

TRI DOMIÑO XXXVI

DOMINGO 17 AGOSTO 2025

LUGO – ÁREA RECREATIVA “LOS ROBLES”



REUNIÓN TÉCNICA

**XXXVI TRIATLON DO MIÑO
CLASIFICATORIO PARA O
CAMPIONATO GALEGO DE
TRIATLÓN 2025**

**Puntuable para Cpto Astur
Galaico**

17 AGOSTO 2025

LOCALIZACIÓN E SERVIZOS



ACCESO A ZONA DE COMPETICIÓN

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

PRESENTACIONES E CIRCUÍTOS

- **Persoas clave:**

Director de Carreira: Patricio Farias Forneiro

Delegado Técnico: Juan Luis Botana Mosquera

Xuíz Árbitro: Javier Angel Vázquez Orejas

- **Xurado de Competición**

Delegado Técnico: Juan Luis Botana

Federación Galega: Javier Campos Peña

Representante Clubs: Xan Xosé Suárez Vilela

- **Circuitos e Distancias :**

Natación: 750 metros (1 volta)

Bicicleta: 19 km (4 voltas)

Carreira: 5000 metros (2 voltas)

HORARIOS

- 9:30 a 11:15 Recollida de dorsais
- 9:45 a 10:45 Control Material Masculina
- 10:50 Cámara de chamadas Masculina
- **11:00 Saída masculina**
- 11:15 a 12:15 Control Material Feminina *(habilitarse durante ciclismo Masc)*
- 12:20 Cámara de chamadas Feminina
- **12:30 Saída Feminina**
- 14:00 horas Entrega de trofeos (hora aproximada)

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

CONTROL DE MATERIAL

- Para acceder ao control de Material é imprescindible:
 - Bicicleta e Material regulamentario para probas con "drafting permitido"
 - Casco con certificación para uso ciclista.
 - O casco debe estar posto sobre a cabeza e abrochado.
 - Gorro
 - Dorsal de corpo, Casco, e Bicicleta .
 - Chip
- ****(O dorsal é obrigatorio nos segmentos de ciclismo e carreira a pé)**
- Dentro da transición:
 - Bicicleta colocada á esquerda do número de dorsal. *(5 deportistas por barra/respectar espazo)*
 - Casco sobre a bicicleta coas correas despechadas.
 - Só se pode deixar material para competir
 - 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 da cámara de chamadas
- A saída será dende a auga e a liña de saída virá marcada por unha boia
- O/a Delegado Técnico indicará aos seus postos e procederase á saída cando soe a bocina. (Deportistas adiantados/as á bocina terán unha penalización de 10" en Transición)

