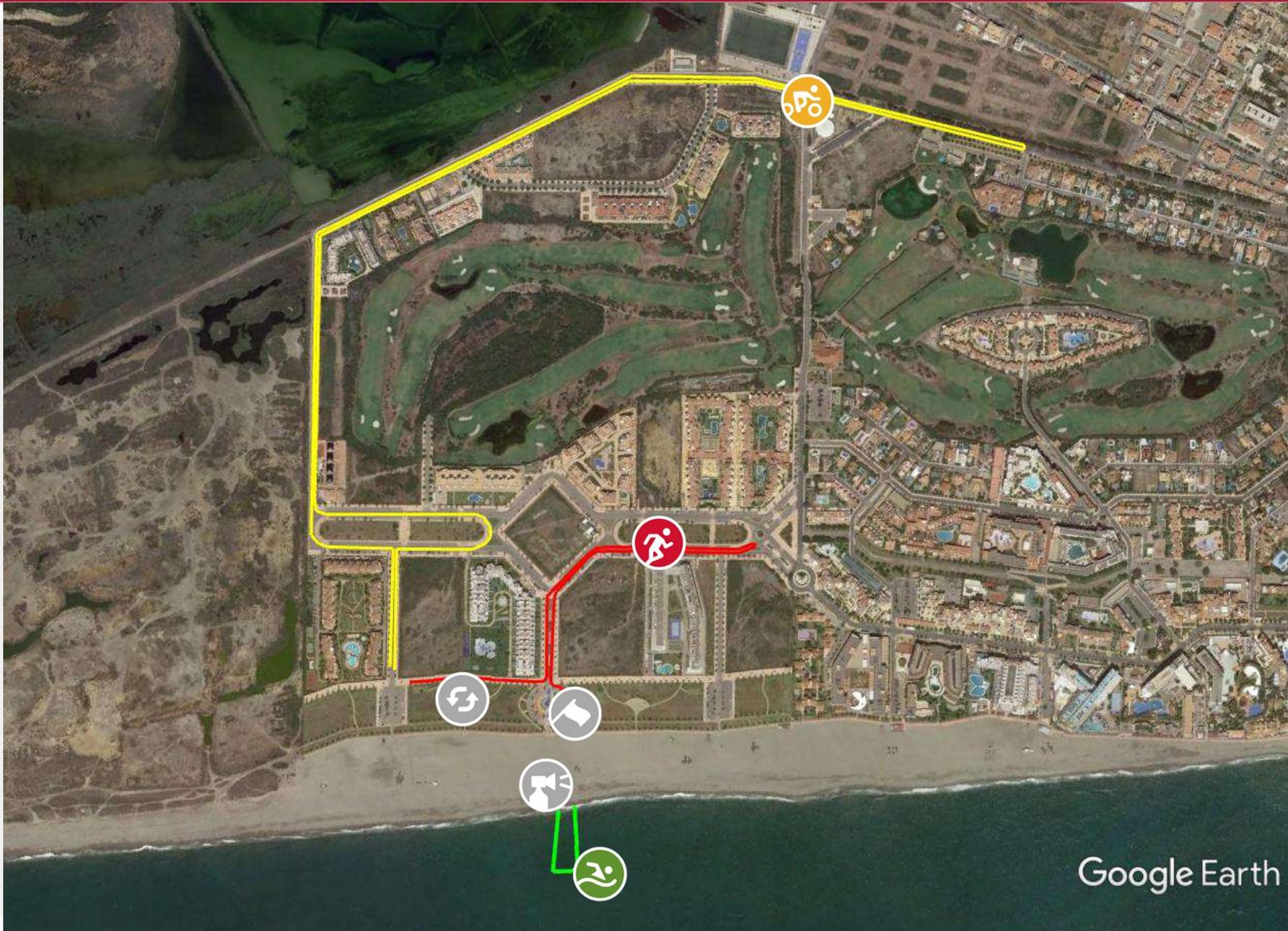




***Fetri***

*FEDERACIÓN ESPAÑOLA  
DE TRIATLÓN*

**Campeonato de España de Triatlón Roquetas de Mar 2022**  
**Supersprint por Clubes / Relevos Parejas / Supersprint 2x2 (19/05)**



