

# 2º TRIATLON DE MENORES

CONCELLO DE **CARIÑO**  
(BX/AL/IN/CA)

**SÁBADO 6 DE XUÑO**

**SAÍDA AS 15:00 h.**

**DESDE A PRAIA DA BASTEIRA**



INSCRICIÓN NA WEB DA FEDERACIÓN GALEGA DE TRIATLON:  
<https://fegatri.org>, no apartado competicións/inscricións.

**ORGANIZADORES:**

- FEGATRI
- CONCELLO DE CARIÑO
- CONCELLO DE CARIÑO
- DEPORTE GALEGO
- BASTEIRA

**COLABORADORES:**

- Cabo Olistral
- XUNTA DE GALICIA
- Deputación DA CORUÑA
- DEPORTE GALEGO
- Club do Mar Cariño

# REUNIÓN TÉCNICA

## 2º TRIATLON DE MENORES DE CARIÑO

### 06 XUÑO 2026

FEGATRI 15  
FEDERACIÓN GALEGA DE TRIATLON  
E PENTATLON MODERNO

XUNTA DE GALICIA

DEPORTE GALEGO

# ACCESO A ZONA DE COMPETICIÓN

- **Só poden acceder as zonas de competición as persoas acreditadas:**
  - Deportistas participantes
  - Persoal técnico acreditado
  - Organización
  - Oficiais

# LOCALIZACION E CIRCUÍTOS

## Saída, transición e meta:

Paseo Marítimo Cariño, Casa da Cultura.

[Localización: 43°44′04.7″N 7°52′24.1″W](#)

### Distancias:

CATEGORÍAS	ANOS	CARREIRA		BICICLETA		CARREIRA 2	
Dúatlon Prebenxamín a cadete	2011-2021	1 Volta	100 m.	1 Volta	1,6 km.	1 Volta	500 m.

CATEGORÍAS	ANOS	NATACIÓN		BICICLETA		CARREIRA 2	
Benxamín	2017 / 2018	1 Volta	100 m.	1 Volta	1,6 km.	1 Volta	500 m.
Alevín	2015 / 2016	1 Volta	200 m.	3 voltas	4,5 km.	1 volta	1000 m.
Infantil	2013 / 2014	1 Volta	300 m.	4 voltas	5,8 km.	2 voltas	2000 m.
Cadete	2011 / 2012	1 Volta	300 m.	4 voltas	5,8 km.	2 voltas	2000 m.

# PRESENTACIÓNS

- **Persoas clave:**

Director de Carreira: Xan Suárez Vilela

Delegado Técnico: Javier Angel Vázquez Orejas

Xuíz Árbitro: Rubén Pose García

- **Xurado de Competición**

Delegado Técnico: Javier Ángel Vázquez Orejas

Federación Galega: Estefanía Nebril Breijo

Representante Clubs: Juan Carlos Ageitos (C.N. Ribeira Delikia)

# HORARIOS

**Recollida de dorsais:** Dende ás **13:30** ata media hora antes de cada saída.

## **Control de Material:**

Dende 30 minutos antes de cada saída ata 10 minutos antes da mesma.

HORA	CATEGORÍA
14:45	Dúatlon de Promoción Prebenxamín a cadete- aberta a non federados
15:10	Benxamín Feminina
15:30	Benxamín Masculina
15:50	Alevín Feminina
16:15	Alevín Masculina
16:40	Infantil Feminina
17:10	Infantil Masculina
17:40	Cadete
18:30	Entrega Premios

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

# CONTROL DE MATERIAL

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

- Bicicleta e Material regulamentario para probas con “drafting permitido”. No triatlón de menores autorízase bicicleta de montaña e, para benxamíns e alevíns minifreos no manillar.
- Casco con certificación para uso ciclista.
- O casco debe estar posto sobre a cabeza e abrochado.
- Dorsal de corpo, Casco e Bicicleta colocados
- Gorro de natación

***\*\* 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 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 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.



