

DUATLON CROS DE REIS

ALEXANDRE POTERO | Campión Absoluto Duatlon de Reis 2022

CAMPIONATO XUNTA DE GALICIA

8 XANEIRO

Distancia Estándar
 Campionato Galego
 140 prazas
 Relevos
 100 prazas (50 parellas)

Distancia SuperSprint
 Circuito Mozo (gratuito)
 Proba Popular
 170 prazas

Inscripcións 12€
www.fegatri.org

organizan:

FEGATRI | **CIRCUITO GALEGO DUATLON CROS** | **XUNTA DE GALICIA** | **organiza**

colaboran:

NON | **vistetemoda.com** | **GRUPO BENEDICTO** | **SALTO** | **GESTIÓN DE RESIDUOS** | **ASOCIACIÓN** | **Cruz Roja**

Clínica VIMIANZO SAÚDE

REUNIÓN TÉCNICA

XIV DUATLÓN CROS DE REIS DE VIMIANZO

CTO. XUNTA DE GALICIA DUATLÓN CROS

8 XANEIRO 2023

PRESENTACIONES E CIRCUITOS

- **Persoas clave:**

Director de Carreira: Victor Santos
Delegado Técnico: Alberto Morlán
Xuíz Árbitro: Francisco José Gómez

- **Xurado de Competición**

Delegado Técnico: Alberto Morlán
Federación Galega: Javier Campos
Representante Clubs: Manuel Rosales (AD Pinarium)

Circuitos e Distancias :

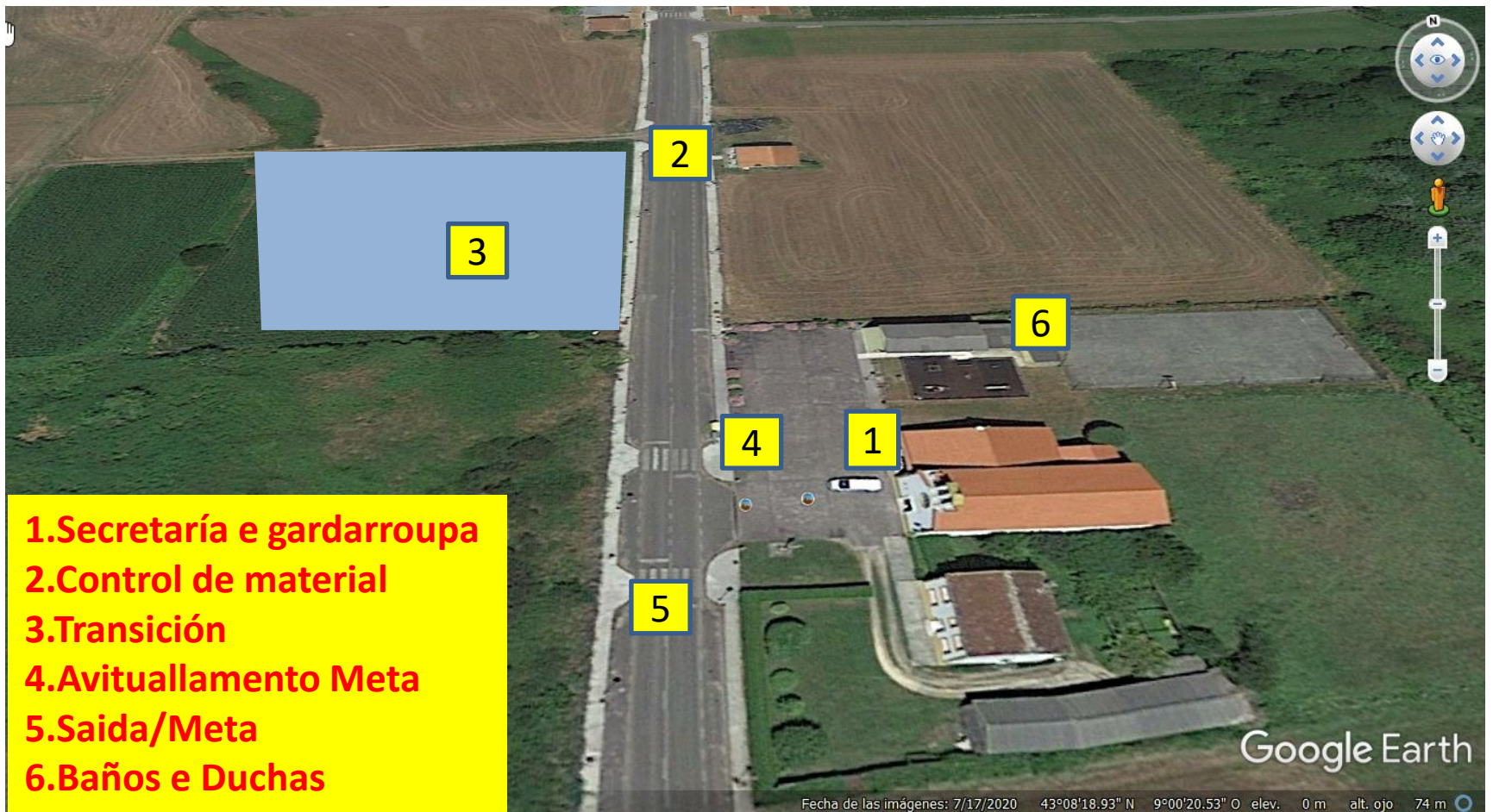
Carreira: 5.400 m 1 volta
Bicicleta (BTT) : 21 km 2 voltas
Carreira: 3.600 m 1 volta