Día	Actividad	Hora
Viernes	Entrega de Dorsales / Plaza de la Revoltosa	18:00 a 20:00
Sábado	Salidas Competición SuperSprint Clubes Masculina	9:00 a 10:00
Sábado	Salidas Competición SuperSprint Clubes Femenina	10:00 a 11:00
Sábado	Salida Trikids by Javier Gómez Noya	16:00
Sábado	Salidas Competición Relevos por Parejas Masculina	17:00 a 17:05
Sábado	Salidas Competición Relevos por Parejas Femenina	18:30 a 18:35
Sábado	Entrega de Premios Competiciones Sábado	20:00
Domingo	Salidas Competición SuperSprint 2x2 Masculina	9:00 a 10:32
Domingo	Salidas Competición SuperSprint 2x2 Femenina	12:00 a 12:04
Domingo	Entrega de Premios Competiciones Domingo	13:30

- 🏊 En la Plaza de la Revoltosa, se ubicará la zona central en la jornada del viernes, donde durante la tarde, de 18:00 a 20:00 habrá un programa en directo para que los clubes y deportistas sean los protagonistas
- 🏊 Equipos de Liga: Se les entregará una bolsa con todo el material para las 7 jornadas de Liga de Triatlón (los clubes recibirán un correo específico con el detalle de lo que se les entrega)
- 🏊 Resto de equipos: se entregará por Club/Evento un sobre con: pegatinas, dorsal que incluye el chip y acreditación (obligatorio llevarla puesta durante el desarrollo del evento). Los chips deberán ser entregados, y en el caso de no ser devueltos se emitirá una factura a los clubes por los chips no devueltos
- 🏊 Los colores de las acreditaciones para deportistas son:
  - 🏊 **ROJO** – Competición Masculina Liga
  - 🏊 **AZUL** – Open Masculina
  - 🏊 **VERDE** – Competición Femenina Liga y Open

## Primera y Segunda División

Campeonato	Día	Hora límite
SuperSprint por Clubes M y F	Viernes	14:00 horas
Relevos / Parejas M	Sábado	15:00 horas
Relevos / Parejas F	Sábado	16:30 horas
SuperSprint por Clubes 2x2 M y F	Sábado	23:00 horas

