



III VERTIATLON SOLIDARIO DE BAIONA

HORARIOS E INFORMACIÓN A TER EN CONTA

(SALIDA 16:00)

ENTREGA DE DORSALES: 14:00 h. a 15:30 h	MONTE REAL CLUB DE YATES BAYONA
REUNIÓN TÉCNICA: 12:00 h.	MUSEO CASA DA NAVEGACIÓN (Rúa Ventura Misa, 17)
CONTROL DE MATERIAL: 14:30 a 15:30h.	Al lado Playa de Barbeira <u>(Imprescindible DNI o Licencia para acceder a TRANSICIÓN)</u>
SALIDAS:	Playa A Ribeira
16:00 H.	SALIDA FEMENINA
16:10 H.	SALIDA MASCULINA
CÁMARA DE LLAMADAS:	
15:50 H.	Todos los triatletas deben estar en línea de salida
ENTREGA DE PREMIOS: 18:45 H.	Monte Real Club de Yates de Bayona (Jamón y Cerveza Party para todos los participantes)

TIEMPO MÁXIMO DE ESTANCIA EN NATACIÓN- 30 MINUTOS

(Art. 4.2 Reglamento Oficial Competición). Quien supere este tiempo será retirado por los oficiales

CRONOMETRAJE CHAMPION CHIP (CHIP AMARILLO)

Los participantes que no tengan chip en propiedad recibirán un chip que devolverán al finalizar la prueba.

PREMIOS:

Todos los participantes recibirán una camiseta conmemorativa de la prueba.

OTROS:

Sorteo entre todos los participantes de unas zapatillas firmadas por Usain Bolt, réplica de las que usó en su despedida de las pistas este verano, en el Mundial de Atletismo celebrado en Londres.

Descuento especial- 25% de estancia en Parking A Palma y Parking Aral (Baiona) para todos los participantes. Deberán mostrar el dorsal para hacerlo efectivo.

Normas de competición

Esta carrera es federada, por lo tanto se rige según las normativas vigentes del Reglamento Oficial de Competición e de la Federación Galega de Triatlón. El deportista será responsable de conocer las normas de competición por las que se rige la prueba.

<http://triatlon.org/triweb/wp-content/uploads/2017/07/Circular.11.17.Competiciones.Modificacion-Reglamento-de-Competiciones.pdf>

<http://fegatri.org/wp-content/uploads/2013/04/REGULAMENTO-DE-COMPETICI%C3%93NS-DA-FEGATRI-TEMPADA-2017.pdf>

Normas básicas

NATACIÓN.-

- El traje isotérmico puede ser obligatorio/permitido o prohibido, según la temperatura del agua medida 1 hora antes.



- El tiempo máximo de estancia en el agua es de 30 minutos para esta distancia. A partir de este momento por seguridad, cualquier participante será retirado por los oficiales de carrera abandonando la competición.

TRANSICIÓN

- En transición solo se puede dejar material para competir. Las mochilas u otro material será retirado por los oficiales. Las bolsas y mochilas deben dejarse en el guardarropa
- Los cascos deben quedar desabrochados en la Transición 1
- La bicicleta se colocará por el sillín con el manillar hacia el pasillo interior donde está colocado el número de dorsal y a la izquierda del número. Este es el pasillo por el que debe circular el participante.
- El material ya utilizado debe colocarse dentro de la caja.
- El material con el que se sale de transición no puede ser abandonado en circuito ni entregado a familiares, amigos... El participante es responsable del mismo y se penaliza cualquier abandono o ayuda externa.
- En la transición no se puede montar en la bici
- Para cualquier acceso a transición debe acudir identificado con documento oficial con foto.

CICLISMO

- Los frenos de disco están totalmente prohibidos
- Bicicleta.- Por reglamento debe ser de carretera (art.5.2 ii). Excepcionalmente se permitirá bicicleta de montaña por ser esta prueba de promoción, aunque es totalmente desaconsejable debido a la masificación del circuito. En caso de solicitar participar con ella será el Juez Árbitro o la DT quienes revisarán esta bicicleta, para comprobar que cumple las medidas de seguridad suficientes para garantizar la seguridad del resto de participantes, dando siempre prioridad a la revisión de bicis de carretera
- El drafting (ir a rueda) entre diferentes sexos está penalizado.
- El casco estará puesto y abrochado siempre que se tenga contacto con la bicicleta
- No se puede recibir ninguna ayuda de personal ajeno a la organización. El participante debe hacer cualquier arreglo por sus propios medios (art. 2.2/2.3)

CARRERA A PIE

- No se puede recibir ninguna ayuda de personal ajeno a la organización.
- El participante no puede correr acompañado de personal de fuera de la competición, en ningún momento, ni durante la carrera ni en la entrada a meta. El circuito es solo para los competidores. (DSQ)
- Habrá un punto de avituallamiento líquido en carrera, delimitando los puntos de inicio y fin de área de residuos. Al finalizar habrá avituallamiento sólido y líquido.