LOCALIZACIÓN E SERVIZOS

Praza Neira Marcos, Castromil – Salto. 15129 Vimianzo

43° 08'13.5"N 9° 00'14.1"W (43.137089, -9.003929)

<https://goo.gl/maps/JbpAbGc4uG3Y4ect6>



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 Fisicovid-DXT de aplicación

É de obrigatorio cumprimento para todas as persoas involucradas no evento, o seguinte:

- **Manter a distancia interpersoal de 1.5 m** e evitar o contacto físico.
- **Evitar lugares concorridos, 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 interpersoal.**
- **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 vixentes establecidas polas autoridades sanitarias.

Infórmase a 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.

ACCESO A ZONA DE COMPETICIÓN

- **Só poden acceder as zonas delimitadas de competición as persoas acreditadas:**
 - Deportistas
 - Persoas adestradoras con acreditación
 - Organización
 - Oficiais

HORARIOS

- **8:30** Apertura da secretaría de Competición
- **10:45 – 11:25** Control de Material
- **11:30** Saída Masculina
- **11:35** Saída Feminina
- **11:36** Saída Relevos
- **14:00** Entrega premios (hora aproximada)

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

CONTROL DE MATERIAL-INDIVIDUAL

- 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.na T1
- **Só se pode deixar o material para competir na transición.** (Usa o gardarroupa para as pertenzas que non sexan de carreira)
- Calquera marca ou material que non sexa de competición será retirado polos /as oficiais.

CONTROL DE MATERIAL - RELEVOS

- Para acceder ao control de Material é imprescindible que accedan os/as 2 relevistas á vez e controlárase o distinto material a cada un/unha:
- **Relevista de BTT**
 - 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, e Bicicleta
- **Relevista de carreira a pé**
 - Dorsal de corpo
 - Chip
- **Dentro da transición o/a relevista de BTT colocará o material no seu espazo coma os da proba individual e o/a relevista de carreira a pé sairá da transición .**
 - É obrigatorio deixar o casco colocado na bicicleta. As zapatillas será opcional deixalas en transición ou non.
 - **Só se pode deixar o material para competir na transición. (Usa o gardarroupa para as pertenzas que non sexan de carreira)**
 - Calquera marca ou material que non sexa de competición será retirado polos /as oficiais.