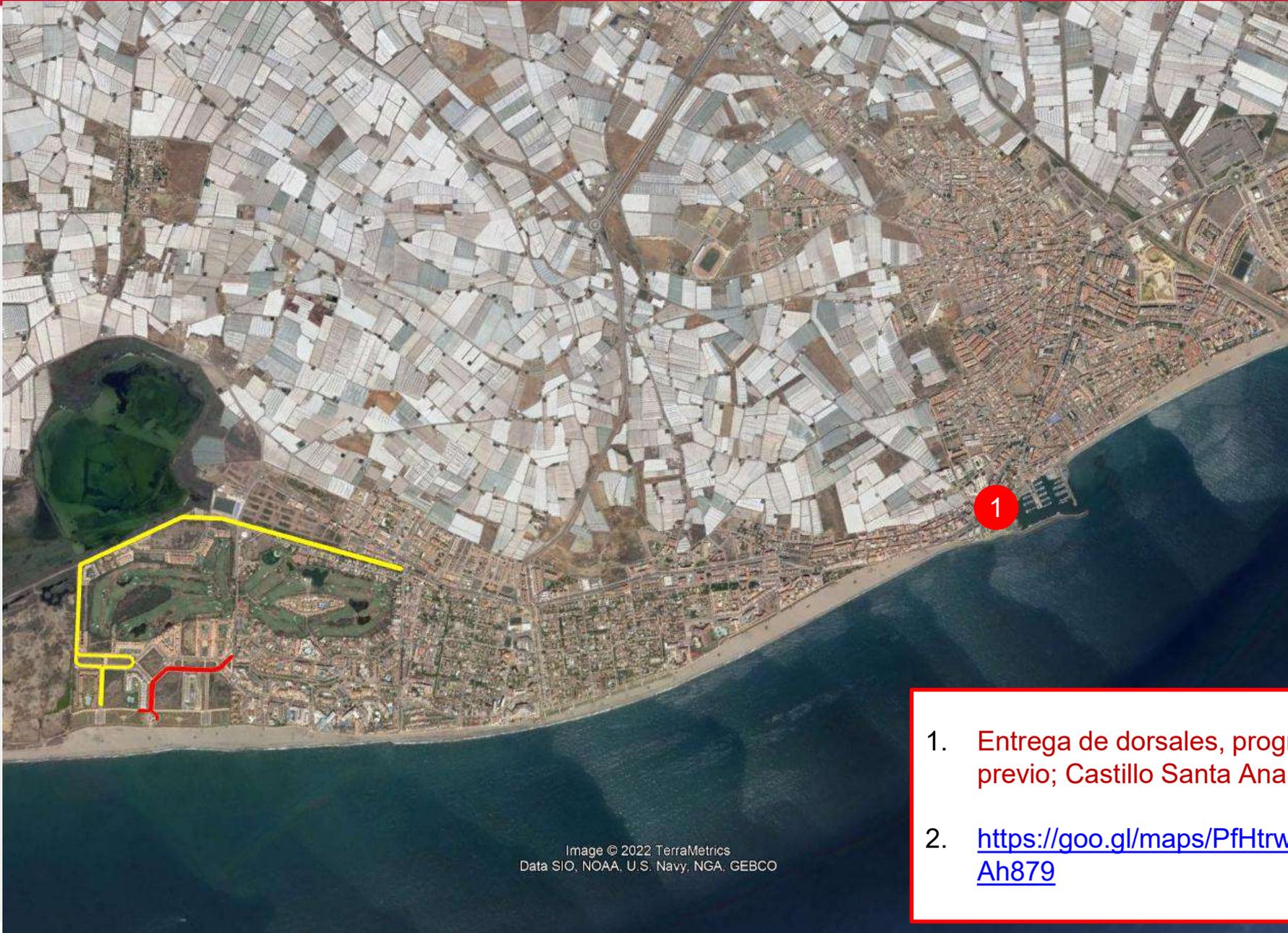
## Open

Campeonato	Día	Hora límite
SuperSprint por Clubes M y F	Viernes	14:00 horas
Relevos / Parejas M y F	Viernes	14:00 horas
SuperSprint por Clubes 2x2 M y F	Viernes	14:00 horas

- Los oficiales realizarán un reconocimiento visual de la bicicleta y equipamiento
- Cada equipo utilizará 2 barras con un máximo de 3 bicicletas por barra. Habrá disponibles 1 cesta por deportista
- Tendrás servicio de guardarropa, mecánico y baños en la zona de transición
- Los clubes podrán dejar carpas en la zona de transición
- Los deportistas no tendrán necesidad de sacar las bicicletas de la zona de transición durante las diferentes jornadas, pues la transición es la misma para todo el fin de semana



1. Zona central
2. Zona de transición
3. Zona de guardarropa y servicio mecánico
4. Zona de recuperación
5. Acceso y salida de la zona de transición



