



FEGATRIS  
FEDERACIÓN GALEGA DE TRIATLÓN  
E PENTATLÓN MODERNO

XUNTA  
DE GALICIA

DEPORTE  
GALEGO

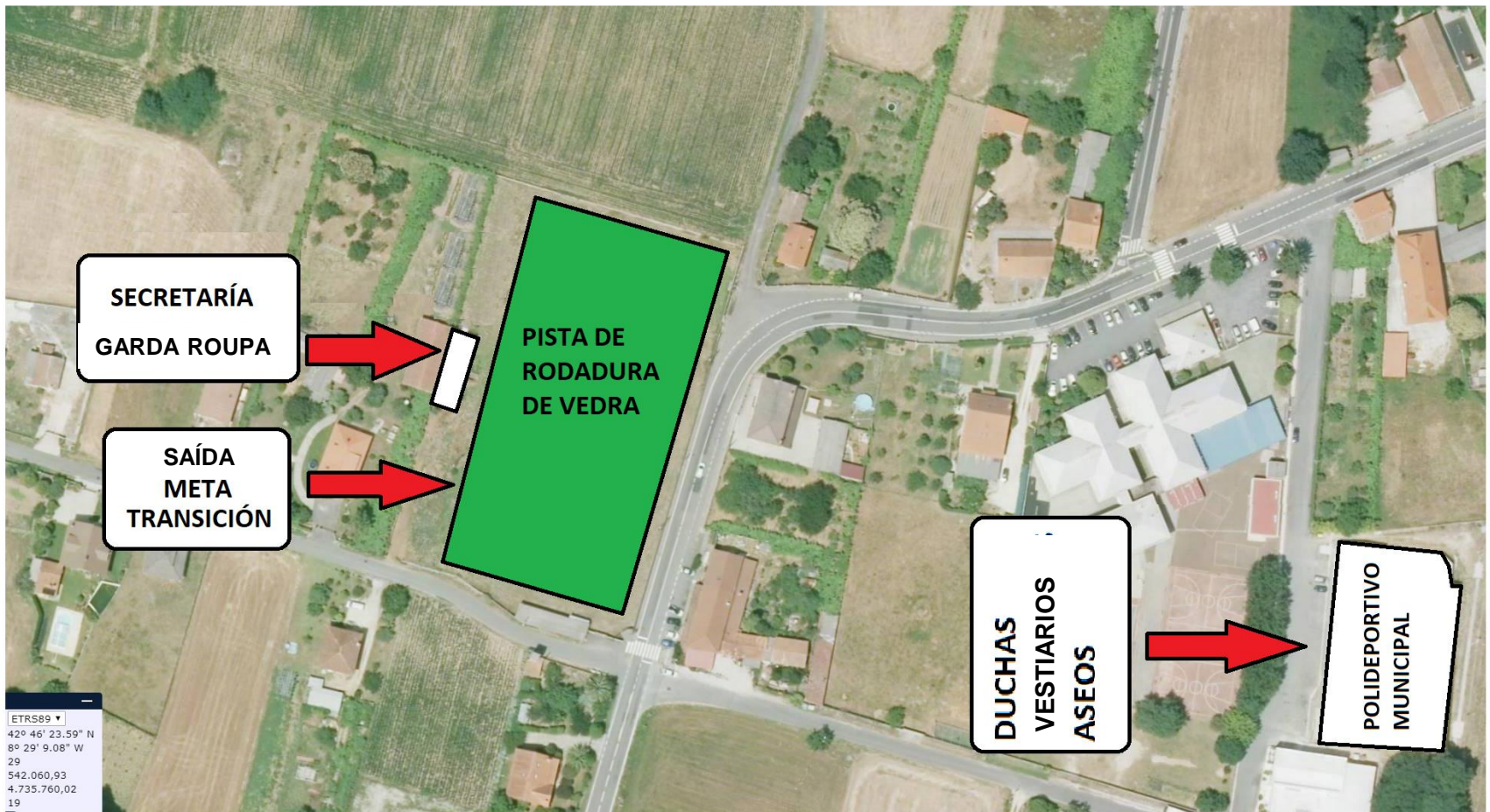
# REUNIÓN TÉCNICA

## DUATLÓN VEDRA POR EQUIPOS

## CPTO XUNTA DE GALICIA CONTRA RELOX

## 21 OUTUBRO 2023

# LOCALIZACIÓN E SERVIZOS



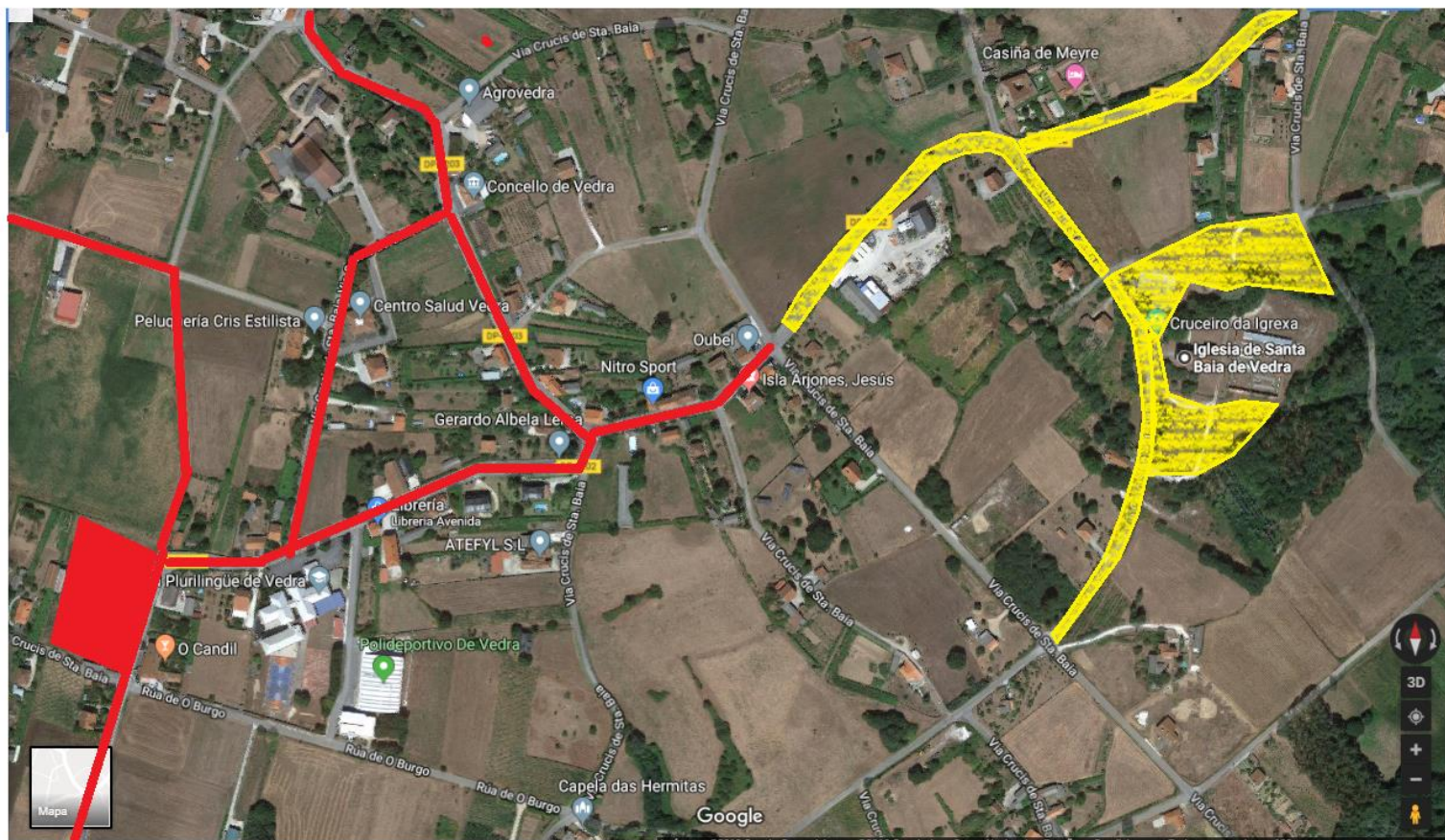
## PLANO DE SITUACIÓN

**DUATLO**VEDRA  
**XEQUIPOS**

- Porto de Vedra. Avenida M. Manuel Gómez Lorenzo, 15885 Vedra

# LOCALIZACIÓN E SERVIZOS

**DONDE APARCAR** en amarillo toda la zona recomendada para aparcar



# DUATLON VEDRA

## XEQUIPOS

# PRESENTACIONES E CIRCUÍTOS

- **Persoas clave:**

Director de Carreira: Maica García

Delegado Técnico: Julia Ferreira

Xuíz Árbitro: Arantxa Tomé

- **Xurado de Competición**

Delegado Técnico: Julia Ferreira

Federación Galega: Javier Campos

Representantes Clubs: Fernando del Corral (Hércules Termaria)

- **Circuitos e Distancias :**

**Carreira:** 5.000 m (2 voltas)

**Bicicleta:** 20 km(2 voltas)

**Carreira:** 2.500 m (1 volta)

# HORARIOS

- 14:00 h a 16:30. Secretaría da Competición
- 14:30 h. Apertura do Control de Material
- 15:45 h. Peche de Control de material Open Masculino
- 16:00 h. Ponse en marcha o reloxo
- **16:01 h. Saída do primeiro equipo Open**
- 16:20 h. Peche de Control de material Open Feminino
- 16:30 h. Peche de Control de material de C.G Feminino
- **16:45 h. Saída do primeiro equipo do Campionato Galego Feminino**
- 16:45 h. Peche de Control de material de C.G Masculino
- **17:01 h Saída do primeiro equipo do Campionato Galego Masculino**
- 17:24 h Saída derradeiro equipo
- 18:45 h Entrega de premios

