



DOMINGO, 6 SETEMBRO

TRIATLÓN CONCELLO

RIBEIRA

Cto. Xunta Galicia de
Triatlón Súper Sprint
CD/XV/XN-INCLUSIVO

DENDE AS 9:00 HORAS
PRAIA DE COROSO



Para máis información e inscricións:

FEGATRI.ORG



REUNIÓN TÉCNICA

TRIATLÓN CONCELLO RIBEIRA

CTO. XUNTA DE GALICIA TRIATLÓN SUPERSPRINT CD/XV/XN- INCLUSIVO

6 SETEMBRO 2026

LOCALIZACIÓN E SERVICIOS



ACCESO Á 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: Jorge Patiño
Delegado Técnico: Ángel Prado Alonso
Xuíz Árbitro: Mónica Flores Ferreiro

- **Xurado de Competición**

Delegado Técnico: Ángel Prado Alonso
Federación Galega: Javier Campos Peña
Representante Clubs: Juan Carlos Ageitos Sampedro (CN Ribeira)

- **Circuitos e Distancias :**

Natación: 300 metros (1 volta)
Bicicleta: 7,5 km (2 voltas)
Carreira: 1800 metros (1 volta)

HORARIOS

- 08:30 Apertura Secretaría
- 09:00 a 09:50 Control Material
- 10:00 Saída júnior masculina
- 10:02 Saída xuvenil masculina
- 10:04 Saída cadete masculina
- 10:46 Saída júnior feminina
- 10:48 Saída xuvenil feminina
- 10:50 Saída cadete feminina
- 12:00 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 **coa roda dianteira mirando cara o pasillo tanto na T1 coma na T2**, polo sillín ou dúas partes do guiador. *(respecta o 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 praia e a liña de saída virá marcada por unha liña na area.

