



Información Técnica

Campeonato de España de Duatlón por Clubes - Alcobendas

-  Presentaciones
-  Jurado de competición
-  Plano de ubicaciones y servicios
-  Servicios a los deportistas
-  Horarios
-  Reglamento de aplicación
-  Procedimientos control de material
-  Procedimientos de salida
-  Recorridos
-  Procedimientos al finalizar la competición
-  Previsión meteorológica

 Delegado Técnico: Antonio Manzanares

 Juez Arbitro: Carmen Gómez

 Jurado de Competición:

 DT – Antonio Manzanares

 FETRI – Jorge Garcia

 TRIMAD – Sara Herrero





-  Un gorro
-  Guardarropa
-  Bolsa de Algodón orgánico reutilizable
-  Zona de recuperación, con servicio de Fisioterapias ofrecido por Fyre
-  Servicios médicos en la zona de meta

Horario Inicio	Horario Fin	Actividad	Check in	Check out
8:30	12:00	Entrega de dorsales		
9:30	10:45	3ª División Femenina	8:00 a 9:00	10:45 a 11:45
11:00	12:15	3ª División Masculina	9:30 a 10:30	12:15 a 13:15
12:30	13:45	2ª División Femenina	11:00 a 12:00	13:45 a 14:45
13:45	14:15	Entrega de premios		
15:15	16:30	2ª División Masculina	13:45 a 14:45	16:30 a 17:30
16:45	18:00	1ª División Femenina	15:15 a 16:15	18:00 a 19:00
18:15	19:45	1ª División Masculina	16:45 a 17:45	19:45 a 20:45
19:45	20:15	Entrega de premios		

- 🏆 En 1ª y 2ª división el reglamento de aplicación es “Elite (con la excepción de que el corredor doblado no será eliminado)”
- 🏆 Conviene recordar que:
 - 🏆 Será “*Drafting*” permitido.
 - 🏆 Las sanciones por irregularidades en la zona de transición serán sancionadas con tiempo en el “Penalty Box”
 - 🏆 Los deportistas doblados en el ciclismo, **NO** serán eliminados
 - 🏆 El uso del **dorsal es obligatorio en todo momento**
 - 🏆 Todo el material utilizado, debe depositarse en la caja

- ☀ En 3ª división la competición esta competición el reglamento de aplicación es “Grupos de Edad”. Por tanto conviene recordar que:
 - ☀ El uso del acople **NO** está permitido
 - ☀ Las sanciones por irregularidades en la zona de transición serán sancionadas con “Advertencia y corrección”
 - ☀ El uso del **dorsal es obligatorio en todo momento**
 - ☀ Todo el material utilizado, debe depositarse en la caja

Cuando el deportista vaya a realizar el control de material, los oficiales revisarán:

-  Bicicleta que se ajuste a las especificaciones del reglamento de competiciones.
-  Casco
-  Dorsales

La disposición en la transición será libre para cada club, teniendo 3 tramos de barra para cada uno, mirando a un lado

- 🏊 Todos los deportistas deberán estar preparados para la presentación 15 minutos antes de cada salida
- 🏊 Una vez alineados por los oficiales, procederán hacia la zona de salida
- 🏊 La presentación se hará por equipos y cada equipo se colocará en fila en la línea de salida
- 🏊 La salida se realizará debajo del arco de salida, y bajo las indicaciones de los oficiales de salida

- ☀️ Una vez los deportistas estén todos en posición
- ☀️ La salida se dará en cualquier momento una vez el Delegado Técnico diga “A sus puestos”
- ☀️ Con una bocina de gas, se dará la salida

Ejemplo 1

-  Sonará varias veces la bocina
-  Todos los atletas deberán regresar a la zona de salida

Ejemplo 2

-  Si alguien sale antes de la bocina y el resto de los atletas lo hacen con la bocina, el atleta que ha provocado la salida nula tendrá una penalización de 10 segundos en la Primera Transición