[Ver horarios dos equipos- saen en intervalos de 1 minuto](#)

**As/os deportistas deberán estar na cámara de chamadas 5 minutos antes da saída**

# ACCESO A ZONA DE COMPETICIÓN

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

# CONTROL DE MATERIAL

- Para acceder ao control de Material :

**Obrigatorio identificarse con DNI ou documento oficial con foto**

- Bicicleta e Material regulamentario para probas "sen drafting "

• O equipo pasará o control conxuntamente e ao completo , con todos os seus compoñentes .

**Todos levarán o mesmo uniforme**

- **Foto de equipo**

- Casco con certificación para uso ciclista.
- O casco debe estar posto sobre a cabeza e abrochado.
- Dorsal de corpo, Casco e Bicicleta colocados
- Chip.

*\*\* (O dorsal de corpo é obrigatorio nos segmentos de ciclismo e carreira a pé)*

## **Dentro da transición:**

- 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 oficiais.

# CONTROL DE MATERIAL

f) pedales de plataforma: los pedales de plataforma están permitidos siempre y cuando incorporen un sistema que permita soltar el pie con facilidad en caso de caída. Es decir, el ciclista deberá ser capaz de soltar el pie del pedal de forma inmediata en caso de caída o incidente cuando está subido a la bicicleta. Por lo tanto, queda terminantemente prohibido el uso de cualquier tipo de mecanismo de sujeción zapatilla / pedal (por ejemplo, velcro, cuerda o cinta) que no permita al ciclista desenganchar de forma rápida y automática el pie del pedal.



*No caso de correas, velcros, cordóns,... estes nunca poderán ir suxeitos ao pedal, só a un rastral/calapé con sistema automático de enganche ao pedal*



