

BAIO 17 DE MAIO III DÚATLON DAS LETRAS NA VILA DE LABARTA



Mar Delgado
Campioa galega
Campioa absoluta
Campioa II Dúatlon
das Letras 2021



Marcos Mallo
Campión absoluto
Campión II Dúatlon
das Letras 2021



CIRCUITO ADULTO

31.83K

- 6,13 km
- 10,94 km (2X)
- 3,82 km

Júnior Sub23 Absoluta
Veterana Relevos

120 PRAZAS INDIVIDUAIS
18€ (15€ federados)

100 PRAZAS RELEVOS
15€ cada un (12€ federados)

SAÍDA ÁS 11:00

CIRCUITO MOZO

12.80K

- 2,50 km
- 9 km
- 1,30 km

Xuvenil Cadete Júnior

100 PRAZAS
Gratuita

SAÍDA ÁS 9:00

Inscripcións
www.fogatri.com
ata o 10 de maio

ANDAINA

16KM

Duración: 4h aprox

Traba (Laxe) - Baio

- Traba
- Penedos Pasarela
- O Mosquetín
- Monte Torán
- Carballeira Baio

Prezo: 7€

SAÍDA BUS 8:45
DA PRAZA JORGE MIRA

Duatlon das Letras Baio duatlonbaio@gmail.com

ORGANIZAN



TRIBERÓN DEPORTIVO
BAIO



FEGATRI
FEDERACIÓN GALEGA DE TRIATLÓN

COLABORAN



Concello
DE ZAS



Deputación
DA CORUÑA



REUNIÓN TÉCNICA

DUATLON DAS LETRAS DE BAIO

CAMPIONATO GALEGO DE DÚATLON CROS

Circuíto Dúatlon Cros 2022

17/05/2022

NORMATIVA DE APLICACIÓN

O/ A Deportista é responsable de respectar as normativas vixentes de prevención e contención da propagación da COVID 19 e o protocolo específico da Federación Galega de Tríatlon certificado pola Secretaría Xeral para o Deporte.

A proba rexerese polo [protocolo FISICOVID-DXT](#) vixente de aplicación, coas modificacións realizadas respecto ao uso da máscara. É de obrigatorio cumprimento para todas as persoas involucradas no evento, o seguinte:

- **Manter a distancia interpersonal de 1.5 m** e evitar o contacto físico.
- **Evitar lugares concurridos, aglomeracións de persoas** ou saúdo con contacto físico.
- **Recoméndase o uso de máscara en espazos pechados e con aglomeración se non se pode respectar a distancia.**
- **Non acudir á proba en caso de presentar síntomas compatibles coa COVID-19, febre ou contacto estreito recente con positivos.**
- **Manter a frecuente hixiene de mans e materiais**

En caso de detección, ou auto detección, de sospeita de COVID -19 no entorno da proba, seguiranse as directrices establecidas polas autoridades sanitarias.

Infórmase aos 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.

HORARIOS

- **08:15 horas** Apertura secretaría da Competición
- **8:20 horas** Control Material Mozo
- **9:00 horas** Saída Dúatlon Mozo
- **10:45 horas** Entrega de trofeos Mozo (hora aproximada)

10:30 h. Tempo corte entrada a Transición 2

- **10:20horas** Control Material Absoluta
- **11:00 horas** Saída Absoluta Masculina
- **11:05 horas** Saída Absoluta Feminina
- **11: 10 horas** Saída Parellas
- **13:30 horas** Entrega de trofeos Absoluta (hora aproximada)

