



## *1 NOME E DATA*

III Mar De Muros Triatlón - Trofeo Iván Raña

Sábado, 12 de xuño do 2021

## *2 ORGANIZA*

Concello de Muros

triatlon.muros@gmail.com

981 762 294

Federación Galega de Triatlón e Péntatlon Moderno (FEGATRI)

fegatri@hotmail.com

982 251 345

## *3 COLABORAN*

Policía Local de Muros

Protección Civil de Muros

Garda Civil de Muros

GES Muros

Secretaría Xeral para o Deporte

## *4 LUGAR DA PROBA*

- Lugar: Porto de Muros (Muros) A Coruña
- Zona de boxes: Porto de Muros
- Zona de aparcamento: Párking portuario de Muros
- Centro de información e control da proba: Casa do Concello de Muros
- Mapa: 42.774913 | Lonxitude: -9.056489



## 5 DATAS E HORARIOS DAS SAÍDAS

- Data: sábado, 12 de xuño do 2021
- Hora de comezo das saídas: 16.50 h

## 6 HORARIOS

Hora	Acto	Lugar
15.15 a 16.15 h	Recollida de dorsais	Casa do Concello
15.30 a 16.40 h	Control de material	Transición
16.40 h	Cámara de chamadas	Varadoiro do porto
16.50 h	1ª saída	Varadoiro do porto
19.00 h (aproximado)	Chegada aprox. último participante	Porto
19.15 h (aproximado)	Entrega de trofeos	Zona de meta

\* Estímase a saída de 2 deportistas cada 10" cunha parada de 5' cada 25 deportistas. Os horarios de cada saída, gradual, estableceranse definitivos unha vez finalizada a inscrición e publicaranse coa reunión técnica (Protocolos COVID19)

**Será obrigatorio identificarse con licenza, DNI ou documento oficial con foto para acceder á zona pechada de seguridade acreditados/as.**

## 7 DISTANCIAS

Triatlón modalidade sprint

Natación: 750 m

Ciclismo: 20 km

Carreira a pé: 5 km

## 8 PARTICIPANTES E CATEGORÍAS

Neste evento poderán participar:

- Todos/as os/as deportistas, nados/as no ano 2005 ou anteriores, federados/as FEGATRI con licenza en vigor na tempada 2021.



- Deportistas con licenza da Federación Galega de Ciclismo, nados/as no ano 2005 ou anteriores, en virtude do convenio asinado entre as federacións galegas de ciclismo e triatlón.

## **9 SERVIZOS E INSTALACIÓNS**

- Local para a organización e cronometraxe: Porto de Muros
- Recollida de dorsais: Casa do Concello

## **10 INSCRICIÓNS**

### **10.1. Prazo**

- Apertura: ás 10.00 h do 24/05/2021
- Peche: ás 23.59 h do 08/06/2021

### **10.2. Número de prazas**

- Prazas: 150 por orde de formalización (completada)

A organización reservase 10 invitacións a maiores

### **10.3. Cota de inscrición**

18,00 €

A inscrición realizarase online, a través da web da Federación Galega de Triatlón [www.fegatri.org](http://www.fegatri.org), no apartado: Regulamentos/Inscricións.

O abono da cota farase con tarxeta bancaria a través de TPV.

### **10.4. Persoas federadas**

- Clubs: Accederán a través do apartado competicións, picando na pestana Regulamentos/Inscricións e accedendo á carreira de referencia. Unha vez que se accede á carreira picarase na ligazón INSCRICIÓN e introducirase o código do club (o código a utilizar é o mesmo que o do programa de licenzas).
- Deportistas individuais: Deberán introducir o seu número de licenza e a data de nacemento.

### **10.5. Persoas con licenza da Federación Galega de Ciclismo**

- Deportistas con licenza de FGC (Federación Galega de Ciclismo):

Custo do seguro de 1 día de 2,20 €, que será asumido integramente pola organización.



Imprescindible, para que a inscrición de calquera deportista con licenza de ciclismo sexa válida, enviar a copia do DNI en vigor e documento de protección de datos que se pode descargar na seguinte ligazón <https://fegatri.org/wp-content/uploads/2020/12/ficha-non-federados-1.docx>. Esta documentación debe enviarse á Federación Galega de Tríatlon (fegatri@hotmail.com) a través da plataforma de inscricións.

#### **10.6. Baixas e política de devolucións**

As baixas deberán ser comunicadas á Federación Galega de Tríatlon a través do correo electrónico [fegatri@hotmail.com](mailto:fegatri@hotmail.com), antes do remate do prazo de inscrición. Unha vez pechado non se farán devolucións.

As devolucións das baixas comunicadas en tempo e forma serán aboadas na semana seguinte á celebración da proba.