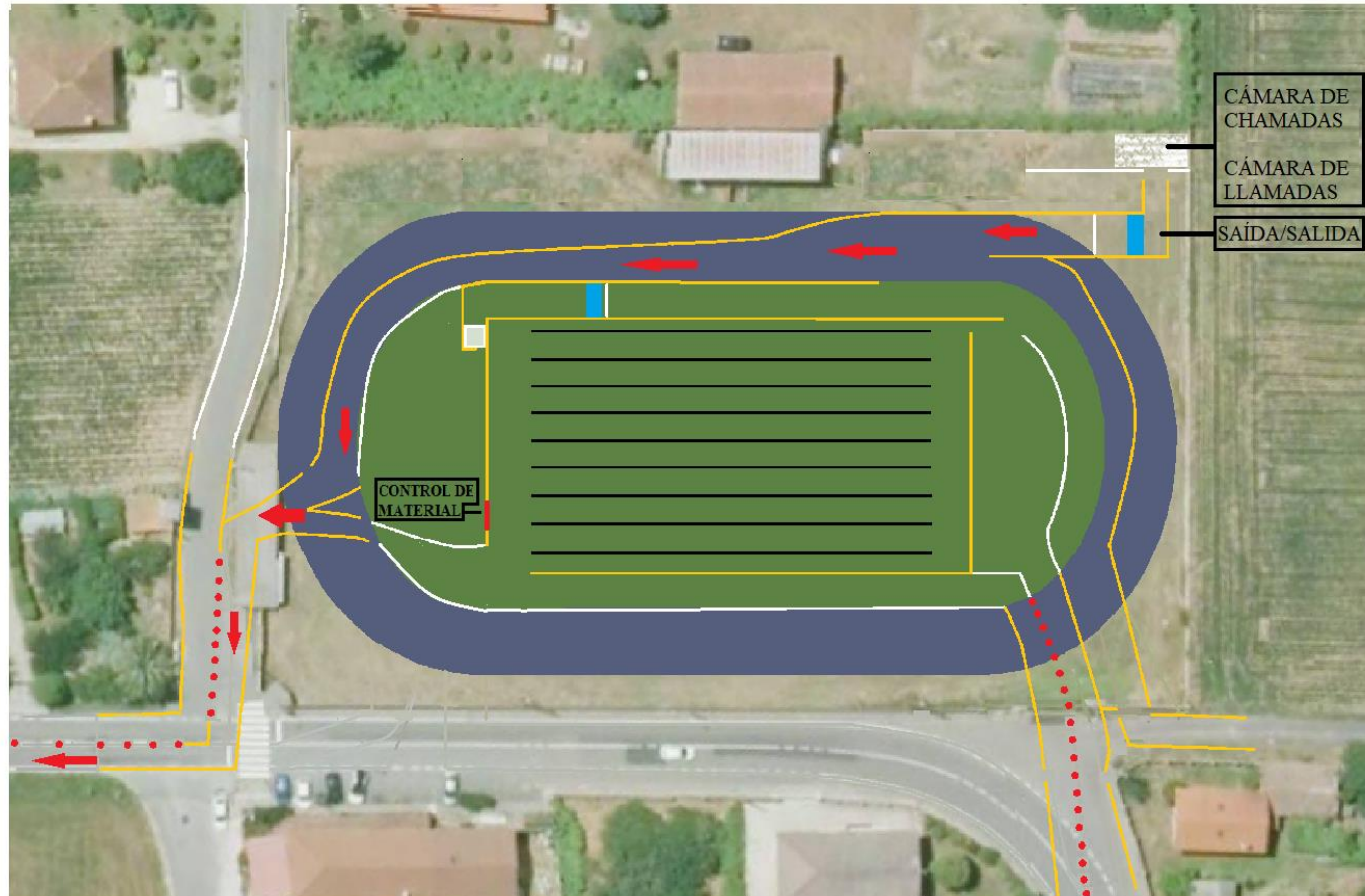
# PROCEDIMENTOS DE SAÍDA

- Os equipos deben estar na cámara de chamadas 5 minutos antes da súa hora de saída ás ordes dos oficiais. **Tomarase foto de equipo**
- Tomarán a saída todos os integrantes de maneira conxunta
- Cada equipo sairá na hora indicada na listaxe de saída publicada
- No caso **de non tomar a saída na hora indicada**, sairán cando o/a oficial de saída lles permita, nunca a menos de 30" do anterior.
- **A hora que lles contará será a prevista inicialmente** na listaxe.
- **Atletas en posición ás ordes do/a oficial de saída:**  
Na saída, un oficial fará a conta atrás,3..2..1..

# PROCEDIMENTOS DE SAÍDA NULA

- Se calquera compoñente dun equipo se adianta á saída o equipo terá unha penalización de 10" na T1
- Durante ese tempo os integrantes do equipo deberán permanecer sen moverse e sen tocar ningún material ou pararse a conta.