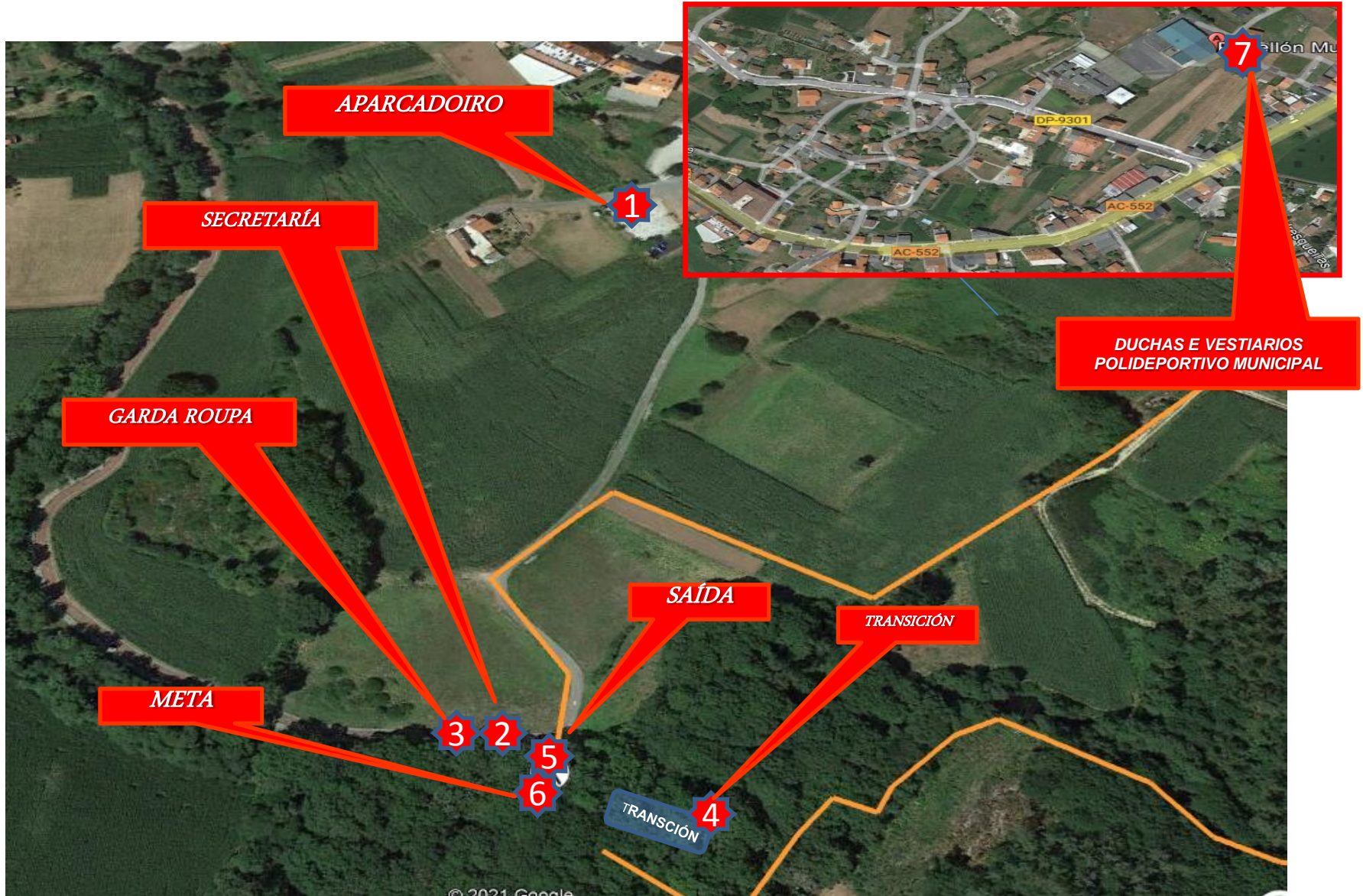
12:30 h. Tempo corte ao completar 1ª volta de ciclismo ao paso por Transición

As/os deportistas deberán estar na cámara de chamadas 10 minutos antes da súa saída

ACCESO A ZONA DE COMPETICIÓN

- **Só poden acceder as zonas de competición as persoas acreditadas:**
 - Deportistas participantes
 - Adestradores/as acreditado/as
 - Organización
 - Oficiais

LOCALIZACIÓN E SERVIZOS



PRESENTACIONES

- Persoas clave:

Delegada Técnica: Mónica Flores

Xuíz Árbitro: Alberto Morlán

Coordinación COVID: Pablo Cabanelas

- Xurado de Competición

Delegada Técnica: Mónica Flores

Federación Galega: Gonzalo Triunfo

Representante Clubs: Daniel Polo (AD Fogar)

CIRCUÍTOS

- Circuitos Absoluto:

Carreira: 6,100 metros (1 volta)

Bicicleta: 21,88 km (2 voltas)

Carreira: 4.000 metros (1 volta)

- Circuitos Mozo:

Carreira: 2.500 metros (1 volta)

Bicicleta: 9.000 metros (1 voltas)

Carreira: 1.300 metros (1 volta)

CONTROL DE MATERIAL

- Para acceder ao control de Material é imprescindible:

- Bicicleta e Material regulamentario para probas de dúatlon cros.(Bicicleta de BTT sen acoples –non se permite ciclocros, cicloturismo,...)
- Casco con certificación para uso ciclista.
- O casco debe estar posto sobre a cabeza e abrochado.
- Dorsal de corpo, Casco, Bicicleta e chip.

*** (O dorsal é obrigatorio en todos os segmentos, por diante na carreira e nas costas no ciclismo, recoméndase levar porta dorsal ou goma para darlle a volta)*

- Dentro da transición:

- Bicicleta colocada á esquerda do número de dorsal **coa roda dianteira mirando cara o pasillo (Tanto na T1 como na T2)**
- Casco sobre a bicicleta coas correas despechadas.
- Só se pode deixar material para competir na transición
- Calquera marca ou material que non sexa de competición será retirado polos /as oficiais.