NORMATIVA NATACIÓN

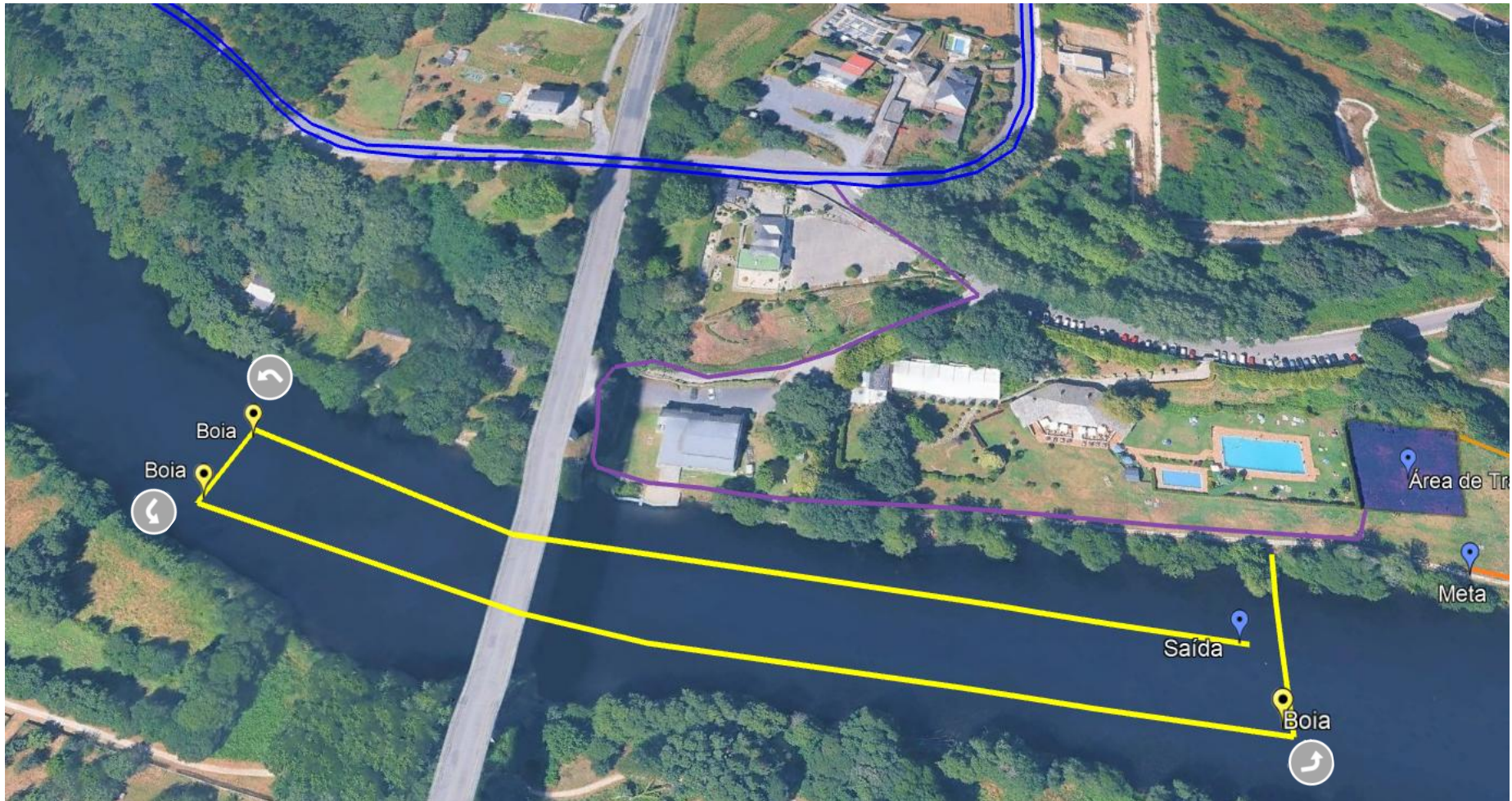
(NEOPRENOS)

NATACIÓN E USO DE NEOPRENO

- Regulamento GGEE.- **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>
- o neopreno **de ser obrigatorio debe cubrir o peito en todo caso**, sendo posible que sexa curto sen mangas, pernas,... previsión da temperatura
- 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 **coverto 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.

PERCORRIDOS - 1º SECTOR - NATACIÓN

1 volta de 750 m



TRANSICIÓN 1

- Unha vez rematada a natación, irás polo pasillo lateral ata o final para entrar na transición. Diríxete ao corredor onde está o teu número de dorsal e segue á fronte ata o lugar onde tes colocada a bicicleta.
- Non cruces por debaixo das barras.
- Deixa todo o material utilizado no teu espazo ao lado da túa bicicleta.
- Colle o casco e colócao correctamente antes de sacar a bicicleta do soporte
“CASCO POSTO E ABROCHADO SEMPRE QUE TES CONTACTO COA BICI”
- Coloca o dorsal cara as costas (dorsal obrigatorio en ciclismo e carreira a pé).
- Coa bicicleta na man diríxete á saída de transición. Non te montes nela ata que cho indique un/ha oficial, pisando despois de pasar a liña de montaxe marcada. Incumprir esta norma aplicará unha penalización de 10” en Transición.