# SAÍDA



**SAIDA**

# DUATLON MEDRA XEQUIPOS

# 1ª CARREIRA



**CARREIRA 1**  
**5 KM (2 VOLTAS)**

**DUATLOMEDRA**  
**XEQUIPOS**

# 1ª CARREIRA

Paso pola zona de transición na 1ª volta



**PASO 1**

**DUATLON** MEDRA  
**XEQUIPOS**

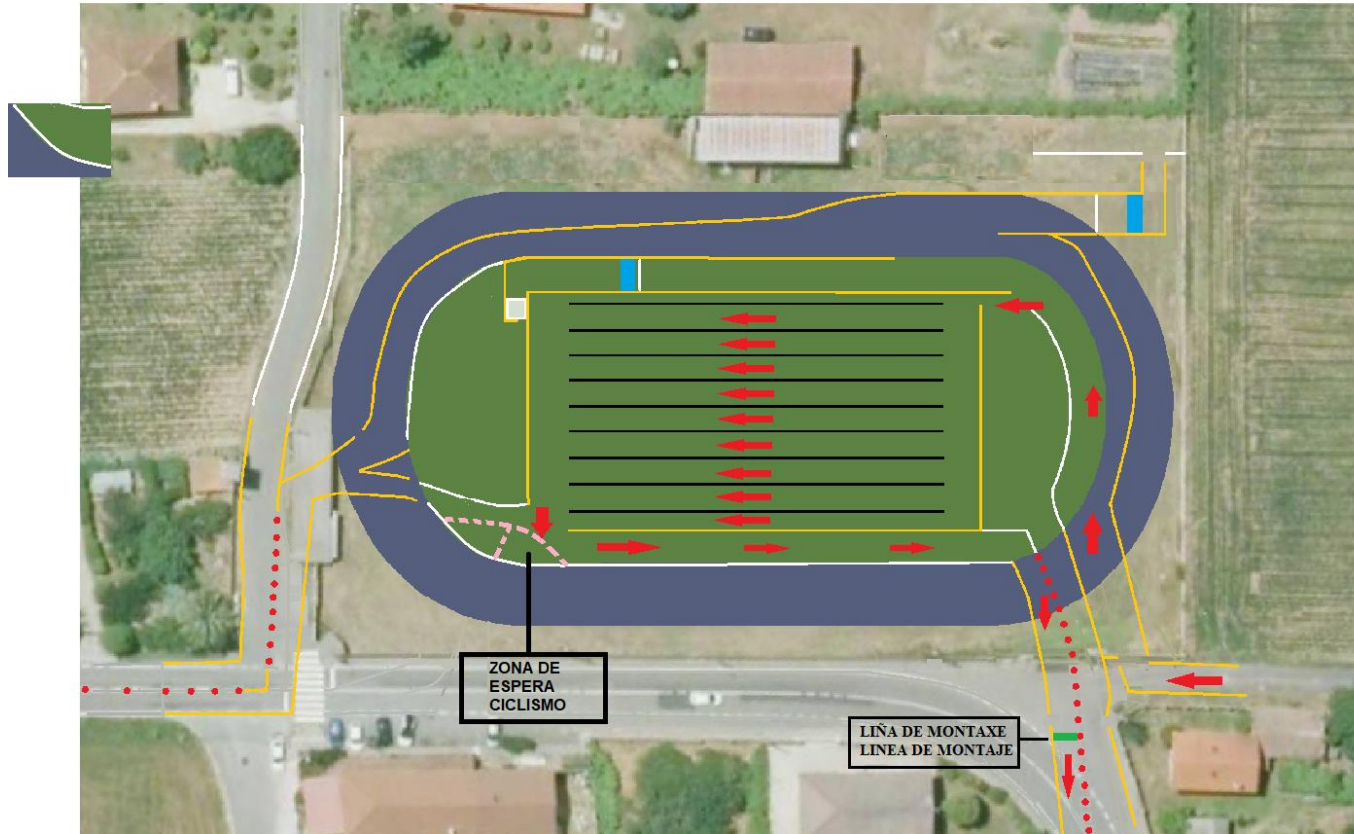
# TRANSICIÓN 1

- Diríxete á túa bicicleta. Circula sempre polo corredor onde tes o dorsal.
- Non cruces por debaixo das barras
- 1 barra por equipo
- O material utilizado debe quedar dentro da zona do equipo
- Colle o casco e colócao correctamente antes de sacar a bicicleta do soporte.

**“CASCO POSTO E ABROCHADO SEMPRE QUE ESTES 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.

# TRANSICIÓN 1



**T1**

**DUATLON** MEDRA  
**XEQUIPOS**

# ZONA DE ESPERA

- No extremo da transición haberá unha Zona de espera de equipos marcada, antes da saída.
- Unha vez haxa **mínimo de catro deportistas** do mesmo equipo na zona, **poderán saír ao seguinte sector** ou agardar polo resto de compoñentes.
- Unha vez saian os/as 4 integrantes **o resto de compoñentes, terán 30''** para abandonar a transición, non permitíndoselles continuar na competición unha vez transcorrido este tempo.

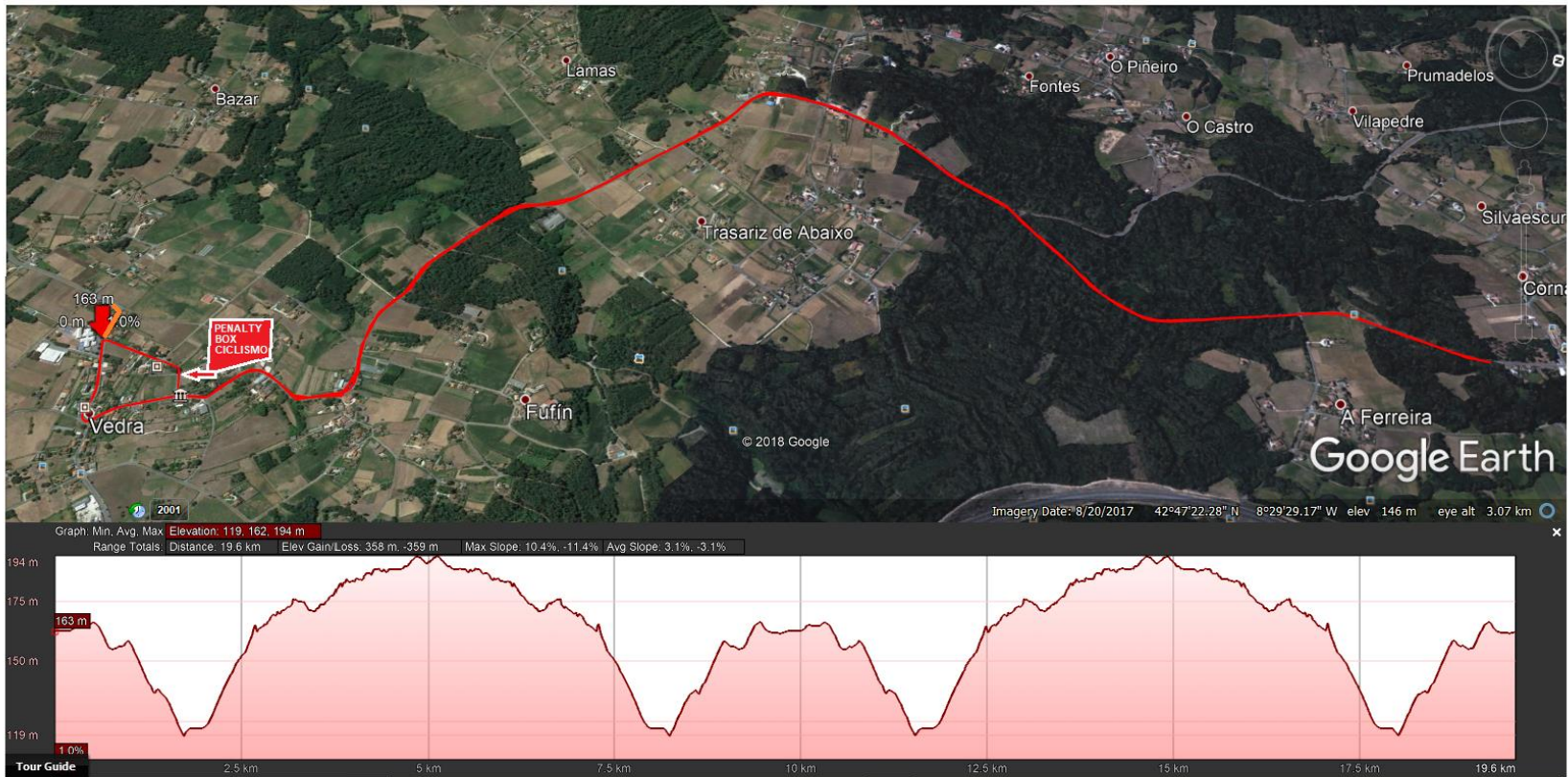


# 2º SECTOR – CICLISMO

## DRAFTING NON PERMITIDO ENTRE EQUIPOS

- Os/as compoñentes dos equipos deben circular en grupo.
- Deportistas que se separen máis de 30" deberán abandonar a competición e voltar á Transición, poñéndose a un lado do percorrido.
- Non poderán ir a roda doutro equipo.