1. Entrega de dorsales, programa previo; Castillo Santa Ana
2. <https://goo.gl/maps/PfHtrwpocVEV/Ah879>

## Natación

SuperSprint, Relevos/Parejas y SuperSprint 2x2: 1 vuelta de 250 mts

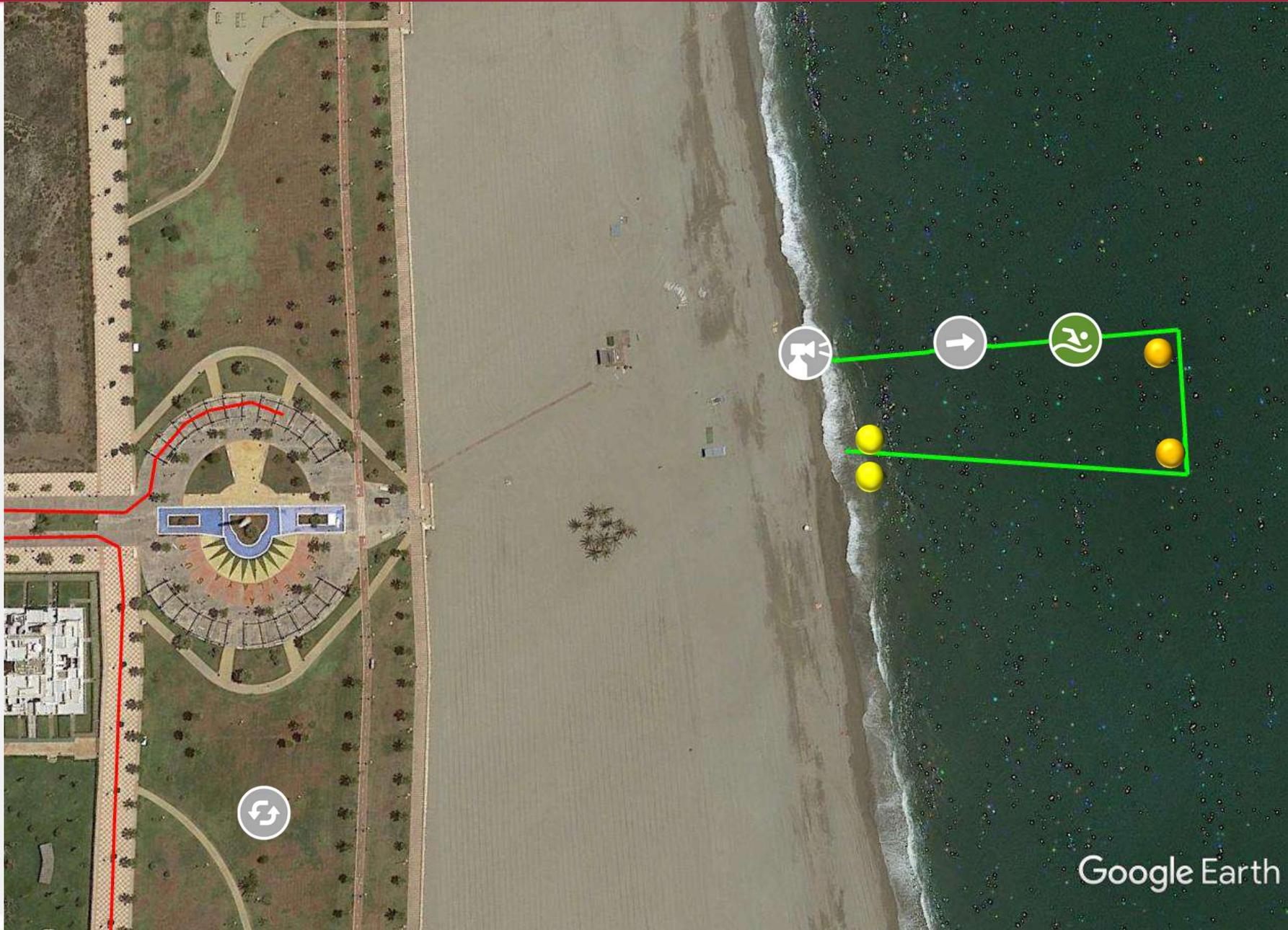
## Ciclismo

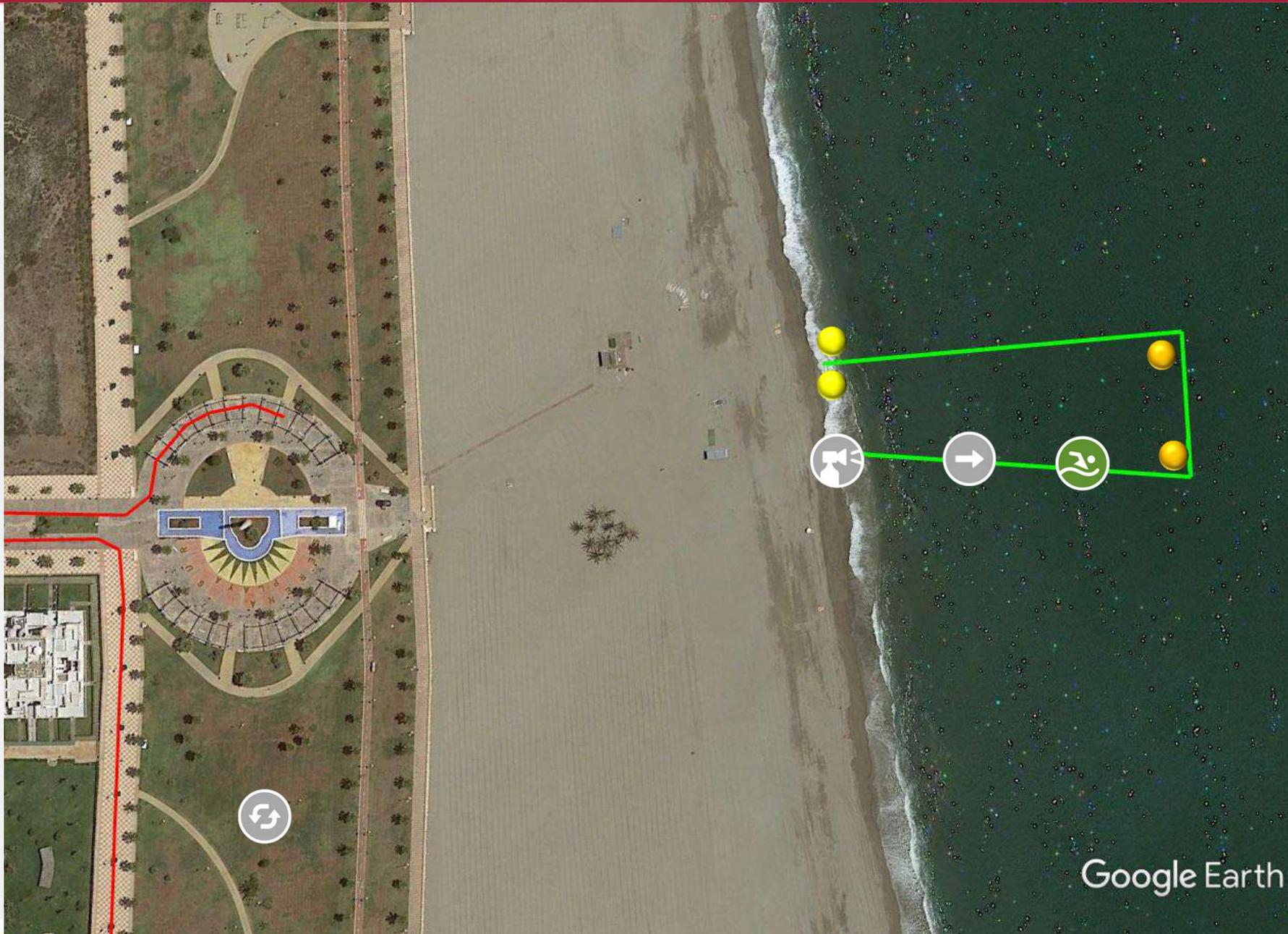
SuperSprint, Relevos/Parejas y SuperSprint 2x2: 1 vuelta de 4,8 km