# REGULAMENTO NATACIÓN

1 hora antes da saída medirase a temperatura da auga que indicará a necesidade ou non de utilizar un traxe de neopreno.

O traxe de neopreno de ser obrigatorio o seu uso (con temperaturas menor ou igual a 15,9º) deberá cubrir cando menos o torso. Pode utilizarse polo tanto chaleco de neopreno, neopreno de mangas e pernas curtas,....)

O regulamento a aplicar é o de Grupos de Edade

## 4.2. TEMPERATURA DEL AGUA

El uso de traje de neopreno puede ser obligatorio, permitido o prohibido en función de la distancia (en metros) y la temperatura del agua (en °C) según lo indicado en la siguiente tabla:

### Competiciones Élite, Sub23, Júnior, Juvenil y Cadete

Distancia	Prohibido por encima de	Obligatorio por debajo de
Hasta 1500 m	20 °C	15,9 °C
Más de 1500 m	22 °C	15,9 °C

El traje de neopreno deberá cubrir al menos el torso cuando su uso sea obligatorio.

En el caso de las competiciones con un segmento de natación por encima de 1500 m y con salidas separadas para Élite y Grupos de Edad, el Delegado Técnico podrá autorizar tomar como referencia de temperatura del agua únicamente la de aplicación para Grupos de Edad, es decir, la temperatura más alta.

### Competiciones de Grupos de Edad hasta 45-49 o Veteranos 1

Distancia	Prohibido por encima de	Obligatorio por debajo de
Hasta 1500 m	22 °C	15,9 °C e inferior
Más de 1500 m	24,6 °C	15,9 °C

### Competiciones de Grupos de Edad desde 50-54 o Veteranos 2

Distancia	Permitido	Obligatorio por debajo de
Todas las distancias	Independientemente de la temperatura	15,9 °C

El traje de neopreno deberá cubrir al menos el torso cuando su uso sea obligatorio.

Tiempo máximo de permanencia en el agua (el Delegado Técnico y el Comité Organizador podrá determinar tiempos de corte inferiores a estos tiempos de permanencia máxima en el agua)

Distancia	Élite, Sub-23, Júnior, Juvenil y Cadete	Grupos de Edad
Hasta 300 m	10 min	20 min
De 301 a 750 m <= 31 °C	20 min	30 min
De 301 a 750 m > 31 °C	20 min	20 min

# RECORRIDOS DUATLÓN PROMOCIÓN PRE-BENXAMÍN E NON FEDERADOS

Carreira a pé – 1 volta 100 m/ Ciclismo- 1 volta 1000m / Carreira a pé – 1 volta 500 m  
Saída dende a Praia pola pasarela de táboa.



# RECORRIDOS BENXAMÍN

NATACIÓN 100m + CICLISMO 1,6Km + CARREIRA 500 m



# RECORRIDOS BENXAMÍN

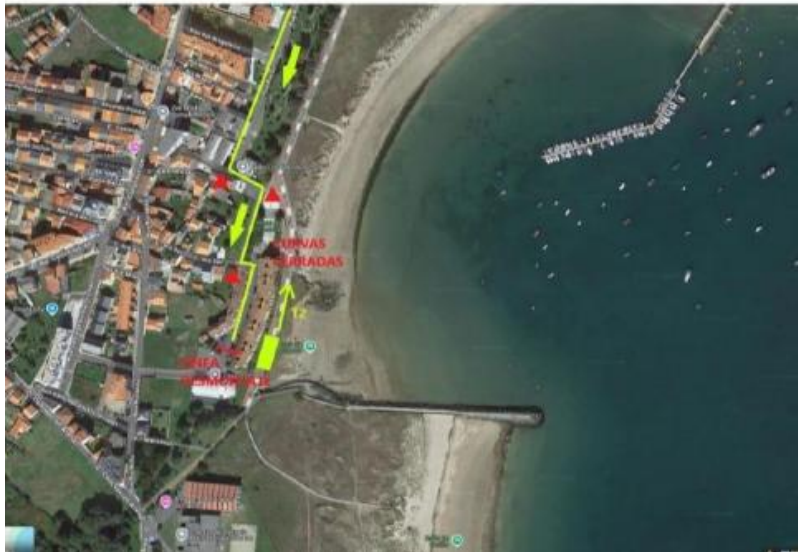


# RECORRIDOS ALEVÍN

NATACIÓN 200m(1v) + CICLISMO 4,5Km (3v) + CARREIRA 1000 m (1v)