# 2º SECTOR – CICLISMO

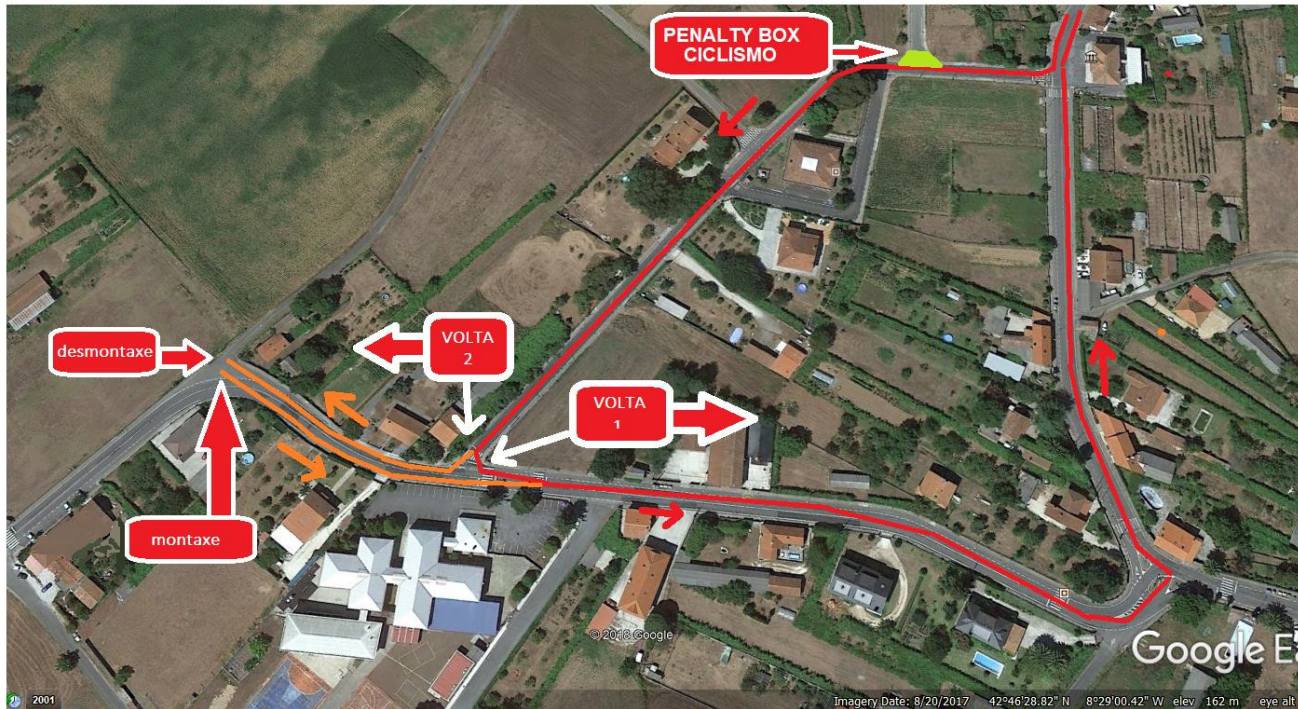


**CICLISMO**

**20 KM (2 VOLTAS)**

**DUATLON VEDRA**  
**XEQUIPOS**

# 2º SECTOR – CICLISMO



**INCORPORACIÓN, VOLTA E RETORNO  
CICLISMO**

**DUATLOMEDRA  
XEQUIPOS**

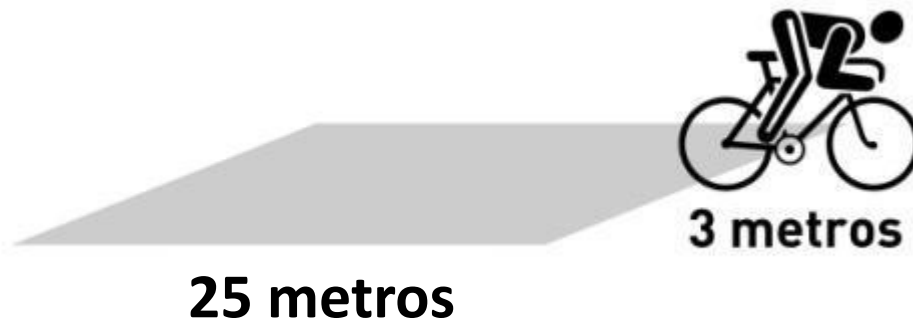
# CICLISMO/DRAFTING

- Circulación obrigatoria pola dereita do carril
- Prohibido invadir el carril contrario = **DESCALIFICACION**
- Drafting = Sanción **Tarxeta Azul** + Penalización de **1 minuto**. Obrigatorio na volta na que se mostrou a penalización da infracción
  - Área de Penalización → Antes de completar cada volta

2 tarxetas por drafting  
Non parar na Área de penalización } = **DESCALIFICACION**


É responsabilidade do equipo parar na área de penalización se recibe unha tarxeta

- Zona de 'drafting' Equipos 25 metros liñais por 3m. laterais. Un **equipo** poderá entrar na zona de 'drafting' doutro para adiantar. Para esta manobra contará cun máximo de 25 segundos