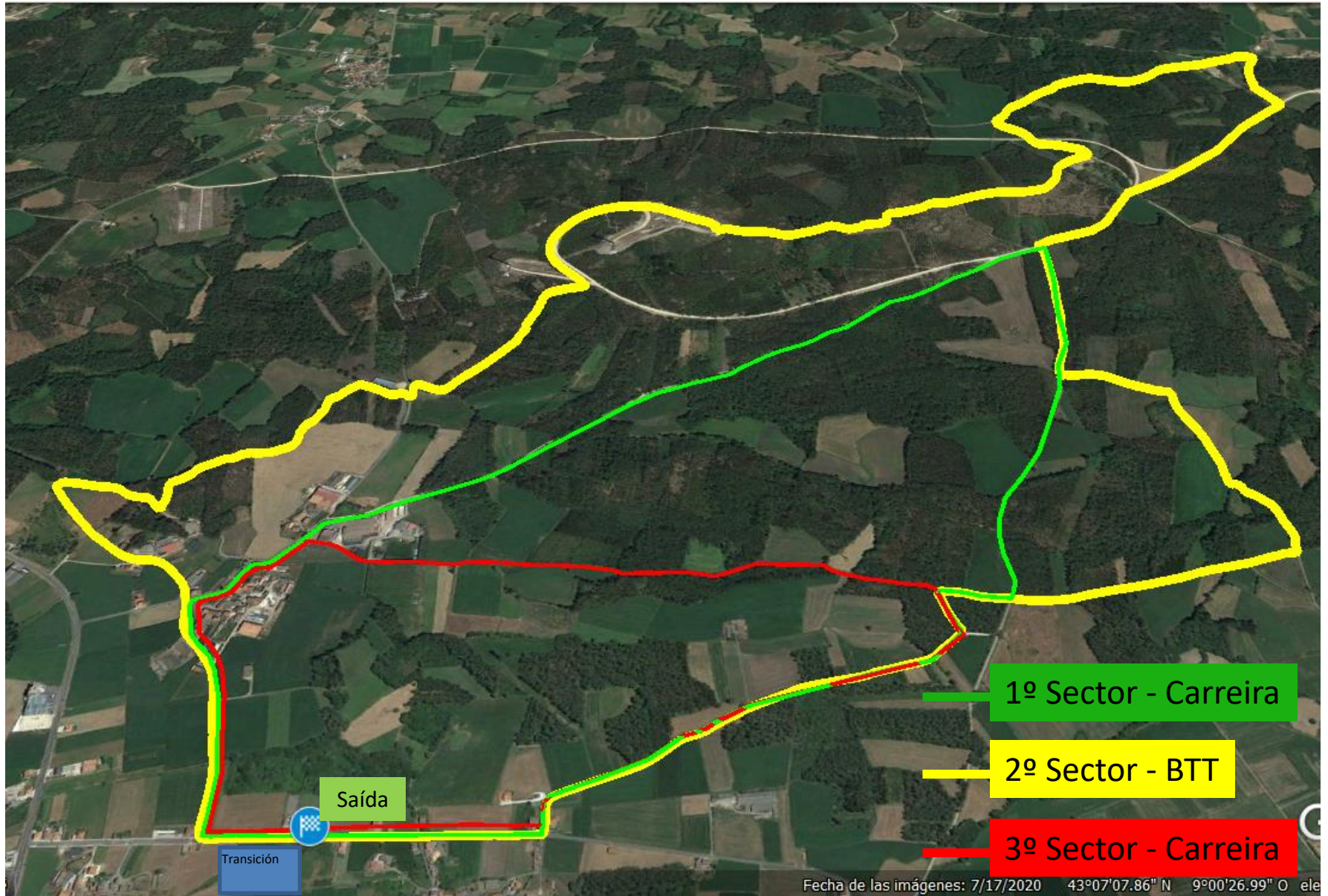
PROCEDIMENTOS PREVIOS Á SAÍDA

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/as deportistas se coloquen na liña de presáida sen pisar a mesma.

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

PERCORRIDOS



PERCORRIDOS - 1º SECTOR - CARREIRA

1 volta de 5.400 m



TRANSICIÓN 1- INDIVIDUAL

- Ao remate da carreira segue polo pasillo de compensación ata o final da transición e despois diríxete ao pasillo onde está o teu número colocado para acceder ao teu espazo.
- Debes colocar e abrochar o casco antes de sacar a bicicleta do seu soporte

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

- O material utilizado (gorra, zapatillas...) quedará na túa zona
- Debes colocar o dorsal de corpo cara as costas
- Diríxete coa bicicleta na man á liña de montaxe que está ao saír da transición, na estrada. Un/ha oficial indicaráche que podes montar unha vez a pases.

