietnamese
062	Duquette	James	American
065	Huelgas	Nikko Bryan	Filipino
074	Polizzi	Alexander	Australian
076	Ring	Eamonn	Australian
083	Cabunilas	Nicole Eric	Filipino
084	Cruz Bardera	Daniel	Spanish
086	Phetsuwan	Arithat	Thai
088	Mai Truong	Han	Vietnamese
094	Pham	Cong	Vietnamese
096	Ngo	Nguyen	Vietnamese

109	Nguyen	Nguyen	Vietnamese
116	Valdes	Nicholas James	Filipino
118	Huynh	Alen	Vietnamese
120	Slavchev	Iliya	Bulgarian
122	Moodie	Casper	Souh African
126	Huynh	Hung	Vietnamese
127	Vo	Qui	Vietnamese
132	Tran Dinh	Minh Anh	Vietnamese
137	Dao	Nguyen Thanh	Vietnamese
138	Trinh Hong	Minh	Vietnamese
143	Trần Ngọc	Chinh	Vietnamese
145	Nguyen	Anh	Vietnamese
152	Minh Giang	Pham	Vietnamese
156	Ta Minh	Hieu	Vietnamese
158	Dong Duc	Thanh	Vietnamese
162	Bui Ngoc	Trung	Vietnamese
165	Quan	Anh	Vietnamese
167	Truong	Pham	Vietnamese
175	Le Thanh	Cuong	Vietnamese
176	To	Phu	Vietnamese
184	Sosa	David	American
188	Giao Duy	Vinh	Vietnamese
194	Huynh Chi	Thanh	Vietnamese
197	Nguyen H.T	Son	Vietnamese
199	Thang	Vo Quoc	Vietnevsvse
200	Nguyen Dinh	Hieu	Vietnamese
201	Phu	Vo	Vietnamese
214	Sicat	Arthane Carlo	Filipino
216	Truong	Thai	Vietnamese
218	Duong Tran Phong	Vu	Vietnamese
221	Dang	Duc	Vietnamese
226	Nguyen Dinh	Hien	Vietnamese
228	Ha	Hieu	Vietnamese
229	Pham Thanh	Tung	Vietnamese

AGE GROUP 25-34, FEMALE ORANGE SWIM CAP

231	Pedro	Jana Charisse	Filipino
232	Payne	Emma Jean	British
235	Nguyen	Thu Thao	Vietnamese
241	Josquin	Claire	French
242	Hang Le	Thien Thanh	Vietnamese
243	Solano	Johanna	Costa Rican
245	Kim	Hoang	Vietnamese
247	Hoang Ngoc Dong	Phuong	Vietnamese
249	Pham	To Phuong	Vietnamese
257	Nguyen	Nhu	Vietnamese
258	Truong	Tuyet	Vietnamese
260	Thi Bich Lien	Cao	Vietnamese
263	Le	Yen Linh	Vietnamese

*Registrations and changes done after June 22 are not on the list



AGE GROUP 35-44, MALE RED SWIM CAP

016	Nguyen	Luong Hoang	Vietnamese	117	Mina	Mark Lucky	Filipino
017	Baldovino	Almond Ray	Filipino	119	Ngo	Thomas	American
019	Farrales	Adrian Joseph	Filipino	121	Ho	Darren	Singaporean
020	Yap	Chester	Filipino	123	Vo	Tuan	Vietnamese
022	Pham	Tung	Vietnamese	124	Phuoc Hiep	Ho	Vietnamese
024	Tran Minh	Hoang	Vietnamese	125	Minh	Lê Hoàng	Vietnamese
025	Pan	Jen Wei	Taiwanese	128	Tran Thanh	Phong	Vietnamese
026	Baes	Michael	Filipino	129	Nguyen Hoang	Tuan	Vietnamese
027	Tai	Yu-Nan	Taiwanese	130	Nguyen Van	Dũng	Vietnamese
033	Ryland	Matt	British	134	Dat	Pham Xuan	Vietnamese
034	Do	Minh	Vietnamese	135	Ho	Hoang	Vietnamese
038	Passuello	Marco	Italian	140	Martin	Adam	British
039	Johari	Shashank	Indian	144	Chang	Tien Yu	Taiwanese
044	Nguyen Thanh	Giang	Vietnamese	146	Anh Tai	Nguyen	Vietnamese
045	Tran	Toni	Vietnamese	147	Pham	Thanh Duc	Vietnamese
053	Pham	Hawkins	American	150	Chen	Hsuan Wei	Taiwanese
054	Nemenoff	Matan	Israeli	151	Pham Hoang	Trung	Vietnamese
056	Dao	Phuong	Vietnamese	153	Hoang Vu	Le	Vietnamese
058	Thai	Hung	Vietnamese	155	Tran	Khanh	Vietnamese
060	Sy Huy	Phan	Vietnamese	159	Tang	Quang	Vietnamese
064	Minh	Dinh	Yemenite	161	Duy	Cuong	Vietnamese
066	Le Viet	Hung	Vietnamese	163	Tuan Anh	Nguyen	Vietnamese
068	Ng	Sam	Malaysian	164	Ngo	Tien	Vietnamese
070	Grabara	Adrian	German	166	Nguyen	Dat	Vietnamese
071	Zano	Rienzi	Filipino	169	Bui	Hai	Vietnamese
075	Buchan	Aaron	Australian	170	Nguyen Ham	Hanh	Vietnamese
078	Pamiltan	Raffy Ian	Filipino	171	Nguyen	Huynh	Vietnamese
079	Duong	Tuan Anh	Vietnamese	172	Phan	Vinny	Vietnamese
080	Ha	Tuan Anh	Vietnamese	173	Vu	Nhat	Vietnamese
081	Deichmann	Florian	German	177	Yun	Myeongsik	Souh Korean
085	Le	Van Hieu	Vietnamese	178	Nguyen	Hong Son	Vietnamese
087	Vu Quoc	Dat	Vietnamese	180	Nguyen	Giang Hong	Vietnamese
089	Meriau	Benjamin	French	182	Van Thanh	Tran	Vietnamese
090	Bui Tan	Xuan	Vietnamese	185	Cohen	Daniel	American
091	An	Binh	Vietnamese	186	Huang	Wei Ling	Taiwanese
092	Nguyen	Ngoc	Vietnamese	187	Nguyen	Cuong	Vietnamese
093	Huy Phat	Nguyen	Vietnamese	189	Trinh	Rong	Vietnamese
095	Fukamachi	Akito	Japanese	191	Hoang	Tu	Vietnamese
097	Pham	Linh	Vietnamese	192	Saibuatong	Montri	Thai
100	An	Nguyen	Vietnamese	196	Nguyen	Hai	Vietnamese
102	Quoc Tuan	Dang	Vietnamese	198	Ndm	Tuan Nguyen	Vietnamese
103	Huynh	Ngoc Hung	Vietnamese	202	Tran	Anh Tuan	Vietnamese
104	Le Ba	Minh	Vietnamese	203	Bui Minh	Phuong	Vietnamese
105	Lam	Ka Chun	Chinese	204	Huynh	Lam	Vietnamese
106	Cheung	German	Chinese	205	Tam	Nguyen Duy	Vietnamese
110	Noda	Naoto	Japanese	206	Nguyen	Khanh	Vietnamese
111	Truong The	Manh	Vietnamese	207	Pechakonjak	Chanat	Thai
112	Ramos	Jethro Karl	Filipino	208	Au Manh	Toan	Vietnamese
115	Norial	Martin Luther	Filipino	212	Vu	Minh Phuong	Vietnamese

