



Información Técnica

Roquetas 2020

- ☀ Debes mantener la distancia interpersonal
- ☀ Debes hacer uso siempre de la mascarilla
- ☀ Debes minimizar los contactos
- ☀ Debes mantener siempre la educación y respeto
- ☀ Debes ser autosuficiente
- ☀ Debes hacer uso con frecuencia del gel hidroalcohólico

Fetri

Mantenga la
distancia de seguridad de
2 METROS



Fetri

Mantenga la
distancia de seguridad de
2 METROS



Fetri

Mantenga la
distancia de seguridad de
2 METROS







Día	Hora	Actividad	Check In	Check Out
viernes, 16 de octubre de 2020	18:00 a 21:00	Entrega de dorsales / Hotel Bahía Serena		
sábado, 17 de octubre de 2020	10:00:00	Campeonato de Clubes / 2ª División Femenina Serie A	8:30 a 9:30	11:00 a 11:30
sábado, 17 de octubre de 2020	10:05:00	Campeonato de Clubes / 2ª División Femenina Serie B	8:30 a 9:30	11:00 a 11:30
sábado, 17 de octubre de 2020	10:10:00	Campeonato de Clubes / 2ª División Femenina Serie C	8:30 a 9:30	11:00 a 11:30
sábado, 17 de octubre de 2020	10:45:00	Campeonato de Clubes / 1ª División Femenina Serie A	9:15 a 10:15	11:45 a 12:15
sábado, 17 de octubre de 2020	10:50:00	Campeonato de Clubes / 1ª División Femenina Serie B	9:15 a 10:15	11:45 a 12:15
sábado, 17 de octubre de 2020	10:55:00	Campeonato de Clubes / 1ª División Femenina Serie C	9:15 a 10:15	11:45 a 12:15
sábado, 17 de octubre de 2020	11:30:00	Campeonato de Clubes / 2ª División Masculina Serie A	10:00 a 11:00	12:30 a 13:00
sábado, 17 de octubre de 2020	11:35:00	Campeonato de Clubes / 2ª División Masculina Serie B	10:00 a 11:00	12:30 a 13:00
sábado, 17 de octubre de 2020	11:40:00	Campeonato de Clubes / 2ª División Masculina Serie C	10:00 a 11:00	12:30 a 13:00
sábado, 17 de octubre de 2020	12:15:00	Campeonato de Clubes / 1ª División Masculina Serie A	10:45 a 11:30	13:15 a 13:45
sábado, 17 de octubre de 2020	12:20:00	Campeonato de Clubes / 1ª División Masculina Serie B	10:45 a 11:30	13:15 a 13:45
sábado, 17 de octubre de 2020	12:25:00	Campeonato de Clubes / 1ª División Masculina Serie C	10:45 a 11:30	13:15 a 13:45
sábado, 17 de octubre de 2020	15:00:00	Campeonato de España de Triatlón x Relevos Elite Femenino (Liga)	13:30 a 14:30	16:30 a 17:30
sábado, 17 de octubre de 2020	15:05:00	Campeonato de España de Triatlón x Relevos Elite Femenino	13:30 a 14:30	16:30 a 17:30
sábado, 17 de octubre de 2020	15:10:00	Campeonato de España de Triatlón x Relevos Open Femenino	13:30 a 14:30	16:30 a 17:30
sábado, 17 de octubre de 2020	17:00:00	Campeonato de España de Triatlón x Relevos Elite Masculino (Liga)	15:30 a 16:30	18:30 a 19:30
sábado, 17 de octubre de 2020	17:05:00	Campeonato de España de Triatlón x Relevos Elite Masculino	15:30 a 16:30	18:30 a 19:30
sábado, 17 de octubre de 2020	17:10:00	Campeonato de España de Triatlón x Relevos Open Masculino	15:30 a 16:30	18:30 a 19:30
sábado, 17 de octubre de 2020	19:00:00	Entrega de premios		
domingo, 18 de octubre de 2020	9:00:00	Salida del Primer Equipo		
domingo, 18 de octubre de 2020	12:50:00	Salida del Ultimo Equipo		
domingo, 18 de octubre de 2020	14:00:00	Entrega de premios		

