

# Información Técnica Soria 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



retri



Fetri

Mantenga la
distancia de seguridad de
2 METROS



Fetri

Mantenga la
distancia de seguridad de
2 METROS













Día	Actividad	Formato	1ª salida / Hora	Última salida
Sábado	Acceso sede y Control material Élite mascuino		10:00:00	
Sábado	Cámara de llamadas frente a bici Élite M		11:05:00	
Sábado	Campeonato de España Elite Masculino	Rolling Start (salidas de 2 en 2 cada 8")	11:15:00	11:22:00
Sábado	Salida material Élite masculino y abandono sede		12:10:00	
Sábado	Acceso sede y Control material Élite femenino		11:15:00	
Sábado	Cámara de llamadas frente a bici Élite F		12:20:00	
Sábado	Campeonato de España Elite Femenino	Rolling Start (salidas de 2 en 2 cada 8")	12:30:00	12:36:00
Sábado	Salida material Élite Femenino y abandono sede		13:30:00	
Sábado	Acceso sede y Control material Junior		13:45:00	
Sábado	Cámara de llamadas frente a bici Junior		14:50:00	
Sábado	Campeonato de España Junior M y F	Rolling Start (salidas de 2 en 2 cada 8")	15:00:00	15:08:00
Sábado	Salida material Junior y abandono sede		16:00:00	
Sábado	Acceso a la sede y Control material GGEE		16:00:00	
Sábado	Cámara de llamadas frente a bici GGEE		17:05:00	
Sábado	Campeonato de España Grupos de Edad	Rolling Start (salidas de 2 en 2 cada 8")	17:15:00	17:27:00
Sábado	Salida material GGEE y abandono sede		18:20:00	
Domingo	Acceso sede y Control material MD Élite		6:30:00	
Domingo	Cámara de llamadas frente a bici MD Élite		7:50:00	
Domingo	Campeonato de España MD Elite M y F	Rolling Start (salidas de 2 en 2 cada 10")	8:00:00	8:13:00
Domingo	Acceso sede y Control de material GGEE		7:45:00	
Domingo	Cámara de llamadas frente a bici GGEE		8:50:00	
Domingo	Campeonato de España MD Grupos de Edad	Rolling Start (salidas de 2 en 2 cada 10")	9:00:00	9:17:00
Domingo	Acceso sede y Control material Paratriatión		9:00:00	
Domingo	Cámara de llamadas frente a bici paratriatión		9:40:00	
Domingo	Campeonato de España ParaTriatlón	Rolling Start (salidas por categoría)	9:50:00	9:55:00
Domingo	Salida material domingo contínua		10:30:00	



- Debes dirigirte a través de un pasillo dedicado que pone acceso deportistas/acreditados
- Llegarás a un control de accesos, donde te limpiarás las manos con gel hidroalcohólico, y con un sistema de reconocimiento facial verificando que llevas la mascarilla puesta, se realizará una foto y registro de la toma de temperatura
- Un oficial, con un sistema electrónico verificará la documentación. Recuerda tu número de dorsal para facilitar la entrega
- Es obligatorio entregar el cuestionario médico totalmente cumplimentado, para recibir el sobre y el kit de deportista









- Sobre con: pegatinas, acreditación y dorsal (Elite tatuajes, no tienen 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



- Tu mochila, debes depositarla por tus medios en la zona de transición
- 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





- 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
- Recuerda que tendrás 2 metros de espacio entre bicicleta y bicicleta
- 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



### Procedimientos previos a la salida



- Cuando queden 5 minutos para tu salida, dirígete despacio a tu bicicleta. Respeta la distancia social en todo momento y haz uso de la mascarilla
- Una vez en la carpa, y a las órdenes del oficial de salida, cuando el deportista que te precede toma la salida, podrás retirar la mascarilla y depositarla en el contenedor habilitado al efecto
- Uso obligatorio de mascarilla
- El oficial dará la cuenta atrás, y a la hora asignada puedes comenzar la competición. Se darán salidas en formato "Rolling start" de 2 en 2 deportistas cada 10 segundos
- Orden de las salidas:
  - Elite / Junior / ParaTriation: Dorsales orden descendente
  - Grupos de Edad: Dorsales orden ascendente