## Carrera a pie

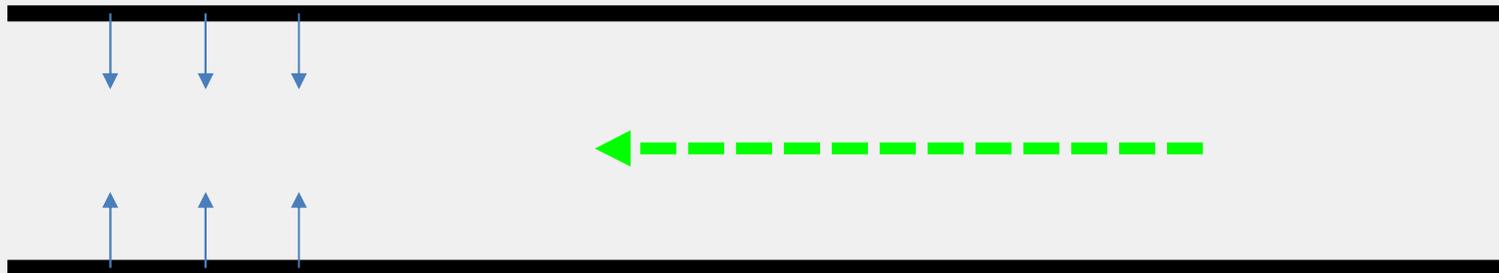
SuperSprint, Relevos/Parejas y SuperSprint 2x2: 1 vuelta de 1,5 km

- 🏊 **Sábado:** Se dará 1 vuelta a un circuito de 250 metros en sentido horario y se dejarán las dos boyas naranjas a la izquierda
- 🏊 **Domingo:** Se dará 1 vuelta a un circuito de 250 metros en sentido antihorario y se dejarán las dos boyas naranjas a la derecha
- 🏊 La temperatura del agua a fecha 18 de mayo es de 19°C





- Una vez finalizada la natación, debes dirigirte a tu posición en la zona de transición y depositar todas tus pertenencias en la cesta. Todo tiene que quedar dentro de la cesta
- Los soportes son de barra horizontal
- Una vez abrochado el casco, coge la bicicleta y dirígete a la salida de la transición donde encontrarás la línea de montaje
- La línea estará marcada en el suelo y será de color verde. Habrá un oficial que indicará el lugar a partir del cual te puedes montar