- 🏊 Está permitido el entrenamiento previo en la playa, fuera del entorno de competición, teniendo en cuenta que no hay servicio de salvamento en el agua
- 🏊 Una vez se entre en la sede, no estará permitido el entrenamiento / calentamiento previo, dado que a la zona de salida solo se irá en el momento de competición

- 🏊 La entrega de dorsales se realizará en el hotel Bahía Serena, entre las 18 y las 21 horas del viernes y solo a un técnico por club
- 🏊 Si algún club no puede recoger en esos horarios, será en la zona de acceso a la competición, el Sábado a partir de las 8.30 de la mañana



- 🏊 Sobre con: gorro, pegatinas, acreditación y dorsal
- 🏊 Los colores de las acreditaciones son:
 - 🏊 **ROJO** – Sábado
 - 🏊 **AZUL** – Domingo
- 🏊 Mascarilla reutilizable FETRI – (recuerda dejarla en la bolsa del guardarropa para recogerla al finalizar la competición)
- 🏊 Bote de gel hidroalcohólico para tu uso personal
- 🏊 Mascarilla desechable – recuerda que la depositarás en un lugar habilitado al efecto antes de entrar a la zona de salida

- 🏊 Tu mochila, debes depositarla por tus medios en el guardarropa y retirarla tu mismo también
- 🏊 Recuerda que no hay servicio mecánico, ni punto de abastecimiento de agua (solo para la zona de recuperación). Es importante que vengas con todo preparado directamente para la competición
- 🏊 Una vez dentro de la sede, todas las personas están ya identificadas y registradas, y te puedes mover con libertad, siempre haciendo uso de la mascarilla y respetando la distancia social



Uso obligatorio de
mascarilla

FETRI | @fetri | #triathlon | www.fetri.org | 0000



Medición **temperatura**
y nivel de
saturación oxígeno

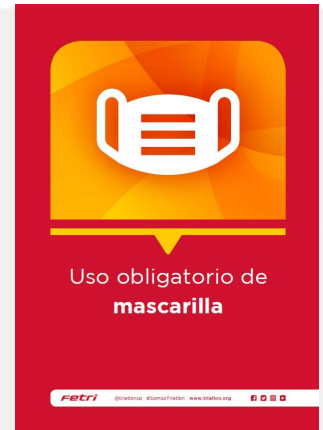
FETRI | @fetri | #triathlon | www.fetri.org | 0000



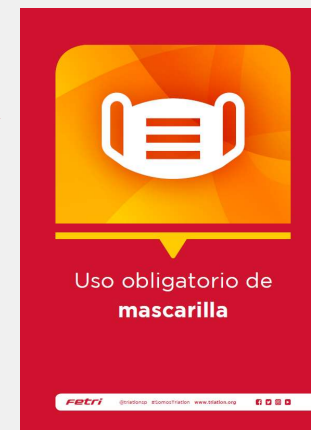
Servicio mecánico
autoservicio

FETRI | @fetri | #triathlon | www.fetri.org | 0000

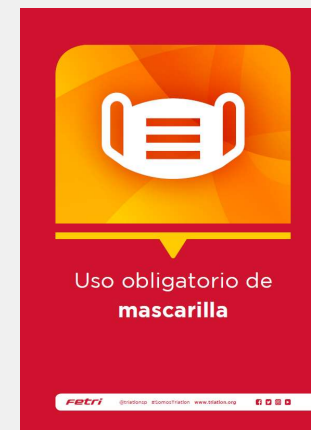
- 🏊 Los oficiales realizarán un reconocimiento visual de la bicicleta y equipamiento, y de manera electrónica registrarán tu dorsal
- 🏊 Te entregarán tu chip para la competición
- 🏊 Dirígete a tu espacio asignado en la zona de transición, y deposita tu material
- 🏊 El espacio es el del club, con 1 barra de 3 metros para cada 3 deportistas, para colocar bicicletas a 2 lados
- 🏊 Puedes estar con prudencia en todo momento en la zona de transición, solamente recordando que puede que haya gente compitiendo, dado el formato de competición