# RECORRIDOS ALEVÍN



# RECORRIDOS INFANTIL E CADETE

NATACIÓN 300m(1v) + CICLISMO 5,8Km (4v) + CARREIRA 2000 m (2v)



# RECORRIDOS INFANTIL E CADETE



# TRANSICIÓN 1

## NATAción/[CARREIRA 1] -CICLISMO



# REGULAMENTO TRANSICIÓN 1

## NATACIÓN/(CARREIRA1) - CICLISMO

- Unha vez rematada a natación, irás polo pasillo ata a entrada da transición e seguirás polo corredor onde está o teu número de dorsal, onde terás colocada a bicicleta.
- Non cruces por debaixo das barras.
- Deixa todo o material utilizado con coidado xunto a túa bicicleta.
- 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, pisando 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***

# TRANSICIÓN 2

## CICLISMO – CARREIRA A PE



# REGULAMENTO TRANSICIÓN 2

## CICLISMO – CARREIRA A PE

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

### **“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 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 á saída da transición para empezar a carreira a pé, completala e chegar á meta

# LIÑA DE DESMONTAXE



LIÑA DE DESMONTAXE

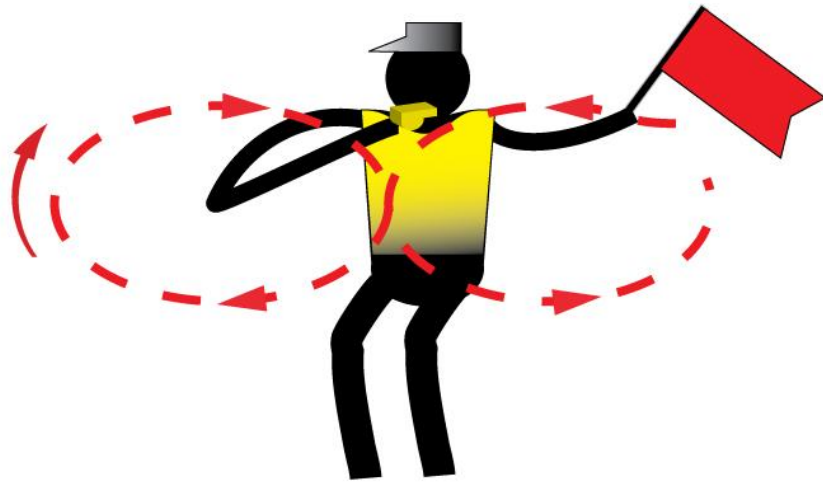
*Antes de entrar á segunda transición atoparás a Liña de Desmontaxe. Estará sinalizada no chan.*

***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***

# PRECAUCIÓN

En caso de ver a voluntarios con silbato e bandeira vermella



# 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 cho permitan os oficiais para deixar sitio ao resto de categorías e abandona a zona.

# 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](http://www.fegatri.org)

# PREMIOS

Medalla/Trofeo para as tres primeiras persoas clasificadas de cada categoría e xénero

Medallas/Trofeos para os tres primeiros clubs

Medallas para os participantes na categoría inclusiva

*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*

Sábado

Temp.







13 ° - 19°

Tempo

**Sábado 06**

13°C 19°C ICA UV IRDI

Actualizado o 04 xuño 2026 - 11:00h

Mañá	Tarde	Noite
		
		
55%	5%	5%

# ¡¡ BOA SORTE !!