- 🌀 Se dará 1 vuelta a un circuito de 4,7 kms
- 🌀 Es un circuito totalmente llano.
- 🌀 La circulación se hace en sentido antihorario.
- 🌀 Zona de cambio de ruedas habilitado solo para las competiciones de 1ª y 2ª División, se localiza en el mapa



Gráfico: min., media, máx. Elevación: -0, 3, 5 m  
Total de intervalo: Distancia: 4.72 km Incremento/pérdida de elevación: 51.6 m, -51.6 m Pendiente máxima: 8.5%, -9.5% Pendiente media: 1.6%, -1.6%



- ❁ Debes desmontar de la bicicleta antes de la línea roja, donde estará un oficial que indicará el lugar a partir del cual puedes desmontar.
- ❁ Con la bicicleta en la mano dirígete hasta tu posición en la zona de transición.
- ❁ Deja la bicicleta, desabrocha el casco, y deposita el material utilizado en la caja.
- ❁ El inicio del segmento de carrera a pie al final de la transición.



- 🌀 La carrera a pie es una vuelta a un circuito de 1,5 km
- 🌀 El Área de Penalización, que aplica a 1ª y 2ª división estará ubicada antes de entrar en meta.





## 1ª División:

-  El reglamento de aplicación es el de Élite, y el área de penalización de carrera a pie, estará a 60 metros antes de finalizar la competición
-  Preliminares: Clasifican los 8 mejores de cada serie y los 6 mejores tiempos
-  El formato de la final es:

Natación	Ciclismo	Carrera
1 vuelta x 250 m.	1 vuelta x 4.7 km.	1 vuelta x 1.5 km.

## 2ª División:

-  El reglamento de aplicación es el de Élite, y el área de penalización de carrera a pie, estará a 60 metros antes de finalizar la competición
-  Preliminares: Clasifican los 8 mejores de cada serie y los 6 mejores tiempos

## Open:

-  El reglamento de aplicación es el de Grupos de Edad; donde los acoples no están permitidos
-  Preliminares: Clasifican los 12 mejores de cada serie y los 4 mejores tiempos
-  El formato de la final: Puntúan todos los que finalicen del 120 al 4

## 1ª División y 2ª División:

-  El reglamento de aplicación es el de Élite, y el área de penalización de carrera a pie, estará a 60 metros antes de finalizar la competición

## Open:

-  El reglamento de aplicación es el de Grupos de Edad; donde los acoples no están permitidos

## 1ª División y 2ª División:

-  El reglamento de aplicación es el de Élite, y el área de penalización de carrera a pie, estará a 60 metros antes de finalizar la competición

## Open:

-  El reglamento de aplicación es el de Grupos de Edad; donde los acoples no están permitidos

Relevo #1	Relevo #2	Relevo #3	Relevo #4
Deportistas A/B			
	Deportistas A/B+C/D		
		Deportistas C/D+E/F	
			Deportistas E/F

# Específico SuperSprint por Clubes 2x2

## Finalización 1º SuperSprint (M)



# Específico SuperSprint por Clubes 2x2

## Finalización 1º SuperSprint (F)



- 🌱 El evento se encuentra comprometido para cumplir con los Objetivos de la Green Sport Flag;
- 🌱 Pedimos el máximo compromiso para el respeto al medioambiente y mantener la sede limpia.

DÍA	TEMP. MÁX. °C	TEMP. MÍN. °C	WBG. MÁX. °C	VIENTO MÁX. KNOTS	VIENTO ÁNG.	PRECIP. ACUMULADA L/M <sup>2</sup>	NUBOSIDAD MÁX. %	HUMEDAD MÁX. %	HUMEDAD MÍN. %	PRESIÓN MÁX. HPA
Jueves, 19	28.4	20.1	27.3	22.7	◀ 84°	0.0	0	77	24	1017
Viernes, 20	30.3	25.8	27.8	23.7	◀ 89°	0.0	0	51	14	1018
Sábado, 21	30.7	25	27.9	19.6	◀ 99°	0.0	34	45	16	1018
Domingo, 22	28.4	22.4	-	9.9	↗ 236°	0.0	100	51	17	1016
Lunes, 23	25.8	21.6	-	9.5	▶ 271°	0.0	99	64	43	981
Martes, 24	24.3	20.2	-	7.4	↗ 244°	0.0	70	75	40	982
Miércoles, 25	25.6	20	-	7.4	▶ 269°	0.1	100	74	39	983
Jueves, 26	24.7	21.1	-	11.5	◀ 114°	0.0	100	77	47	987