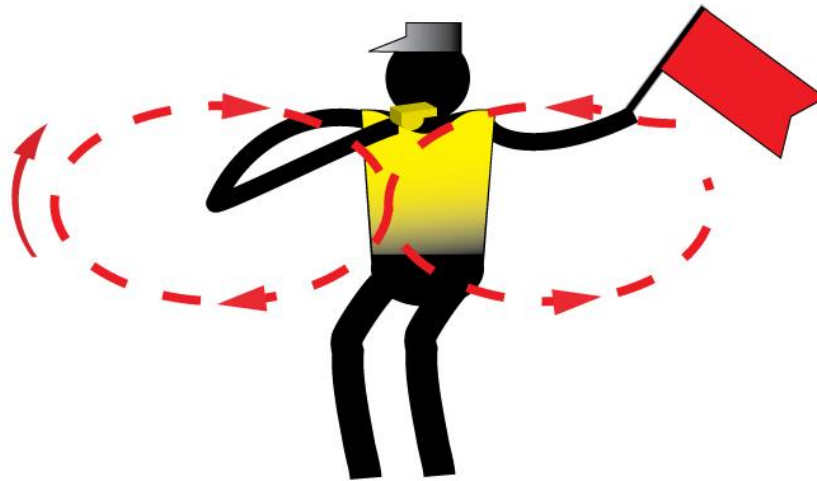
# CICLISMO/BLOQUEO

## - CIRCULACIÓN POLA DEREITA!!

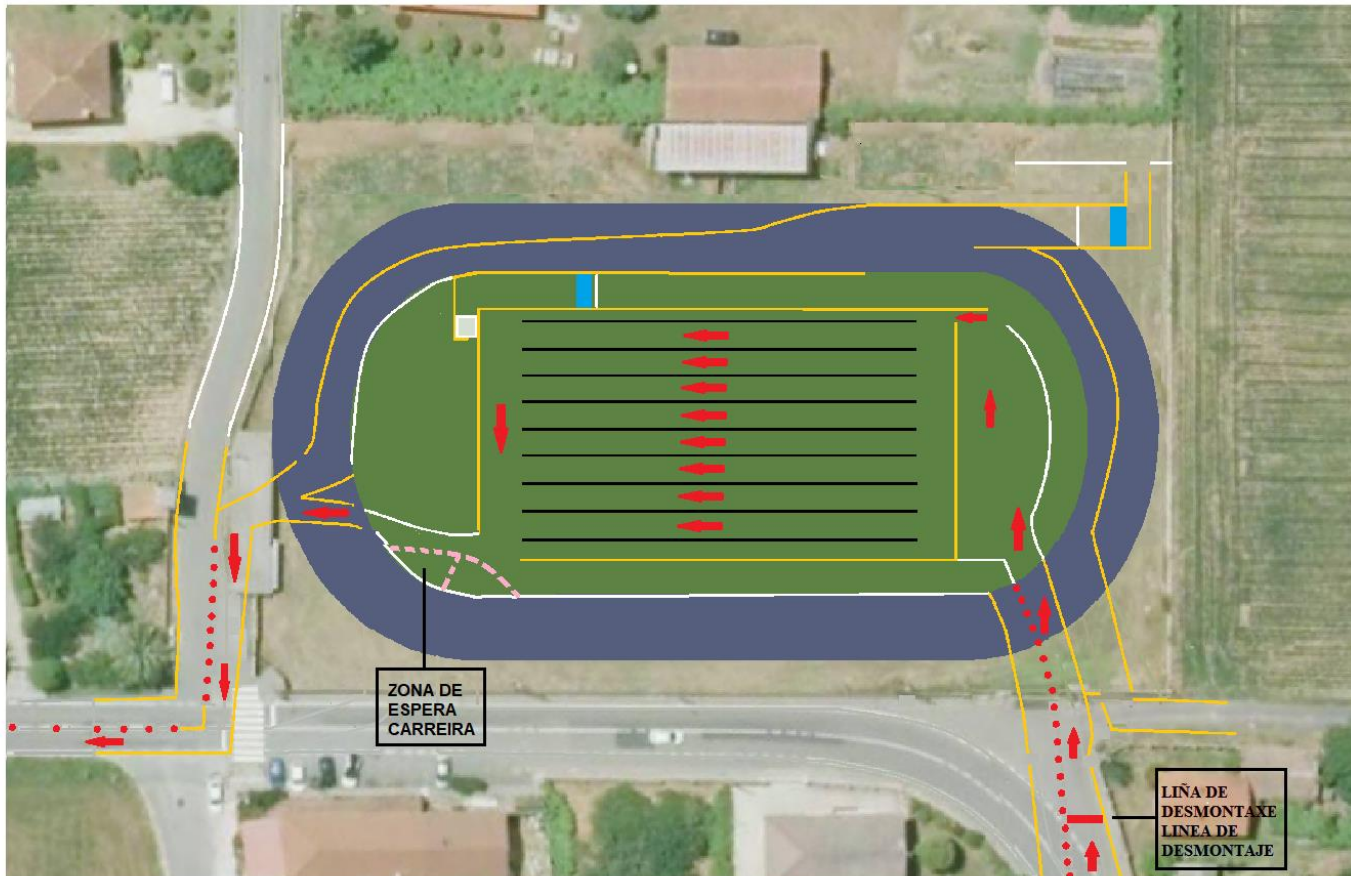
- **Bloqueo** = Tarxeta Amarela  + sanción **10 segundos na AP**. Obrigatorio na volta onde se penalizou a infracción
  - Área de Penalización → (Antes de completar cada volta)
- **Adiantamentos**  
25" para adiantar
- **Unha vez un equipo foi adiantado**, este ten que **abandonar a zona de 'drafting'** nos **5 segundos seguintes** ou será penalizado por drafting.