*Registrations and changes done after June 22 are not on the list



AGE GROUP 35-44, MALE RED SWIM CAP

213	Van Houdt	Kristof	Belgian
215	Maura	Kento	Vietnamese
217	Nguyen	Dinh	Vietnamese
219	Ngoc Anh	Dang	Vietnamese
224	Le	Duc Anh	Vietnamese
225	Cat	Truong	Vietnamese
266	Lin	Chung Wei	Taiwan
267	Lin	Bing-Jen	Taiwan
268	Trần	Xuân Ngọc Tân	Vietnamese

AGE GROUP 45-54, MALE RED SWIM CAP

015	Trinh	Bang	Vietnamese
018	Nguyen	Diep	Vietnamese
021	Nguyen	Viet Anh	Vietnamese
023	Nguyen Tuan	Hung	Vietnamese
029	Koto	Yuichi	Japanese
031	Ngo Tan	Thinh	Vietnamese
032	Wee	Soo Jin	Singaporean
035	Fabry	Eric	French
040	Beck	Kipsan	New Zealander
042	Tran	Thanh Tan	Vietnamese
048	Czeschka	Robert	Austrian
051	Weijers	Marcel	Netherlander
052	Chin-Yuan	Chang	Taiwanese
063	Lista	Reujen	Filipino
067	Seah	Jerry	Malaysian
072	Dela Serna	Manuel	Filipino
082	Ng	Nelson	Singaporean
098	Phan	Thanh	Vietnamese
099	Hansberry	Ken	American
107	Sadler	Richard	Scottish
108	Murakami	Kosuke	Japanese
113	Katigbak	Ernesto Jose Martin	Filipino
114	Lazo	Martin	Filipino
131	Quach	Ky	Vietnamese
133	Dinh Tien	Huynh	Vietnamese
136	Cao Van	Tuan	Vietnamese
139	Xuyen	Duong	Vietnamese
142	Hsu	Ching Chih	Taiwanese
148	Hua	Huynh	Vietnamese
154	Pham	Minh Thanh	Vietnamese
157	Chua	Bob	Malaysian
160	Le Thanh	Phong	Vietnamese
168	Nguyen	Chau	Vietnamese
174	Tran	Trung	Vietnamese
181	Phan	Manh	Vietnamese
183	Dinh	Ai	Vietnamese
190	Takahashi	Hiroyuki	Japanese
209	Nguyen	Tra	Vietnamese
210	Bui	Anh Tuan	Vietnamese
220	Lennartz	Marcel	Netherlander
222	Ho	Minh Tuan	Vietnamese
223	Nguyen	Tuan Anh	Vietnamese
227	Tyrrell	Jonathan	British
265	Tsai	Ming-Hong	Taiwan

AGE GROUP 35-44, FEMALE ORANGE SWIM CAP

230	Wilson	Amanda	Australian
237	Thuy My	Nguyen Thi	Vietnamese
238	Vo	Nga	Vietnamese
239	Nguyen	Ha	Vietnamese
240	Nguyen	Gia Hue	Vietnamese
244	Ngo Thi	Hoa	Vietnamese
246	Valentina	Sara	Indonesian
248	Truong	Loan	Vietnamese
250	Balatibat	Jayline	Filipino
252	Fernandez Vidueira	Vanessa	Spanish
253	Mcaloon	Mary	British
256	Miller	Kelly	Australian
261	Thuy Hong	Huynh Thi	Vietnamese
262	Nguyen	Phat	Vietnamese
264	Nguyen	Huong	Vietnamese

AGE GROUP 45-54, FEMALE ORANGE SWIM CAP

234	Legge	Nadelle	Australian
236	Le	Thuy	Vietnamese
251	Thuy	Diem	Vietnamese
254	Yew Agnes	Suet Ling	Malaysian



AGE GROUP 55+, MALE RED SWIM CAP

069	Shipside	Stephen	British
073	Nelson	Mark	British
077	Haggag	Sam	British
101	Abramowski	Jasper	German
141	Bethge	Robert	German
149	Tee	Boon Teong	Malaysian
179	Nguyen Dinh	Thach	Vietnamese
193	Nguyen	Thu	Vietnamese
195	Kobayashi	Yozo	Japanese
211	Tran	Tri	Vietnamese

AGE GROUP 55+, FEMALE ORANGE SWIM CAP

255	Ellis	Susie	Australian
259	Phan Thi Thu	Nguyet	Vietnamese

RELAY TEAM, ALL MALE RED SWIM CAP

301	Kien	Do Chi	Vietnamese
301	Bui	Hai	Vietnamese
301	Chu	Kevin	Singaporean
302	Borin	Brice	French
302	Han	Kyungku	Souh Korean
302	Couturier	Jean Phillipe	French
303	Tran	Nam	Vietnamese
303	Duy	Nguyen	Vietnamese
303	Trinh	Huy	Vietnamese
304	Quoc Bao	Phan	Vietnamese
304	Tuan Hung	Luu	Vietnamese
304	The Quyen	Nguyen	Vietnamese
305	Tran Nhu'	Huyen	Vietnamese
305	Phung Ngoc	Đong	Vietnamese
305	Pham Minh	Toan	Vietnamese
306	Nguyen	Minh	Vietnamese
306	Luong	Nghia	Vietnamese
306	Fowler	Adam	American
307	Dang	Tan Phong	Vietnamese
307	Dang	Xuan Khu	Vietnamese
307	Duong	Quang Trung	Vietnamese
308	Nguyen Quang	Thanh	Vietnamese
308	Nguyen Minh	Tuan	Vietnamese
308	Nguyen H	Linh	Vietnamese

309	Nguyen Van	Lam	Vietnamese
309	Dinh Cong	Ly	Vietnamese
309	Le Ngoc	Tan	Vietnamese
310	Tran Doan	Manh Tuyen	Vietnamese
310	Tran	Hong Phuc	Vietnamese
310	Vo	Hoang Khanh Duy	Vietnamese
311	Vo	Tien Thinh	Vietnamese
311	Vo	Trang	Vietnamese
311	Vo	Tue	Vietnamese
312	Lecat	Thierry	French
312	Perdereau	Arnaud	French
312	Leo	Edouard	French
313	Chupin	Pierre	French
313	Banak	Leandro	Argentinean
313	Ratajczak	Cedric	French
314	Cong	Nguyen	Vietnamese
314	Trung	Vo	Vietnamese
314	Hiep	Nguyen	Vietnamese
315	Nguyen Tu	Minh	Vietnamese
315	Vu Minh	Hai	Vietnamese
315	Nguyen Duc	Khiem	Vietnamese
316	Ngoc Duy	Tran	Vietnamese
316	Ngoc Hoang	Nguyen	Vietnamese
316	Trung Duc	Do	Vietnamese
317	Nguyen	Huu Hoang	Vietnamese
317	Tran	Nhat Quang	Vietnamese
318	Hoang Minh	Duong	Vietnamese
318	Huynh	Tan Loc	Vietnamese
318	Nguyen	Thanh Tung	Vietnamese
319	Nguyen Viet	Anh Son	Vietnamese
319	Ha	Phuong	Vietnamese
319	Ong Sit	Thai Viet	Vietnamese



