



REUNIÓN TÉCNICA

XI TRIATLÓN PORRIÑO-TUI
(Liga Triatlón de Estrada e Popular)

14/06/2026



LOCALIZACIÓN E SERVIZOS -PORRIÑO



LOCALIZACIÓN E SERVIZOS -TUI



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 CIRCUITOS

- **Persoas clave:**

Delegada Técnica: Mónica Flores
Xuíza Árbitro: M. Julia Ferreira

- **Xurado de Competición**

Delegado Técnico: Mónica Flores Ferreiro
Federación Galega: Xan Suárez Vilela
Representante Clubs: Lorena García Lago (CT Mar de Vigo)

- **Circuitos e Distancias :**

Natación: 750 m (1 volta)
Bicicleta: 20,2 km (1 volta)
Carreira: 5000 m (2 voltas)

HORARIOS

- **9:00- 10:15** Recollida de dorsais (Centro Cultural Porriño)
- **9:30 a 10:30** Control Material T2 (Porriño)
- **10:20** Autobús de traslado de deportistas de T2 (Porriño) a Tui
(Localización na Avd. de Galicia, marquesina sentido Tui)
- **10:15 a 11:15** Control Material T1 (Comandancia Naval Tui)
- **11:20** Cámara de chamadas
- **11:30** Saída masculina
- **11:40** Saída feminina
- **11:45** Saída Popular Masculino
- **11:46** Saída Popular Feminina
- **13:00** Duchas no Pavillón Municipal
- **13:15** Entrega bolsas trasladadas de T1 no Pavillón Municipal
- **13:30 horas** **Fin retirada de material de transición**
- **13:30 horas** **Entrega de trofeos (hora aproximada)**

RECOMENDACIÓNS TÉCNICAS DE SEGURIDADE

NATACIÓN E USO DE NEOPRENO

- Regulamento.- **o uso do neopreno ven determinado pola temperatura da auga medida 1 hora antes** do comezo da proba. 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.**
- A temperatura da auga está nestes días entre 16,0º e 16,5º - **posibilidade uso de neopreno obrigatorio (ata 15,9º)** . Na saída da **proba popular**, na que gran número de participantes non ten costume de nadar en augas abertas e que haberá incidencia alta de corrente enfrontada no largo de saída polo momento da marea, senon eres experto na natación en augas abertas, **RECOMÉNDASE O USO DE NEOPRENO por razóns de seguridade e correntes.**
- Non se permite levar o **peito** descuberto en ningún momento, durante a natación deberá ir **coverto** polo que se recomenda usar un traxe que permita nadar cubríndoo .
- Se non te sintes 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.

CONTROL DE MATERIAL

2
TRANSICIONES

- Para acceder ao control de Material é imprescindible :
 - **IDENTIFICARSE CON DOCUMENTO OFICIAL CON FOTO (DNI, licenza dixital,...)**
 - 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, Bicicleta e bolsa/ gardarroupa colocados.
 - Chip (ten previsto goma ou tobillera).

*****(O dorsal é obrigatorio nos segmentos de ciclismo ás costas e carreira a pé ao fronte)***
Recoméndase levar goma ou porta dorsal
- Dentro da transición:
 - Bicicleta colocada á esquerda do número de dorsal. (*Respectar espazo regulamentario*)
Na transición de Porriño podes colocala no teu dorsal (revisar formado de racks)
 - Casco colocado 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.
- Gardarroupa:
 - As **bolsas deben estar identificadas co número de dorsal**, tanto na T2 (Pavillón Porriño) coma na T1 (furgoneta en Tui).
 - O **material utilizado en natación debe quedar, dentro da caixa**, na bolsa da T1 que se pechará e se trasladará a Porriño rematada a natación. **A organización non se fai cargo de material que quede fóra da cesta ou noutra**

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 .

As saídas serán dende a praia, nos horarios marcados para cadansúa.