TRANSICIÓN 1



NORMATIVA CICLISMO

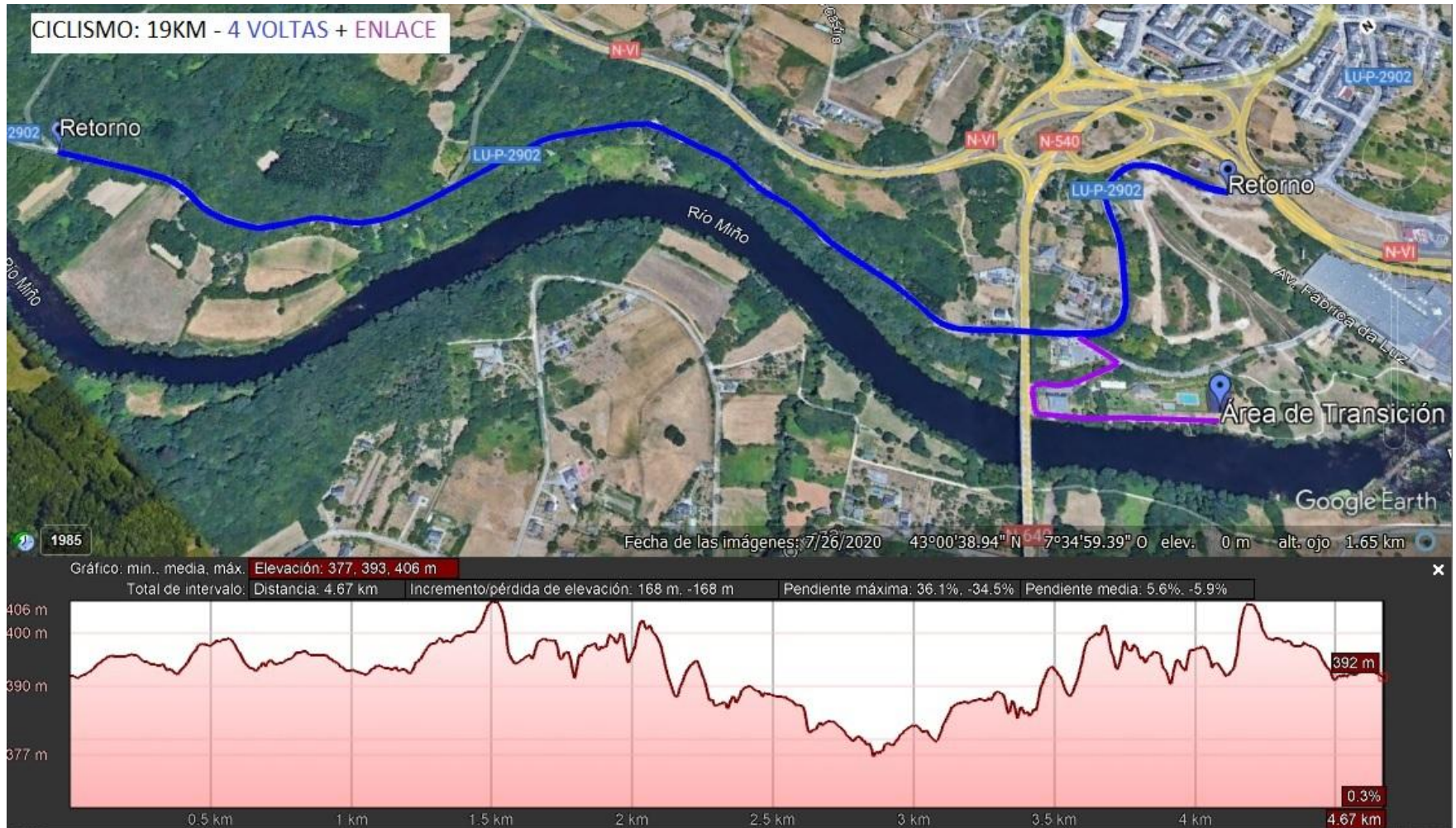
- Non se poderá ir a roda dun deportista doutro xénero ou que estea nunha volta distinta. A penalización por incumprir esta norma será unha advertencia e corrección á primeira infracción e descualificación á segunda.
- A bicicleta a utilizar, será a de competicións onde ir a roda estea permitido (Bicicleta con manillar correctamente tapado, **sen ningún tipo de acople** e rodas de 12 radios mínimo)
- Circuito moi técnico e rápido. Extremar a precaución nos xiros, especialmente na incorporación do enlace



POSICIÓN NA BICICLETA NON PERMITIDAS

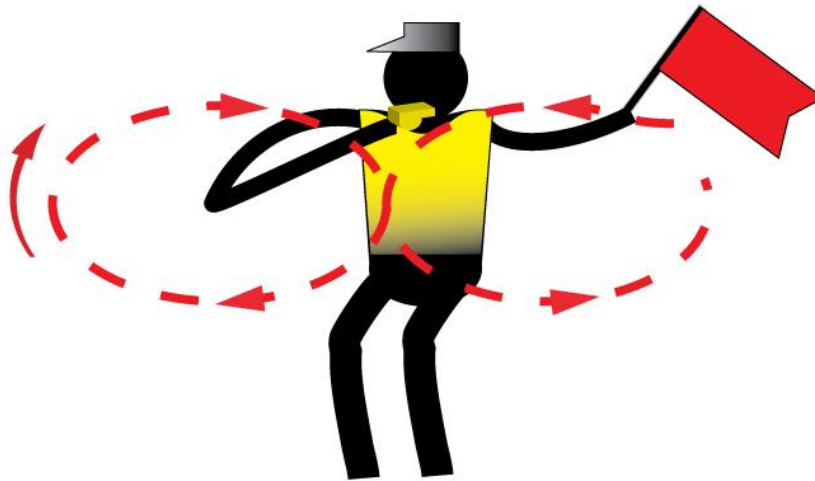
PERCORRIDOS - 2º SECTOR - BICICLETA

Enlace+ 4 voltas de 4,67 km+Enlace= 19 Km.