RELAY TEAM, ALL FEMALE | ORANGE SWIM CAP

320	Le	Hanh	Vietnamese
320	Vu	Giang	Vietnamese
321	Tran Thi To	Nga	Vietnamese
321	Tran Ngoc Minh	Khanh	Vietnamese
321	Tran Thi Hanh	Quyen	Vietnamese
322	Ryland	Alex	British
322	Nguyen	Duc	Vietnamese
322	Ryland	Alex	British
323	Escaño	Angelica	Filipino
323	De Guzman - Zaño	Sheilamar	Filipino
323	Beltran - Yap	Nina	Filipino
324	Vo	Thi Hong Thuy	Vietnamese
324	Luu	Buu San	Vietnamese
324	Nguyen	Thanh Tu	Vietnamese
325	Kao	Szu-Ying	Taiwanese
325	Chou	Cassandra	Taiwanese
325	Wu	Janice	Taiwanese

RELAY TEAM, MIXED RED SWIM CAP / ORANGE SWIM CAP

334	Nguyen	Phuong	Vietnamese
	Le	Quoc	Vietnamese
335	Viet Phuong	Le	Vietnamese
	Quy Hai	Le	Vietnamese
	Huynh Ha	Le	Vietnamese
336	Viet Chien	Nguyen	Vietnamese
	Khanh Luan	Huynh Kim	Vietnamese
	Yen Thanh	Ho Thi	Vietnamese
337	Bangayan	Jan Harley	Filipino
	Escalona	Ryan	Filipino
	Plaza	Martie	Filipino
338	Nguyen	Trong	Vietnamese
	Tran	Quang	Vietnamese
	Phan	Trang	Vietnamese
339	Chu	Van Phuc	Vietnamese
	Nguyen	Huu Luong	Vietnamese
	Nguyen	Thac Duc	Vietnamese
340	Le Bao Chan	Thien	Vietnamese
	Le Thi Dieu	Linh	Vietnamese
	Nguyen Thanh	Vinh	Vietnamese
341	Nguyen Ngoc	Trang Thy	Vietnamese
	Minh Ky	Hong	Vietnamese
	Truong Anh	Khoa	Vietnamese
342	Nguyen	Tin	American
	Nguyen	Tin	American
	Tran	Mai	American
343	Nguyen	Phuong	Vietnamese
	Huynh	Alex	Vietnamese
	Tran	Ha	Vietnamese
344	Tran	Duy	Vietnamese
	Nguyen	Thuan	Vietnamese
	Nguyen	Vu	Vietnamese
345	Ho	Luc	Vietnamese
	Ho	Cuong	Vietnamese
	Nguyen	Hai	Vietnamese
346	Angeles	Alexander	Filipino
	Angeles	Asha	Filipino
	Apetrior	Stephen	Filipino
347	Cao	Xuan Thanh	Vietnamese
	Nguyen	Minh Hieu	Vietnamese
	Nguyen	Hung	Vietnamese

RELAY TEAM, MIXED RED SWIM CAP / ORANGE SWIM CAP

326	Thanh Nha	Nguyen	Vietnamese
	Long	Lê	Vietnamese
	Hoang Viet	Quach	Vietnamese
327	Nguyen Tran Hoai	Hanh	Vietnamese
	Dang Nguyen Dang	Phuc	Vietnamese
328	Hanh Quang	Nguyen	Vietnamese
	Minh Tuan	Le	Vietnamese
	Thi Que	Nguyen	Vietnamese
329	Hoang Le Vinh	Hung	Vietnamese
	Nguyen Huy	Hoang	Vietnamese
	Pham Van	Tuyen	Vietnamese
330	Nguyen	Thu Trang	Vietnamese
	Nguyen	Tien Hung	Vietnamese
	Nguyen	Tien Hung-1	Vietnamese
331	Nguyen Thanh	Phuc	Vietnamese
	Cao Nguyet	Hang	Vietnamese
	Nguyen Giao	Chi	Vietnamese
332	Pham Thanh	Dung	Vietnamese
	Tran Anh	Tuan	Vietnamese
	Luong Thi My	Hanh	Vietnamese
333	Vu	Xuan Duc	Vietnamese
	Hoang	Kien Cuong	Vietnamese
	Vu	Quynh	Vietnamese

*Registrations and changes done after June 22 are not on the list



GENERAL

- Competitors should give priority to safety, and be aware of their physical condition at all times. Take rests, or withdraw from event where appropriate
- Competitors shall not use drugs to enhance their performance, or drink alcoholic beverages during this event. Those found to have done so will be disqualified, or else a medical examination will be requested in suspicious cases.
- Competitors must complete the event within the specified time limit. Those who do not do so will be disqualified.
- The General Assembly (ORGANIZERS) reserves the right to disqualify any competitor who is not in a physical condition to continue the event safely
- The General Assembly (ORGANIZERS) will supply a swimming cap, a race bib, removable number tattoos, and number stickers. Competitors will use these as directed and will not alter them without permission.
- Should weather turn hazardous, the General Assembly (ORGANIZERS) reserves the right to suspend or cancel the event.
- Competitors who have abstained from entering the race at the appointed time, or competitors who have been disqualified, are not allowed to re-enter the race where and when conditions become more favorable
- Competitors are allowed to accept food, beverages, and health care resources as supplied by the General Assembly (ORGANIZERS).
- Competitors' are prohibited from handling others' bikes and race equipment.
- Competitors' conversion time (i.e. time spent in Transition Area) will be computed as part of their total race time.
- At all times competitors must obey the instructions of Race officials and Police Officers and beware of vehicular transport. Any competitor who fails to obey the instructions of Race officials or the Police will be removed from the Event and disqualified. The Event Director and Race Referee have the discretion to disqualify competitors.
- Please obey all traffic laws and regulations at all times and treat all parts of the course as open to the public and vehicles at all times. While some parts of the course may be closed to public access, residential, emergency and Event vehicles will be using the course, and all road rules and regulations must therefore be followed at all times.
- Challenge Family Vietnam is an invitation event, and the Event organizers may refuse entry to any competitor, on any grounds, and at their own discretion without explanation.
- Team member changes will incur a service fee per change.
- No team member changes are permitted 3 weeks before race date.
- The Event Medical Team will have ultimate discretion and the final decision as to the suitability of a competitor to continue in the Event, and likewise if they should be withdrawn from the Event.
- No competitor may use any banned substances with the intent to improve their performance, eliminate the sense of fatigue or for any other purpose. Doping tests may be performed at any time.
- It is important that all competitors exhibit good behavior and sportsmanlike conduct, and treat fellow competitors, Event organizers, volunteers and contractors with courtesy and respect. Failure to do so may result in disqualification at any time before, during or after the Event.
- If a competitor withdraws from the Event they must advise the course officials of their withdrawal immediately. Any competitor failing to do so and being the subject of a resulting search and rescue operation will incur all costs relating to this exercise if they are found to be in their accommodation or other such safe place.
- Challenge Family Vietnam reserves the right to alter rules, regulations, Event course and venues at any time provided athletes are advised prior to the Event, or if such a change is in the interest of competitor safety.
- No headphones or headsets may be worn during swim or bike legs of the event. Personal MP3 players are permitted on the run leg. Volume must be at a level that allows outside noise to be heard. If an official is not heard by an athlete due to excessive volume, the Event reserve the right to remove the MP3 player in the interest of safety.
- Each competitor must be familiar with the entire course and it is their responsibility to follow the correct route.
- Any protests must be lodged with the Race Referee and/or Information Station within two hours of the athlete finishing the Event, or within two hours of their disqualification (if relevant) and must be accompanied by a \$100 USD (or its equivalent in VND) lodgment fee. If their protest is upheld, the \$100 USD (or its equivalent in VND) will be refunded in full. If the protest is not upheld, the fee will be forfeited.
- In the case of bad weather, Challenge Family Vietnam reserves the right to convert the Event to duathlon status in the interests of competitor safety but will not be held liable for any loss as a result of such a decision. If the conditions are still deemed to be unsafe to run a duathlon, Challenge Family Vietnam has sole discretion, and may cancel the Event without obligation to refund entry fees.
- Challenge Family Vietnam may test any athlete for the use of a prohibited substance at its own discretion. A positive test will result in disqualification.
- Prize money shall not be paid out until all drug-testing results are confirmed (if deemed necessary by the organizer).
- Prize money applies to individual Pro Men's and individual Pro Women's fields. There is no % age rule based on times but prize money will be paid according to overall race position. Athletes must provide proof of their professional status to be eligible for prize money.