### Carrera a pie

Sábado: 2 vueltas de 2,5 km

Domingo: 4 vueltas de 3,5 km / Paratriatlón 1 vuelta de 3,5 km

#### Ciclismo

Sábado: enlace de 3 km + 2 vueltas de 7 km + enlace de 3 km

Domingo: 4 vueltas de 13,7 km / Paratriatlón 1 vuelta de 13,7 km

### Carrera a pie

Sábado: 1 vuelta de 2,5 km

Domingo: 2 vueltas de 3,5 km / Paratriatlón 1 vuelta de 3,5 km

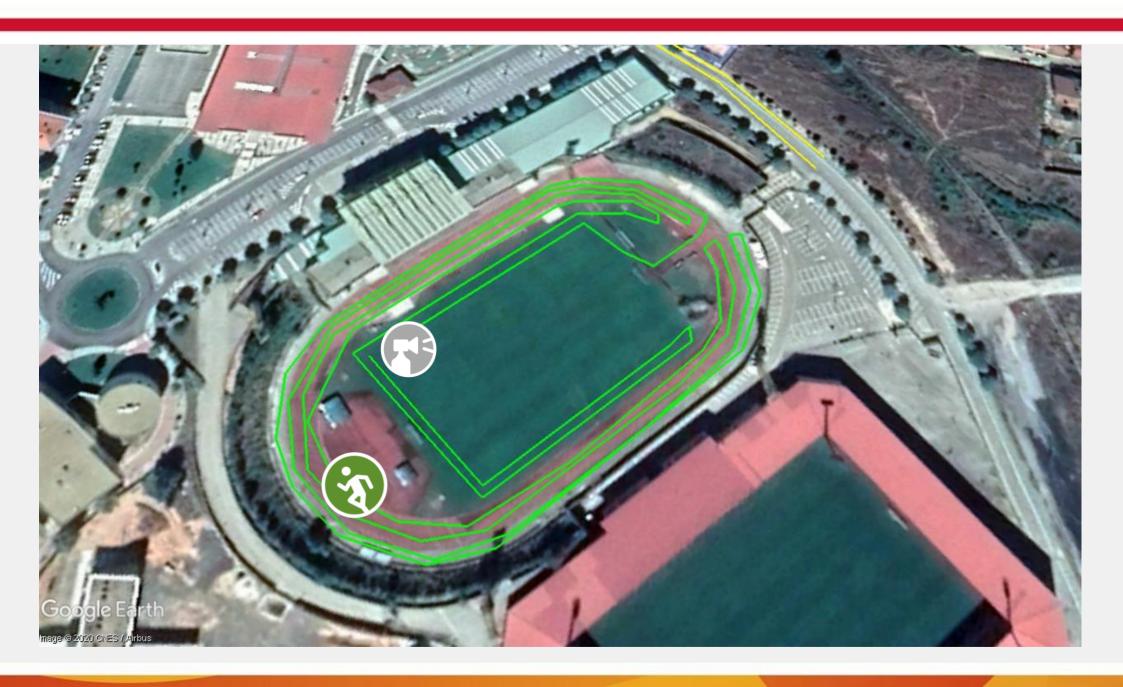


- ♣ La carrera a pie se desarrolla integramente dentro del estadio
- La razón, es un tema de seguridad, dado que la carrera a pie no puede salir del recinto cerrado del estadio
- Se darán 2 vueltas de carrera a pie de 2,5 km para totalizar los 5 km