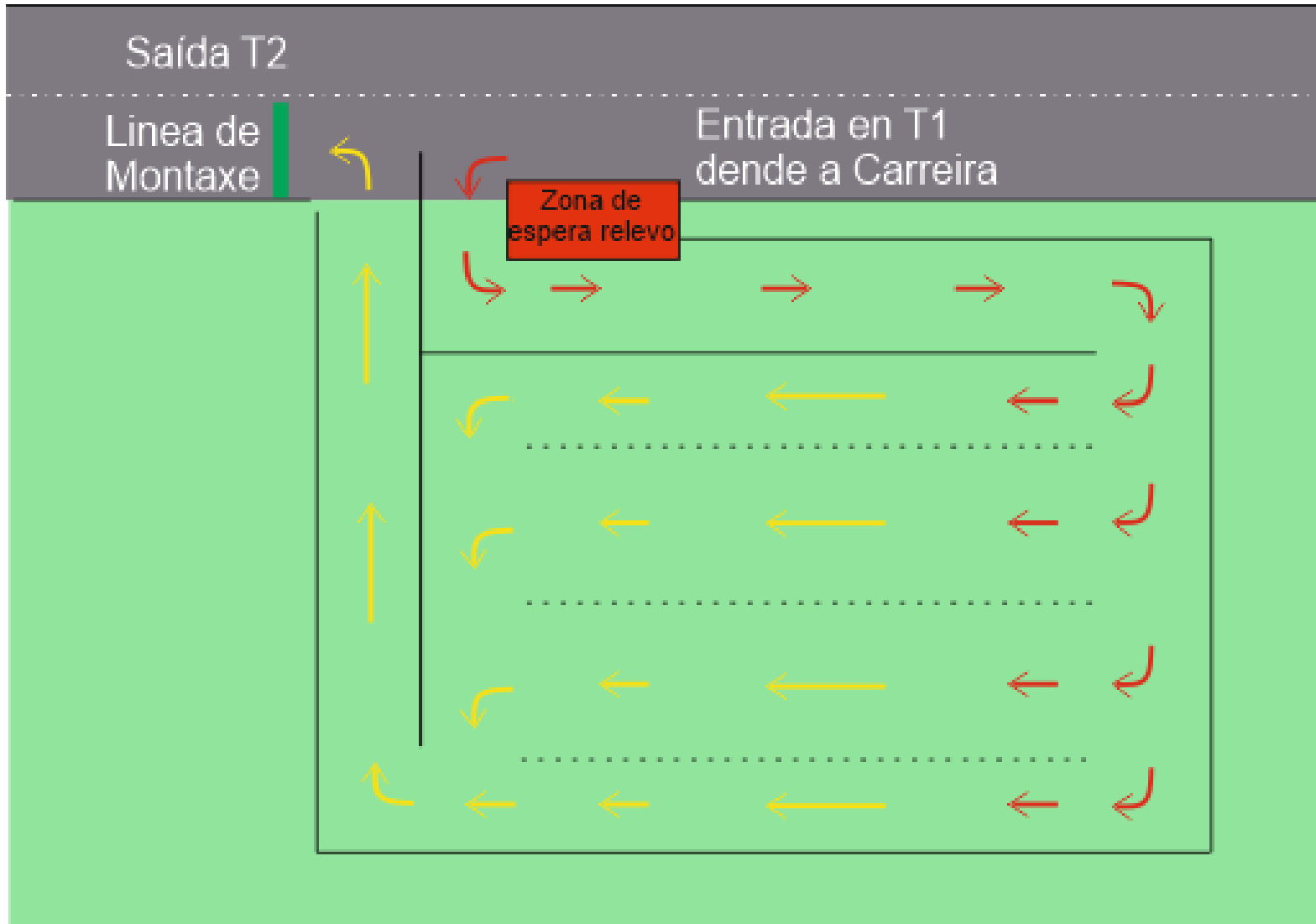
TRANSICIÓN 1 - RELEVOS

- Ao remate da carreira diríxete a transición. Antes da entrada da mesma terás ao/á compañeiro/a de equipo, esperando para facer o relevo. O relevo farase entregando o chip.
- O/a relevista de BTT colocará o chip e entrará na transición polo pasillo de compensación ata o final da mesma e dirixirase ao pasillo onde está colocada a súa bicicleta.
- Debes colocar e abrochar o casco antes de sacar a bicicleta do seu soporte