- All prize money is liable under Vietnam law to withholding tax and this will be deducted prior to payment. All bank fees are the responsibility of each competitor.
- Individual athletes must be a minimum of 18-years-old on race day.
- Team athletes must be a minimum of 18-years-old on race day.
- Provided race numbers must be visible at all times throughout the race.
- All athletes must register during the allocated times and attend the compulsory race briefing. All individuals and teams must rack their bicycles during the allocated times – there will be no exceptions to this rule. The Event organizers reserve the right to disqualify anyone not adhering to these rules.
- Any other outstanding issues will be referred to the Commissioner of the General Assembly for arbitration.
- Competitors should understand and follow basic Competition Rules
- No fins, paddles, snorkels, or such devices of any kind are permitted.
- Swim goggles or face masks may be worn.
- Any assistance required during swim may result in disqualification.
- Event organizers have the right to change the location of the swim course, the distance of the swim course or cancel the swim course (at their absolute discretion) taking into account the weather and water temperature conditions.
- Swim course trial is open the day before the race, please keep updated with the agenda schedule (subject to change)
- Swim course cut-off time is 1hour 20mins from the last wave

SWIM

- Wetsuit is allowed if the water temperature is up to and including 24 °C. Race organizers reserve the right to restrict the usage of wetsuit depending on conditions. Race Director will announce it at the Race Briefing, the day before the race.
- When large numbers of people are competing, and the space between competitors is small, competitors must pay special attention to their own and others' safety.
- Competitors shall wear their race number (tattoo stickers) in the specified location on their persons, and not wipe this number off until they have completed the event.
- In the event of an emergency, or should fatigue inhibit the competitor continuing the swim segment, competitors may hold on to the rope or buoy, but they may not use either to continue moving forward.
- Competitors in serious distress should immediately stop swimming, take off their swimming cap, and wave their swimming cap overhead to facilitate assistance from lifeguards. Competitors who do so have disqualified themselves.
- Competitors who wish to overtake another swimmer must not constrain the swimming strokes of other competitors.
- Those competing with the aid of flotation devices must enter the water last, and swim behind other competitors
- Compulsory gear includes swim cap (cap provided). The possibility to use a wetsuit will be communicated at the Race briefing subject to the water conditions, temperature and swim course/distance (at the Event organizer's absolute discretion).

BIKE

- Competing in this event without a helmet is prohibited.
- Bikes that fail inspection will not be allowed to race
- Competitors should slow down and exercise extra caution in Transition Area, near supply stations, around turns, on narrow roads, or at return points
- Bikes must be placed in the proper location within the Transition Area before the competitor continues on to the running segment.
- Competitors are not allowed to change or exchange bikes during the event.
- No drafting is permitted. The cycle draft zone is a 7 meter long by 3 meter wide rectangle between the front edge of the lead cycle and the front edge of the following cycle extending each side of the cycle by 1.5 meter, measured from the leading edge of the front wheel. Another athlete has 15 seconds to pass through that zone. Likewise, once an athlete is passed they have 15 seconds to drop back out of the draft zone.
- Race numbers must not be altered in size or appearance, and must be worn on the back during the bike.
- The following helmet standards are required: ASTM – F1447-1994, Australia and NZ Standards – AS/NZS 2063:1996 or NZS5439 or AS2063.2, Snell-B90 or B95, CE European Standards-EN1078, US Consumer Products Safety Standards – USCPSS.
- Helmets must be secured by the chin strap before unranking the bike, and must remain fastened until the cyclist has dismounted the bike and returned it to its rack.
- No individual support allowed. The bike course is closed to all supporter traffic and no competitor may seek or receive outside help from spectators, members of the public or any 3rd party with the exception of the official technical support crew.



- Each participant is responsible for the state or repair of his/her own bike. Bikes must have been serviced within three weeks of the event and be in a safe and roadworthy condition. Assistance by anyone other than official technical support personnel will be grounds for immediate disqualification. This disallows the use of spare wheels and back-up bikes and requires that each competitor be prepared to handle any possible mechanical malfunction. All bikes must undergo a compulsory check by the official technical support in the lead up to the race or at registration. Only checked bikes will be allowed into transition.
- Cyclists are expected to heed directions and instructions of all race officials and public authorities. Participant may run/walk their bike if necessary.
- Competitors must keep as far to the right as is practically possible at all times, and pass others on the left and must obey all traffic laws, traffic regulations and the directions of Event officials and the Police.
- Road bikes and time trial (or tri specific) bikes are the only bikes permitted for the event.
- The penalty for drafting, dangerous riding or unsportsmanlike conduct will be a four (4) minute stand down in the penalty box in the transition area. A second penalty will result in an eight (8) minute stand down. A third penalty will result in disqualification.
- Bike course cut-off time 5 hours 35 mins race.
- Event organizers have the right to change the location of the bike course or the distance of the bike course (at their absolute discretion) and taking into account the weather and course conditions.
- Runners are expected to follow the directions and instructions of all race officials and public authorities.
- Outside assistance is strictly forbidden and the size and nature of penalties for such an offence are at the sole discretion of the Event Director and Race Referee.
- Competitors must obey all traffic laws, traffic regulations and the directions of Event officials and the Police.
- Event organizers have the right to change the location of the run course or the distance of the run course (at their absolute discretion) and taking into account the weather and course conditions.

RUN

- Competitors must not alter the size or appearance of the race number, and must wear it clearly and visibly on their front.
- Slower competitors must keep to the right with other competitors overtaking on the left.
- Runners must stay inside the designated running area at all times. Runners who step
- outside the designated area onto the open road will be disqualified immediately.
- No individual support vehicles or non-participant escort runners or cyclists are allowed.
- Friends, family members, coaches or supporters of any type may not bike, drive or run alongside competitors, may not pass food or other items to competitors and should be warned to stay completely clear of all participants to avoid the disqualification of a participant.

PROTEST

- Where opinions as to the above rules differ, the presiding official's opinion holds precedence.
- Protests must be in writing, and must be presented to an official, who will refer the matter to a committee. Those issuing a protest must pay a deposit of \$100 USD (or its equivalent in VND), and this money will be refunded after a successful protest. If the protest is denied, then this money will not be refunded, and will instead be used for future events.
- For protests during the event itself, a competitor can make his or her protest orally to a presiding official, and then write the protest within 30 minutes of his or her finish time.
- During the event, competitors, their family and friends, or coaches are not allowed to protest to officials over "judgment calls." Such protests will result in disqualification. "Judgment calls" are here defined as situations regarding drafting, blocking, and other unsportsmanlike conduct.