PROCEDEMENTOS PREVIOS Á SAÍDA

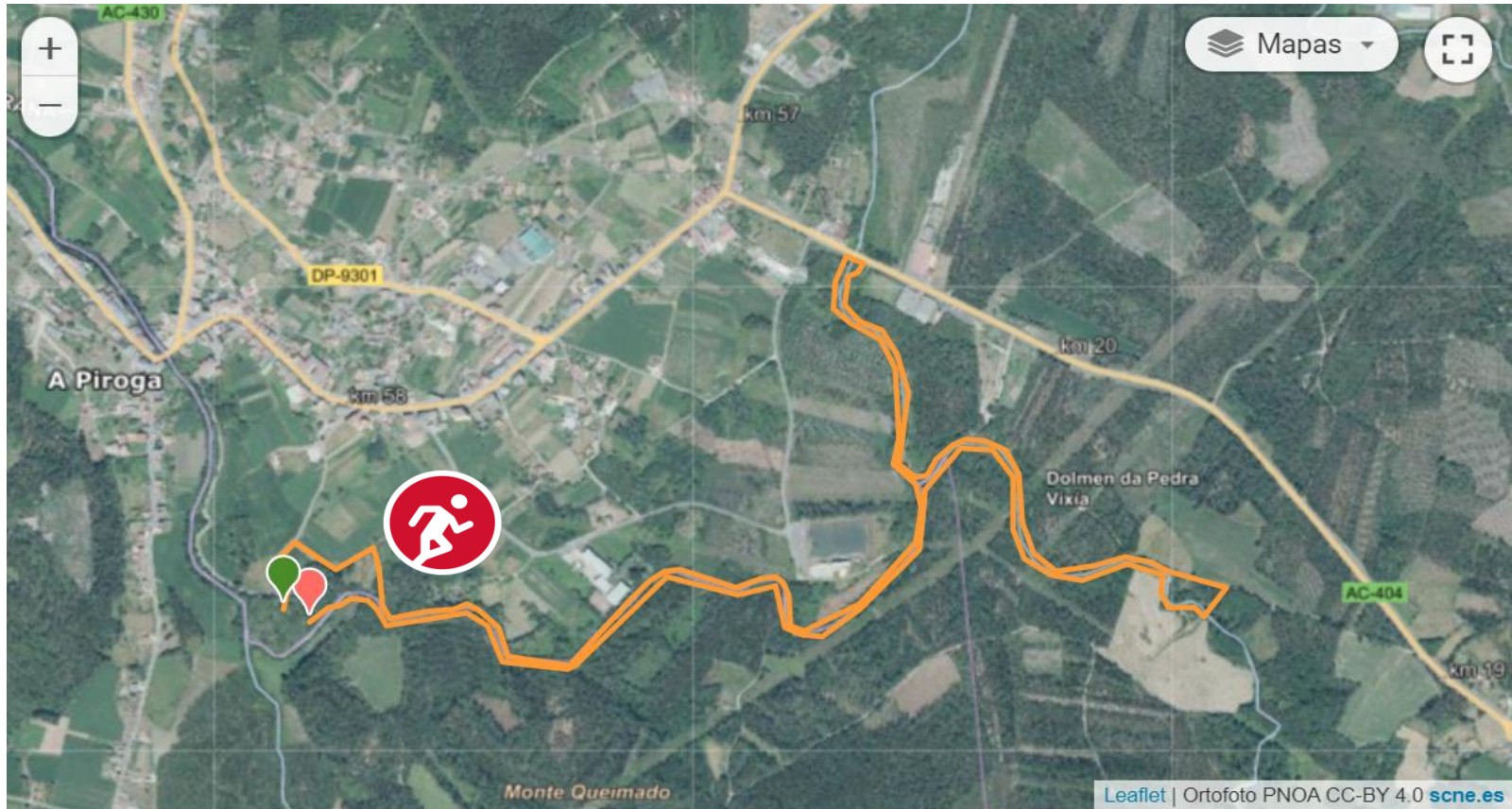
Dez minutos antes do comezo da saída, os/as deportistas colocaranse na zona de cámara de chamadas, onde respectarán a distancia.

Un/unha oficial indicará que os deportistas se coloquen na liña de presaída sen pisar a mesma

O Delegado Técnico indicará “aos seus postos” e procederase á saída cando soe a bocina

1º SECTOR – CARREIRA ABSOLUTA

1 volta -6,1 Km.