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

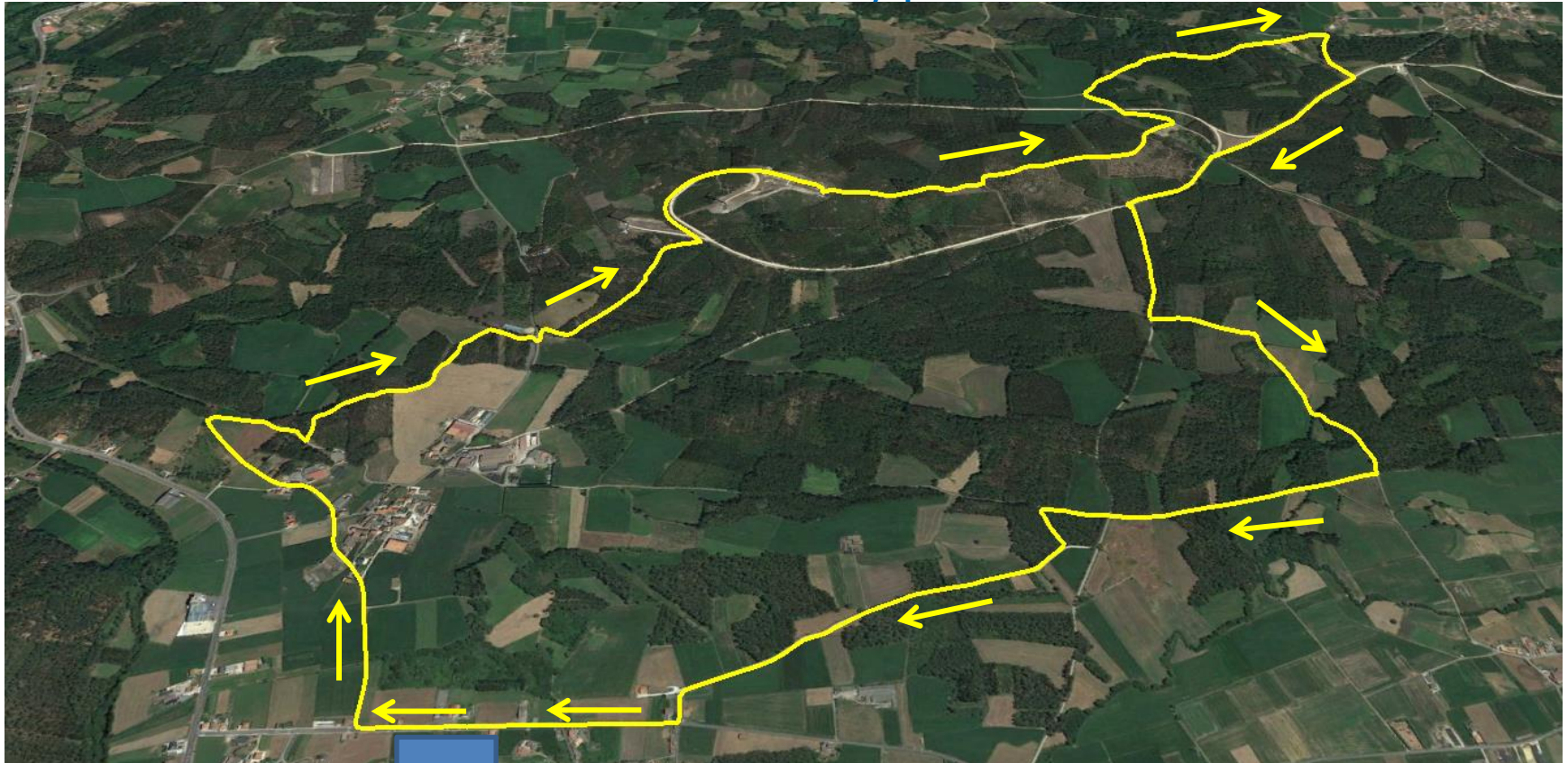
- Debes colocar o dorsal de corpo cara as costas
- Diríxete coa bicicleta na man á liña de montaxe que está ao saír da transición na estrada. Un/ha oficial indicaráche que podes montar unha vez a pases.

TRANSICIÓN 1



PERCORRIDOS - 2º SECTOR – CICLISMO (BTT)

2 voltas de 10,4 km



Total de intervalo: Distancia: 10.5 km Subida/pérdida de elevación: 267 m. -267 m Pendiente máxima: 21.9%. -18.9% Pendiente media: 4.2%. -4.3%



