

REUNIÓN TÉCNICA

VIII TRIATLÓN MAR DE
MUROS

“TROFEO IVÁN RAÑA”

06 XUÑO 2026



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: Damián Torea García

Delegado Técnico: Alexis Tomé Antelo

Xuíz Árbitro: Ángel Prado Alonso

- **Xurado de Competición**

Delegado Técnico: Alexis Tomé Antelo

Federación Galega: Javier Campos Peña

Representante Clubs: Adrián Vázquez (Cidade de Lugo)

- **Circuitos e Distancias :**

Natación: 750 metros (1 volta)

Bicicleta: 20 km (4 voltas)

Carreira: 5000 metros (4 voltas)

HORARIOS

- **15:30 a 16:30** Recollida de dorsais
- **16:00 a 16:45** Control Material
- **16:30** Entrada zona de quecemento
- **16:45** Fin do quecemento
- **16:50** Cámara de chamadas
- **17:00** Saída masculina
- **17:03** Saída feminina
- **18:45 horas** Entrega de trofeos (hora aproximada)
- **19:00** Fin retirada de material

CONTROL DE MATERIAL

- **Para acceder ao control de Material é imprescindible:**

- Bicicleta e Material regulamentario para probas con "drafting permitido". Sen ningún tipo de acople. Bicicletas de Montaña autorizadas previa solicitude a fegatri@hotmail.com
- 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)***

Recoméndase goma ou porta dorsal para darlle a volta

- **Dentro da transición:**

- Bicicleta colocada á esquerda do número de dorsal co guiador cara o teu corredor. (2+2 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 de cámara de chamadas

A saída será dende a auga e a liña de saída virá marcada por dúas boias con bandeira.

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

TRES minutos despois será a saída feminina.