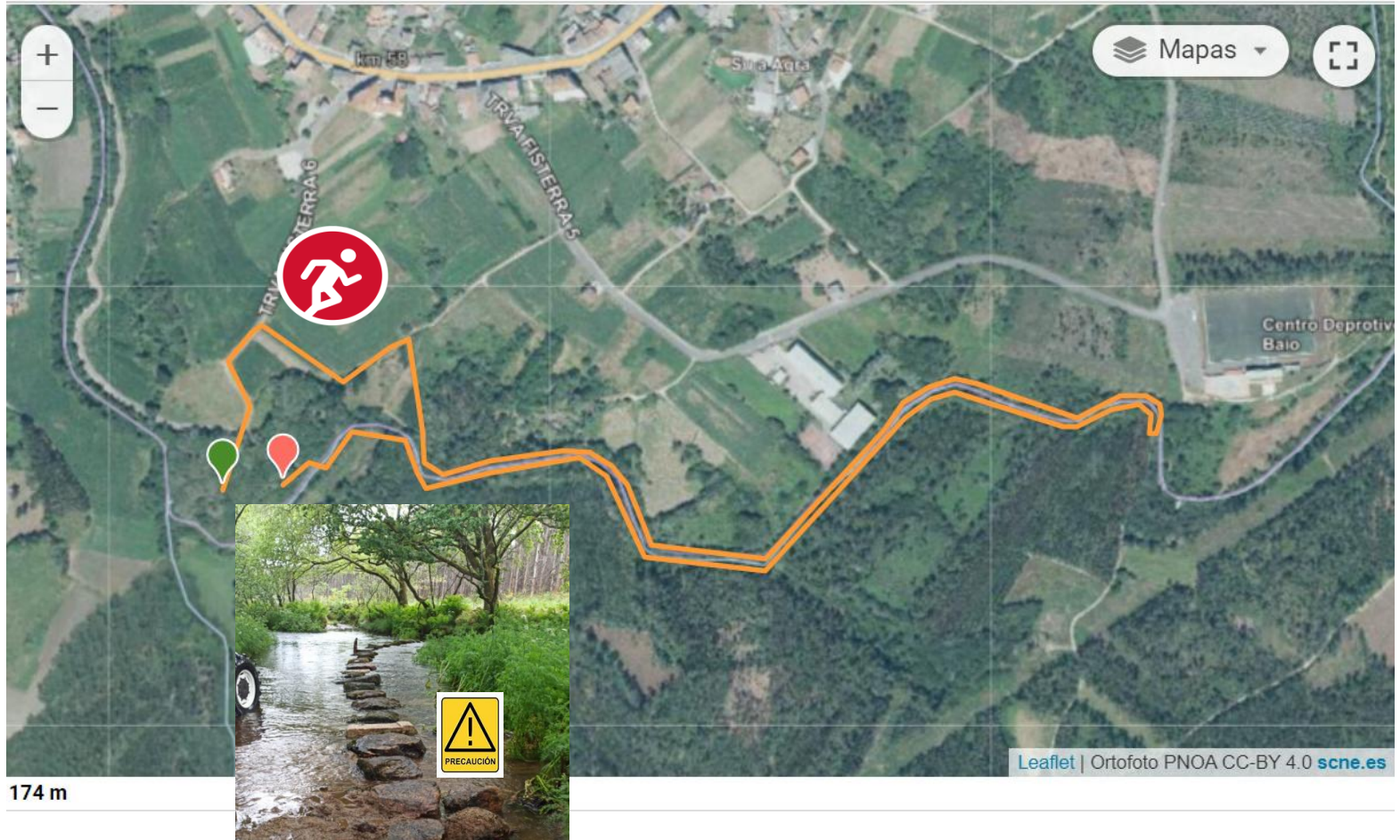
188 m

166 m

6,13 km

1º SECTOR – CARREIRA A PÉ- MOZO

1 volta -2,5 Km.



TRANSICIÓN

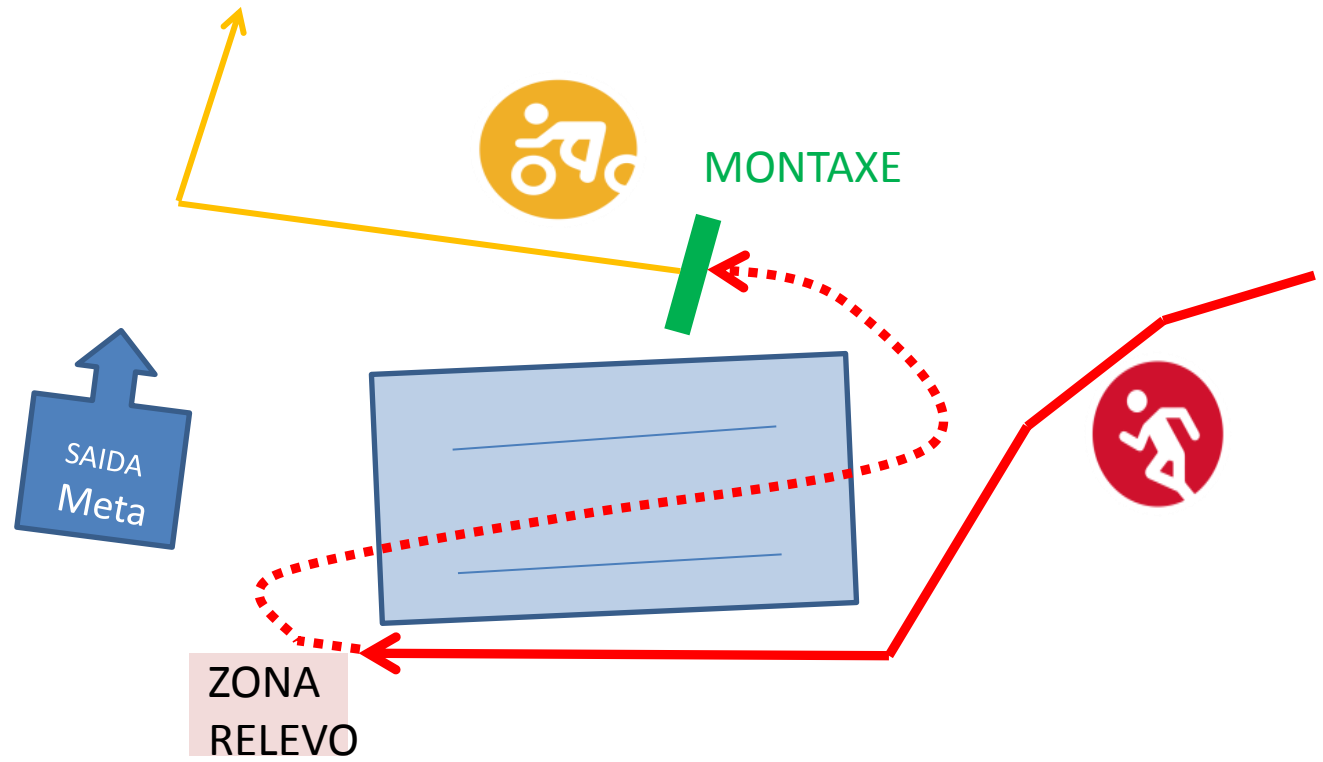
- Diríxete á túa bicicleta. Circula sempre polo corredor onde tes o dorsal.
Non cruces por debaixo das barras
- Mantén a distancia co resto de deportistas
- Colle o casco e colócao correctamente antes de sacar a bicicleta do soporte.