- 🏊 Cuando queden 15 minutos para tu salida, permanecer delante de la bicicleta en la zona de transición
- 🏊 Los oficiales, os llevarán alineados hacia la zona de salida y con la mascarilla puesta en todo momento
- 🏊 Respetar la distancia social en todo momento y haz uso de la mascarilla
- 🏊 Depositarás la mascarilla antes de entrar a la zona de salida



- 🏊 Cuando queden 5 minutos para la salida, dirígete a la carpa de salida
- 🏊 Respeta la distancia social en todo momento y haz uso de la mascarilla
- 🏊 Depositarás la mascarilla cuando queden 30 segundos para la salida
- 🏊 El oficial de salida marcará la cuenta atrás, hasta dar comienzo a la salida
- 🏊 Las salidas serán cada 2 minutos



Clubes:

-  1 integrante de cada club se situará en primera fila, con 1,5 metros de distancia entre cada deportista
-  El segundo integrante se colocará inmediatamente detrás 2 metros

Relevos:

-  1ª División en primera fila, con 1,5 metros de distancia entre cada deportista
-  2ª División en segunda fila, inmediatamente detrás 2 metros
-  Resto Elite y Open, máximo 15 equipos en cada fila separados 1,5 metros,

Natación

SuperSprint - 1 vuelta de 250 m

Sprint – 2 vueltas de 375 m

Ciclismo

SuperSprint - 1 vuelta de 6,2 km

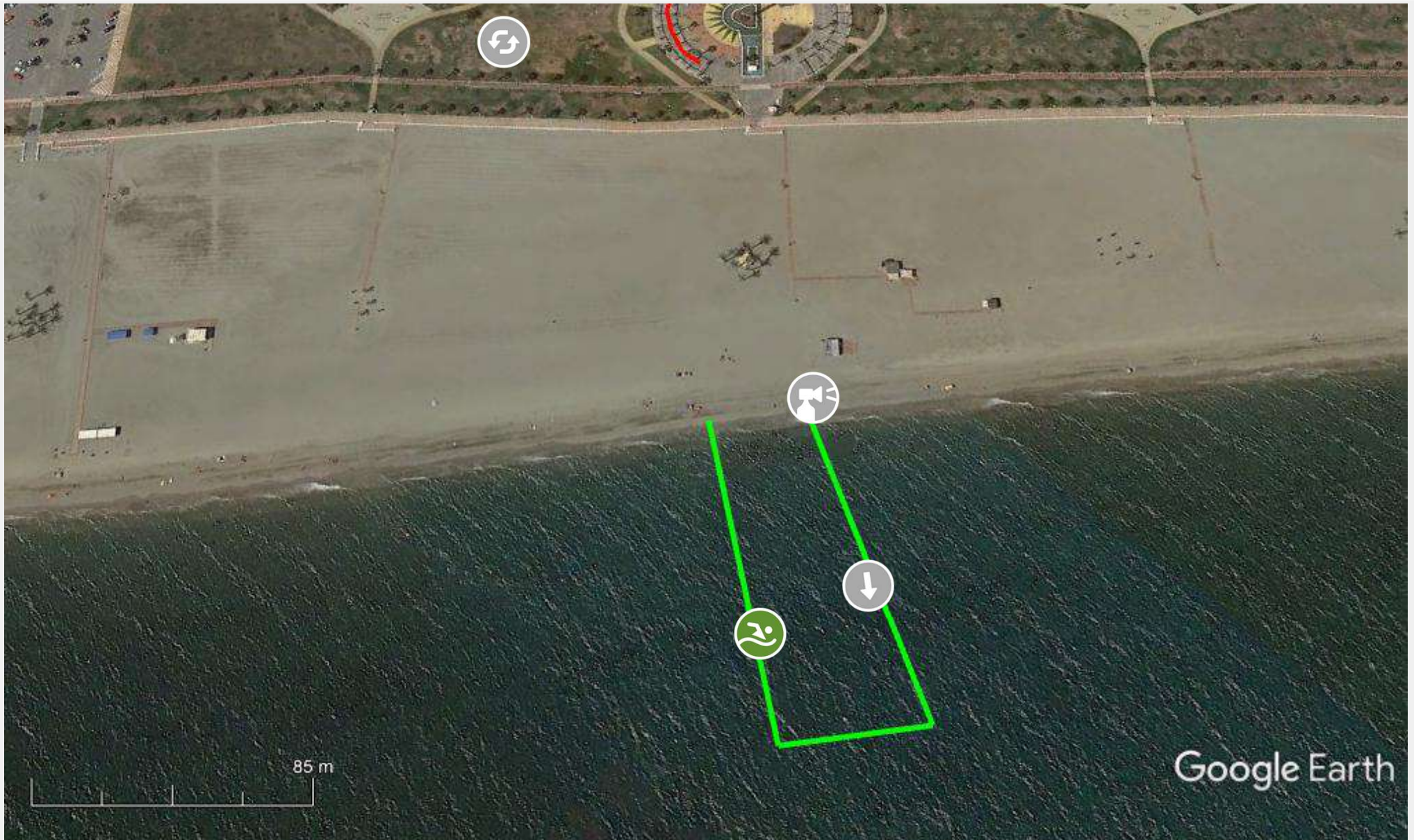
Sprint – 3 vueltas de 6,2 km

Carrera a pie

SuperSprint – 1 vuelta de 1,6 km

Sprint – 3 vueltas de 1,6 km

- 🏊 Sábado: 1 vuelta de 250 metros; Domingo: 2 vueltas de 375 metros
- 🏊 Las boyas se dejarán a la derecha
- 🏊 Temperatura estimada del agua 19°C



- ☀ Debes dirigirte a tu posición en la zona de transición