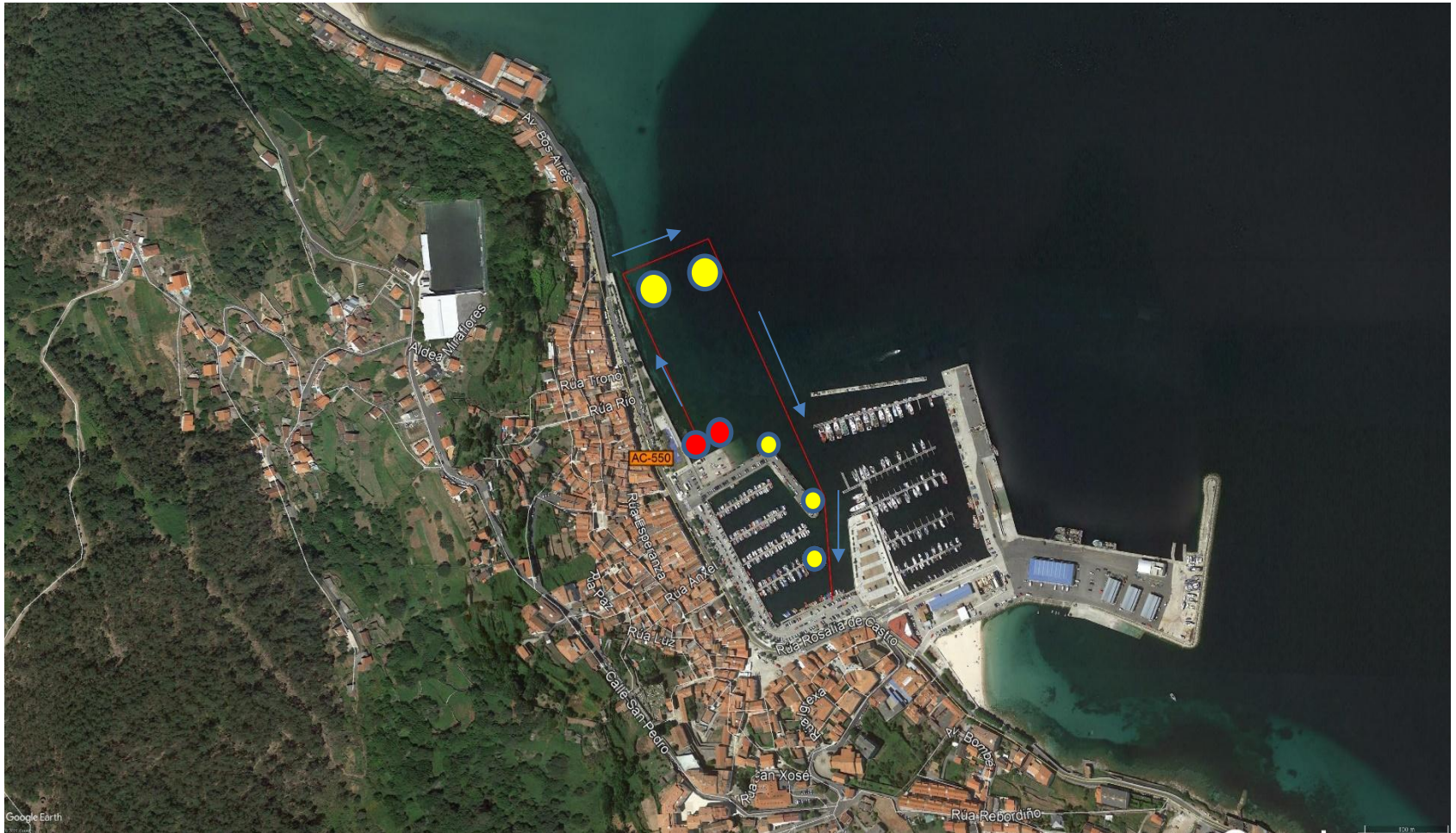
ZONA DE SAÍDA/TRANSICIÓN /META



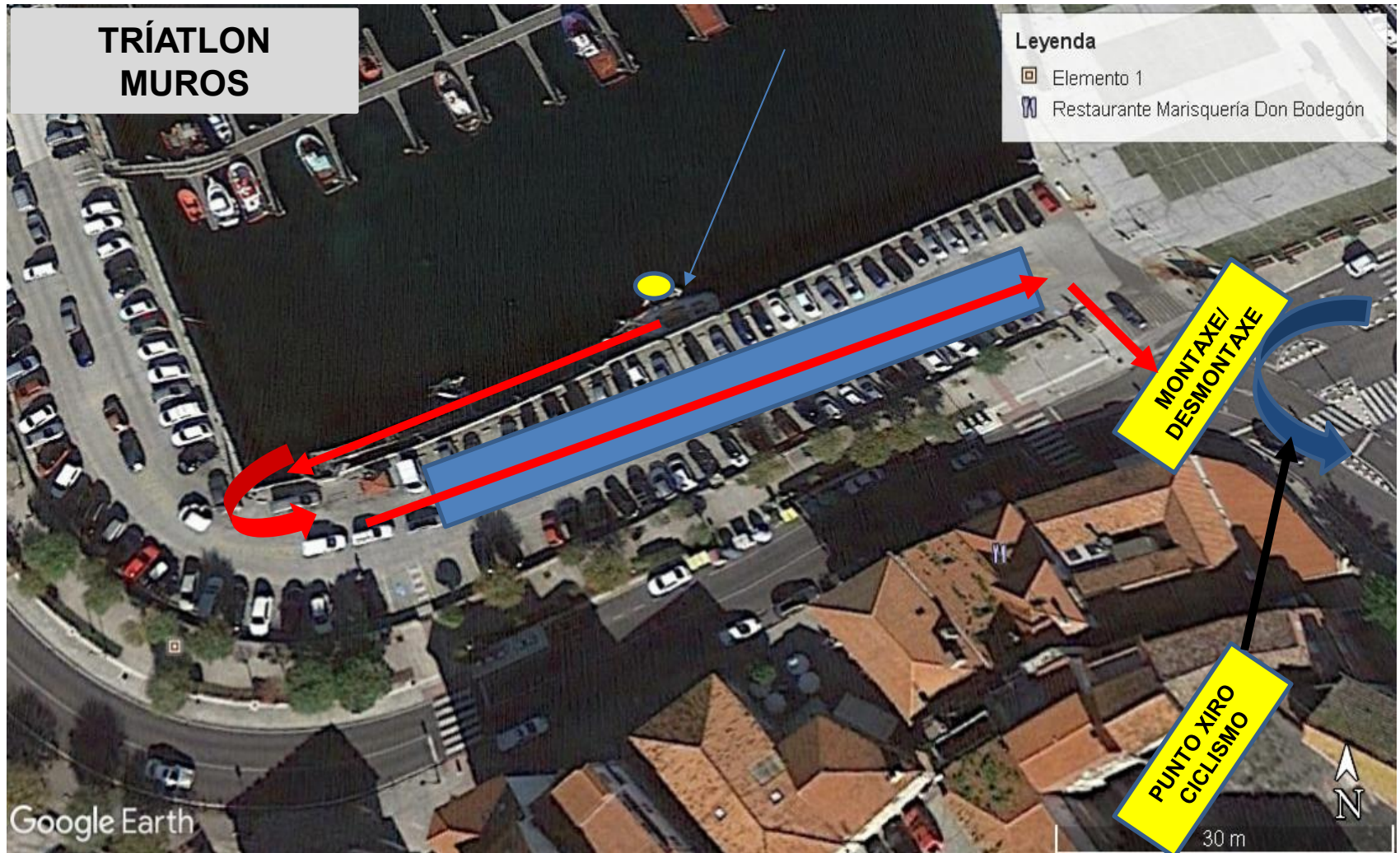
PERCORRIDOS - 1º SECTOR - NATACIÓN

1 volta de 750 m

As boias da saída terán bandeira, as boias do percorrido serán amarelas sen bandeira e deberán deixarse á dereita



TRANSICIÓN 1



REGULAMENTO TRANSICIÓN 1

NATACIÓN-CICLISMO

- Unha vez rematada a natación, irás polo pasillo de compensación ata a entrada da transición e seguirás polo pasillo onde está o número de dorsal onde tes colocada a bicicleta.
- Non cruces por debaixo das barras
- Deixa todo o material utilizado na túa caixa
- Colle o casco e colócao correctamente pechado 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, despois de pasar a liña de montaxe marcada.

LIÑA DE MONTAXE



Na saída da transición atoparás a Liña de Montaxe. Estará sinalizada no chan.

Recorda! Debes ter contacto cun pé completo no chan despóis da liña e antes de montar na bicicleta!