Se un participante sae noutra saída anterior será descualificado

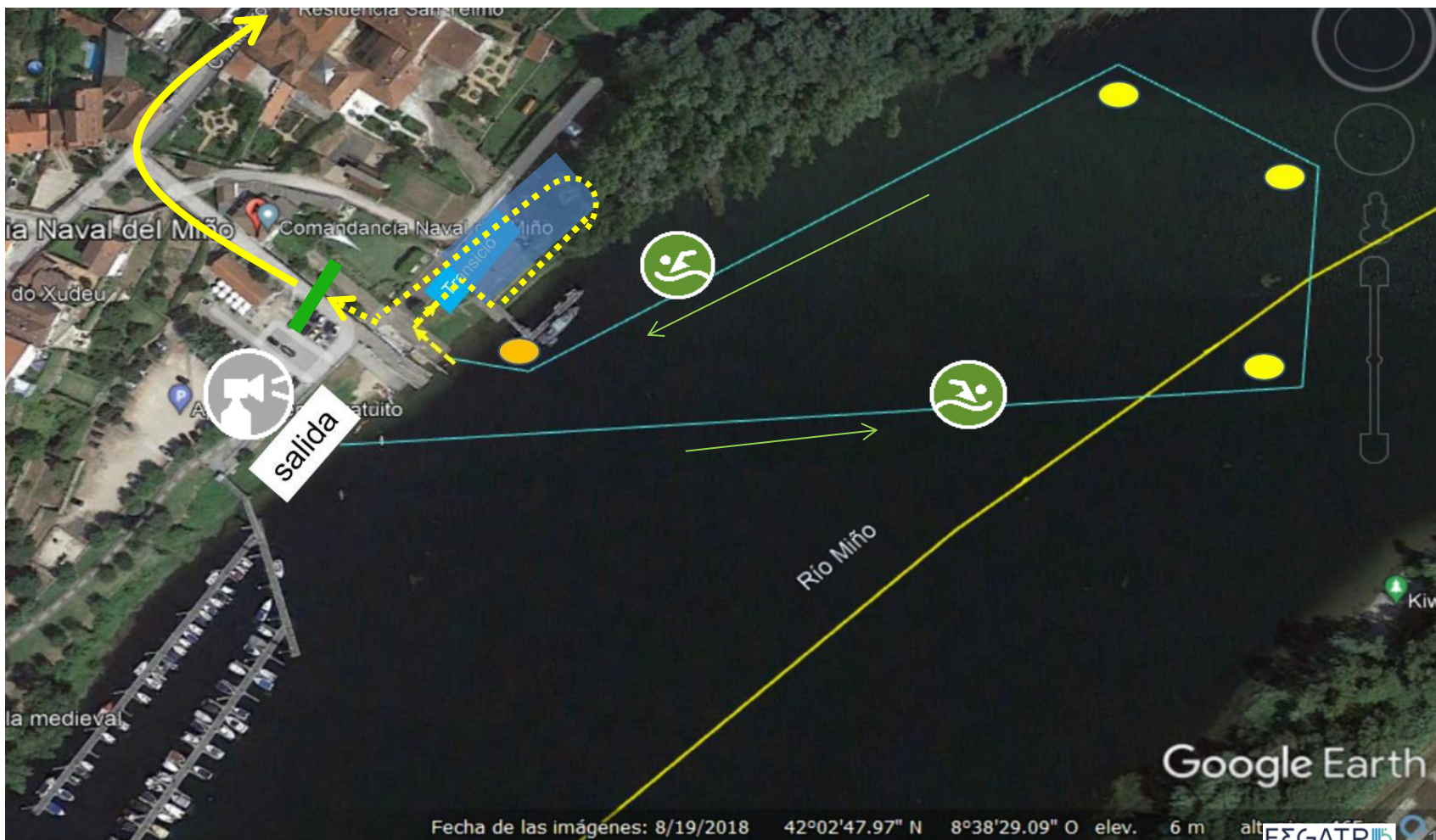
O/a Delegado Técnico indicará “aos seus postos” e procederase á saída cando soe a bocina