# PRECAUCIÓN

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



# TRANSICIÓN 2



**T2**

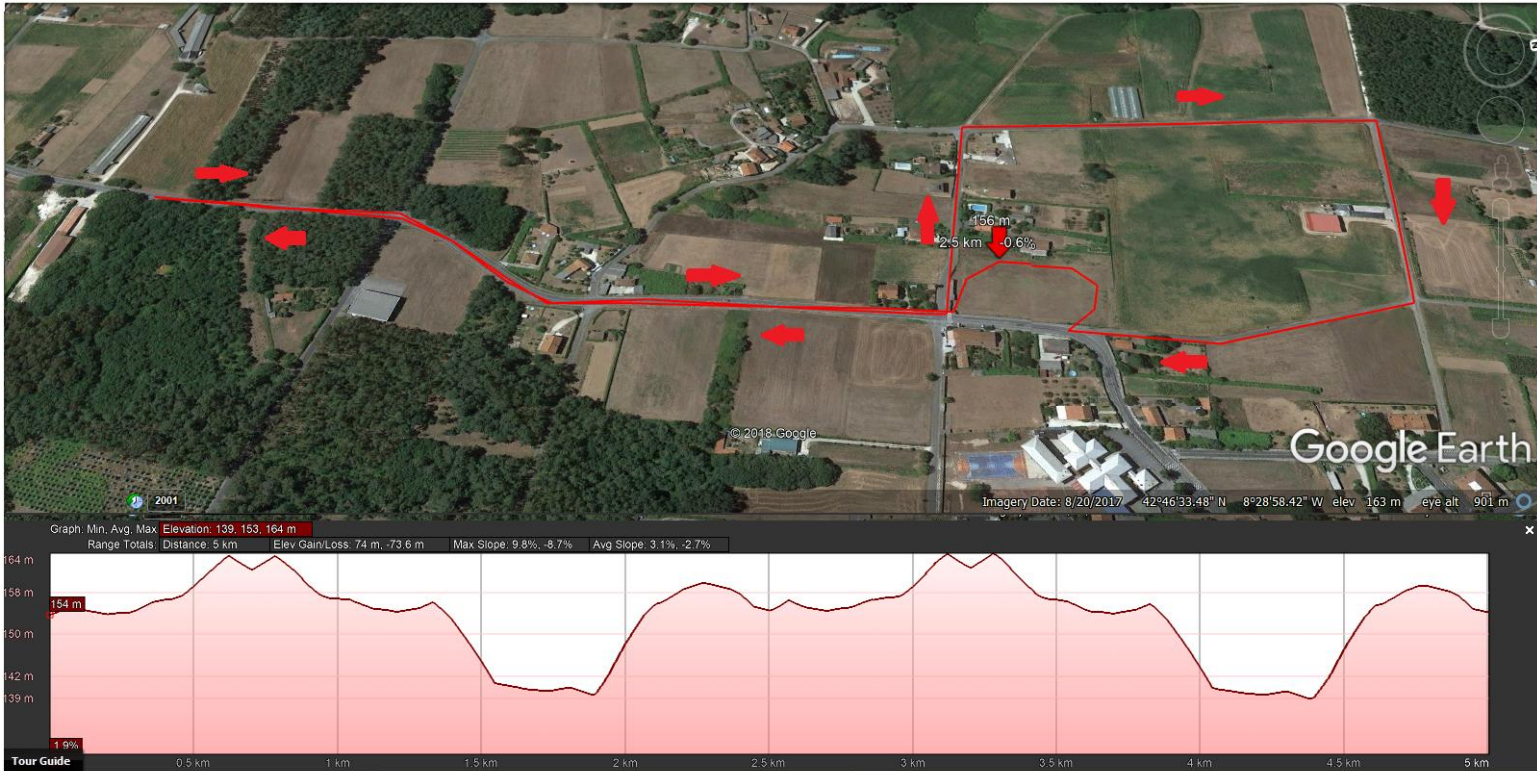
**DUATLON MEDRA**  
**XEQUIPOS**

# ZONA DE ESPERA

- No extremo da transición haberá unha Zona de espera de equipos marcada, antes da saída.
- Unha vez haxa **mínimo de catro deportistas** do mesmo equipo na zona, **poderán saír ao seguinte sector** ou agardar polo resto de compoñentes.
- Unha vez saian os/as 4 integrantes **o resto de compoñentes, terán 30''** para abandonar a transición, non permitíndolles continuar na competición unha vez transcorrido este tempo.



