



REUNIÓN TÉCNICA

**XXXI TRIATLON VILA
DE ALLARIZ**

23 AGOSTO 2025

FEGATR
FEDERACIÓN GALEGA DE TRIATLON
E PENTATLON MODERNO

 **XUNTA
DE GALICIA**

 **DEPORTE
GALEGO**

LOCALIZACIÓN E SERVICIOS



PLANO GENERAL



ACCESO A ZONA DE COMPETICIÓN

- Só poden acceder ás áreas de competición as persoas acreditadas:
 - * Deportistas inscritos/as
 - * Persoal técnico acreditado
 - * Organización
 - * Oficiais

PRESENTACIÓNS E CIRCUÍTOS

- **Persoas clave:**

Director de Carreira: Javier López

Delegado Técnico: Julia Ferreira

Xuíz Árbitro: Ángel Prado

- **Xurado de Competición**

Delegado Técnico: Julia Ferreira

Federación Galega: Ana María Santiso

Representante Clubs: Lorena García (CT Mar de Vigo)

- **Circuitos e Distancias :**

Natación: 500 metros (1 volta)

Bicicleta: 24 km (2 voltas)

Carreira: 5000 metros (2 voltas mais enlace)

HORARIOS

- 16:30 a 17:30 Recollida de dorsais
- 17:00 a 17:45 Control Material
- 17:50 Cámara de chamadas
- 18:00 Saída masculina
- 18:02 Saída Feminina
- Entrega de trofeos ó remate da proba

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

CONTROL DE MATERIAL

- Para acceder ao control de Material:

- **imprescindible identificarse con DNI, licenza ou documento oficial con foto :**
- Bicicleta e Material regulamentario para probas de estrada con “drafting permitido”. Baixo solicitude previa a fegatri@hotmail.com poden autorizarse *bicicletas de montaña e gravel sen ningún engadido, revisadas na proba polo/a Xuíz Arbitro.*
- Casco con certificación para uso ciclista.
- O casco debe estar posto sobre a cabeza e abrochado.
- Gorro
- Dorsal de corpo, Casco, e Bicicleta colocados.
- *****O dorsal é obrigatorio nos segmentos de ciclismo nas costas e carreira a pé á fronte (Aconséllase levar goma ou portadorsal para cambialo)***

- 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 en transición. Calquera marca ou material que non sexa de competición será retirado polos /as 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 PREVIOS Á SAÍDA

Dez minutos antes do comezo da saída, os/as deportistas colocaranse na zona de cámara de chamadas

A saída será dende a auga

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

NORMATIVA NATACIÓN

(NEOPRENOS)

- Regulamento GGE.- o uso do neopreno ven determinado pola temperatura da auga medida 1 hora antes do comezo da proba.

<https://triatlon.org/wp-content/uploads/2025/06/Circular.3.25-Competiciones-Reglamento-competiciones-federadas-oficiales-de-ambito-estatal-2025-.pdf>

- Existen uns tempos de seguridade máximos de estancia na auga que debemos respectar e quen os supere será retirado/a da auga. **Art.4.2.- ata 31º o tempo máximo de estancia na auga é de 30 minutos.**
- O uniforme colocado nos dous ombros e obrigatorio en todos os segmentos. Durante a natación deberá ir **cuberto o torso** polo que se recomenda usar un uniforme que permita nadar cubríndoo.
- Se non te sentes ben non compitas e se tes calquera incidencia ou te atopas canso e decides retirarte na auga, levanta a man para que te recolla unha embarcación.
- **O percorrido é de ida e volta. É obriga do deportista completalo e realizar o xiro sinalizado**
- **. A Cronometraxe é manual**-Para facilitar a labor dos oficiais **non está permitido sacar o gorro ata que entres na transición.**
- Penalizaranse comportamentos antideportivos.