TỔNG QUAN

- Người tham gia nên ưu tiên vấn đề an toàn, và luôn luôn tự nhận thức được tình trạng thể chất của bản thân. Nghỉ ngơi hoặc rút lui khỏi sự kiện khi thích hợp
- Người tham gia không được sử dụng thuốc để tăng cường hiệu suất, hoặc sử dụng đồ uống có cồn trong sự kiện này. Nếu bị phát hiện có các dấu hiệu trên, người tham gia sẽ bị loại, hoặc bị kiểm tra y tế trong các trường hợp có nghi ngờ.
- Người tham gia phải hoàn thành sự kiện trong thời hạn quy định. Người không hoàn thành đúng thời gian sẽ bị loại.
- Đại hội đồng (BAN TỔ CHỨC) có quyền loại bỏ bất kỳ người tham gia nào không đủ thể lực để tiếp tục tham gia sự kiện an toàn
- Đại hội đồng (BAN TỔ CHỨC) sẽ cung cấp mũ bơi, biển danh số báo danh, số báo danh ấn bằng mực tẩy được và miếng dán in số. Người tham gia sử dụng chúng theo chỉ dẫn và không thay đổi chúng khi không được phép.
- Nếu thời tiết trở nên có hại cho người tham gia, Đại hội đồng (BAN TỔ CHỨC) có quyền đình chỉ hoặc hủy bỏ sự kiện này.
- Người tham gia không tham gia cuộc đua vào thời điểm chỉ định hoặc người tham gia đã bị loại không được phép tham gia lại cuộc đua khi điều kiện trở nên thuận lợi hơn
- Người tham gia được phép nhận thực phẩm, đồ uống và chăm sóc sức khỏe theo quy định của Đại hội đồng (BAN TỔ CHỨC).
- Nghiêm cấm người tham gia đụng chạm đến xe đạp và thiết bị đua của người khác.
- Thời gian chuyển đổi của người tham gia (tức là thời gian dành cho Khu vực chuyên tiếp) được tính vào tổng thời gian cuộc đua của họ.
- Người tham gia luôn luôn tuân theo hướng dẫn của các nhân viên Cuộc đua và Cảnh sát viên và cảnh giác với việc vận chuyển xe cộ. Bất kỳ người tham gia nào không tuân theo hướng dẫn của các nhân viên Cuộc đua hoặc Cảnh sát sẽ bị tách khỏi Sự kiện và bị loại. Giám đốc sự kiện và trọng tài có toàn quyền loại bỏ người tham gia khỏi cuộc đua.
- Vui lòng luôn tuân thủ tất cả các Luật và quy định giao thông và các phần của đường đua vẫn phục vụ cho cộng đồng và các phương tiện khác. Mặc dù một số phần của đường đua có thể tạm thời tách khỏi phục vụ cộng đồng, các phương tiện dân dụng, khẩn cấp, cấp cứu và Sự kiện được phép sử dụng đường đua, và do đó luôn luôn tuân thủ tất cả các quy tắc và quy định giao thông đường bộ.
- Challenge Family Vietnam là một sự kiện và các ban tổ chức Sự kiện có thể từ chối đề nghị tham gia của bất kỳ người tham gia nào bằng bất kỳ lý do nào và theo quyết định của riêng họ mà không cần giải thích.
- Nếu có thay đổi thành viên, nhóm phải chịu phí dịch vụ cho mỗi lần thay đổi.
- Không cho phép thay đổi thành viên trong nhóm trong khoảng thời gian 3 tuần trước ngày đua.
- Đội Y tế Sự kiện có toàn quyền quyết định và đưa ra quyết định cuối cùng về tính phù hợp của người tham gia để tiếp tục tham gia Sự kiện hay không, và tương tự như vậy nếu họ nên rút khỏi Sự kiện.
- Người tham gia không thể sử dụng chất cấm với mục đích cải thiện hiệu suất, loại bỏ cảm giác mệt mỏi hoặc cho bất kỳ mục đích nào khác. Chúng tôi có thể kiểm tra doping bất cứ lúc nào.
- Quan trọng là người tham gia có hành vi tốt và có tinh thần thể thao, đối xử với các người tham gia khác, người tổ chức sự kiện, tình nguyện viên và nhà thầu một cách lịch sự và tôn trọng. Người tham gia thể hiện trái với các điều trên có thể bị loại bất cứ lúc nào trước, trong hoặc sau Sự kiện.
- Nếu một người tham gia rút khỏi Sự kiện, họ phải thông báo cho các nhân viên đường đua về việc rút lui ngay lập tức. Người tham gia nào không thực hiện điều trên và trở thành đối tượng của hoạt động tìm kiếm và cứu hộ sẽ phải chịu mọi chi phí liên quan đến sự kiện này nếu họ bị phát hiện ở tại nơi ở hoặc nơi an toàn khác.
- Challenge Family Việt Nam có quyền thay đổi các quy tắc, quy định, đường đua và địa điểm tổ chức bất cứ lúc nào cho người tham gia trước khi diễn ra Sự kiện hoặc nếu thay đổi đó là vì lợi ích của sự an toàn của người tham gia.
- Không cho phép mang tai nghe trong hoạt động bơi hoặc đua xe đạp của sự kiện. Được phép sử dụng máy nghe nhạc MP3 khi tham gia chạy. Âm lượng phải ở mức cho phép nghe thấy tiếng ồn bên ngoài. Nếu người tham gia không nghe được nhân viên cuộc đua do âm lượng quá lớn, Ban tổ chức có quyền tịch thu tạm thời máy nghe nhạc MP3 vì an toàn và lợi ích của người tham gia.
- Người tham gia phải làm quen với toàn bộ đường đua và họ có trách nhiệm tuân theo chính xác lộ trình.
- Các kháng nghị phải được gửi tới Trọng tài cuộc đua và / hoặc Trạm thông tin trong vòng hai giờ kể từ khi người tham gia hoàn thành sự kiện, hoặc trong vòng hai giờ sau khi họ bị loại (nếu có) và phải kèm theo phí nộp đơn 100 đô la Mỹ (hoặc tương đương bằng tiền Việt Nam). Nếu kháng nghị được chấp thuận, phí 100 đô la Mỹ (hoặc tương đương bằng tiền Việt Nam) sẽ được hoàn trả đầy đủ. Nếu kháng nghị bị bác bỏ, lệ phí bị giữ lại.
- Trong trường hợp thời tiết xấu, Challenge Family Vietnam có quyền chuyển đổi sự kiện sang trạng thái ba môn phối hợp vì lợi ích và an toàn của người tham gia nhưng không chịu trách nhiệm cho bất kỳ tổn thất nào do quyết định đó. Nếu điều kiện vẫn không an toàn để diễn ra ba môn phối hợp, Challenge Family Vietnam có toàn quyền quyết định và có thể hủy bỏ Sự kiện mà không có nghĩa vụ hoàn trả phí vào cửa.
- Challenge Family Vietnam có thể kiểm tra nếu có sử dụng chất cấm ở bất kỳ người tham gia nào. Người tham gia bị loại nếu kết quả kiểm tra dương tính.
- Không trao tiền thưởng trước khi xác nhận tất cả các kết quả kiểm nghiệm thuốc (nếu Ban tổ chức thấy cần thiết).
- Tiền thưởng áp dụng cho các lĩnh vực cá nhân Nam và cá nhân Nữ. Không có quy tắc % tuổi dựa trên thời gian nhưng tiền thưởng sẽ được trả theo vị trí tổng thể cuộc đua. Người tham gia phải cung cấp bằng chứng về tình trạng chuyên môn chuyên nghiệp của họ đủ điều kiện nhận tiền thưởng.

