



**FETRI – Relevó Mixto Indoor
Competición Autónoma e Inclusiva**

- 🌞 La FETRI, en estos momentos de confinamiento, plantea una competición de carácter amistoso que permita abrir una puerta a formatos futuros, que se pueda desarrollar *indoor*.
- 🌞 Para este proyecto inicial, queremos dotar de los mismos recursos y formas de trabajo que implementamos en los Campeonatos de España, como presentación, fanfarrias, etc.; contando con nuestro plantel de locutores y staff habitual, para hacerlo de la manera más amena y divertida posible.
- 🌞 No se trata de un encuentro competitivo. Tratamos de poner en marcha un proyecto dinámico y que tenga un alto grado de visibilidad, y lo que es más importante, mantenernos juntos en estos momentos difíciles.
- 🌞 Esta competición de Transiciones *Indoor* no otorga ningún premio, ni reconocimiento; simplemente queremos mantener viva la actividad deportiva con una iniciativa que incluya una salida inclusiva.
- 🌞 Se espera que los deportistas participantes actúen bajo el lema de “juego limpio”.
- 🌞 Si habrá un reconocimiento al equipo ganador!

Día y Hora	Evento
Jueves 21 de mayo – 14:00	Cierre de inscripciones
Jueves 21 de mayo – 19:00	Sorteo de preliminares
Sábado 23 de mayo	Series clasificatorias
Domingo 23 de mayo – 11:00	Semifinales
Domingo 23 de mayo – 12:30	Relevo Inclusivo (pendiente de confirmación)
Domingo 23 de mayo – 13:30	Final

 Cada Federación Autonómica deberá alinear:

 Una deportista (cadete 15 a 17 años)

 Un deportista (cadete 15 a 17 años)








 Un técnico

 Un oficial








- 🏆 Material necesario para la competición:
 - 🏆 Uniforme de la selección autonómica o selección española o club (en ese orden)
 - 🏆 Neopreno
 - 🏆 Gorro de natación
 - 🏆 Gafas
 - 🏆 Gomas de natación
 - 🏆 Casco
 - 🏆 Zapatillas de ciclismo y de carrera a pie
 - 🏆 Rodillo
 - 🏆 Caja
 - 🏆 Ordenador o Tablet con cámara mostrando en todo momento las gomas, el rodillo y la caja.
- 🏆 Todo el material deberá ser enseñado antes de dar comienzo a la competición.

- 🏊 El formato de competición será el Relevé Mixto 1+1; donde cada equipo lo integrarán 2 deportistas (1 chica y 1 chico). El orden será:
 - 🏊 A – Chica
 - 🏊 B – Chico
- 🏊 Cada deportista realizará 1 posta.
- 🏊 Las inscripciones se realizarán a través de la web de la FETRI.
- 🏊 Cada selección inscribirá a los deportistas. En el momento de la inscripción deberá registrar a los deportistas, los cuales no podrán ser sustituidos ni se hará visible el nombre de los deportistas.
- 🏊 Se hará un sorteo con las 19 Federaciones Autonómicas. En una bombo se colocarán las selecciones, y en otro las 5 series. En primer lugar se sacará la selección y a continuación su serie; e irá a la primera posición libre de la serie
- 🏊 La FETRI publicará a los integrantes el jueves 21 de mayo
- 🏊 Las selecciones clasificadas para la siguiente ronda, podrán presentar una alineación diferente; las alineaciones se cerrarán el día anterior a la competición a las 14 horas

Deportista A / Chica

-  Se presenta a la competición con el traje de neopreno, gorro y gafas.
-  Natación: 2 minutos con gomas de natación (estilo libre).
-  Transición 1: Quitarse el neopreno, gorro y gafas, y dejar todo dentro de la caja. Las zapatillas de ciclismo pueden estar colocadas sobre los pedales, si se desea.
-  Ciclismo: Tras la transición 1, se debe colocar el casco, subirse a la bicicleta y hacer 5 minutos de rodillo, con las zapatillas de ciclismo abrochadas. El tiempo empieza a contar cuando se sube a la bicicleta, y con la cuenta atrás de -5 segundos podrá empezar a desabrochar zapatillas (nunca antes)
-  Transición 2: Quitarse el casco, dejarlo dentro de la caja y colocarse las zapatillas de correr.
-  Carrera: 1 minuto de *skipping*.
-  Meta: Bajo las indicaciones del oficial, con la cuenta atrás, tocar la pantalla para iniciar el relevo.