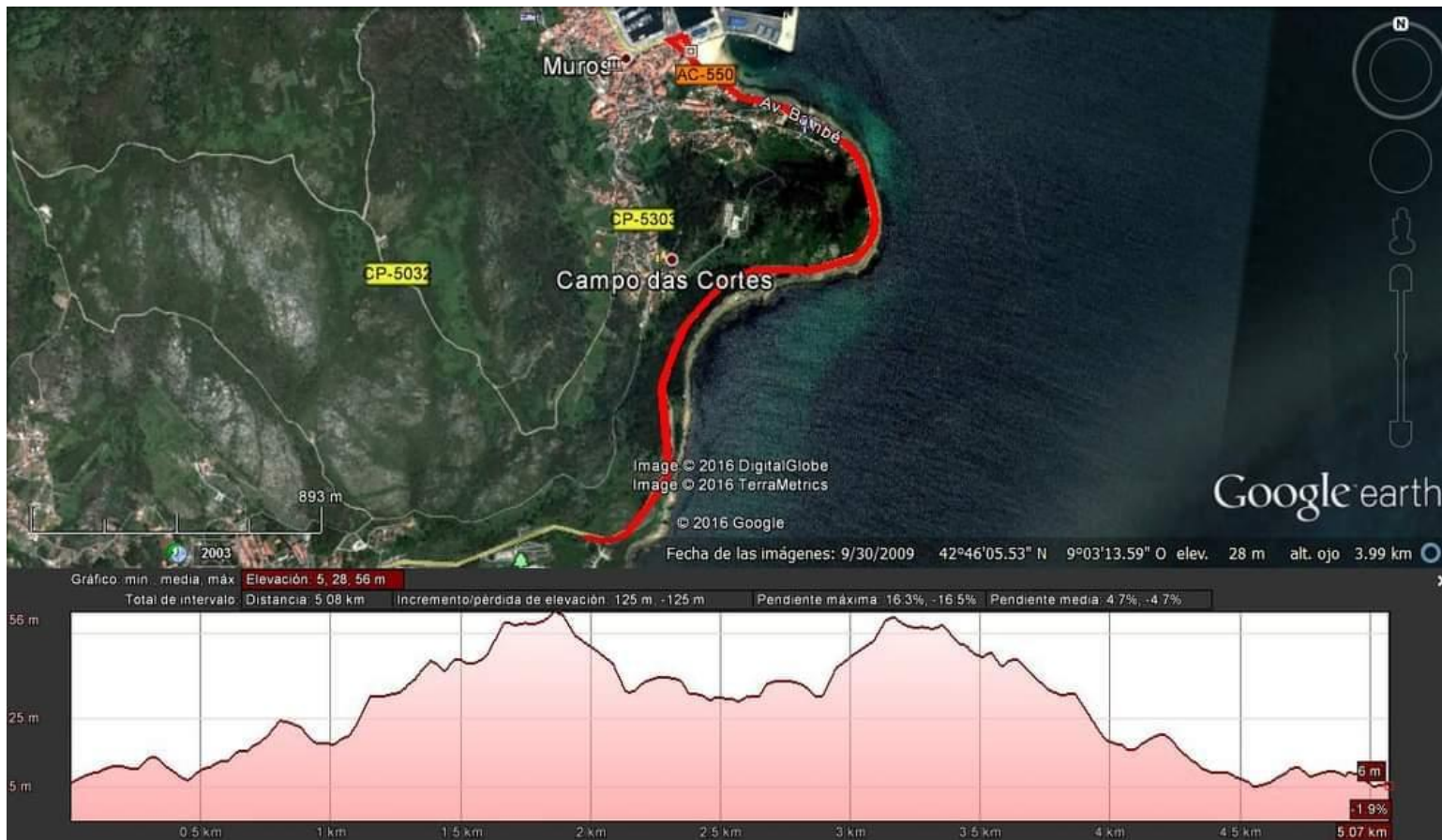
Non facelo correctamente suporá unha penalización de tempo de 10" na segunda transición

NORMATIVA CICLISMO

- Non se poderá ir a roda dun deportista doutro sexo ou que estea nunha volta distinta (OS DORSAIS MASCULINOS E FEMININOS TERÁN UNHA COR 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 esté permitido (Bicicleta con manillar de curva tradicional, sen ningún tipo de acople e rodas de 12 radios mínimo)
Non se poden utilizar bidóns debaixo do sillín.
- O percorrido é pouco técnico e case chan.