## Sábado / Carrera a pie #1

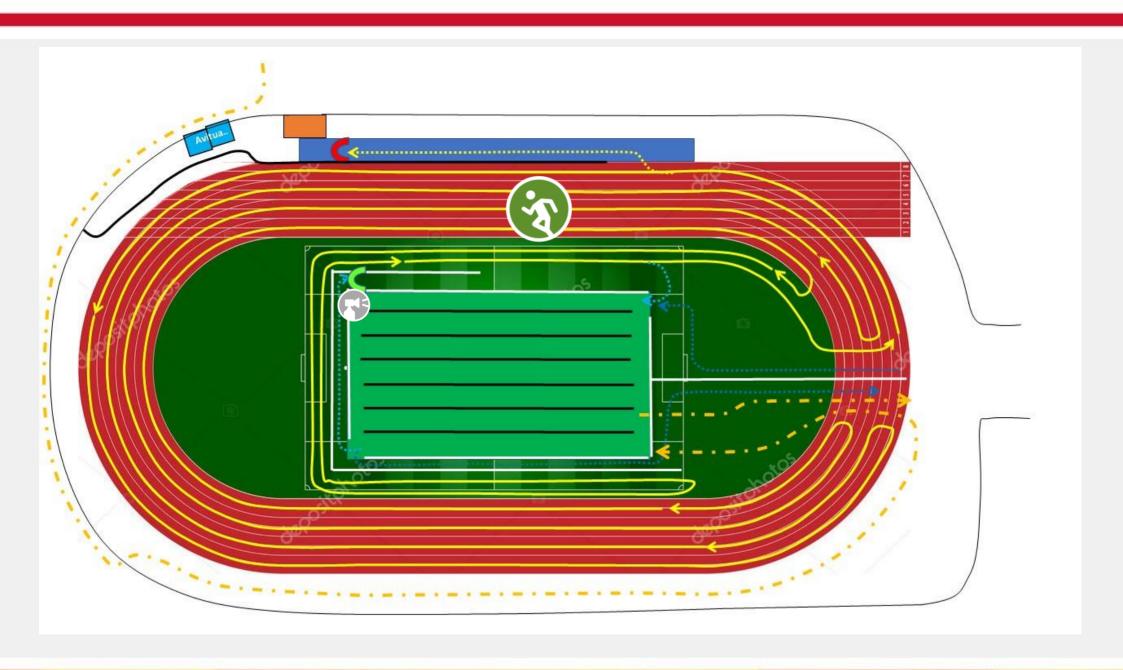
2 Vueltas de 2,5 km





## Sábado / Carrera a pie #1

2 Vueltas de 2,5 km





- ♣ La carrera a pie se desarrolla integramente dentro del estadio
- La razón, es un tema de seguridad, dado que la carrera a pie no puede salir del recinto cerrado del estadio
- Se darán 4 vueltas de carrera a pie de 3,5 km para totalizar los 14 km



## Carrera a pie #1

4 Vueltas de 3,5 km





- Debes dirigirte a tu posición en la zona de transición
- Los soportes son individuales
- Deposita todo el material utilizado en tu espacio
- 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



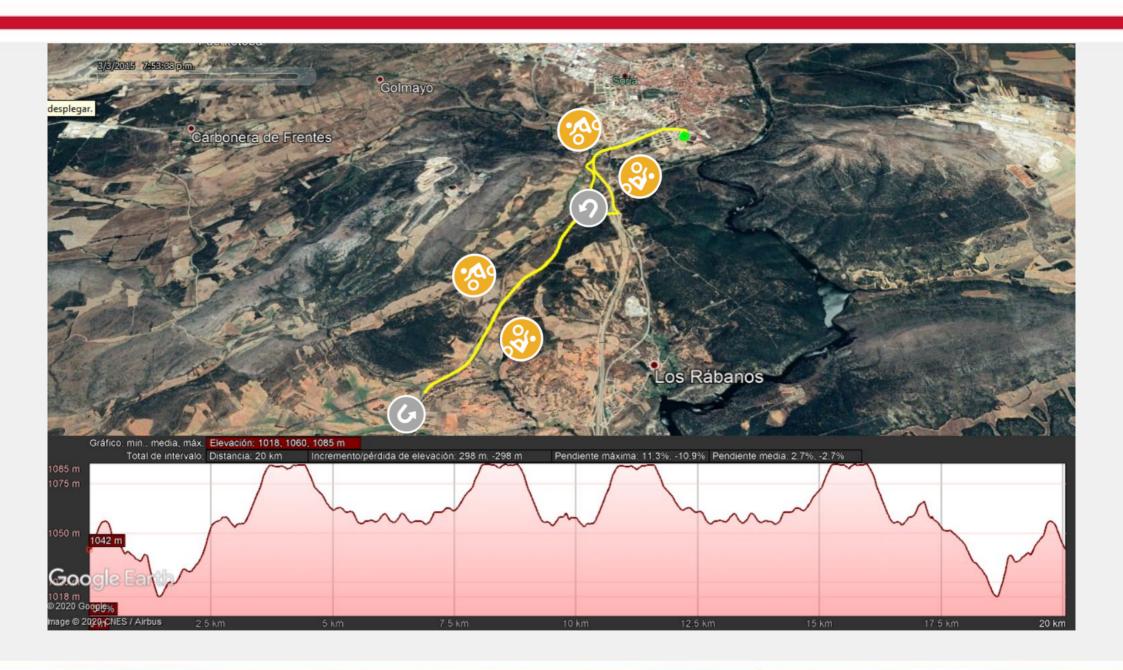
- Tramo de enlace hasta el km 3;
- A partir de ese punto se inicia un circuito de 2 vueltas de 7 km
- Se vuelve a Soria por otro tramo de enlace de 3 km
- El área de penalización estará ubicado a la altura de la línea de desmontaje