SAIDA IRREGULAR-

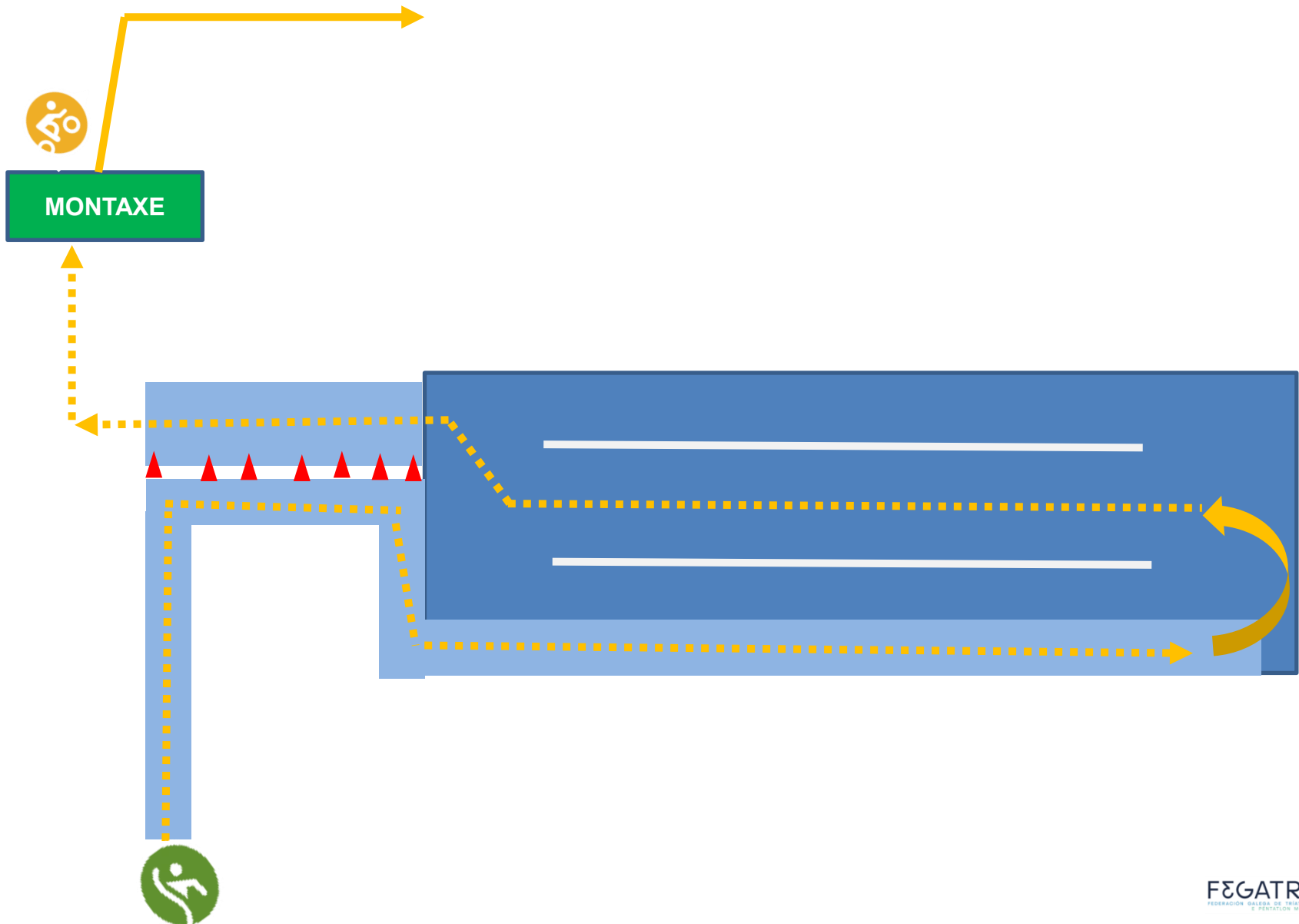
Se un/ha deportista se adianta á saída será penalizado/a con 10” en transición