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, ao pasar o punto de xiro, un oficial indicarche 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



TRANSICIÓN 2

- Desmonta da bicicleta antes da liña de desmontaxe. Esta estará marcada, ao pasar o punto de xiro, un oficial indicarche 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

PERCORRIDOS - 3º SECTOR - CARREIRA

2 voltas de 2500 m



NORMATIVA CARREIRA A PÉ

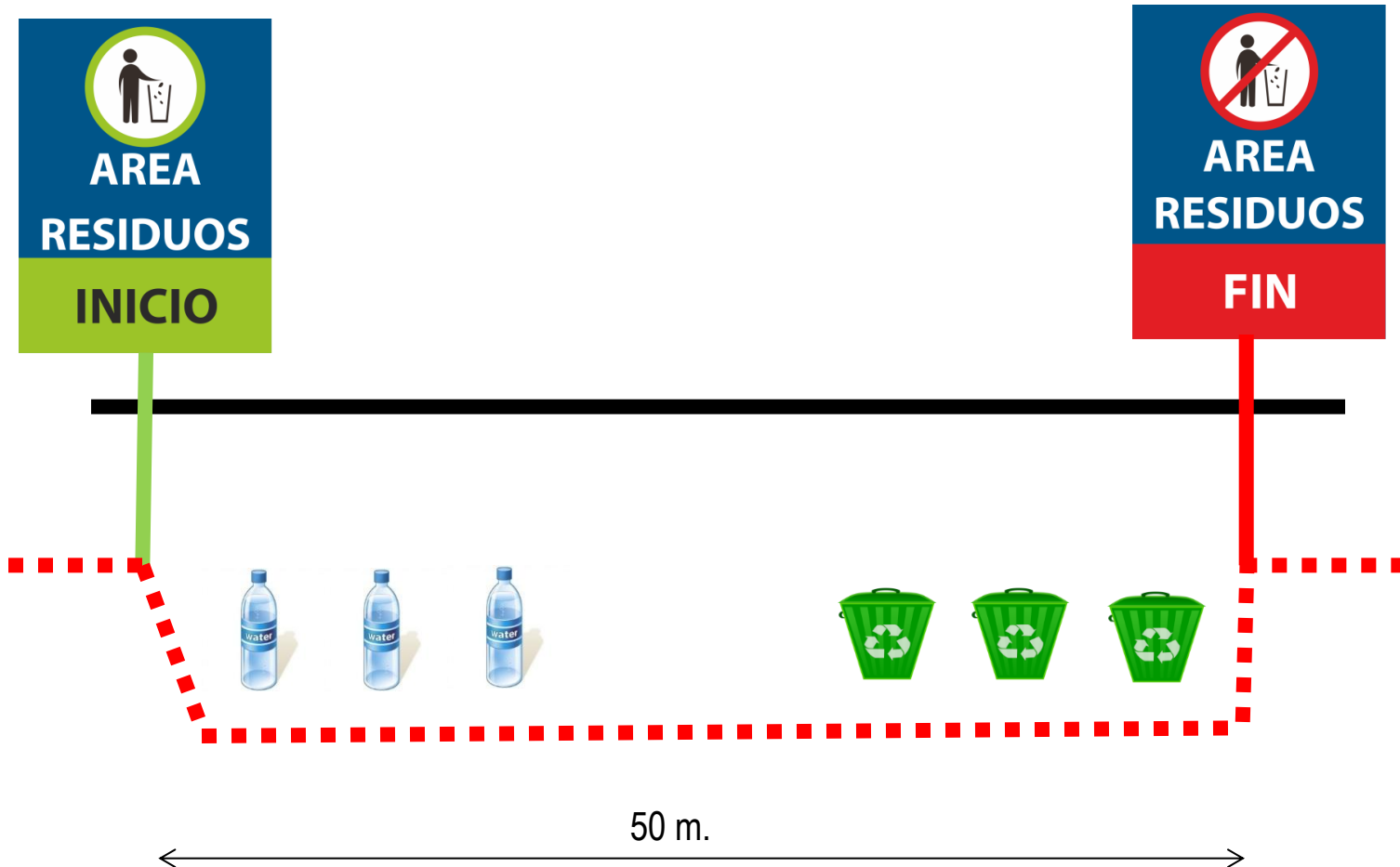
- O uniforme debe ir nos dous ombros en todo momento coma no resto de segmentos. Se levas cremallera por diante lembra que esta debe ir unida e nos últimos 200 m antes da meta terá que estar totalmente pechada.
- Non está permitido recibir axuda externa (*recibir avituallamento externo fora das zonas marcadas, entrega de materiais,...*)
- Debes respectar ás zonas de residuos dos avituallamentos. NON se poden ABANDOAR RESIDUOS en ningún punto do percorrido. Se levas a botella contigo debes depositala nun contedor ou papeleira.
- Non se pode correr acompañado de persoas alleas á competición en ningún punto do percorrido.
- Están prohibidos os auriculares
- Non se pode forzar un empate entrando da man con outros deportistas.
- Non se pode entrar na meta acompañado de ningunha persoa externa á competición, nenos, mascotas,...