“CASCO POSTO E ABROCHADO SEMPRE QUE TES CONTACTO COA BICI”

- Coa bicicleta na man diríxete á saída de transición. Non te montes nela ata que cho indique un oficial, na liña de montaxe marcada.

O relevo das parellas darase na carpa colocada á entrada da transición,
despois da alfombra de cronometraxe

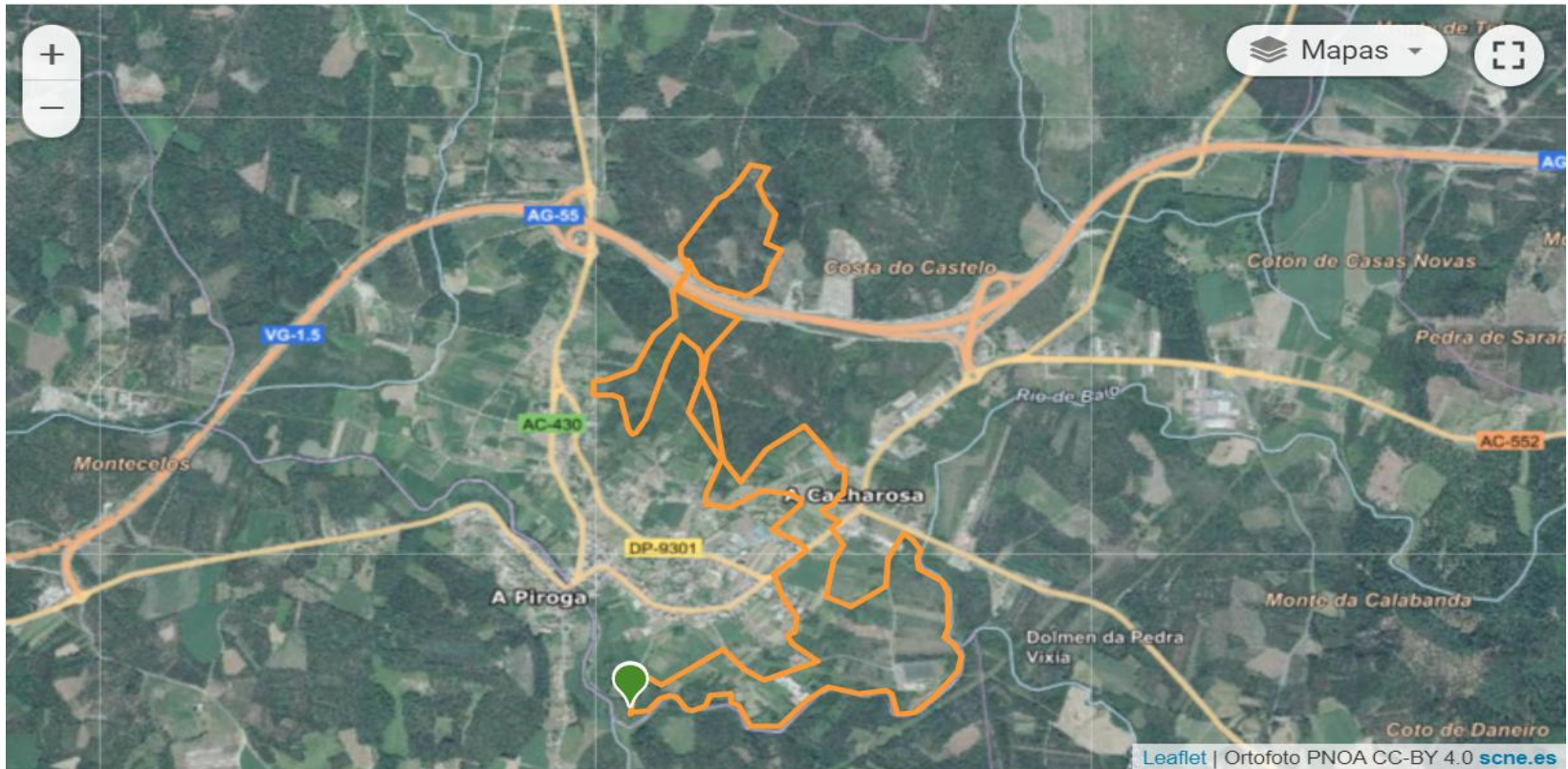
TRANSICIÓN 1



2º SECTOR – BICICLETA-ABSOLUTA

2 voltas = 21,88Km.