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

PERCORRIDOS - 1º SECTOR - NATACIÓN

1 volta de 300 metros



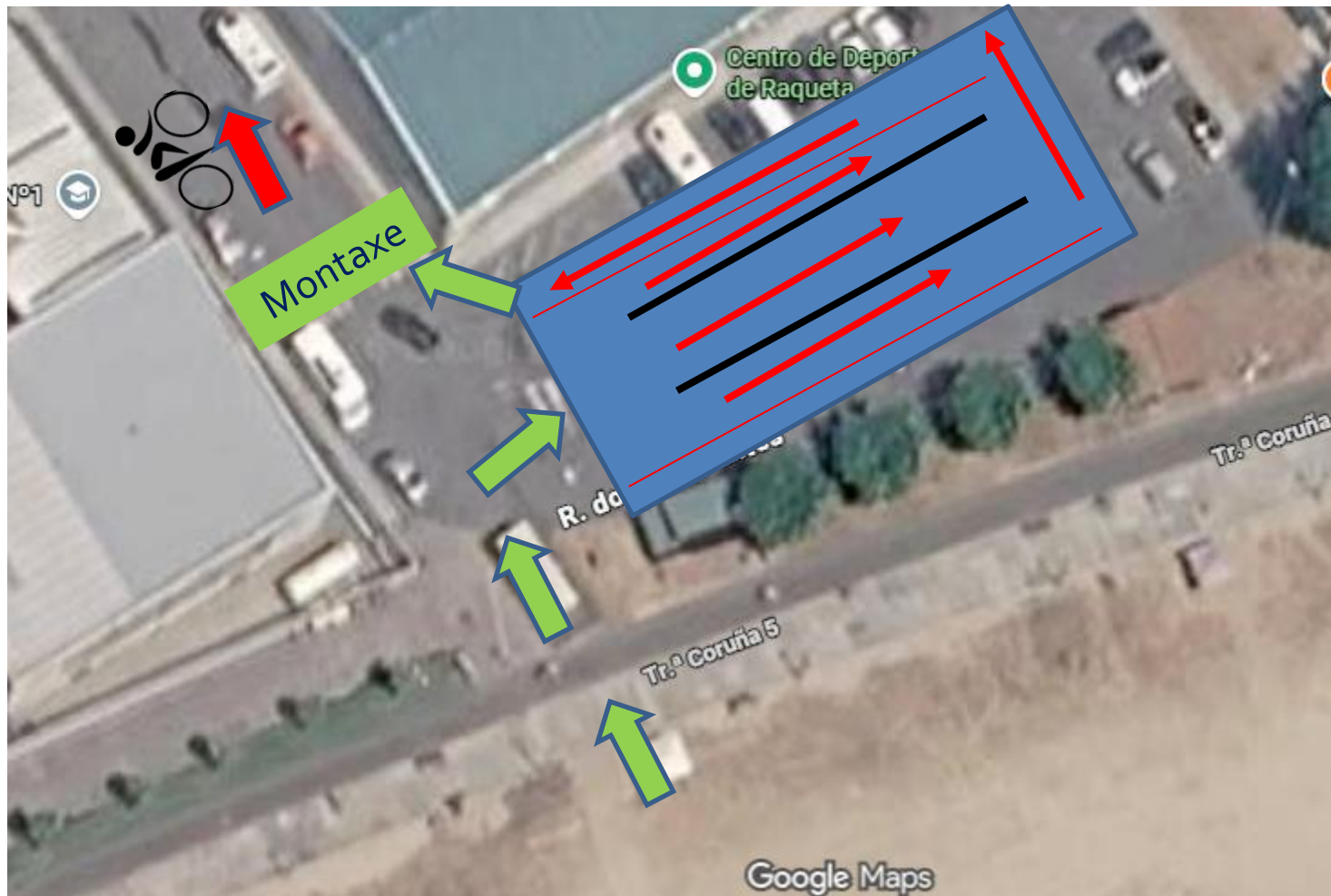
TRANSICIÓN 1

- Diríxete á túa bicicleta. Circula sempre polo corredor onde tes o dorsal.
- Non cruces por debaixo das barras
- Deixa o material da natación no teu espazo
- Colle o casco e colócao correctamente antes de sacar a bicicleta do soporte.

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

- - Coa bicicleta na man segue de fronte, diríxete á saída de transición polo corredor lateral á túa esquerda. Non te montes nela ata pasar a mesma pisando cun pé completo despois da liña de montaxe marcada. Senon o fas correcto serás penalizado com 5” na transición 2.

TRANSICIÓN 1



LIÑA DE MONTAXE

LIÑA DE MONTAXE



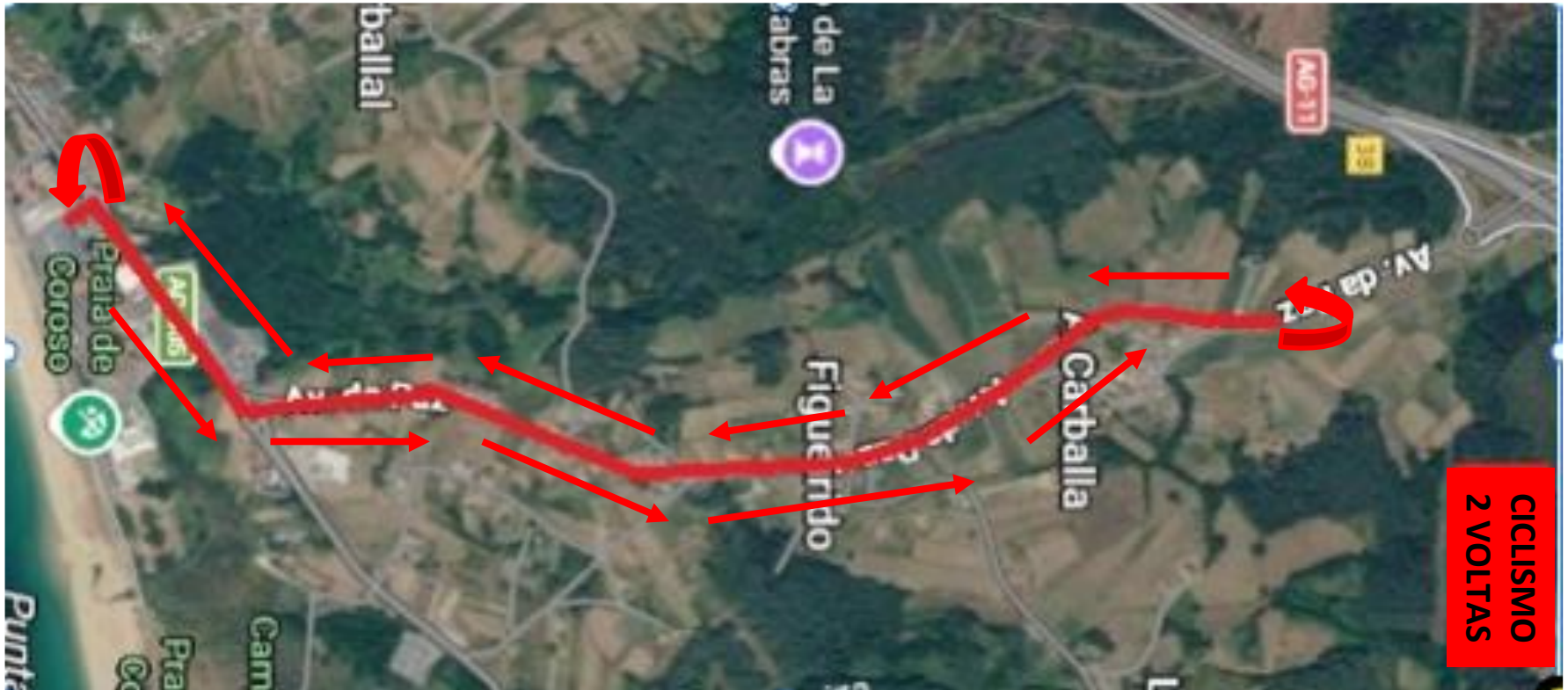
Na saída da transición atoparás a Liña de Montaxe. Estará sinalizada no chan.