PREDICCIÓN HORARIA: SÁBADO, 21 DE MAYO

Variables ▾ Fecha ▾

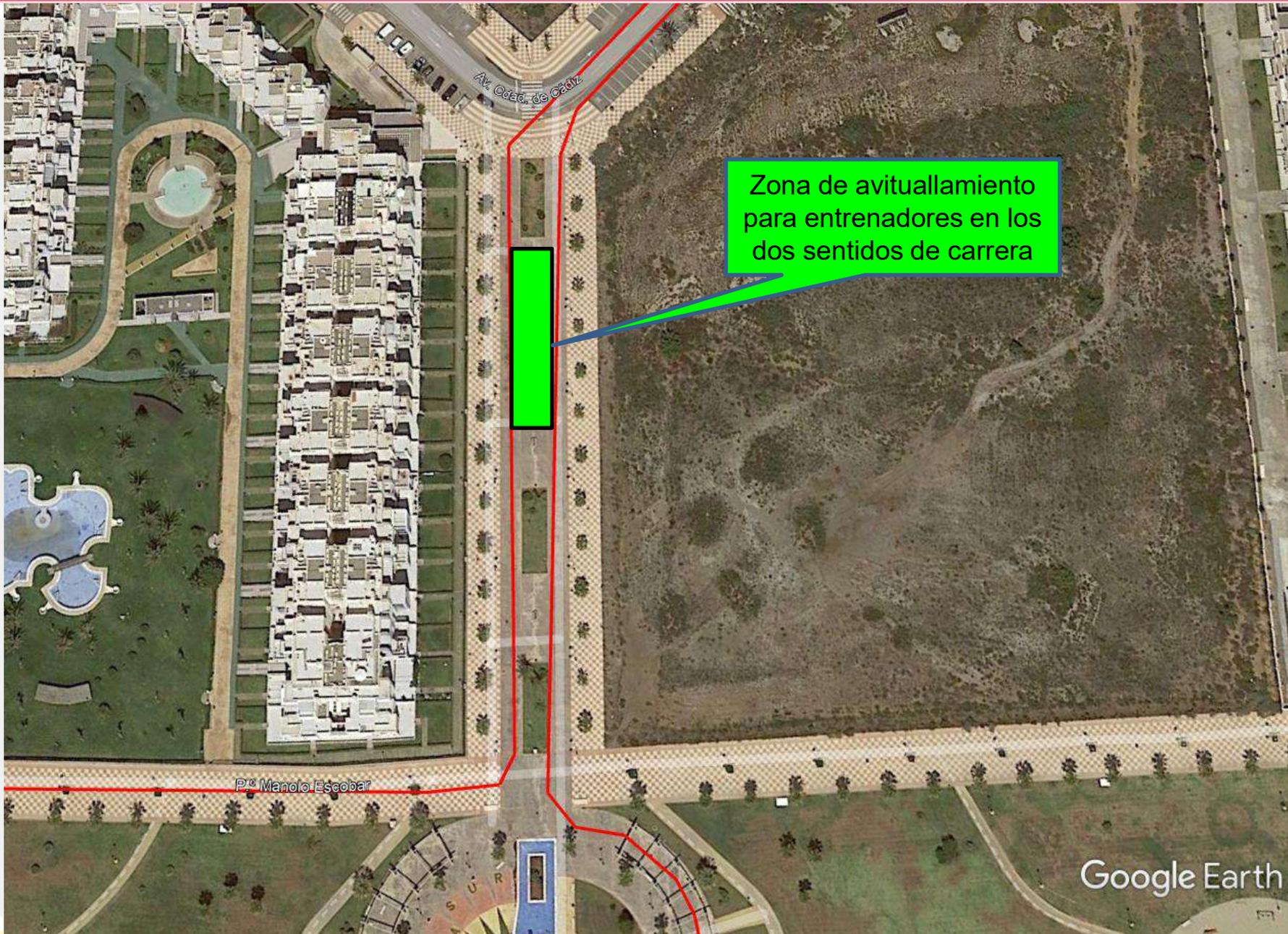
HORA LOCAL	ICONO	TEMP. °C	WBGT °C	VIENTO KNOTS	VIENTO ÁNG.	PRECIP. L/M <sup>2</sup>	NUBOSIDAD %	HUMEDAD %	PRESIÓN HPA
00:00		29.1	21.9	16.3	↗ 28°	0	0	24	1018
01:00		30.1	21.8	17.3	↗ 19°	0	0	19	1018
02:00		29.7	21.2	16.7	↗ 16°	0	0	18	1017
03:00		30.2	21.3	15.4	↗ 21°	0	0	16	1017
04:00		30.5	21.5	14.8	↗ 23°	0	0	16	1016
05:00		30.7	21.7	13.8	↗ 18°	0	20	16	1016
06:00		30.4	21.6	13.2	↗ 18°	0	34	17	1015
07:00		29.3	21	9.3	↗ 30°	0	9	18	1016
08:00		25	21.2	15.0	↖ 96°	0	0	40	1016
09:00		25.1	22.5	16.1	↖ 99°	0	0	45	1017
10:00		26.7	24.1	17.9	↖ 102°	0	0	40	1017
11:00		26.9	25.3	18.5	↖ 107°	0	0	43	1018
12:00		27.5	26.4	19.6	↖ 99°	0	0	45	1018
13:00		27.9	27.2	18.9	↖ 97°	0	0	45	1018
14:00		28.4	27.8	18.3	↖ 98°	0	0	45	1017
15:00		28.5	27.9	16.1	↖ 102°	0	0	45	1017
16:00		28.6	27.6	15.7	↖ 102°	0	0	45	1016
17:00		28.7	27.1	15.9	↖ 100°	0	0	44	1016
18:00		29	26.4	15.2	↖ 98°	0	0	42	1015
19:00		28.7	25.4	14.4	↖ 94°	0	0	41	1015
20:00		27.4	23.9	14.4	↖ 91°	0	0	43	1015