AVITUALLAMENTOS

ÁREA DE RESIDUOS

Coidar o medio é obriga de todos

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



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 cando os xuíces cho permitan e abandona a zona.

CRONOMETRAXE E CLASIFICACIÓN

- A Cronometraxe da proba será electrónica. Realizarase con chip amarelo. Non portar o mesmo pode levar a sanción.
- O deportista é responsable de levar a conta das súas voltas e de completar todos os percorridos. Non realizar os percorridos marcados supón DSQ
- 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/2024/02/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 e para os tres primeiros clubs masculino e feminino
- Premio económico de acordo a regulamento de circuitos.

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*

PERCORRIDOS VIRTUAIS

Os percorridos cos fluxos e os puntos de interese poden consultarse no mapa interactivo, picando na ligazón seguinte:

<https://racemapp.com/proyecto/175-triatlon-del-mino>

PREVISIÓN METEOROLÓGICA

Predicción Lugo

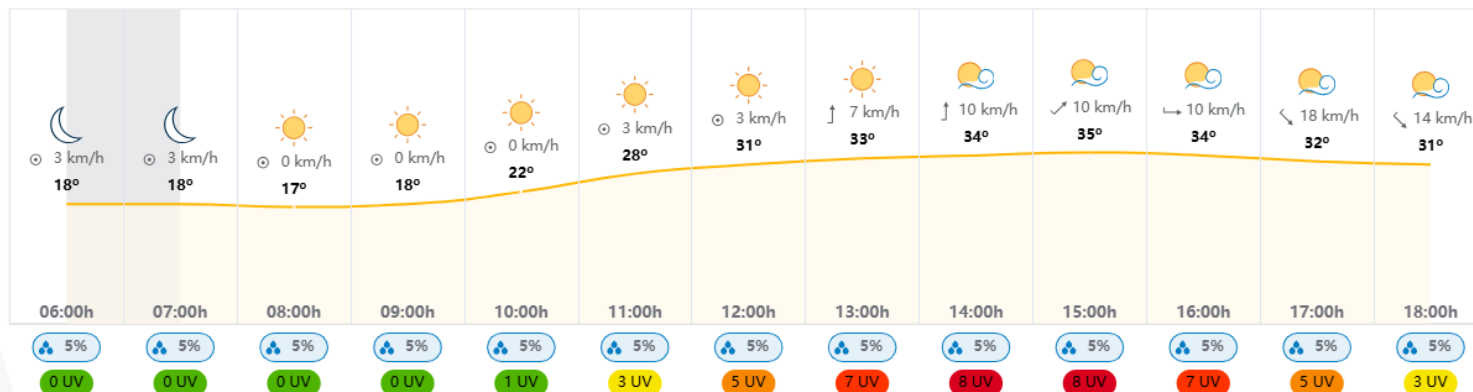
Engadir a favoritos

Introduza un concello

Lenda

Predicción Curto prazo

Por hora Resumo



VAGA DE CALOR



Ante a previsión de altas temperaturas, recoméndase manter a **hidratación** antes e durante todos os segmentos da competición e utilizar equipamento axeitado. Se te sentes mal abandoa a competición e avisa a un xuíz ou persoal de organización.

!! BOA SORTE !!