Circuíto mixto asfalto, pistas de terra e sendeiros. Dificultade moderada



265 m



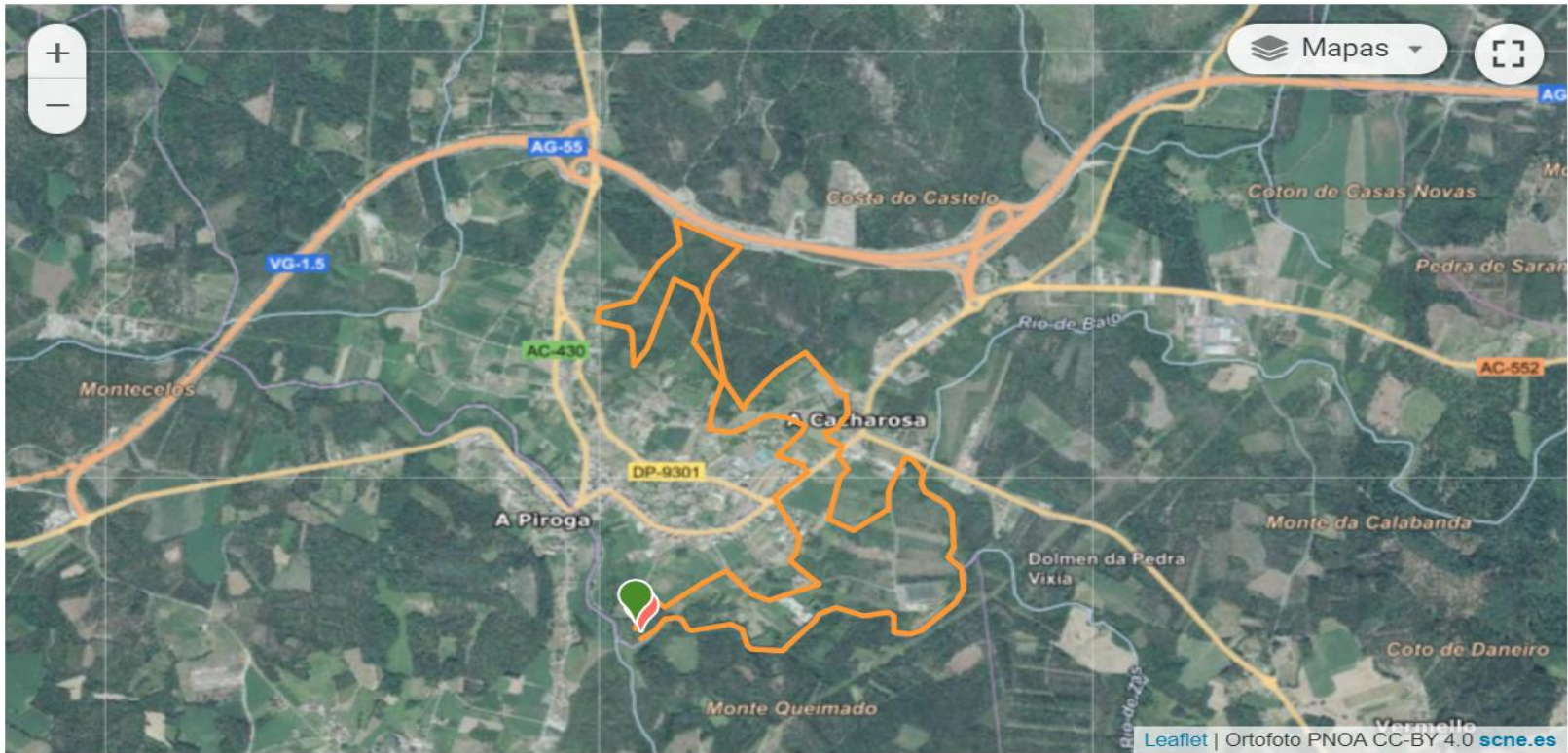
166 m

10,94 km

2º SECTOR – BICICLETA - MOZO

1 volta- 9 Km.