Carrera a pie #1

1 vuelta de 980 m, 1 vuelta de 2,2 km y otra de 2 km para un total de 5 km

Ciclismo

4 vueltas de 5 km para un total de 20 km

Carrera a pie

1 vuelta de 2,5 km

-  1 vuelta de 980 m, 1 vuelta de 2,2 km y otra de 2 km para un total de 5 km
-  La carrera a pie se realizará en sentido levógiro (contrario al sentido horario)
-  El Circuito discurre por asfalto y pista dentro del parque



Gráfico: min., media, máx. Elevación: 662, 668, 677 m

Total de intervalo: Distancia: 970 m Incremento/pérdida de elevación: 27 m, -17.1 m Pendiente máxima: 21.1%, -9.0% Pendiente media: 4.9%, -3.6%





Gráfico: min., media, máx. Elevación: 650, 669, 683 m

Total de intervalo: Distancia: 2,13 km Incremento/pérdida de elevación: 49,5 m, -49,3 m Pendiente máxima: 15,9%, -15,8% Pendiente media: 4,3%, -4,0%



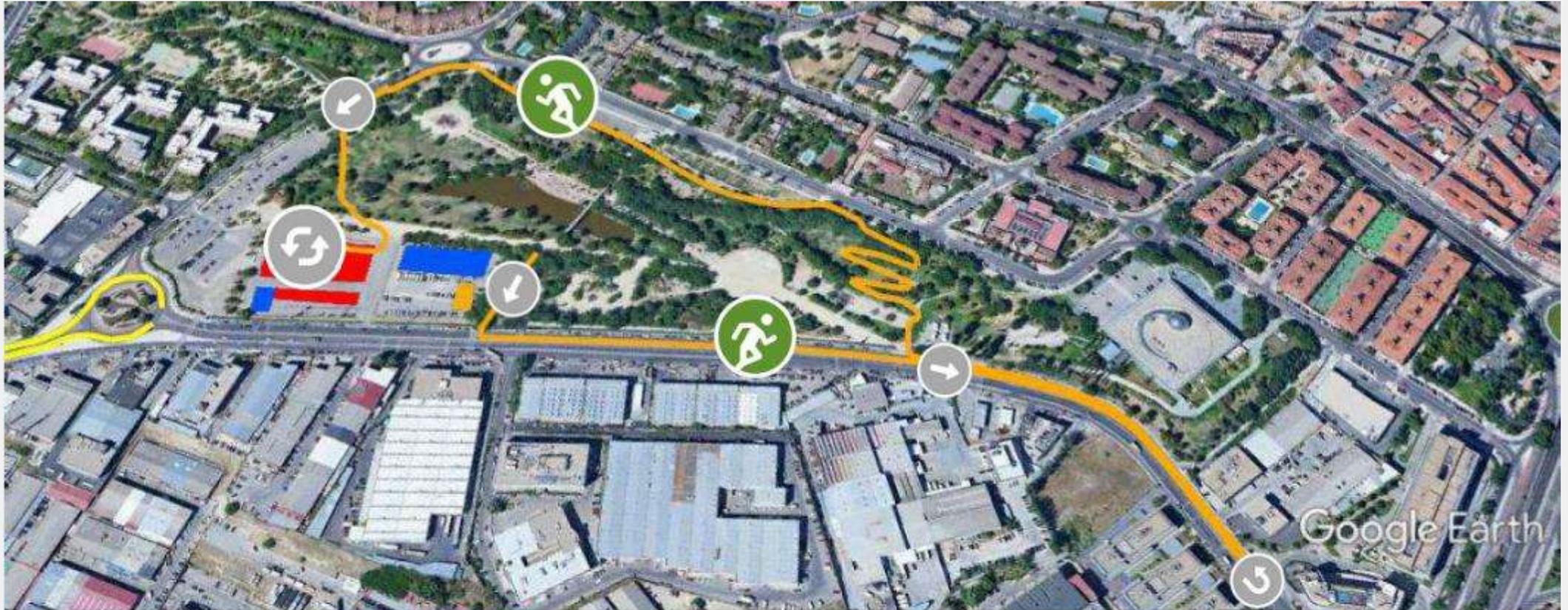


Gráfico: min., media, máx. Elevación: 650, 669, 683 m
Total de intervalo: Distancia: 2.07 km Incremento/pérdida de elevación: 50.2 m, -45 m
Pendiente máxima: 15.4%, -15.7% Pendiente media: 4.1%, -4.1%