Enlace de 3 km + 2 vueltas de 7 km + enlace 3 km





- Se hace un tramo de enlace de 250 metros, y se inicia el circuito ciclista que consta de 4 vueltas de 13,7 km
- Se finaliza con el tramo de enlace de 250 metros para finalizar en el estadio
- El avituallamiento estará ubicado al inicio de cada vuelta
- El área de penalización estará ubicado a la altura de la línea de desmontaje



### **Domingo - Ciclismo**

4 vueltas de 13,7 km







#### **AGUA**

El deportista tendrá
a su disposición un
contenedor para
reponer el agua. El
deportista es
responsable de
hacer uso de sus
bidones

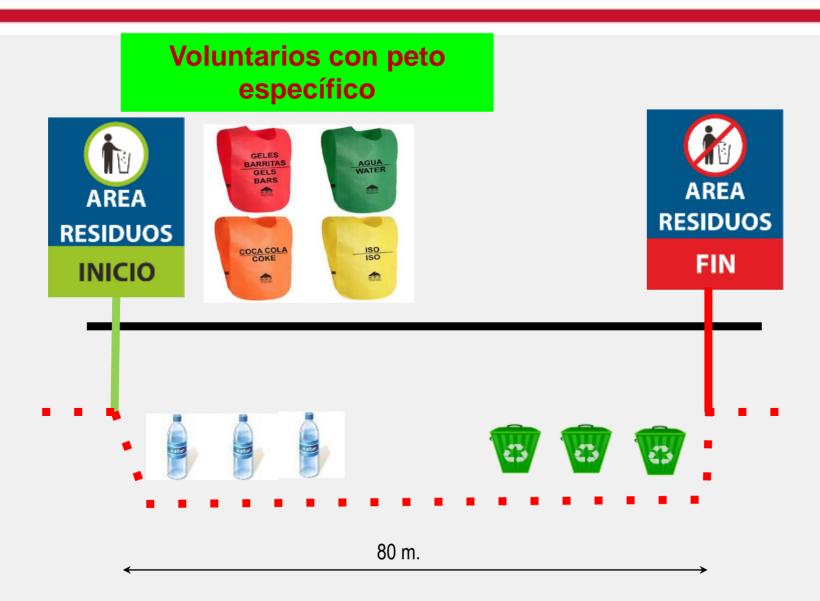
#### **GELES**



#### ISOTÓNICO

El deportista tendrá
a su disposición un
contenedor para
reponer el agua. El
deportista es
responsable de
hacer uso de sus
bidones









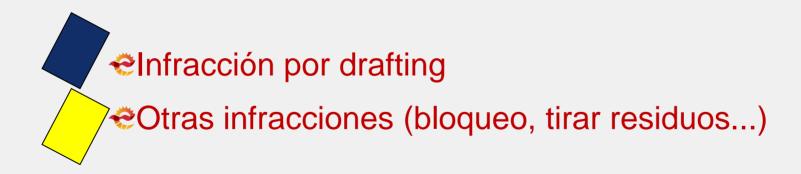
Distancia legal de 12 m. entre bicicletas (desde rueda delantera a rueda delantera).

Zona de drafting entre bicicleta y moto: 12m.

Máximo 25 segundos para adelantar y salir de la zona de drafting del deportista que precede.



Durante el segmento de ciclismo, los oficiales podrán mostrar 2 tarjetas diferentes (azul y amarilla):



- En el caso de recibir una tarjeta azul, debes detenerte en el siguiente Penalty Box durante 5 minutos.
- En el caso de recibir una tarjeta amarilla, debes detenerte en el siguiente Penalty Box durante 30 segundos.









- 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 tu espacio
- Ten cuidado, porque puede haber otros deportistas dejando material o retirando material. Debes mantener la distancia interpersonal en todo momento