Circuíto mixto asfalto, pistas de terra e sendeiros. Dificultade moderada



235 m



166 m

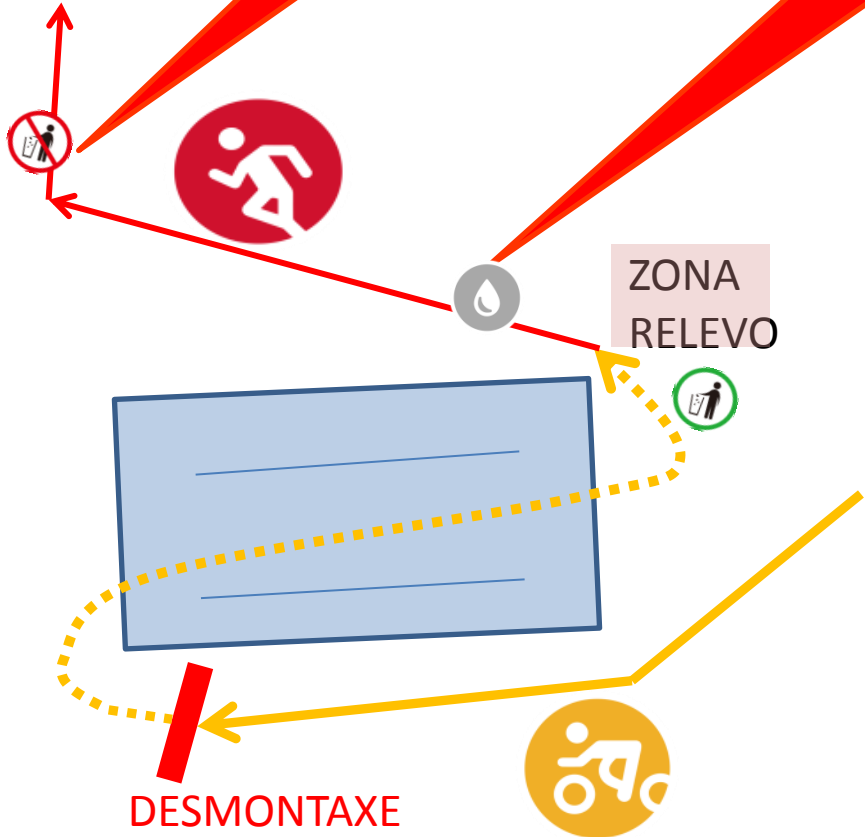
9,07 km

TRANSICIÓN 2

FIN ÁREA RESIDUOS

AVITUALLAMENTO

SAIDA
Meta

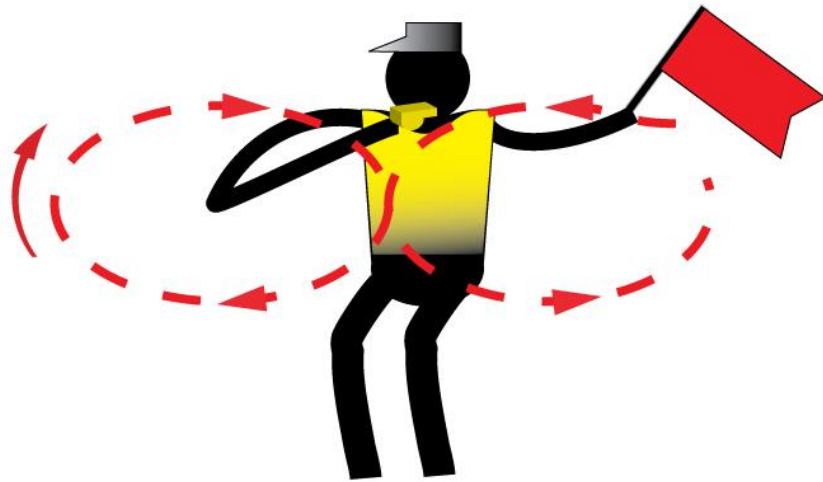


ZONA RELEVO

DESMONTAXE

PRECAUCIÓN

- En caso de ver a voluntarios con silbato e bandeira vermella



TRANSICIÓN 2

- Desmonta da bicicleta antes da liña de desmontaxe. Esta estará marcada, ao carón da transición, un oficial indicará que baixes.
- Coa bicicleta na man diríxete á túa posición . Circula sempre polo corredor onde tes o dorsal. Non cruces por debaixo das barras
- Colococa a bicicleta no soporte antes de retirar ou despechar o casco.

“CASCO POSTO E ABROCHADO SEMPRE QUE TES CONTACTO COA BICI”