PERCORRIDOS - 1º SECTOR - NATACIÓN

1 volta de 750 m



TRANSICIÓN 1



TRANSICIÓN 1

- Respecta o carril delimitado de conos. Segue polo pasillo lateral ata o final da transición para acceder ao teu pasillo .
- Circula sempre polo corredor onde tes o dorsal para dirixirte á túa bicicleta.
- Non cruces por debaixo das barras .
- Deposita todo o material xa utilizado dentro da túa caixa (gafas, gorro, neopreno..).
- 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. Respecta os conos á túa esquerda. Non te montes nela ata que cho indique un oficial, despois da liña de montaxe marcada unha vez saes da Comandancia Naval, á dereita..

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 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 de curva tradicional, correctamente tapado, **sen ningún tipo de acople** e rodas de 12 radios mínimo)

CIRCULACIÓN SÓ POLO CARRIL DEREITO

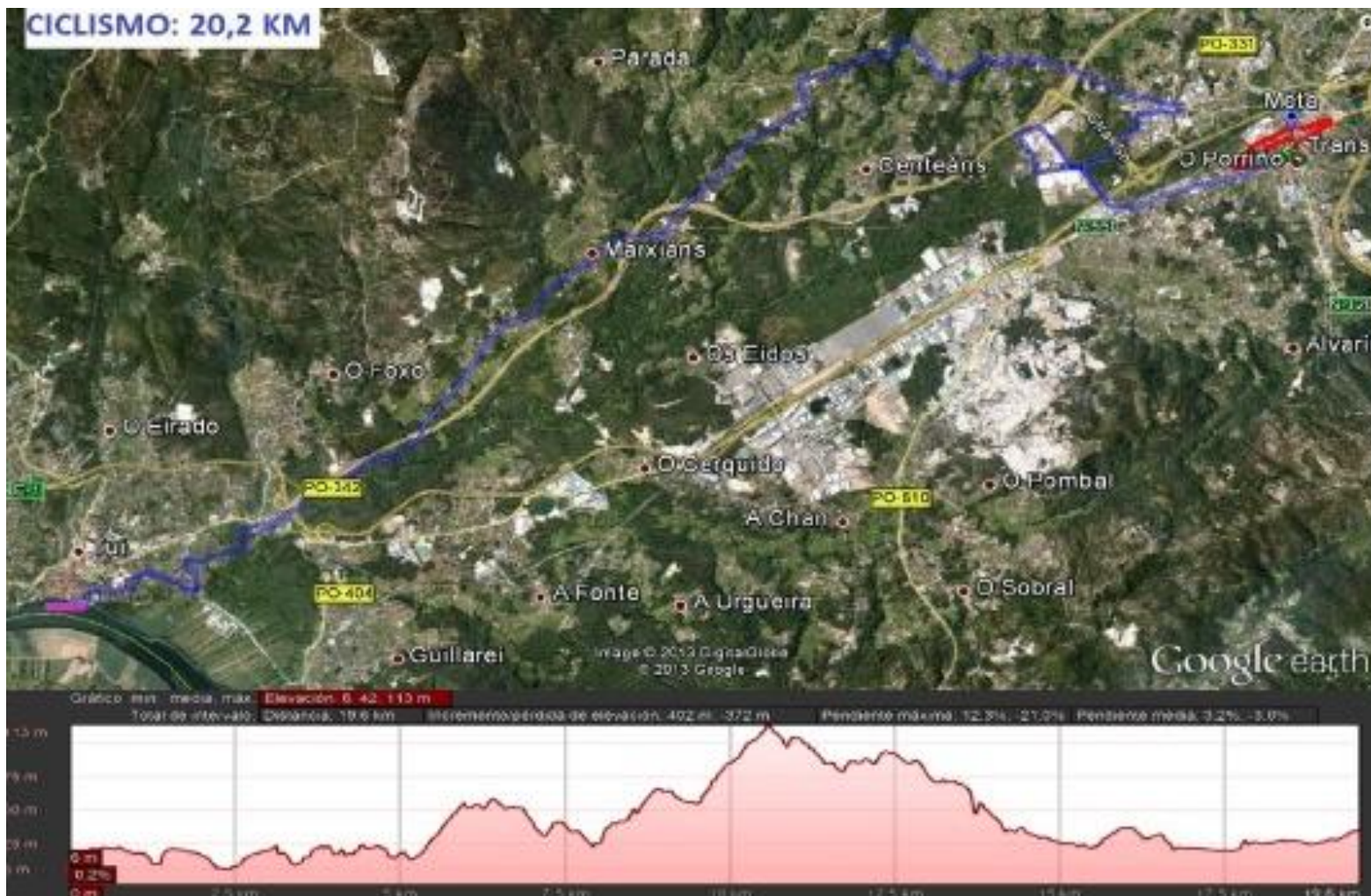
PROHIBIDO INVADIR O CARRIL DE SEGURIDADE ESQUERDO



POSICIÓN NA BICICLETA NON PERMITIDAS

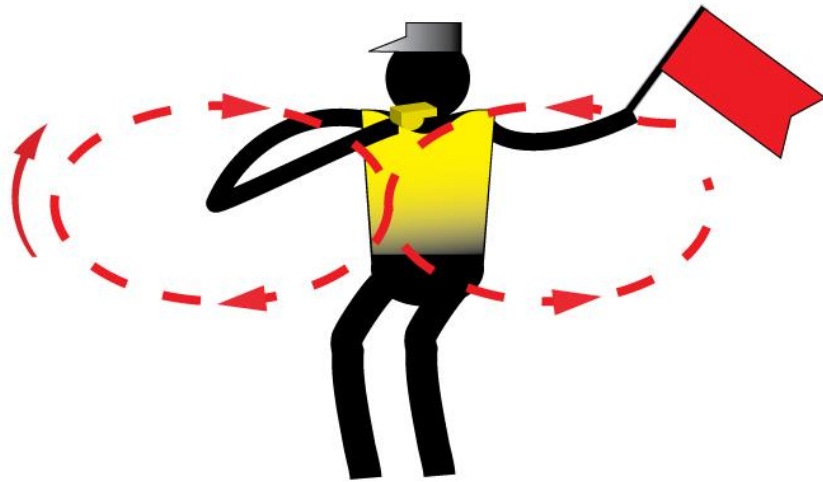