-  Debes dirigirte a tu posición en la zona de transición
-  Los soportes son de barra tradicional
-  Las zapatillas utilizadas en la primera carrera a pie, pueden quedar fuera de la caja, siempre que vayan a ser utilizadas en la segunda carrera a pie
-  Una vez abrochado el casco, coge la bicicleta y dirígete a la salida de la transición donde encontrarás la línea de montaje, que se encontrará en la carretera

- ☀️ Recorrido de 5 km por vuelta, para un total de 20 km y 4 vueltas
- ☀️ Recorrido con dos carriles hacia cada sentido
- ☀️ Corredor doblado **NO** es eliminado
- ☀️ Se habilita zona de cambio de rueda en la rotonda de paso por vuelta más próxima a transición. Es responsabilidad de los deportistas llevar las ruedas a la zona habilitada media hora antes de cada carrera y etiquetarlas correctamente.



Gráfico: min., media, máx. Elevación: 664, 679, 699 m

Total de intervalo: Distancia: 5.24 km Incremento/pérdida de elevación: 94.4 m, -94.4 m Pendiente máxima: 10.3%, -12.4% Pendiente media: 3.5%, -3.4%





- ☀️ Debes desmontar de la bicicleta antes de la línea que se encuentra en la bajada, antes de transición
- ☀️ Con la bicicleta en la mano dirígete hasta el espacio asignado, deja la bicicleta, y desabróchate el casco
- ☀️ Deposita todo el material utilizado en el ciclismo en la caja habilitada



- ☀️ Recorrido de 1 vuelta de 2,5 km
- ☀️ Recorrido igual que la última vuelta de la carrera a pie del primer segmento
- ☀️ Avituallamiento en la segunda carrera a pie, en el inicio de la misma
- ☀️ Zonas de residuos en las zonas de avituallamiento