# 3º SECTOR - CARREIRA



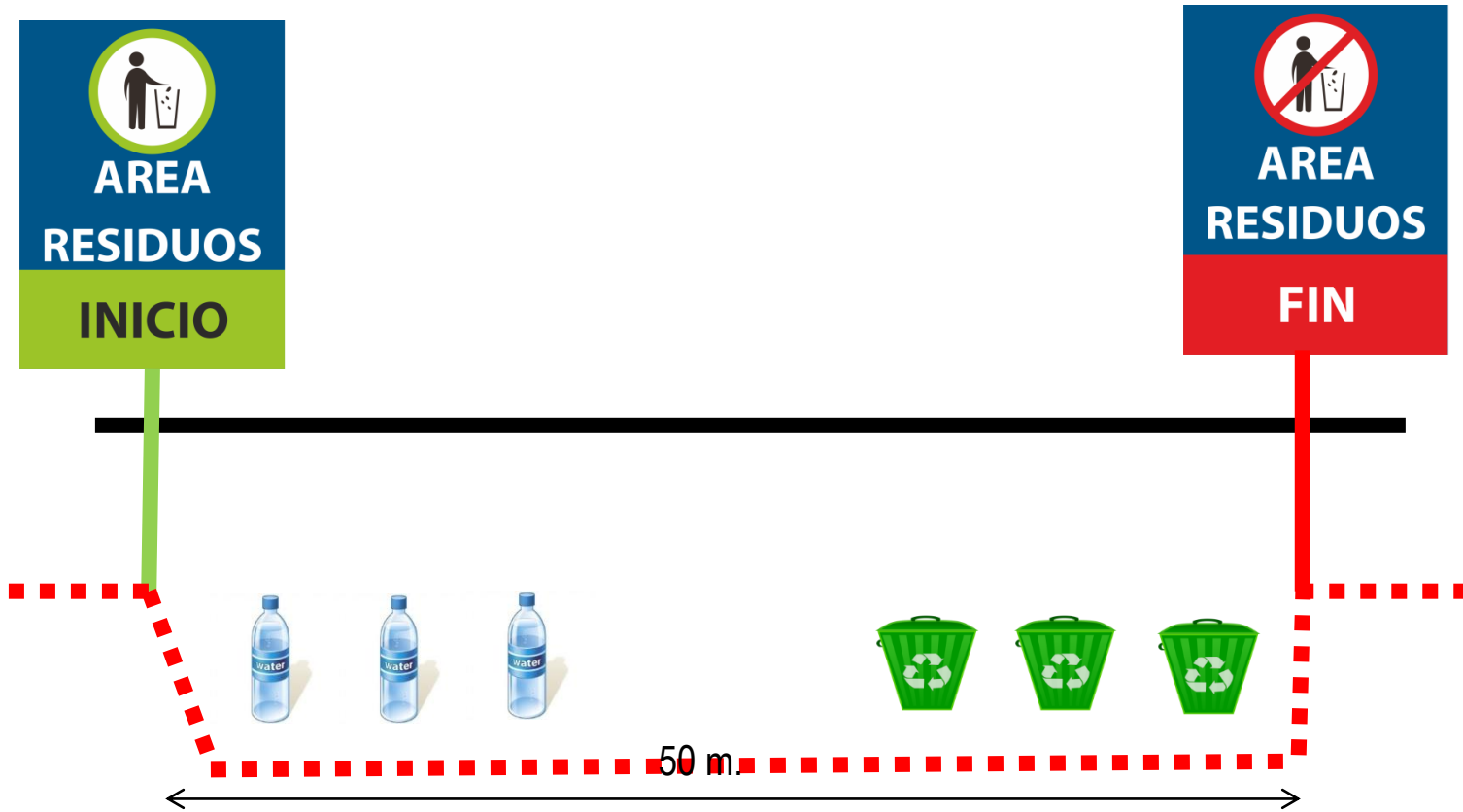
**CARREIRA 2**  
**2,5 KM (1 VOLTA)**

**DUATLOMEDRA**  
**XEQUIPOS**

# 3º SECTOR - CARREIRA A PÉ

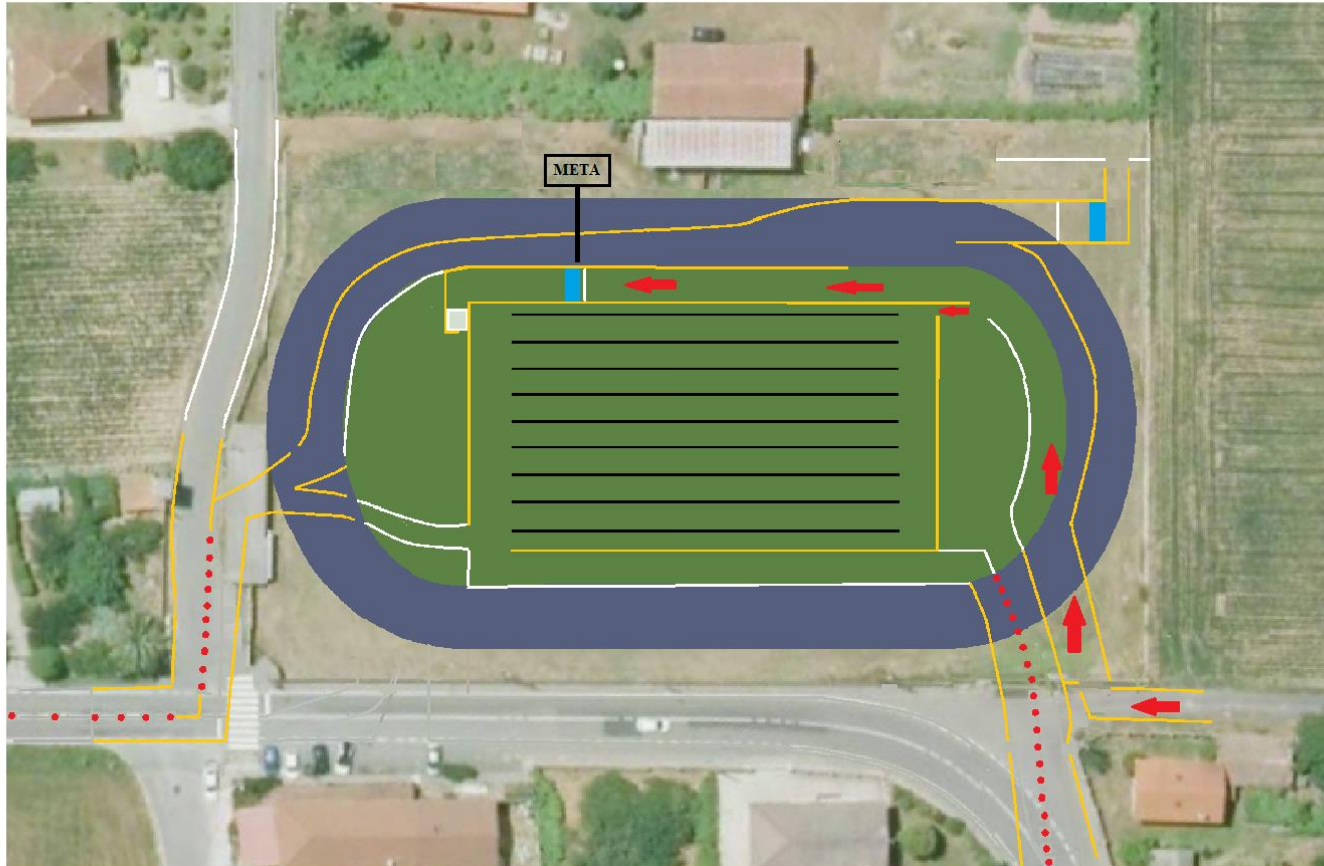
- **1 Volta**
- Todos os/as compoñentes dos equipos deben circular en grupo.
- Deportistas que se separen máis de 30" do equipo, deberán abandonar a competición e voltar á Transición poñéndose a un lado do percorrido.
- Non poderán continuar agrupados con ningún equipo.

# AVITUALLAMENTOS



- Avituallamentos ao saír da transición.
- Respetar a área de residuos.

# META



**META**

**DUATLON MEDRA**  
**XEQUIPOS**

# META E POSTMETA

Unha vez cruces a liña de meta non te deteñas, continúa ata a pos meta onde recibirás o avituallamento.

Diríxete directamente á transición, recolle o teu material en canto cho permitan os oficiais e abandona a zona.

# CRONOMETRAXE E CLASIFICACIÓNS

- A Cronometraxe da proba será electrónica.
  - Realizarase con chips que serán entregados xunto cos dorsais .
  - **(Entregar todos os chips do equipo xuntos)**
- 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](http://www.fegatri.org)

# PREMIOS-PROBAS CAMPIONATO GALEGO

## Dúatlon Campionato Galego por equipos

- 1º equipo masculino e feminino 200 € trofeo
- 2º equipo masculino e feminino 180 € trofeo
- 3º equipo masculino e feminino 160 € trofeo







## Dúatlon Concello de Vedra Open

- 1º equipo masculino e feminino trofeo
- 2º equipo masculino e feminino trofeo
- 3º equipo masculino e feminino trofeo

*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*

El tiempo el  
**Sábado**  
**21.10.2023**

de 02 h a 08 h	 <b>21°</b>	Oeste	47 km/h	0 l/m <sup>2</sup>	
de 08 h a 14 h	 <b>20°</b>	Oeste	43 km/h	0,1 l/m <sup>2</sup>	
de 14 h a 20 h	 <b>20°</b>	Oeste	47 km/h	0,3 l/m <sup>2</sup>	

 Humedad:	<b>62%</b>	 Nubosidad:	<b>49%</b>
Temperatura de sensación*:	<b>12°</b>	 Nubes bajas:	<b>18%</b>
 Presión:	<b>999,2 hPa</b>	 Nubes medias:	<b>47%</b>
 Niebla:	<b>No</b>	 Nubes altas:	<b>7%</b>
 Punto de rocío:	<b>12°</b>		

de 20 h a 02 h	 <b>22°</b>	Suroeste	43 km/h	1,4 l/m <sup>2</sup>	
-------------------	--	----------	---------	----------------------	---



**!! BOA SORTE !!**