PERCORRIDOS - 1º SECTOR - NATACIÓN

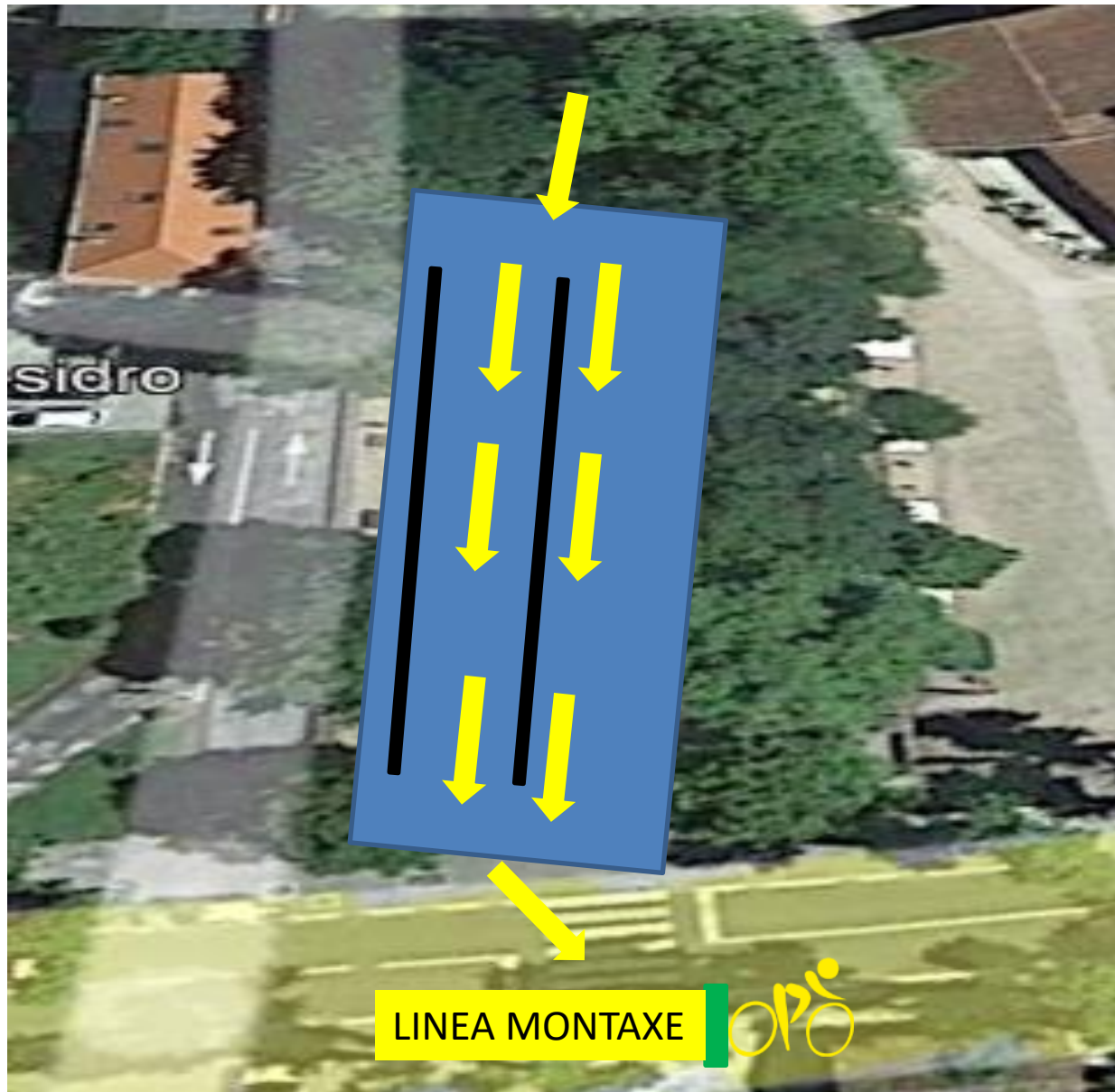
1 volta de 500 m



TRANSICIÓN 1

- Diríxete á túa bicicleta. Circula sempre polo corredor onde tes o dorsal.
 - Non cruces por debaixo das barras
 - 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.