PERCORRIDOS - 2º SECTOR - BICICLETA

4 voltas de 5 km

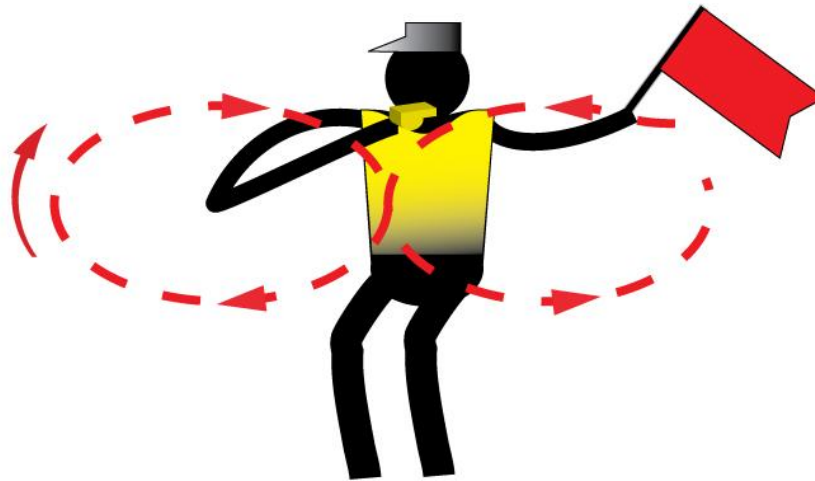


PERCORRIDOS - 2º SECTOR – CICLISMO



PRECAUCIÓN

- En caso de ver a voluntarios con silbato e bandeira vermella.
- Especial atención á **zona de finalización de voltas do sector ciclista**



TRANSICIÓN 2



LIÑA DE DESMONTAXE



LIÑA DE DESMONTAXE

Antes de entrar á segunda transición atoparás a Liña de Desmontaxe. Estará sinalizada no chan.

Lembra! Debes desmontar da bicicleta e ter contacto cun pé completo no chan antes da liña!

Non facelo correctamente suporá unha penalización de tempo de 10" na segunda transición

REGULAMENTO TRANSICIÓN 2

CICLISMO-CARREIRA A PÉ

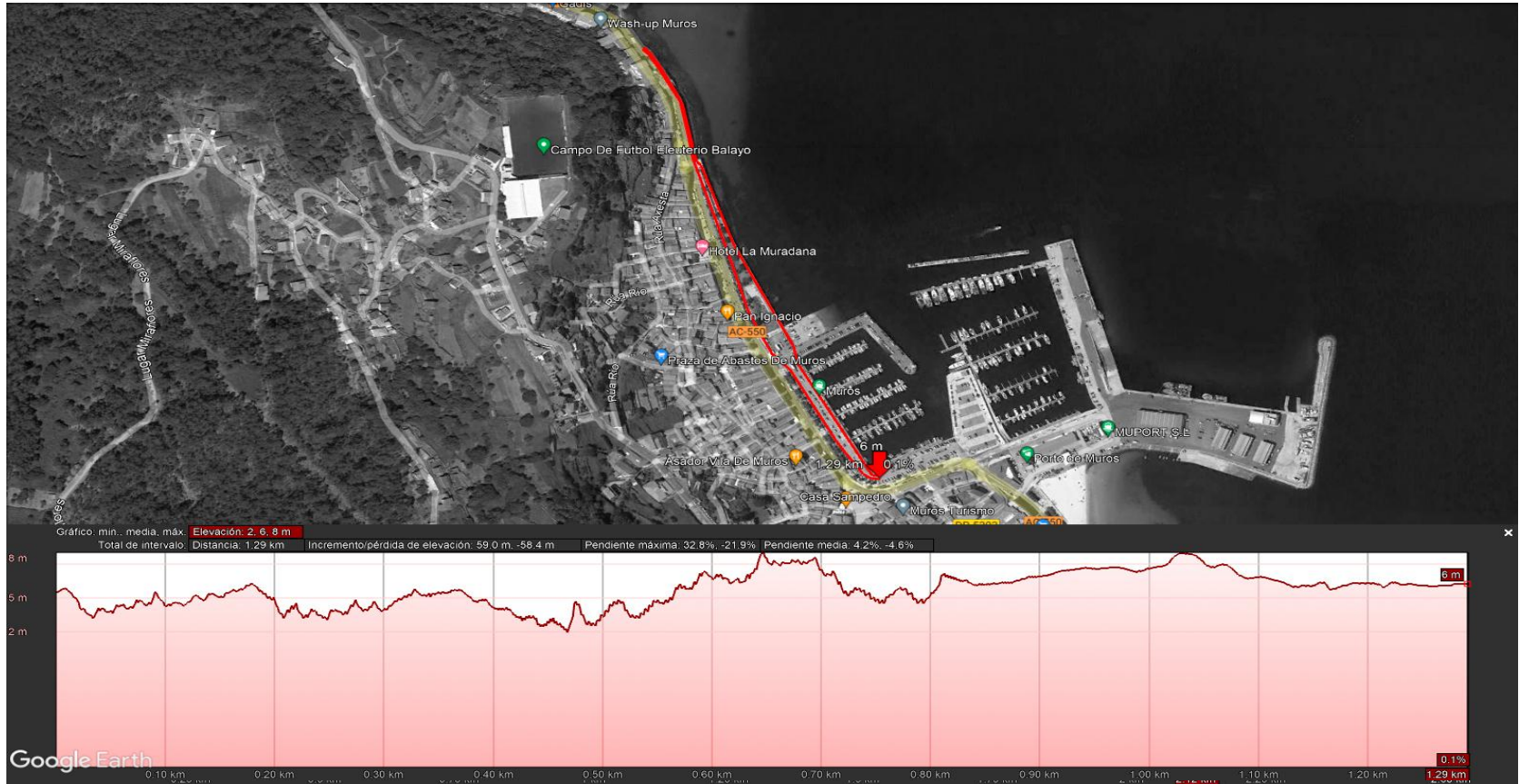
- Ao chegar á liña de desmontaxe, antes de entrar á transición, un/ha oficial indicaráche que te baixes da bici antes desta liña.
- Coa bici na man irás hacia o pasillo de compensación e logo polo teu pasillo ata o teu número de dorsal e colocarás a bicicleta no soporte.
- Non pases debaixo das barras nen saltes vallas