- Tất cả tiền thưởng phải chịu thuế theo luật pháp Việt Nam để khấu trừ thuế và khoản này sẽ được khấu trừ trước khi thanh toán. Tất cả các khoản phí ngân hàng do người tham gia chi trả.
- Người tham gia là vận động viên cá nhân phải tối thiểu trên 18 tuổi vào ngày đua.
- Các vận động viên theo đội phải tối thiểu trên 18 tuổi vào ngày đua.
- Số báo danh tham gia cuộc đua do Ban tổ chức cung cấp phải được nhìn thấy trong suốt cuộc đua.
- Tất cả các vận động viên phải đăng ký trong thời gian được phân bổ và tham dự cuộc họp giao ban bắt buộc trước khi đua. Tất cả các cá nhân và đội phải đặt xe đạp của họ trong thời gian được phân bổ - không có ngoại lệ cho quy tắc này. Ban tổ chức sự kiện có quyền loại bỏ bất kỳ ai không tuân thủ các quy tắc này.
- Bất kỳ vấn đề phát sinh nào khác phải được chuyển đến Ủy viên của Đại hội đồng để phân xử.
- Người tham gia nên hiểu và tuân theo các quy tắc cạnh tranh cơ bản

QUY TẮC BƠI

- Cho phép sử dụng đồ bơi giữ nhiệt nếu nhiệt độ nước lên đến 24°C. Ban tổ chức cuộc đua có quyền hạn chế việc sử dụng đồ bơi giữ nhiệt tùy theo điều kiện thời tiết. Giám đốc cuộc đua sẽ công bố điều này tại Cuộc họp giao ban, một ngày trước cuộc đua.
- Khi nhiều người tham gia đang thi đấu và không gian giữa các người tham gia nhỏ, người tham gia phải đặc biệt chú ý đến an toàn bản thân và an toàn của người khác.
- Người tham gia phải giữ số tham gia (số thứ tự ấn bằng mực) ở vị trí được chỉ định trên người của họ và không xóa số này cho đến khi họ hoàn thành sự kiện.
- Trong trường hợp khẩn cấp, hoặc mệt mỏi ức chế người tham gia tiếp tục phần thi bơi, người tham gia có thể giữ dây hoặc phao, nhưng họ không thể sử dụng để tiếp tục tham gia phần thi bơi.
- Người tham gia nếu gặp nạn nghiêm trọng nên ngay lập tức dừng bơi, cởi mũ bơi và vẫy mũ bơi để báo hiệu cần hỗ trợ từ nhân viên cứu hộ. Người tham gia thực hiện bước này có nghĩa là đã bị loại.
- Người tham gia muốn vượt qua người khác không được hạn chế động tác bơi của đối thủ.
- Người tham gia cần hỗ trợ từ các thiết bị hỗ trợ nổi phải xuống nước cuối cùng và bơi sau các đối thủ khác
- Bắt buộc phải mang mũ bơi (mũ được cung cấp). Khả năng sử dụng đồ bơi giữ nhiệt sẽ được truyền đạt trong cuộc họp giao ban về điều kiện nước, nhiệt độ và đường bơi / khoảng cách (theo quyết định tuyệt đối của người tổ chức sự kiện).

- Không cho phép sử dụng vây, mái chèo, ống thở hoặc các thiết bị tương tự.
- Có thể sử dụng kính bơi hoặc mặt nạ.
- Các hỗ trợ cần thiết trong khi bơi có thể dẫn đến bị loại.
- Ban tổ chức sự kiện có quyền thay đổi địa điểm đường bơi, khoảng cách của đường bơi hoặc hủy đường bơi (theo quyết định tuyệt đối của họ) có tính đến điều kiện thời tiết và nhiệt độ nước.
- Thử nghiệm đường bơi được mở một ngày trước cuộc đua, vui lòng cập nhật lịch trình chương trình (có thể thay đổi)
- Thời gian giới hạn đường bơi là 1 giờ 20 phút từ lúc người tham gia nhảy xuống hồ bơi

QUY TẮC ĐUA XE ĐẠP

- Vận động viên không đội mũ bảo hiểm bị cấm tham gia.
- Xe đạp không thông qua kiểm tra sẽ không được phép sử dụng trong cuộc đua
- Người tham gia nên giảm tốc độ và chú ý hơn trong Khu vực chuyển tiếp, gần các trạm cung cấp, quanh các ngã rẽ, trên những con đường hẹp hoặc tại các điểm quay đầu
- Phải đặt xe đạp ở vị trí thích hợp trong Khu vực chuyển tiếp trước khi người tham gia tiếp tục chuyển qua đường chạy.
- Người tham gia không được phép thay đổi hoặc trao đổi xe đạp trong sự kiện này.
- Không cho phép sử dụng kỹ thuật núp gió. Diện tích cạnh trước của xe dẫn đầu và cạnh trước của xe sau, kéo dài mỗi bên của xe thêm 1,5 mét, được đo từ cạnh đầu của bánh trước. Mỗi vận động viên có 15 giây để đi qua khu vực đó. Tương tự như vậy, một khi một vận động viên được thông qua, họ có 15 giây để quay trở lại khu vực núp gió.
- Số báo danh của cuộc đua không được thay đổi kích thước hoặc con số, và phải được đeo ở phía sau trong cuộc đua đạp.
- Bắt buộc mũ bảo hiểm phải đạt các tiêu chuẩn mũ bảo hiểm sau đây: Tiêu chuẩn ASTM - F1447-1994, Úc và New Zealand - AS / NZS 2063: 1996 hoặc NZS5439 hoặc AS2063.2, Snell-B90 hoặc B95, Tiêu chuẩn CE Châu Âu-EN1078, Tiêu chuẩn an toàn sản phẩm tiêu dùng Hoa Kỳ - USCPSS.
- Mang mũ bảo hiểm chắc chắn, cài dây trước khi mở khóa xe đạp, và phải đảm bảo đội mũ chặt cho đến khi tháo chiếc xe đạp và gắn lại vào giá đỡ.