PERCORRIDOS - 2º SECTOR - BICICLETA

1 volta de 20,2 Km

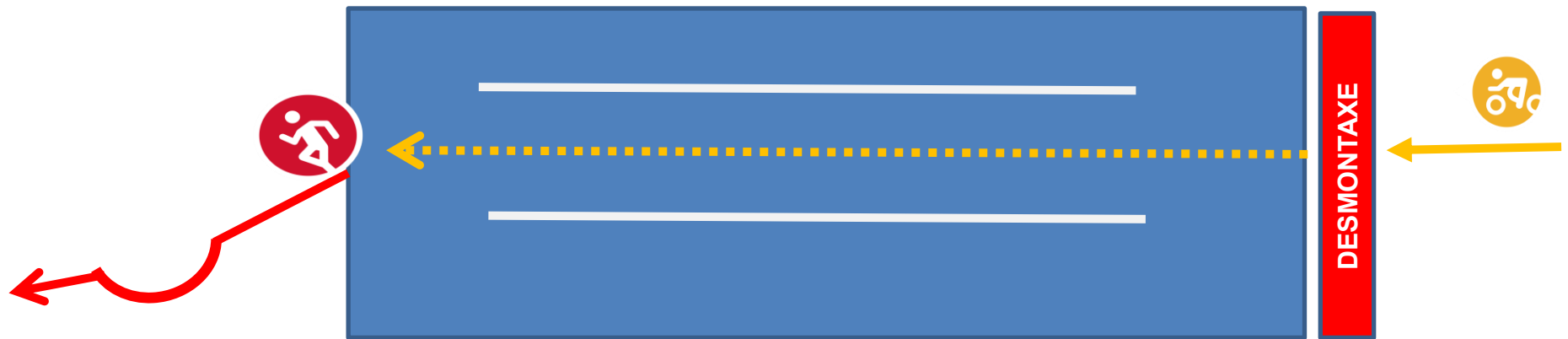


PRECAUCIÓN

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



TRANSICIÓN 2



TRANSICIÓN 2

- Desmonta da bicicleta antes da liña de desmontaxe. Esta estará marcada, antes da transición, um/ha oficial indicará que baixes, poñendo un pé completo no chan antes de cruzala. Non facelo correctamente levará unha sanción de tempo na Transición no teu espazo.
 - 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.
 - Deposita o casco e resto de material xa utilizado dentro da caixa habilitada
- “CASCO POSTO E ABROCHADO SEMPRE QUE TES CONTACTO COA BICI”**
- Coloca o dorsal cara adiante e diríxete á saída da transición para iniciar a carreira a pé

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

NORMATIVA CARREIRA A PÉ

INFRACCIÓNS MÁIS COMÚNS

- O peito debe ir cuberto en todo momento coma no resto de segmentos. Se levas cremallera por diante lembra que debe ir 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,...