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

- Unha vez colocada a bicicleta no soporte, xa podes sacar o casco e deixalo con coidado **dentro da caixa** situada no teu espazo, **co resto de material xa utilizado**.
- Segue sempre de fronte ata o final da transición, nunca voltees cara atrás xa que podes tropezar con outros deportistas que estarán chegando.
- Diríxete hacia o segundo pasillo de compensación para poder sair da área de transición e empezar a carreira a pé, completala e chegar á meta.

PERCORRIDOS - 3º SECTOR - CARREIRA

4 voltas de 1.250 m



META E POSTMETA

- Unha vez cruces a liña de meta non te deteñas, continúa ata a pos meta onde recibirás o avituallamento.
- Dirixete directamente á transición, recolle o teu material e abandona a zona.
- Haberá servicio de duchas na piscina municipal, en horario de 18:30 a 20:00 h.

CRONOMETRAXE E CLASIFICACIÓNS

- A Cronometraxe da proba será electrónica. Realizarase con chip que se entregará no rexistro e terá que ser devolto unha vez conclúa a proba
- 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

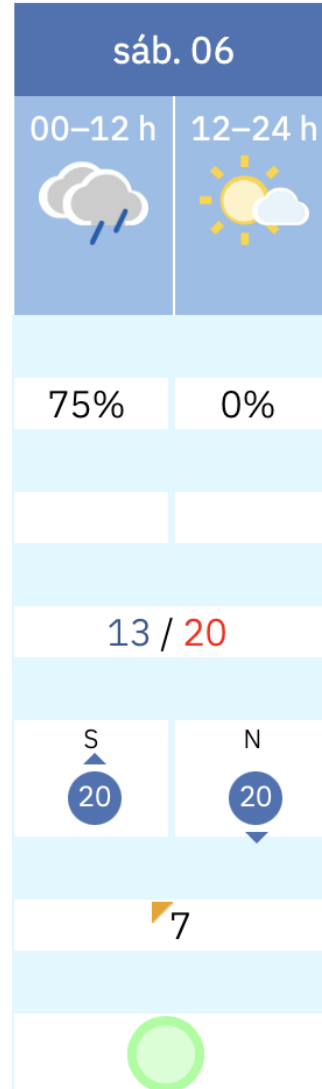
PREMIOS

- Entregaranse trofeos ás 3 primeiras persoas clasificadas (masculinas e femininas)



PREVISIÓN METEOROLÓGICA

SÁBADO



!! BOA SORTE !!