TRANSICIÓN 2- INDIVIDUAL

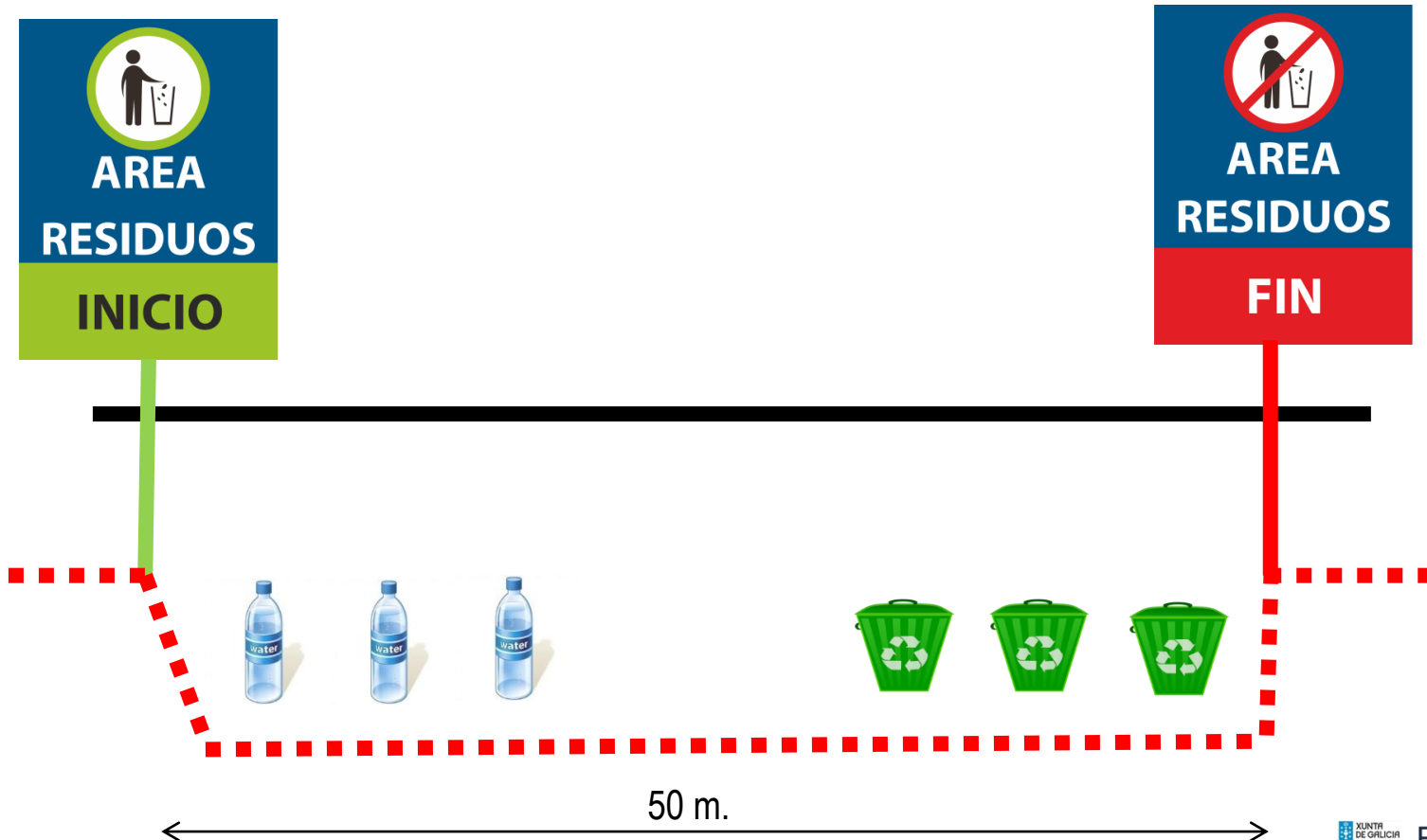
- A liña de desmontaxe estará antes de entrar na transición e un oficial indicaráche que desmontes antes da mesma.
- Continúa coa bicicleta na man e o casco abrochado polo pasillo de compensación ata o final da transición e despois diríxete ao teu pasillo para acceder ao teu espazo.
- Deixa a bicicleta no rack, antes de sacar o casco e deixalo no teu espazo.
- Debes colocar o dorsal de corpo cara a fronte.
- Diríxete á saída de transición e accede ao sector de carreira.
- Tes un avituallamento ao saír a estrada.

AVITUALLAMENTOS

ÁREA DE RESIDUOS

Coidar o medio é obriga de todos

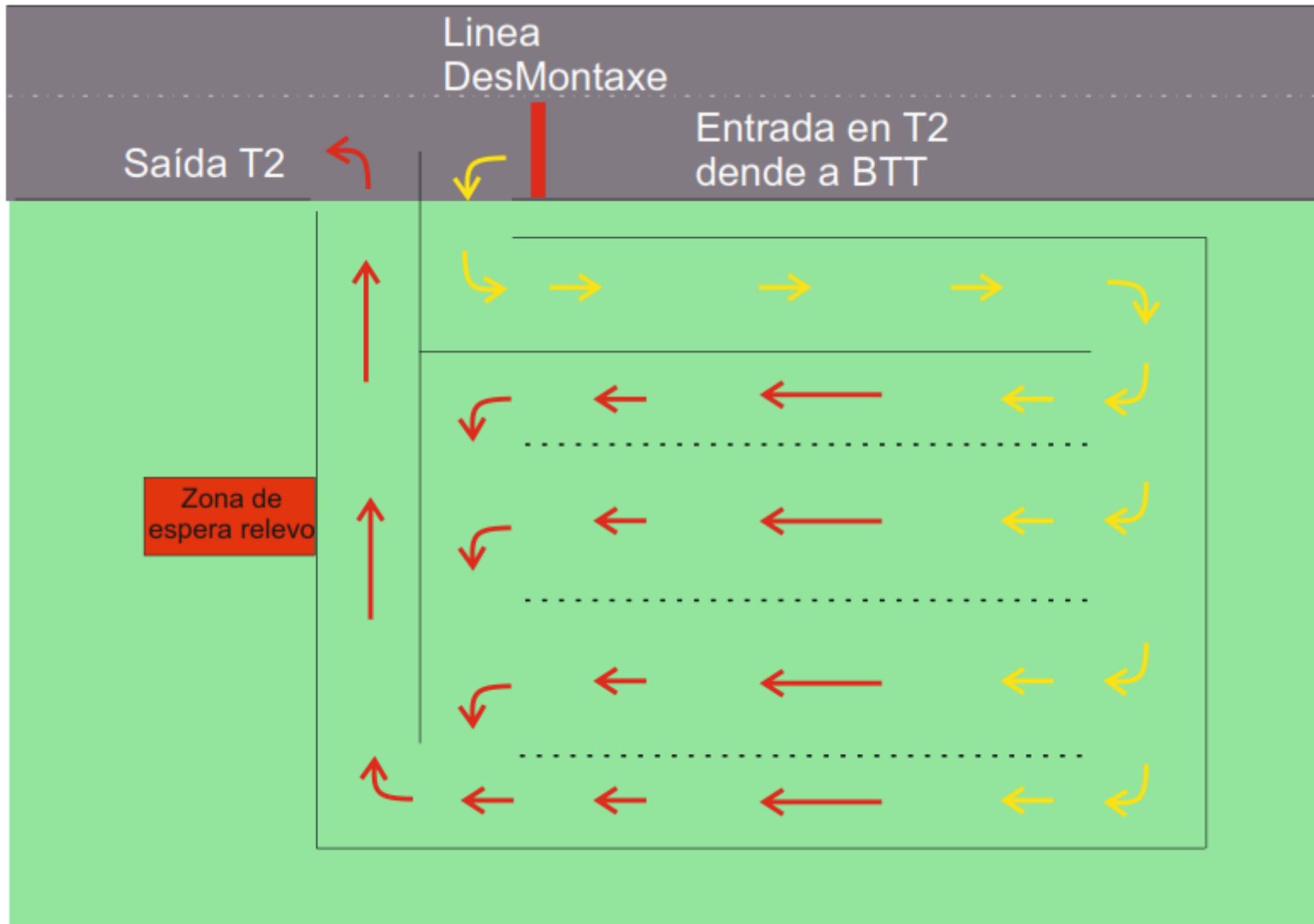
- Tírar Residuos fóra das zonas habilitadas será motivo de **DESCUALIFICACIÓN**.(art.2.2 regulamento)