TRANSICIÓN 1



NORMATIVA CICLISMO

- **Non se poderá ir a roda dun deportista doutro xénero** ou que estea nunha volta distinta. A penalización por incumprir esta norma será unha advertencia e corrección á primeira infracción e descualificación á segunda.
- A bicicleta a utilizar, será a de competicións onde ir a roda estea permitido (Bicicleta con manillar correctamente tapado, **sen ningún tipo de acople** e rodas de 12 radios mínimo)
- **Non está permitida a invasión do carril contrario** podendo levar á Descualificación



POSICIÓN NA BICICLETA NON PERMITIDAS

NORMATIVA CICLISMO

Non se poderá ir a roda dun deportista doutro sexo ou que estea nunha volta distinta

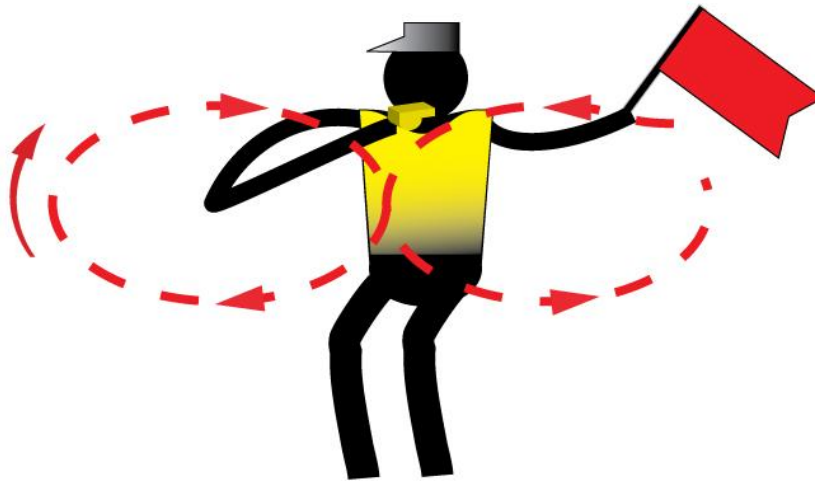
- A penalización por incumprir esta norma será unha advertencia e corrección á primeira infracción e descualificación á segunda.
- Non está permitida a invasión do carril contrario.

PERCORRIDOS - 2º SECTOR - BICICLETA



PRECAUCIÓN

- * En caso de ver a voluntarios con silbato e bandeira vermella. Sobre todo na zona de finalización de voltas do sector ciclista



TRANSICIÓN 2

- Desmonta da bicicleta antes da liña de desmontaxe. Esta estará marcada, un oficial indicaráche que baixes.