- ☀ Los soportes son horizontales
- ☀ Deposita todo el material utilizado en el espacio del equipo
- ☀ 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
- ☀ En este caso la línea estará delimitada por dos banderolas verdes que indican el lugar a partir del cual te puedes montar
- ☀ Ten cuidado, porque puede haber otros deportistas dejando material o retirando material

- 🌀 **Sábado:** 1 vuelta de 6,2 km; **Domingo:** 3 vueltas de 6,2 km
- 🌀 El recorrido estará totalmente blindado y seguro por las autoridades locales, y voluntarios
- 🌀 Drafting:
 - 🌀 **Sábado:** Permitido
 - 🌀 **Domingo:** No permitido. La sanción a cumplir será de 1 minuto en el Área de Penalización de Ciclismo, que estará ubicado en la línea de desmontaje
- 🌀 Cambio de rueda:
 - 🌀 El Wheel Stop estará ubicado a los 150 metros de inicio de la vuelta del ciclismo. Los técnicos son responsables de llevar y retirar las ruedas



- ☀️ Debes desmontar de la bicicleta antes de la línea que estará señalizada con dos banderolas rojas
- ☀️ 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 el espacio del equipo
- ☀️ Ten cuidado, porque puede haber otros deportistas dejando material o retirando material. Debes mantener la distancia interpersonal en todo momento

- 🏃 Sábado: 1 vuelta de 1,6 km; Domingo: 3 vueltas de 1,6 km
- 🏃 Circuito totalmente plano
- 🏃 Avituallamiento:
 - 🏃 El Sábado NO hay avituallamiento de carrera
 - 🏃 El Domingo habrá un avituallamiento al inicio de la carrera a pie. El deportista deberá detenerse a coger el agua; y las botellas utilizadas deben ser depositadas en las zonas de residuos habilitadas