- Không cho phép hỗ trợ cá nhân. Đường đua xe đạp không cho phép người hỗ trợ tiến vào và người tham gia không thể tìm kiếm hoặc nhận giúp đỡ từ bên ngoài từ khán giả, công chúng hoặc bất kỳ bên thứ 3 nào ngoại trừ đội hỗ trợ kĩ thuật chính thức.
- Mỗi người tham gia chịu trách nhiệm cho tình trạng hoặc sửa chữa chiếc xe đạp của riêng mình. Xe đạp phải được bảo dưỡng trong vòng ba tuần kể từ ngày diễn ra sự kiện và trong tình trạng an toàn và có thể đi được. Hỗ trợ từ bất kỳ ai không phải nhân viên hỗ trợ kĩ thuật chính thức sẽ là căn cứ để bị loại ngay lập tức. Không cho phép sử dụng bánh xe dự phòng, xe đạp dự phòng và yêu cầu mỗi đối thủ phải sẵn sàng xử lý mọi sự cố cơ học có thể xảy ra. Tất cả các xe đạp phải được nhân viên hỗ trợ kĩ thuật kiểm tra bắt buộc để sử dụng trong cuộc đua hoặc lúc đăng ký. Xe đạp đã kiểm tra sẽ được chuyển qua Khu chuyển đổi.
- Người tham gia đạp xe đạp dự kiến phải chú ý hướng dẫn và chỉ dẫn của tất cả các nhân viên cuộc đua và cơ quan công quyền. Người tham gia có thể chạy / đi xe đạp của họ nếu cần thiết.
- Người tham gia luôn luôn phải cách xa đối thủ, và vượt qua những người khác ở hướng bên trái và phải tuân thủ tất cả luật giao thông, quy tắc giao thông và chỉ dẫn của các quan chức Sự kiện và Cảnh sát viên.
- Chỉ cho phép sử dụng xe đạp đường trường và xe đạp tính giờ xe trong sự kiện này.
- Hình phạt cho hành vi núp gió, gây nguy hiểm hoặc hành vi phi thể thao sẽ là bốn (4) phút đứng trong hộp hình phạt trong khu vực chuyển tiếp. Vi phạm lần hai thì hình phạt là tám (8) phút đứng im. Nếu vi phạm lần thứ ba thì người tham gia bị loại.
- Đường đua xe đạp giới hạn thời gian là 5 giờ 35 phút đua.
- Ban tổ chức sự kiện có quyền thay đổi địa điểm của đường đua xe đạp hoặc khoảng cách của đường đua (theo quyết định tuyệt đối của họ) và tính đến điều kiện thời tiết và khóa học.
- Người chạy làm theo chỉ dẫn và hướng dẫn của tất cả các nhân viên cuộc đua và cơ quan công quyền.
- Nghiêm cấm mọi hỗ trợ bên ngoài, quy mô và tính chất của hình phạt đối với hành vi vi phạm trên theo quyết định của Giám đốc Sự kiện và Trọng tài.
- Người tham gia phải tuân thủ tất cả luật, quy định giao thông và chỉ dẫn của các Nhân viên Sự kiện và Cảnh sát viên.
- Ban tổ chức sự kiện có quyền thay đổi địa điểm của đường chạy hoặc khoảng cách của đường chạy (theo quyết định tuyệt đối của họ) và tính đến điều kiện thời tiết và khóa học.

KHÁNG NGHỊ

- Trong trường hợp có kháng nghị khác nhau về các quy tắc trên, ưu tiên ý kiến của Giám đốc sự kiện.
- Kháng nghị được lập thành văn bản, và được trình bày cho một nhân viên sự kiện để đệ trình lên ủy ban. Người đưa ra kháng nghị phải trả một khoản đặt cọc 100 đô la Mỹ (hoặc tương đương bằng tiền Việt Nam), và số tiền này sẽ được hoàn trả sau khi kháng nghị được chấp thuận. Nếu kháng nghị bị bác bỏ thì số tiền này sẽ không được hoàn trả, và thay vào đó sẽ được sử dụng cho các sự kiện trong tương lai.
- Đối với các kháng nghị trong sự kiện này, người tham gia có thể phản đối bằng miệng với nhân viên chủ trì, và sau đó viết kháng nghị trong vòng 30 phút sau khi kết thúc.
- Trong sự kiện này, người tham gia, gia đình và bạn bè hoặc huấn luyện viên của họ không được phép kháng nghị các nhân viên về "phỏng đoán". Những kháng cáo mang tính chất như vậy sẽ dẫn đến người tham gia đó bị loại. "Phỏng đoán" ở đây được định nghĩa là các tình huống liên quan đến núp gió, chặn và các hành vi phi thể thao khác.

QUY TẮC CHẠY

- Người tham gia không được thay đổi kích thước hoặc số của số báo danh, và phải đeo số này rõ ràng phía trước họ.
- Người tham gia chạy chậm hơn phải chạy bên phải và để các đối thủ khác vượt bên trái.
- Người chạy luôn luôn phải ở trong khu vực chạy đã chỉ định. Người tham gia chạy bộ bước ra ngoài khu vực đã chỉ định sẽ bị loại ngay lập tức.
- Không phép phương tiện hỗ trợ cá nhân hoặc người chạy hộ tống hoặc người đi xe đạp không tham gia đường đua chạy. Bạn bè, thành viên gia đình, huấn luyện viên hoặc người hỗ trợ dưới mọi hình thức không được đi xe đạp, lái xe hoặc chạy bên cạnh người tham gia, không được chuyển thức ăn hoặc bất cứ vật gì khác cho người tham gia và nên cảnh báo trước để tầm nhìn của tất cả những người tham gia được thông thoáng.

Attractions in Nha Trang

When you visit Nha Trang, whether it is your first time or your millionth time, you will immediately be drawn to the beach. Even an avid beach goer can appreciate the beauty of Nha Trang's beaches. If going to the beach is not your style, Nha Trang has mountains, waterfalls, historical sites, museums; there is something for everyone.



Tran Phu Beach: If you love the beach vibe, Tran Phu is the place for you. Located directly on Tran Phu street, establishments will all have private strips of beach with chairs and umbrellas to use. A less crowded beach alternative would be Bai Dai Beach, or you could see the Hon Chong Promontory sights as well.



Nha Trang Market(s): No city tour is complete without a visit to a market. The Night Market and the Dam Market are both places that you can find yourself wandering through stalls and looking at merchandise for a long time. They both open in late evening/night time, so you will have to do these towards the end of the day.



Night Time Squid Fishing: If you like seafood and fishing, you will love this unique night time squid fishing adventure. This tour is about 7 hours total, from around 3:30 PM to 10:30 PM, you will get to enjoy a fishing charter, eat what you catch, and see a fish farm all in one day.



Ba Ho Waterfall: Located about 30 KM away from the city center, Ba Ho Waterfall is a rarely crowded attraction that all nature lovers should check out. The trail to this attraction is clearly marked with arrows, so you will be able to find your way there easily.



Long Son Pagoda: Situated at the foot of Tray Thuy mountain, this pagoda was built in 1886. Here you can find a large white Buddha statue sitting atop the mountain crest, which is visible from most places in Nha Trang.



Water sports: Being a coastal city (and also the diving capital of Vietnam), Nha Trang has an abundance of water related activities that you can partake in, including: snorkeling, diving, surfing, parasailing, and wakeboarding.

Attractions in Nha Trang

Nha Trang luôn được lòng du khách gần xa bởi đường bờ biển trải dài với nước biển trong xanh, cát mịn, cùng thảm động - thực vật biển đa dạng. Thậm chí du lịch biển không phải là sở thích của bạn thì Nha Trang luôn đáp ứng mọi nhu cầu tham quan với núi non, thác nước, các di tích lịch sử, bảo tàng và các hoạt động thú vị.



Bãi biển Trần Phú: Đây là nơi để tận hưởng không khí biển trong lành mà không cần phải di chuyển xa. Bãi biển trải dọc theo chiều dài con đường Trần Phú, được bố trí sẵn ghế và ô che nắng nơi bạn có thể ngắm biển. Ngoài ra, bạn cũng có thể đến những bãi biển gần đó như Bãi Dài hay Hòn Chồng.