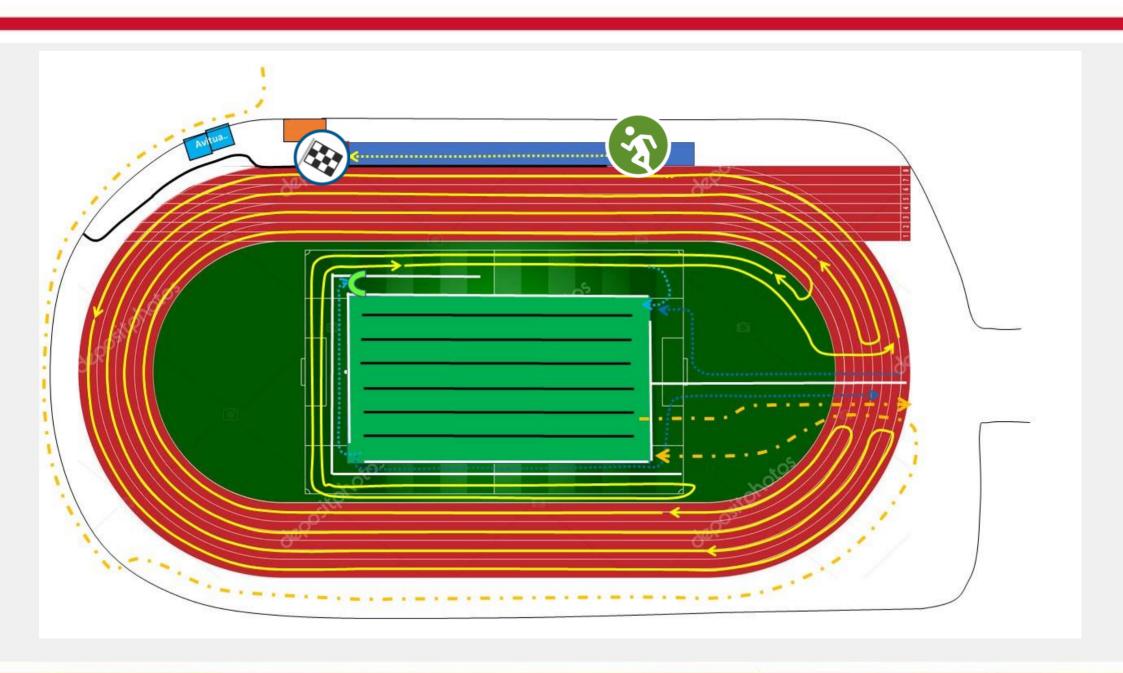


- Recorrido de 1 vuelta de 2,5 km en el interior del estadio de atletismo
- Habrá un avituallamiento de agua, dentro de la sede, al inicio de la carrera a pie
- Los voluntarios entregarán el agua, para ambas competiciones
- Las botellas utilizadas deben ser depositadas en las zonas de residuos habilitadas
- Recuerda que es obligatorio mantener la distancia interpersonal de 4 metros durante el segmento de carrera, o correr con un ángulo de 45º para poder adelantar. El incumplimiento de esta norma podrá suponer la descalificación de la competición





1 Vuelta de 2,5 km





- Recorrido de 2 vueltas de 3,5 km en el interior del estadio de atletismo
- Habrá un avituallamiento por vuelta, consistente en: agua en botella de 33 cl, geles y Aquarius
- Los voluntarios entregarán el agua, para ambas competiciones
- Las botellas utilizadas deben ser depositadas en las zonas de residuos habilitadas
- Recuerda que es obligatorio mantener la distancia interpersonal de 4 metros durante el segmento de carrera, o correr con un ángulo de 45º para poder adelantar. El incumplimiento de esta norma podrá suponer la descalificación de la competición



## **Domingo - Carrera a pie #2**

2 Vueltas de 3,5 km





- 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 y barritas energéticas
- Si crees que estás en posición de medalla o te notificamos que debes ir al podio, hazlo inmediatamente, pues las entregas serán finalice cada competición



- 1. La salida será en formato "rolling start".
- 2. El equipamiento a utilizar por parte de los deportistas, será el mismo que para las competiciones en las que el "drafting" esté permitido, y el acople **NO** estará permitido
- 3. La distancia interpersonal a mantener durante la competición en cada uno de los segmentos, será la que establezca la autoridad sanitaria competente, y deberá ser respetada por los deportistas, con la excepción del ciclismo, que será la estipulada en el reglamento de competiciones para las competiciones sin "drafting", según la distancia de la competición
- 4. Las sanciones por no cumplir con la norma establecida en los segmentos de natación y carrera a pie, será en primer lugar Advertencia Verbal, según se recoge en el artículo 3.2 del reglamento de competiciones; y en el caso de ser reincidente, descalificación según se recoge en el artículo 3.6 del reglamento de competiciones. En el caso del segmento de ciclismo, será de aplicación lo recogido en el artículo 3.3.f.1 del reglamento de competiciones (sanción de tiempo en el área de penalización de ciclismo que se encontrará antes de entrar en el estadio)



1. El reglamento de aplicación, será el de las competiciones de Grupos de Edad "sin Drafting"



- Es obligatorio hacer uso de la mascarilla reutilizable que te hemos entregado, para subir al podio
- NO habrá entregas de premios a los clubes; les daremos las medallas y trofeos a un técnico del club
- NO están permitidas las fotos grupales ni actos similares en el podio; en todo momento se debe mantener la distancia interpersonal



- 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



# **#VUELTARESPONSABLE**