TRANSICIÓN 2 - RELEVOS

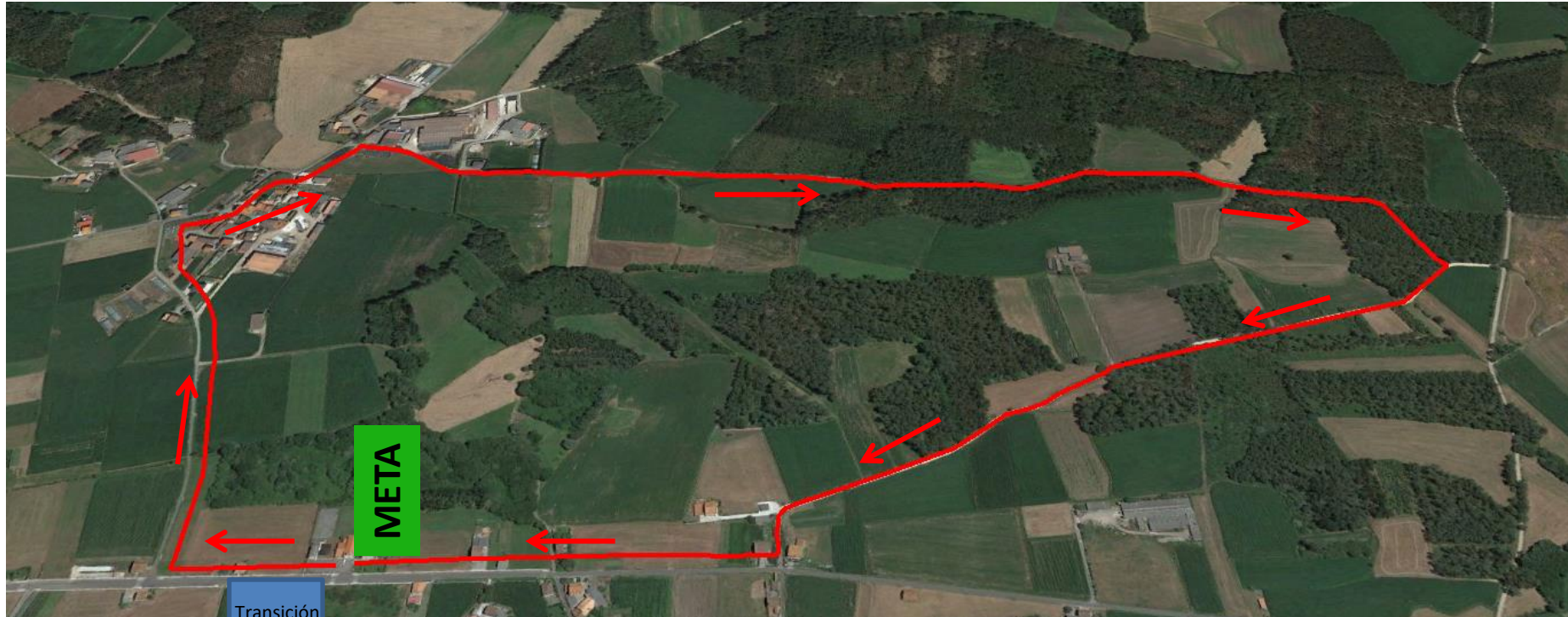
- O/a relevista de ciclismo debe facer a transición completa igual que os/as deportistas individuais.
- Deixarás a bicicleta no soporte, retirarás o casco e dirixiraste ao final da transición ao inicio da carreira a pé para dar o relevo.
- Ao saír da transición atoparás unha zona delimitada onde estará esperando o/a relevista de carreira a pé. O relevo farase entregando o chip ao/a compañeiro/a.
- O/a relevista de ciclismo accederá a zona de pos meta para recoller a súa bolsa de avituallamento.