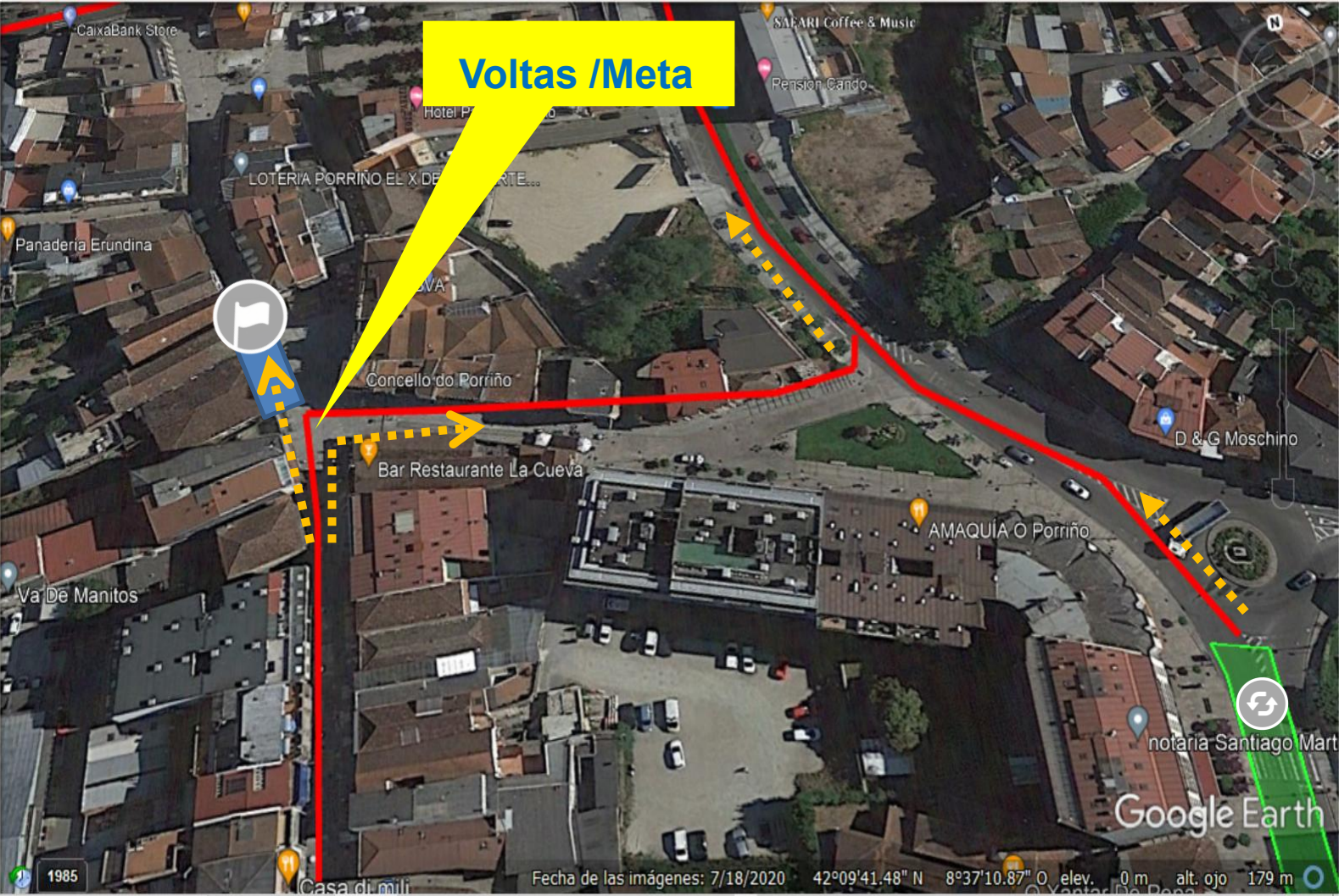
DESCUALIFICACIÓN

PERCORRIDOS - 3º SECTOR - CARREIRA

2 voltas de 2500 m



META

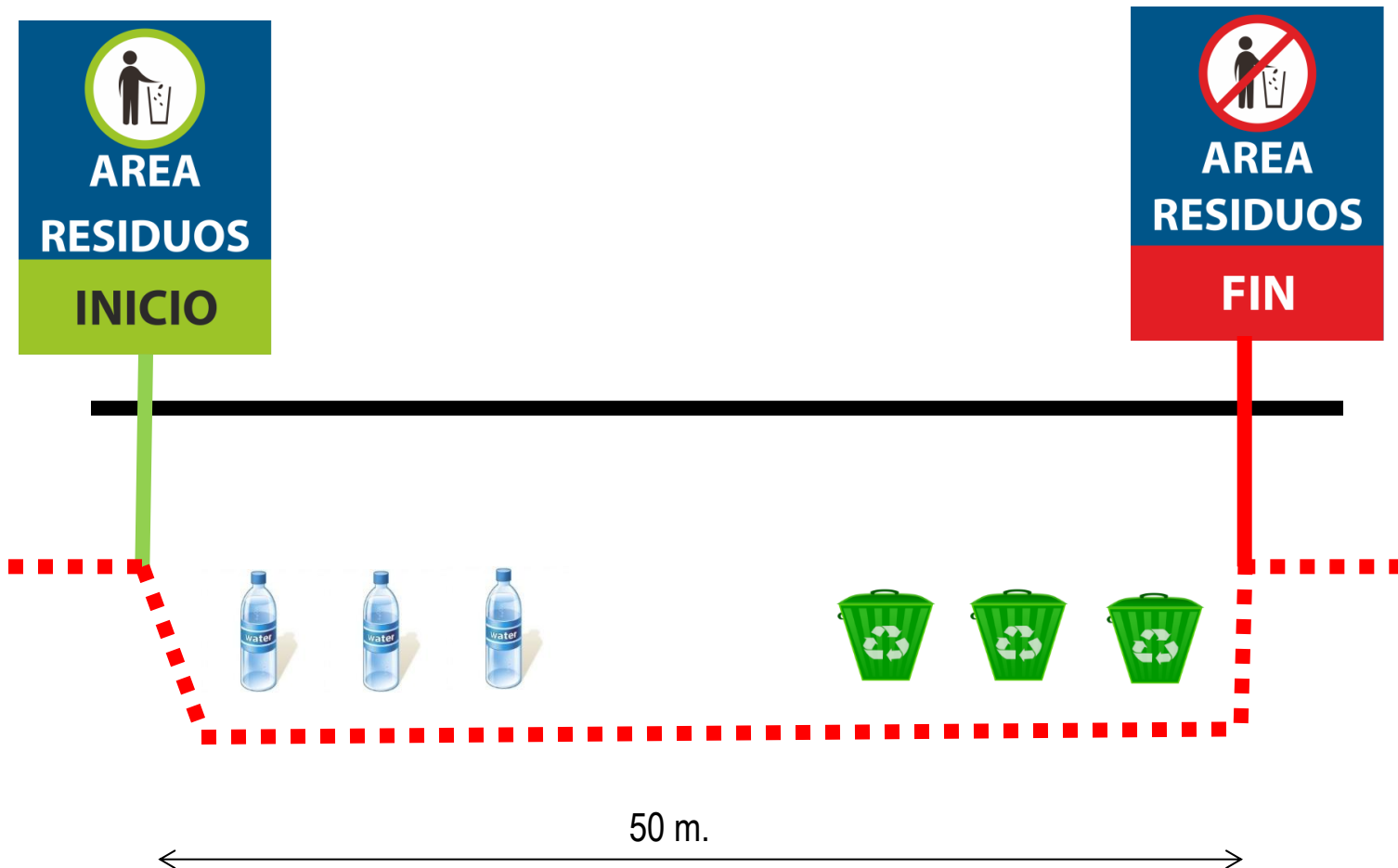


AVITUALLAMENTOS

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 final.

Diríxete directamente á transición, **recolle o teu material antes das 13:30 h** e abandona a zona. A organización non se fará cargo do material a partir da hora de peche.

Revisa a clasificación por se precisas reclamar algo nos tempos establecidos.

Se tes premio achégate á praza diante do Concello ás 13:30 h. está prevista a entrega. (Lembra que senon te presentas e non avisas terás penalización)

CRONOMETRAXE E CLASIFICACIÓN