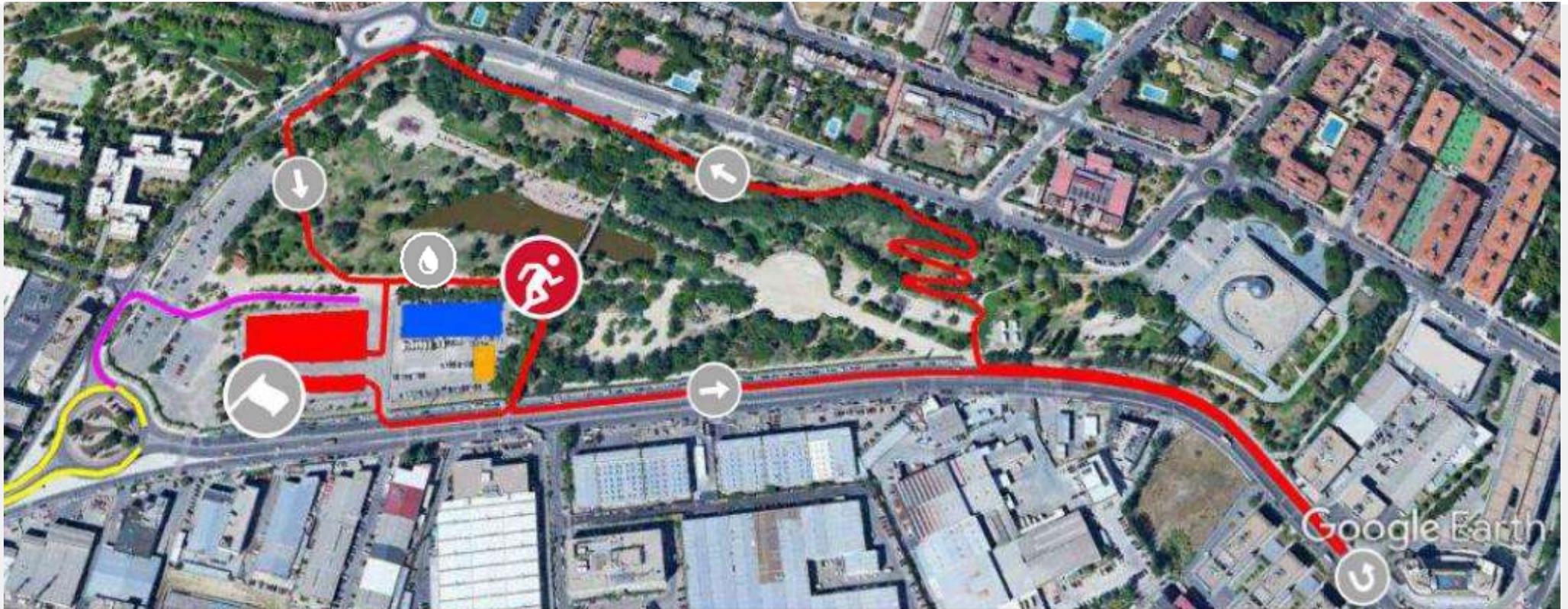


Gráfico: min., media, máx. Elevación: 650, 670, 683 m

Total de intervalo: Distancia: 2,59 km Incremento/pérdida de elevación: 55,0 m, -54,4 m Pendiente máxima: 14,7%, -14,2% Pendiente media: 3,8%, -3,8%





- ❁ La zona de recuperación se encontrará una vez superada la recta de meta y estará dotada de agua, bebida isotónica y fruta
- ❁ La zona médica estará ubicada al lado de la zona de recuperación

Predicción horaria: sábado, 29 de febrero

Hora Local	Icono	Temp. °C	WBGT °C	Viento km/h	Viento áng.	Precip. mm	Nubosidad %	Humedad %	Presión mb
00:00		12.5	10	2.3	↘ 289°	0	0	37	935
01:00		11.7	9.6	4.1	↙ 216°	0	0	41	935
02:00		10.6	9.2	6.2	↙ 208°	0	0	51	934
03:00		9.7	8.6	6.8	↙ 212°	0	0	53	934
04:00		9.2	8	11.9	↙ 221°	0	0	53	933
05:00		8.9	7.6	16.3	↙ 223°	0	0	53	932
06:00		8.2	7.2	21.2	↙ 225°	0	0	59	932
07:00		7.3	6.7	19.6	↙ 233°	0	0	64	933
08:00		6.4	6.5	23.1	↙ 230°	0	0	76	932
09:00		6.3	7.6	24.3	↙ 239°	0	48	93	933
10:00		6.8	8.4	22.9	↙ 237°	0	76	98	933
11:00		7.4	9	24.9	↙ 239°	0	62	94	933
12:00		8.3	10	23.3	↙ 236°	0	50	88	934
13:00		9.1	10.4	21.4	↙ 233°	0	52	86	934
14:00		10	11.5	22.4	↙ 232°	0	54	85	933
15:00		11.2	13	27.4	↙ 236°	0	32	82	932
16:00		11.7	12.6	30.3	↙ 238°	0	0	74	932
17:00		12.2	12.6	26.8	↙ 242°	0	0	73	932
18:00		11.8	11.4	26.8	↙ 247°	0	0	71	932
19:00		11.3	10.5	23.1	↙ 249°	0	65	66	933
20:00		10.9	10.5	19.6	↙ 255°	0	82	70	933



Fetri

*FEDERACIÓN ESPAÑOLA
DE TRIATLÓN*

¡ BUENA SUERTE !