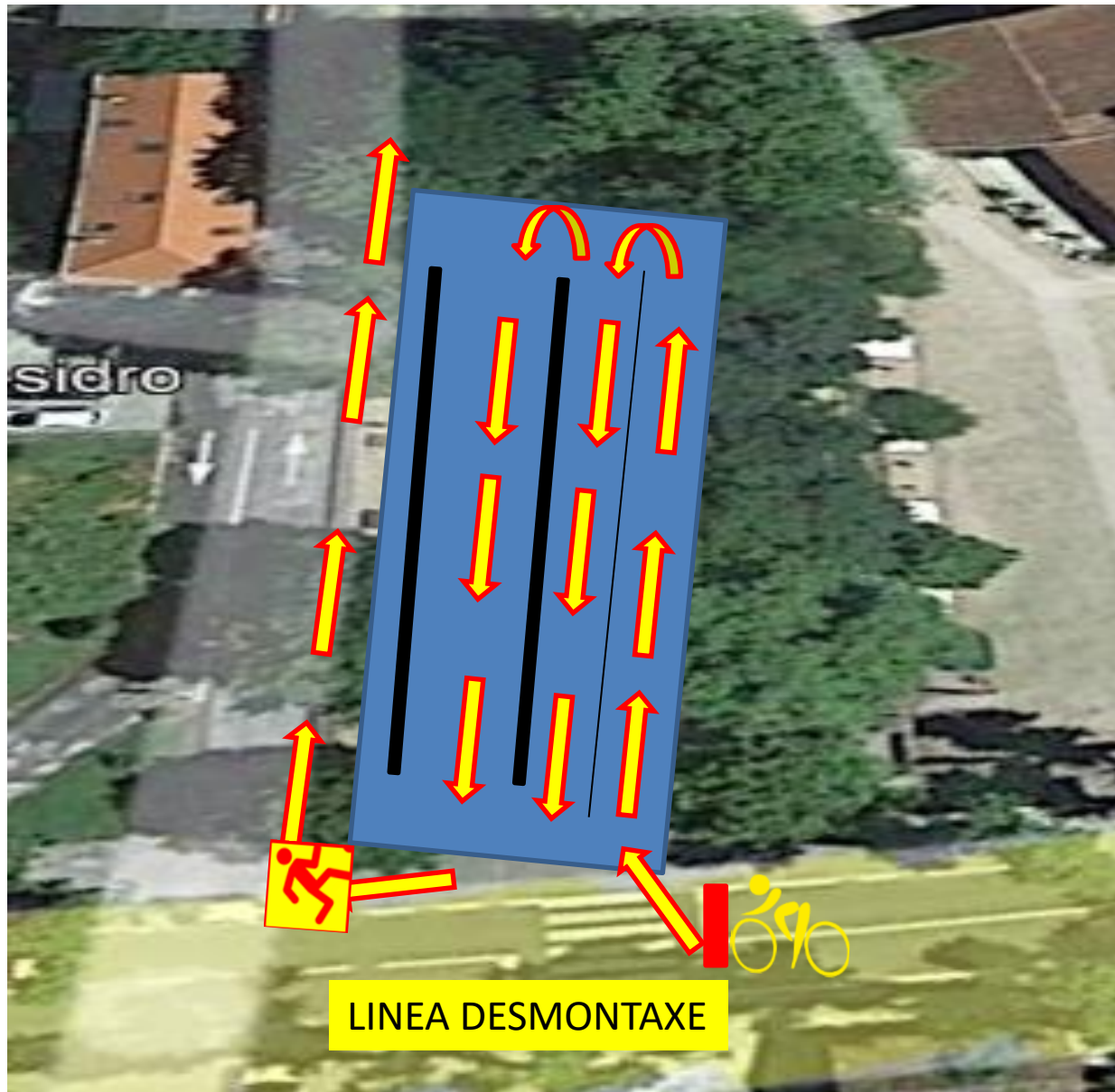
Coa bicicleta na man diríxete á túa posición . Circula sempre polo corredor onde tes o dorsal. Non cruces por debaixo das barras

Coloca 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

TRANSICIÓN 2



PERCORRIDOS - 3º SECTOR – CARREIRA

2 VOLTAS 5KM



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 e abandona a zona.

CRONOMETRAXE E CLASIFICACIÓNS

A Cronometraxe da proba será manual.

- 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

- Trofeos para os tres primeiros clasificados de cada categoría e xénero Xuvenil (H/M), Júnior (H/M), Absoluta (H/M) e Veterán (H/M)
- Para o primeiro club masculino e feminino
- Para o primeiro/a deportista con padrón xustificado no concello de Allariz.

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

Sáb

23 AGO

↗ 34°

↘ 15°



II BOA SORTE !!

FEGATR 
FEDERACIÓN GALEGA DE TRIATLON
E PENTATLON MODERNO



XUNTA
DE GALICIA



DEPORTE
GALEGO



Fronte á violencia de xénero
só cabe unha resposta.
Sen ningún xénero de dúbida.