Đi chợ: Mở cửa tất cả các ngày trong tuần, những ngôi chợ luôn là nơi tập nập du khách lẫn người dân địa phương. Chợ Đêm hay chợ đêm Nha Trang là nơi bạn phải đến để mua quà lưu niệm hay thưởng thức những món ăn đặc sản nơi đây.



Câu mực đêm: Nếu bạn là người yêu thích hải sản và muốn trải nghiệm ra khơi đánh bắt như ngư dân thực thụ, nhất định bạn phải đi câu mực đêm ở Nha Trang. Mỗi tour đi câu mực kéo dài từ giữa trưa đến đêm, bạn sẽ được câu tận tay những con mực tươi rói và thưởng thức thành quả đạt được.



Thác Ba Hồ: Nằm cách trung tâm thành phố khoảng 30 KM, thác Ba Hồ là địa điểm mà tất cả những người yêu thiên nhiên nên tham quan. Đường đến thác nước được được chỉ dẫn bằng mũi tên dọc theo đường đi, vì vậy bạn sẽ dễ dàng đi đến đó bằng bất cứ phương tiện nào.



Chùa Long Sơn: Toạ lạc ở chân đồi Trại Thủy, ngôi chùa được xây dựng theo kiến trúc chùa truyền thống Việt Nam vào năm 1886. Chùa Long Sơn nổi tiếng với tượng Thích Ca Phật Đài trắng cao 24m, đứng từ tượng Phật, bạn có thể nhìn ngắm toàn cảnh thành phố Nha Trang.



Các hoạt động dưới nước: Bên cạnh những địa danh thu hút tại "thủ phủ của các thành phố biển", du lịch đến Nha Trang sẽ trở nên thú vị hơn khi du khách tham gia các hoạt động dưới nước như lặn biển ngắm san hô, lướt sóng, dù lượn, trượt nước....

24 HOURS LOST IN NHA TRANG

1 ngày du lịch tự túc Nha Trang

There are countless things to do in Nha Trang. In case you have only 24 hours to explore, you should have a perfect plan to enjoy as much as possible the beauty of this city.

Du lịch khám phá cần nhiều thời gian, tuy nhiên, trong trường hợp chỉ có một ngày ở Nha Trang trong khi có quá nhiều địa điểm cần thăm thú, bạn cần có một kế hoạch hoàn hảo để tận hưởng trọn vẹn Nha Trang trong 24 tiếng đồng hồ.



Morning:

National Oceanographic Museum: Nha Trang Aquarium demonstrates the current and former sea life of the South China Sea. You will be amazed by the abundant aquatic life and intriguing fossils displayed here.

Hon Chong: Hon Chong is a natural work of art located north of Nha Trang. Legend has it that Hon Chong is where the mountains meet the ocean; this is evidenced by the fact that visitors need only take a few steps in either direction to get the foot of the hills or the white sandy beach.

Sáng:

Viện Hải Dương Học: Được ví như đại dương thu nhỏ Viện Hải dương học Nha Trang thực sự sẽ làm bạn hoảng ngợp khi thăm quan tại đây với quy mô rộng đến 20 héc-ta.

Hòn Chông: Hòn Chông là một thắng cảnh tự nhiên nằm ở bờ biển phía Bắc thành phố Nha Trang. Nơi đây du khách có thể đi chuyển vài bước đã chạm đến sóng biển hoặc chân đồi. Nhiều người bảo, Hòn Chông là nơi giao nhau giữa biển và núi.

Afternoon:

Dam Market: Dam Market is only 1.6km away from Nha Trang's city center. This is a great place to find oddities and souvenirs to bring home for family and friends. A leisurely walk around the market would also be quite pleasant.

Po Nagar Cham Towers: Located 3km away from the center of Nha Trang, the Po Nagar Cham Towers are one of the most important and well-preserved Cham cultural sites in all of Central Vietnam. A must see, no doubt.

Nha Trang Beach: A beautiful coastline with a 12km long beach, Nha Trang Beach is what sets Nha Trang apart from the rest of Vietnam. With green palm trees lining the white sand, the ambiance is very relaxing, a great place to chill out in the heat of summer.

Trưa, chiều:

Đầm market: Chợ Đầm chỉ cách trung tâm Nha Trang khoảng 1.6km, bạn có thể ghé qua để tham quan chợ và mua quà lưu niệm cho người thân, bạn bè.

Tháp bà Po Nagar: Cách trung tâm thành phố Nha Trang khoảng hơn 3km về phía Bắc, Tháp bà Ponagar là một trong những quần thể kiến trúc thuộc nền văn hóa Chăm Pa lớn nhất miền Trung Việt Nam.

Bãi biển Nha Trang: Với chiều dài hơn 12km, chạy dọc bờ biển là những hàng cây xanh ngắt, cồn cát trắng ôm trọn lấy thành phố Nha Trang. Không gian rộng rãi, thoáng mát chính vì vậy đây là điểm đến lý tưởng cho khách du lịch vào mùa hè.



Night:

Nha Trang Night Market: Coming to Nha Trang Night Market, you will fall in love with the vibrant and buzzing atmosphere. Here you can get your fill of shopping, enjoy the exotic cuisine, or even feel the ocean breeze at night. The night market gets livelier than the afternoon market for sure.

Nightlife: The nightlife scene in Nha Trang is dominated by Tran Phu street, the same street that Tran Phu Beach is on. Bars and clubs line the street and get rowdy almost every night. You could also grab a drink and walk around Tran Phu Beach itself, if that is more your speed.

Tối:

Chợ đêm Nha Trang: Đến với chợ đêm nha trang bạn sẽ hoàn toàn được đắm chìm trong không khí náo nhiệt nơi đây, bạn có thể thỏa mua sắm, ăn uống và tận hưởng thời tiết mát mẻ.

Đạo biển đêm: Cuộc sống về đêm sôi động ở Nha Trang được thể hiện rõ nét nhất ở đường Trần Phú. Một bên là bờ biển, một bên là các quán bar nhộn nhịp, bạn có thể thưởng thức đồ uống tại đây và ngắm biển để kết thúc một ngày thăm thú Nha Trang đầy thú vị.



BESTS OF NHA TRANG

WHERE TO GO by A LOCAL



Top 3 most spectacular islands in Nha Trang: Yen Island, Whale Island, Diep Son Island

Top 3 hòn đảo đẹp Nha Trang: Đảo Yến, Đảo Cá Voi, Đảo Điệp Sơn



Top 3 famous symbols of Nha Trang: Tram Hung Tower, Po Nagar Cham Towers, Vinpearl Land Cable Car

Top 3 biểu tượng của Nha Trang: Tháp Trăm Hương, Cáp treo Vinpearl Land, Tháp Bà Po Narga



Top 3 most amazing festivals: Nha Trang Beach Festival, Whale Worship Festival, Po Nagar Towers Festival

Top 3 lễ hội: Festival biển Nha Trang, Lễ hội Cầu Ngư, Lễ hội tháp Bà Ponagar



ENDORSED BY



TITLE SPONSOR



HOST AIRPORT



ELECTROLYTE DRINK SPONSOR



PARTNERS



HOTEL PARTNERS



TRAINING PARTNER



AIRLINES PARTNER



BEER PARTNER



VOLUNTEER PARTNER



AFTER PARTY PARTNER



THE ORGANIZER