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

Non facelo correctamente suporá unha *penalización de tempo de 5"* na segunda transición.

PERCORRIDOS - 2º SECTOR - BICICLETA

2 voltas de 3,750 km

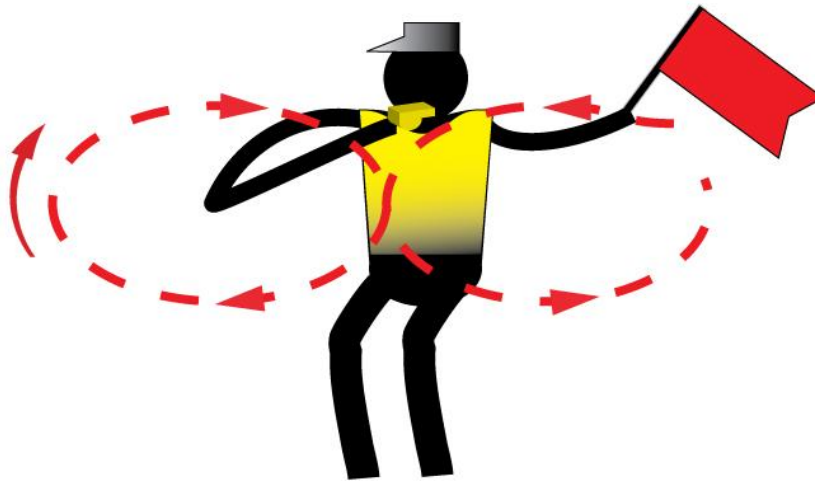


NORMATIVA CICLISMO

- Non se poderá ir a roda dun deportista doutra categoría 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 circulación será sempre polo carril dereito, no sentido da circulación. Non se pode invadir o carril contrario. A penalización por incumprir esta norma será a descualificación.
- A bicicleta a utilizar será a de competicións onde ir a roda estea permitido (Bicicleta con guiador de curva tradicional e sen ningún tipo de acople e rodas de 12 radios mínimo).

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

Ao rematar a segunda volta na rotonda, diríxete cara a área de transición. Desmonta da bicicleta antes da liña de desmontaxe, colocando um pé completo no chan antes da mesma. Senon o fas correctamente terás unha penalización de 5" na T2.

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 polo sillín e coa roda dianteira mirando cara o teu corredor, antes de retirar ou despechar o casco

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

Diríxete á saída da transición para iniciar e completar a carreira a pé

LIÑA DE DESMONTAXE



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

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

Non facelo correctamente suporá unha *penalización de tempo de 5"* na segunda transición.

TRANSICIÓN 2



PERCORRIDOS - 3º SECTOR - CARREIRA

1 volta de 1800 m



PERCORRIDOS - META



META E POSMETA

Unha vez cruces a liña de meta non te deteñas, continúa ata a posmeta onde recibirás o avituallamento.

Diríxete directamente á transición, recolle o teu material e abandona a zona.

CRONOMETRAXE E CLASIFICACIÓNS

- A Cronometraxe da proba será electrónica con resultado do tempo de meta. O chip será entregado co dorsal e debe ser devolto ao remate da 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

Medalla aos tres primeiros/as de cada categoría:

- Xuvenil
- Júnior
- Cadete

Medalla a todas as persoas participantes en categoría inclusiva

Trofeo aos tres primeiros clubs de acordo ao regulamento do Cto. Galego Súper Sprint CD/XV/JN

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

*** (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

Playa: Coroso

Municipio: Ribeira

Latitud: 42° 34' 4" N - **Longitud:** 8° 59' 9" O - **Posición:** Ver localización

Zona de avisos: Suroeste de A Coruña

Elaboración: viernes, 04 septiembre 2026

Descargar XML de la predicción de la playa de Coroso

XML

	domingo 06	
	Mañana	Tarde
Estado del cielo		
Viento	Flojo	Flojo
Oleaje	Débil	Débil
Temperatura máxima (°C)	24	
Sensación térmica	Calor agradable	
Temperatura del agua (°C)	18	
Índice UV máximo	6	
Avisos. Suroeste de A Coruña		

!! BOA SORTE !!

FEGATR
FEDERACIÓN GALEGA DE TRIÁTLON
E PENTATLON MODERNO

 XUNTA
DE GALICIA

 DEPORTE
GALEGO

NON

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