No caso de inscricións incompletas (falta de documentación) rematado o prazo de inscrición, estas serán anuladas e non se farán devolucións.

#### **10.7. Publicación listas de persoas inscritas**

Publicación da lista provisional: rematado o prazo de inscrición ou o xoves anterior á proba publicarase a lista provisional de persoas inscritas (esta admite reclamacións cando na lista se dea algún erro debido ao manexo dos datos na Federación, por exemplo, baixas solicitadas en tempo que non aparecen dadas na lista...). É moi importante revisar esta lista para ter opción a reclamar se hai algún erro nela. Publicación da lista definitiva: o venres anterior á proba publicarase a lista definitiva (esta é firme e xa non admite cambios).

– Lista de espera:

Esgotadas as prazas abrírase unha lista de espera que se xestionará diariamente, por orde de inscrición, segundo as vacantes que se vaian producindo e ata o remate do prazo de inscrición. Comunicarase ao/á participante correspondente, da lista de espera, por correo electrónico a vacante, dándolle prazo para formalizar a inscrición ata as 14.00 h do mesmo día. A última incorporación será feita o 9 de xuño ás 14.00 h.

## ***11 PREMIOS***

Entregaranse trofeos ás 3 primeiras persoas clasificadas da categoría masculina e feminina, aproximadamente 30 minutos despois de facer a entrada en meta a derradeira persoa clasificada.



## *12 INFORMACIÓN E CONTACTO*

- Mar de Muros Triatlón “Trofeo Iván Raña”
- Correo-e: [triatlon.muros@gmail.com](mailto:triatlon.muros@gmail.com)
- Inscripcións: [www.fegatri.org](http://www.fegatri.org)
- Web: [triatlon.muros.gal](http://triatlon.muros.gal)
- Facebook: [@murostriatlon](https://www.facebook.com/murostriatlon)
- Persoa de contacto: David Pastoriza (981 762 294)

## *13 REGULAMENTO*

A proba rexerese polas normativas vixentes do Regulamento Oficial de Competición das Federacións Galega e Española de Triatlón e contemplará o protocolo preventivo COVID19 vixente na FEGATRI.

[Regulamentos 2021 FETRI/FEGATRI](#)

[Protocolo Preventivo COVID 19 FEGATRI](#)

## *14 SISTEMA DE CRONOMETRAXE*

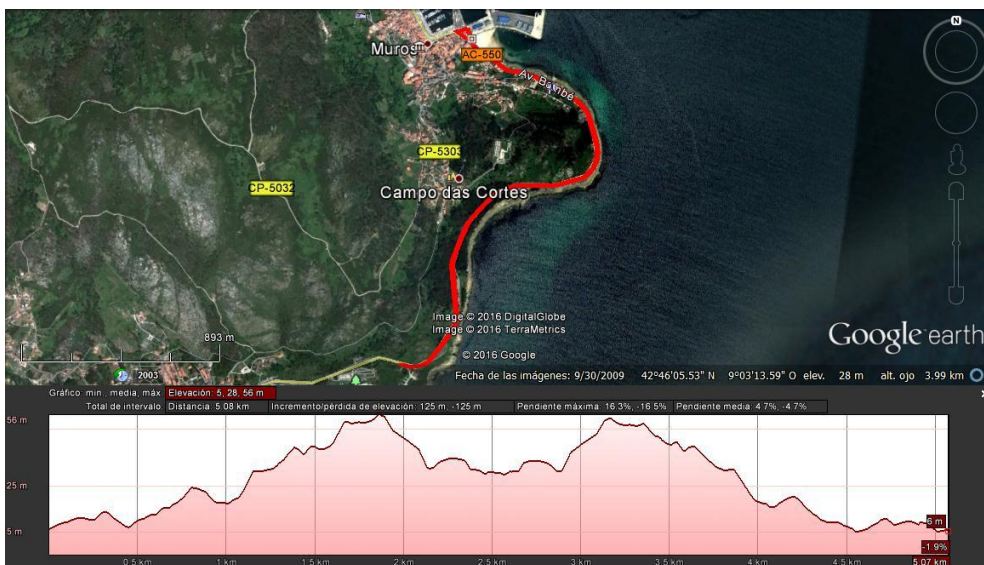
Sistema de cronometraxe con chip. Todos/as os/as deportistas recibirán un chip en aluguer xunto co seu dorsal que deberán devolver ao finalizar a proba.