- Diríxete á saída da transición para iniciar a carreira a pé

O relevo realizase ao saír da transición onde agardará o corredor/a

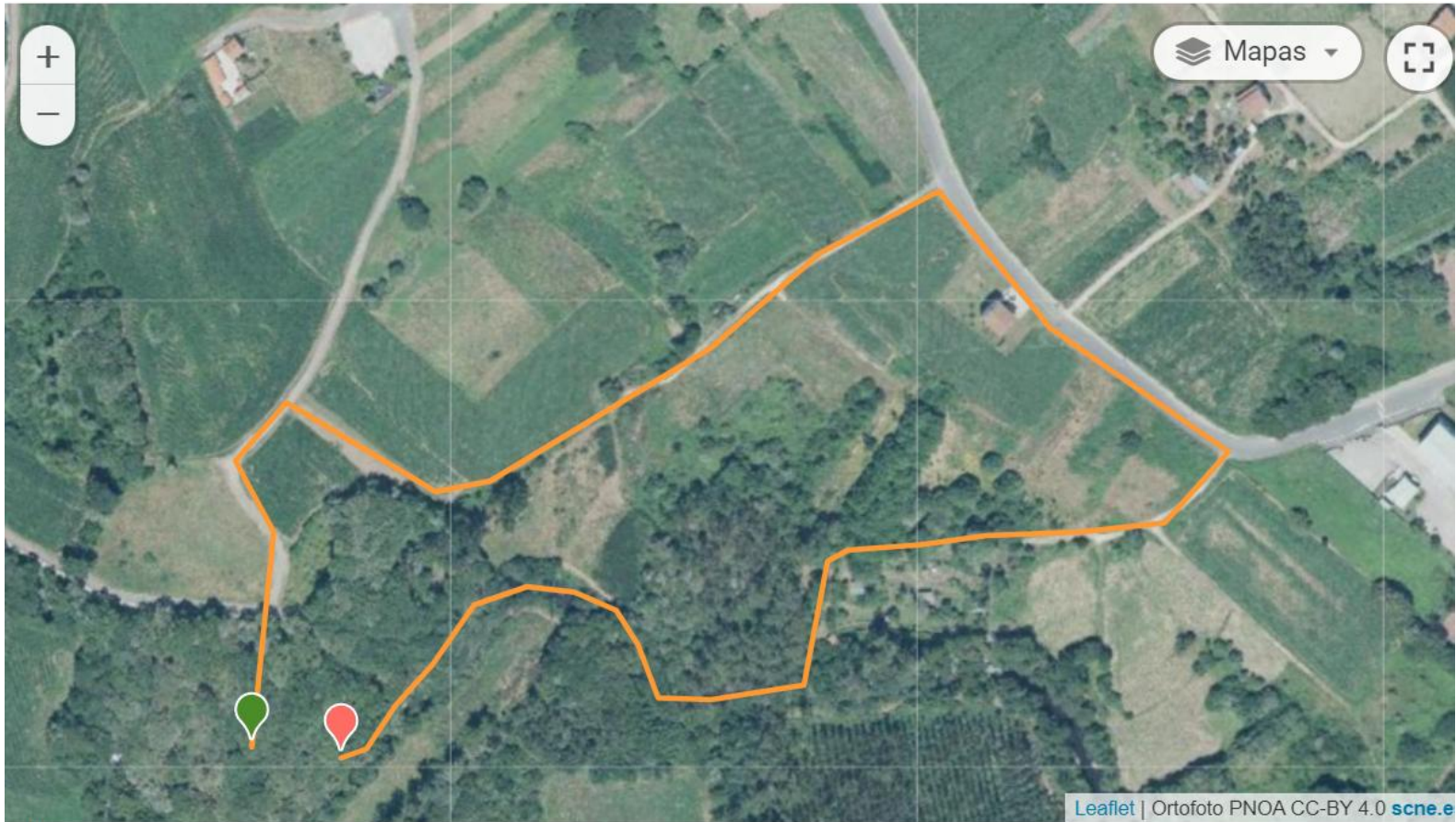
3º SECTOR – CARREIRA ABSOLUTA

1 volta de 4.000 m



3º SECTOR – CARREIRA A PÉ- MOZO

1 volta de 1.290 m



179 m

166 m

1,29 km

REMATE DE CARREIRA

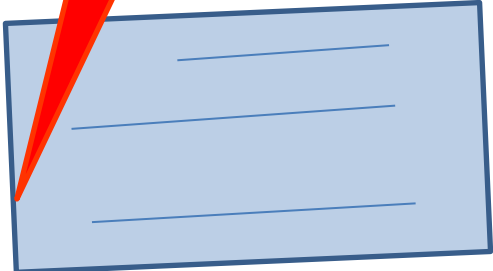
*Unha vez finalizada a carreira diríxete á área de transición, recolle a bicicleta e resto de pertenzas e abandoa a zona de competición polo mesmo lugar por onde entraches.

*Todo este procedemento farase nun único sentido de circulación e mantendo sempre a distancia de seguridade co resto de deportistas e persoal da proba. Non fagas corriños na transición lembra que seguimos en situación de pandemia.

AVITUALLAMENTO

META

RETIRADA DE BICICLETAS



ZONA
RELEVO

CRONOMETRAXE E CLASIFICACIÓN

- A Cronometraxe da proba será electrónica. Realizarase con chip que se deberá devolver ao pasar a liña de meta.
- Unha clasificación provisional será publicada, para garantir os dereitos de reclamación apelación dos/as deportistas.

<https://fegatri.org/wp-content/uploads/2021/05/Procedemento-de-Reclamacion-Apelacion-probas-da-FEGATRI.pdf>

- As clasificacións oficiais publicaranse na web www.fegatri.org

PREMIOS DA PROBA ABSOLUTA DÚATLON DAS LETRAS

- *Trofeos/medalla para os tres primeiros e primeiras da clasificación absoluta (xeral) e das categorías (Junior e veterana)
- *Trofeo/medalla para o primeiro e primeira da clasificación de Tabeirón Deportivo (*non acumulativo*)
- *Trofeos/medalla para o primeiro/a deportistas con empadroamento no Concello (*non acumulativo*).
- *Trofeos/medalla para as tres primeiras parellas clasificadas masculinas e mixtas

PREMIOS DA PROBA MOZO DÚATLON DAS LETRAS

*Trofeos/medalla para os tres primeiros e primeiras de cada categoría cadete, xuvenil e junior

*Trofeo para os tres primeiros clubs clasificados

As entregas de premios faranse inmediatamente rematada a proba, no horario marcado e co protocolo establecido

*** (Normativa Covid- O/a Deportista ou club que non poida estar na entrega de premios deberá informar ao X uíz Árbitro ao remate da proba ou seralle de aplicación o Art. 8.6 do Regulamento de competición FEGATRI.- Aquel deportista ou club que non estea presente na chamada ao podio será sancionado con 25 e 50 euros respectivamente e non poderá participar nas seguintes probas ata o seu abono*

PREMIOS CAMPIONATO GALEGO

***Medalla para os tres primeiros e primeiras da clasificación absoluta e das categorías (Junior, Sub23, Veterano 1,2,3) do Campionato Galego.**

***Trofeo para os tres primeiros clubs clasificados do campionato galego masculinos e femininos**

As entregas de premios faranse inmediatamente rematada a proba, no horario marcado e co protocolo establecido

*** (Normativa Covid- O/a Deportista ou club que non poida estar na entrega de premios deberá informar ao X uíz Árbitro ao remate da proba ou seralle de aplicación o Art. 8.6 do Regulamento de competición FEGATRI.- Aquele deportista ou club que non estea presente na chamada ao podio será sancionado con 25 e 50 euros respectivamente e non poderá participar nas seguintes probas ata o seu abono*

OUTRA INFORMACIÓN

- *As duchas e vestiarios estarán no Pabillón Municipal
- * A organización convidará ás persoas participantes a unha degustación de callos na zona da Carballeira unha vez rematada a proba absoluta

PREVISIÓN METEOROLÓGICA

	16 May	17 May
	↑ 19° ↓ 14°	↑ 16° ↓ 13°
08:00		 16°
14:00	 19°	 16°
20:00	 17°	 16°
Lluvias	0 mm	10.3 mm
Viento	↑ 36 km/h	↑ 32 km/h
 ↑	07:11	07:10
 ↓	21:54	21:55

!! BOA SORTE !!