TRANSICIÓN 2



PERCORRIDOS - 3º SECTOR – CARREIRA A PÉ

1 volta de 3.600 m



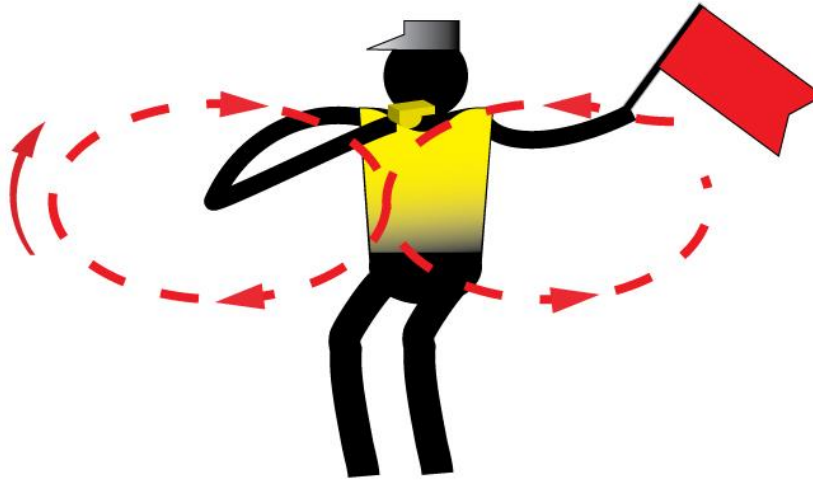
Transición

Total de inter... ia: 3.54 km Incremento/pérdida de elevación: 71.7 m. -71.5 m Pendiente máxima: 16.6%, -18.8% Pendiente media: 3.8%, -3.5%



PRECAUCIÓN

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



META E RECOLLIDA DE MATERIAL

- Unha vez cruces a liña de meta non te deteñas, continúa ata a pos meta onde deixarás o teu chip e a continuación poderás retirar o teu avituallamento.
- Unha vez recollas o avituallamento, diríxete directamente á transición, recolle o teu material e a continuación poderás acceder as duchas e vestiarios
- Agás quen teña posibilidade de subir ao podio, deberán abandonar a zona polo mesmo lugar por onde entraron.

CRONOMETRAXE E CLASIFICACIÓN

- A Cronometraxe da proba será electrónica.
- Unha clasificación provisional será publicada no taboleiro de anuncios, 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

Premios individuais do Dúatlon de Reis e Campionato Galego:

- 3 primeiros e primeiras **Absoluto/a**
- 3 primeiros e primeiras **Junior**
- 3 primeiros e primeiras **Sub 23**
- 3 primeiros e primeiras **Veterano/a 1**
- 3 primeiros e primeiras **Veterano/a 2**
- 3 primeiros e primeiras **Veterano/a 3**
- 3 primeiros Clubs (3 mellores tempos)
- primeiro e primeira clasificado/a **empadroado/a** no concello que non quede entre os tres primeiros clasificados na categoría absoluta.

Equipos Relevos

- 3 primeiros na categoría Parellas Masculina
- 3 primeiras na categoría Parellas Feminina
- 3 primeros na categoría Parellas Mixta

As entregas de premios faranse inmediatamente rematada cada 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 Xuíz 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*

PREVISIÓN
METEOROLÓGICA

DOMINGO 8

Temp.

10°C

Tempo



!! BOA SORTE !!





CIRCUÍTO GALEGO | **DUATLON CROS**

FEGATR 
FEDERACIÓN GALEGA DE TRIATLON
E PENTATLON MODERNO



**XUNTA
DE GALICIA**



**DEPORTE
GALEGO**