## 15 PERCORRIDO E PLANOS DOS CIRCUÍTOS

### 15.1. Natación



### 15.2. Ciclismo (4 voltas)





### 15.3. Carreira a pé (2 voltas)



## 16. *NORMATIVA XERAL*

Segundo se recolle no protocolo COVID-19 de aplicación á proba, citado neste regulamento, é de obrigado cumprimento para todas as persoas da proba, o seguinte:

- Manter a distancia interpersonal de 1,5 m en todo momento, antes, durante e despois da práctica deportiva.
- Uso de máscara en todo momento, coa única excepción do momento da práctica deportiva.
- Evitar lugares concorridos, aglomeracións de persoas ou saúdo con contacto físico.
- Non acudir á proba en caso de presentar síntomas compatibles coa COVID-19, febre ou contacto estreito recente con positivos.

En caso de detección, ou auto detección, de sospeita de COVID-19 no contorno da proba, seguiranse as directrices establecidas no punto 4.3 do protocolo FEGATRI.

Infórmase aos/ás deportistas de máis de 60 anos de que existe un maior risco de consecuencias graves en caso de contaxio e recoméndase unha maior toma de medidas preventivas pola súa parte.



### **16.1. Procedemento de saídas**

Saída gradual, con 2 corredores saíndo cada 10", cada un dende o seu caixón de saída, e cunha separación lateral de 2 m entre corredores. Entre cada grupo de 25 deportistas, haberá unha separación de 5 minutos para comezar coas seguinte saída.

Dez minutos antes do comezo da saída, os/as deportistas iranse ordenando por dorsal na cámara de chamadas, mantendo sempre a distancia de seguridade, e irán avanzando cara aos caixóns de presaída segundo o vaian indicando os oficiais e persoal de organización.

Xusto antes de entrar nos caixóns de presaída, os/as corredores/as poderán quitar a máscara e desbotala no contedor habilitado nese punto a tal efecto.

Se un/unha deportista presente non toma a saída no momento que lle corresponde, quedará a xuízo do DT permitirle ou non tomar despois a saída, como moi pronto na última quenda, e asignándolle en calquera caso o tempo de saída que inicialmente lle correspondía.

### **16.2. Chegada a meta**

Unha vez que os/as deportistas pasen a liña de meta, dirixiranse, sen pararse, á zona próxima de postmeta, onde primeiramente se lles fará entrega dunha máscara que deberán colocar inmediatamente, depositarán os seus chips nos recipientes habilitados (se non son en propiedade) e pasarán a avituallarse e saír da zona de postmeta. Todo o procedemento farase nun único sentido de circulación, e mantendo sempre a distancia de seguridade co resto de deportistas e persoal da proba.

### **16.3. Recollida de dorsais e chips de cronometraxe**

Na zona habilitada, o día da proba. Poderanse establecer tramos horarios de recollida ordenados por dorsal que serán publicados na reunión técnica online, de cara a evitar aglomeracións. Así mesmo, manterase sempre un fluxo único de movemento de deportistas para recoller o dorsal, co fin de facilitar o cumprimento das distancias de seguridade.

### **16.4. Gardarroupa**

Non haberá gardarroupa. O/a deportista recibirá unha bolsa na que deberá gardar todas as súas pertenzas que non sexan para competir, deixando a mesma pechada no seu espazo en transición.

### **16.5. Avituallamentos**





Avituallamento líquido no segmento de carreira a pé, e avituallamento líquido e sólido na zona de postmeta. Procedemento de avituallamento segundo se recolle no protocolo COVID-19 da FEGATRI.

## ***17 PLAN DE SEGURIDADE***

### **17.1. Datos do seguro de accidentes**

- A proba conta cun seguro de responsabilidade civil e os deportistas estarán cubertos polo seguro obrigatorio de accidentes tramitado pola FEGATRI.
- A póliza do Seguro deportivo obrigatorio e protocolo de actuación pode consultarse na seguinte ligazón <https://fegatri.org/seguro-deportivo/>

### **17.2. Ambulancia**

- Certificado de contratación
- A ambulancia asistencial estará situada na zona de saída - chegada –transición

### **17.3. Médico**

### **17.4. Vehículos. Control da carreira**

- Policía Local
- Garda Civil
- GES (Grupo de Emerxencias Municipais)
- Protección Civil de Muros
- Motos de persoas voluntarias, para abrir e pechar circuito, acompañamento e control de carreira no sector ciclista por parte dos oficiais.
- Embarcacións e kayaks
- Bicicleta para abrir/pechar o sector de carreira a pé e control de oficiais.

### **17.5. Voluntariado**

- Persoas voluntarias baixo orde da organización para a entrega de dorsais, cubrir puntos de retorno, contavoltas, axuda en xeral.
- Persoas voluntarias de Protección Civil para cubrir cruces e controlar plan de seguridade.
- Persoas voluntarias con motos para seguimento do sector ciclista.
- Protección Civil de Muros.