Deportista B / Chico

-  Espera con el traje de neopreno, gorro y gafas, e inicia la competición una vez su compañera haya tocado la pantalla.
-  Natación: 2 minutos con gomas de natación (estilo libre).
-  Transición 1: Quitarse el neopreno, gorro y gafas, y dejar todo dentro de la caja. Las zapatillas de ciclismo pueden estar colocadas sobre los pedales, si se desea.
-  Ciclismo: Tras la transición 1, se debe colocar el casco, subirse a la bicicleta y hacer 5 minutos de rodillo, con las zapatillas de ciclismo abrochadas, y con la cuenta atrás de -5 segundos podrá empezar a desabrochar zapatillas (nunca antes)
-  Transición 2: Quitarse el casco, dejarlo dentro de la caja y colocarse las zapatillas de correr.
-  Carrera: 1 minuto de skipping.
-  Meta: Bajo las indicaciones del oficial, con la cuenta atrás, tocar la pantalla para finalizar la competición.

- 🏆 La salida será con formato contrarreloj cada 90 segundos.
- 🏆 Se aplicarán 10 segundos de incremento en el tiempo final en el caso que:
 - 🏆 Se deje material utilizado fuera de la caja.
 - 🏆 Se produzca una transición irregular.
 - 🏆 Se baje de la bicicleta antes de la indicación del oficial.
- 🏆 Es obligatorio:
 - 🏆 Uso de zapatillas de ciclismo con cala (no se permite pedal de plataforma o rastrales)
 - 🏆 No se puede hacer el skipping descalzo
- 🏆 Cada club tendrá un oficial asignado que dará las indicaciones:
 - 🏆 Salida
 - 🏆 Cuenta atrás final segmento natación.
 - 🏆 Cuenta atrás final segmento ciclismo.
 - 🏆 Cuenta atrás final relevo/meta.

- 🏆 Pasarán a las semifinales
 - 🏆 Los vencedores de las 5 series eliminatorias
 - 🏆 Los 3 mejores tiempos
- 🏆 Pasarán a la final
 - 🏆 Los 2 primeros de cada semifinal

- 🏆 Cada equipo tendrá un oficial asignado
- 🏆 El oficial dará las siguientes indicaciones:
 - 🏆 Cuenta atrás para la salida
 - 🏆 Cuenta atrás para el final del primer segmento / A
 - 🏆 Cuenta atrás para el final del segundo segmento / A
 - 🏆 Cuenta atrás para el final del tercer segmento / A
 - 🏆 Cuenta atrás para el final del primer segmento / B
 - 🏆 Cuenta atrás para el final del segundo segmento / B
 - 🏆 Cuenta atrás para el final del tercer segmento / B

- ☀️ Todos los participantes deberán estar conectados a la plataforma Zoom a través de un enlace que se facilitará.
- ☀️ Cada deportista deberá acceder a Zoom, cambiando su nombre de usuario a: Autonomía # Nombre.
- ☀️ Se permitirá el acceso de un técnico por club.
- ☀️ El acceso a Zoom se realizará siempre con video y, como se especificó anteriormente, la cámara debe estar orientada en todo momento al rodillo y con visión a la caja.
- ☀️ Los deportistas que no estén compitiendo, deben tener en todo momento el micrófono en silencio.
- ☀️ Solo los deportistas deberán tener la cámara activada.