- 🏃 Una vez cruces la línea de meta, no te detengas, continúa caminando
- 🏃 Habrá voluntarios esperando en la llegada para entregarte una mascarilla desechable que deberás ponerte antes de abandonar esa zona
- 🏃 Entrega tu chip al colocarte la mascarilla
- 🏃 Dirígete a la zona de recuperación, donde tendrás bebida

- 🌞 **Sábado:** Todas las competiciones serán bajo el formato Grupos de Edad.
 - 🌞 Los acoples NO estarán permitidos
 - 🌞 Las sanciones por irregularidades en las transiciones serán advertencia y corrección
- 🌞 **Domingo:** La competición será bajo el formato Grupos de Edad y “Drafting” NO permitido
 - 🌞 Las sanciones por irregularidades en las transiciones serán advertencia y corrección
 - 🌞 Las bicicletas formato contrarreloj están permitidas

NATACIÓN

- a) Los miembros de un equipo pueden ayudarse entre sí (por ejemplo, empujando, tirando o llevando a un compañero) siempre por sus propios medios y sin el uso de ayudas externas.

CICLISMO

- b) Se seguirá lo estipulado en el reglamento de competiciones para aquellas competiciones en las que ir a rueda durante el segmento de ciclismo no esté permitido. Los integrantes de un equipo pueden ir a rueda entre ellos.
- c) Si un equipo alcanza a otro no puede situarse a la estela del equipo alcanzado. Durante los adelantamientos los equipos mantendrán una distancia lateral de dos metros. Después del adelantamiento el equipo adelantado deberá retrasarse hasta una distancia de 25 metros detrás del equipo que le ha superado. El equipo que intentando adelantar no lo consiga deberá retrasarse también 25 metros. Si fuera necesario, un oficial puede obligarles a mantener esas distancias. Los deportistas descolgados de su equipo no podrán ir a la estela ni preceder a ningún otro equipo o deportista descolgado. El equipo adelantado deberá facilitar la maniobra de adelantamiento del equipo que lo alcanza.
- d) En caso de que uno o más integrantes del equipo se encuentren descolgados a más de 30 segundos de su equipo deberán abandonar la competición.
- e) Los miembros de un equipo pueden ayudarse entre sí, (reparaciones, avituallamiento, empujando, etc.) pero sin la ayuda de elementos externos a la competición.

CARRERA A PIE

- a) Los componentes de un equipo pueden ayudarse entre sí, pero sin la ayuda de elementos externos a la competición.
- b) En el caso de que uno o más integrantes del equipo se encuentren descolgados a más de 30 segundos de su equipo deberán abandonar la competición.

ÁREAS DE TRANSICIÓN

- c) El área de transición incluirá una zona de espera, próxima a la salida de esta, en la que los deportistas podrán esperar a otros miembros de su equipo. Los equipos podrán salir del área de transición cuando estén presentes al menos cuatro de sus integrantes en la zona de espera. El quinto y sexto integrantes tendrán un margen de 30 segundos para abandonar el área de transición. Pasado este tiempo no podrán continuar compitiendo.

- 🏅 Las entregas se realizarán únicamente a 1 representante por club
- 🏅 Se realizarán las siguientes entregas:
 - 🏅 Sábado al finalizar las competiciones: Campeonato de España de Triatlón por Clubes y Campeonato de España de Triatlón por Relevos
 - 🏅 Domingo al finalizar las competiciones: Copa del Rey y Copa de la Reina de Triatlón y Liga Nacional de Clubes de Triatlón

Campeonato de Clubes:

-  Cada una de las 3 series, otorga puntos del 30 al 1
-  Se suman el total de los puntos de cada club, y dará el resultado final

- ☀ Si has finalizado la competición y no tienes que ir al podio, retira el material bajo las indicaciones de los oficiales
- ☀ Dirígete a la puerta de salida, con el material
- ☀ Una vez fuera de la sede, sigue respetando las normas de uso obligatorio de mascarilla y distancia social



#VUELTA RESPONSABLE