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 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 ás 3 primeiras persoas clasificadas nas saídas da liga, de cada categoría masculina e feminina:

Absoluta

Xuvenil

Junior

Sub23

Veterano1,2 e3

-Trofeo aos tres primeiros clubs masculino e femenino da proba de circuíto

-Trofeos ás 3 primeiras persoas clasificadas na **SAÍDA POPULAR**, masculinas e femininas da clasificación **Absoluta (Xeral)**

-Trofeo para o primeiro e primeira corredores locais.

- Agasallo conmemorativo para todas as persoas participantes

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*

PREMIOS ECONÓMICOS CIRCUITO PATROCINADOS

- 1º/1ª Deportista masculino e feminina 150€
- 2º/2ª Deportista masculino e feminina 100€
- 3º/3ª Deportista masculino e feminina 50€
- 1º Club Masculino e Feminino 200€

Aplicaráselles a correspondente retención de IRPF

As entregas de premios faranse inmediatamente rematada cada proba, no horario marcado e co protocolo establecido

*** (Normativa exención- 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/recorrido/701-triatlon-popular-porrino-tui-distancia-sprint>

PREVISIÓN METEOROLÓGICA

Sábado 13

20°C 33°C UV IRDI

Actualizado o 10 xuño 2026 - 11:00h

Mañá



5%

Tarde



5%

Noite



5%

A previsión nas horas de carreira (11 a 13 h) é de entre 20º e 33º.- polo que se recomenda **hidratarse correctamente**, especialmente para a carreira a pé.

!! BOA SORTE !!