III VERTIATLON SOLIDARIO DE BAIONA

HORARIOS E INFORMACIÓN A TER EN CONTA

SAÍDA ÁS 16:00 H.

ENTREGA DE DORSAIS: 14:00 h. a 15:30 h	MONTE REAL CLUB DE YATES
REUNIÓN TÉCNICA: 12:00 h.	MUSEO CASA DA NAVEGACIÓN (Rúa Ventura Misa, 17)
CONTROL DE MATERIAL: 14:30 a 15:45h.	A Carón da Praia de Barbeira (<u>Imprescindible DNI ou Licenza para acceder ás TRANSICIÓN</u> s)
SAÍDAS:	Praia A Ribeira
16:00 H.	SAÍDA FEMENINA
16:10 H.	SAÍDA MASCULINA
CÁMARA DE CHAMADAS:	
15:50 H.	Todos os triatletas deben estar na liña de saída
ENTREGA DE PREMIOS: 18:45 H.	Monte Real Club de Yates de Bayona (Aperitivos e Cervexa Party para todos os participantes)

TEMPO MÁXIMO DE ESTANCIA NA NATACIÓN- 30 MINUTOS

(Art. 4.2 Regulamento Oficial Competición)

Quen supere este tempo será retirado polos oficiais

CRONOMETRAXE CHAMPION CHIP (CHIP AMARELO)

Os participantes que non teñan chip en propiedade entregaráselles un chip que devolverán ao fin d a proba.

PREMIOS:

Todos os participantes recibirán unha camiseta conmemorativa da proba

OUTROS:

Sorteo entre todos los participantes dunhas zapatillas asinadas por Usain Bolt, réplica das que usou na súa despedida das pistas este verán, no Mundial de Atletismo celebrado en Londres.

Descuento especial- 25% de estancia en Parking A Palma e Parking Aral (Baiona) para todos os participantes. Deberán mostrar o dorsal para facelo efectivo.

Normas de competición

A carreira, é federada, polo tanto rexeráse segundo as normativas vixentes do Regulamento Oficial de Competición e da Federación Galega de Tríatlon. O deportista é responsable de coñecer as normas de competición polas que se rexe a proba.

<http://triatlon.org/triweb/wp-content/uploads/2017/07/Circular.11.17.Competiciones.Modificacion-Reglamento-de-Competiciones.pdf>

<http://fegatri.org/wp-content/uploads/2013/04/REGULAMENTO-DE-COMPETICI%C3%93NS-DA-FEGATRI-TEMPADA-2017.pdf>

Normas básicas

NATACIÓN.-

- O traxe de Neopreno pode ser obrigado/permitido ou prohibido segundo a temperatura da auga que se publicará unha hora antes.



- O tempo máximo de estancia na auga será de 30' a partir deste momento por seguridade calquera participante será retirado polo oficial da natación e abandonará a competición.

TRANSICIÓN

- Na transición só pode deixarse o material de competición. Calquera mochila ou outro material será retirado polos oficiais (Art. 7.1 k. e Anexo sancións Nº 70)
- Os cascos deben quedar despechados na Transición 1
- A bicicleta colocase polo sillín co guiador cara o pasillo no que estea o número de dorsal, á esquerda segundo se mira de fronte. Sendo este pasillo polo que debe circularse.
- O material que xa fose utilizado debe quedar dentro da caixa.
- O material co que se sae da transición non se pode abandonar en ningún momento nin ser entregado a familiares, amigos,...
- Dentro da transición nunca se pode circular montado na bici.
- O acceso en calquera momento á transición farase identificado con documento oficial

CICLISMO

- Os freos de disco están totalmente prohibidos.
- Bicicleta.- Por regulamento debe ser de estrada. Excepcionalmente permitirase bicicleta de montaña aínda que é totalmente desaconsellable debido á masificación. No caso de solicitar participar con ela será o Xuíz Árbitro ou a DT quen revisarán esta bicicleta, para comprobar que cumpre medidas de seguridade suficientes para non por en perigo ao resto de participantes, dando sempre prioridade na revisión ás bicis de estrada.
- O drafting (ir a roda) entre diferentes sexos está penalizado.
- O casco estará pechado e colocado sempre que se teña contacto coa bicicleta.
- Non se pode recibir ningunha axuda de persoal alleo á organización. O participante debe facer calquera arranxo polos seus propios medios, e levar consigo o que precise.

CARREIRA A PÉ

- Non se pode recibir ningunha axuda de persoal alleo á organización.
- O participante non pode correr acompañado de persoal alleo a competición, en ningún momento, nin durante a carreira nin na entrada a meta. O circuío é só para os competidores. (DSQ)
- Haberá un punto de avituallamento líquido na carreira, delimitando os puntos de inicio e fin de área para abandono de residuos. A partir deste punto non se pode abandonar.
- Ao remate da carreira haberá avituallamento sólido e líquido