⌈ Categorías de riesgos según las lecturas del WBGT (World Triathlon, 2019) ⌋

Categorías de riesgos de las lecturas del WBGT			Recomendaciones	
Color de la bandera	Índice térmico WBGT	Riesgo	Deportistas aclimatados, en buena forma física, de bajo riesgo	Deportistas no aclimatados, en baja forma física, de alto riesgo
Negro	>32,2°C	Extremo	Reorganizar los horarios de competición	Reorganizar los horarios de competición
Rojo	30,1°C - 32,2°C	Muy alto	Limitar la competición de gran intensidad y la exposición diaria total al calor y la humedad. Estar atento a cualquier indicio de malestar o síntoma	Reorganizar los horarios de competición
Naranja	27,9°C - 30,0°C	Alto	Planificar la competición con discreción. Seguimiento pormenorizado de los deportistas en riesgo	Limitar la competición de gran intensidad. Seguimiento pormenorizado de los deportistas en riesgo
Amarillo	25,7°C - 27,8°C	Moderado	Las actividades siguen el curso normal. Supervisar la ingesta de líquidos	Planificar las competiciones con discreción. Seguimiento pormenorizado de los deportistas en riesgo
Verde	<25,7°C	Bajo	Las actividades siguen el curso normal. Supervisar la ingesta de líquidos	Las actividades siguen el curso normal. Supervisar la ingesta de líquidos

- 🏊 Reorganización de horarios para evitar la exposición continuada de los deportistas a las altas temperaturas
- 🏊 Eliminación del Doble SuperSprint en la Final de 1ª División
- 🏊 En la zona de recuperación habrá los servicios que se detallan en la diapositiva siguiente
- 🏊 Se entregarán dos acreditaciones de técnico por club de Liga de 1ª y 2ª División
- 🏊 Los entrenadores podrán dar avituallamiento personalizado a los deportistas en el lugar especificado y delimitado en la zona de carrera a pie
- 🏊 En la zona de competición habrá servicio de cafetería/bar, para poder adquirir producto adicional

Medida	Lugar
2 piscinas	Zona de recuperación
Agua	Zona de recuperación
Fruta (sandía y melón)	Zona de recuperación
Cerveza	Zona de recuperación
Duchas	Zona de recuperación
Carpas (con sombra) y ventiladores	Zona de recuperación
Hamacas	Zona de recuperación
Duchas	Final de natación
Zona habilitada para que los técnicos proporcionen avituallamiento a los deportistas	Inicio de carrera a pie (zona delimitada)
Ducha con aspersores	Inicio de carrera a pie
Vaporizadores	Zona de meta





***Fetri***

*FEDERACIÓN ESPAÑOLA  
DE TRIATLÓN*

**#VUELTA RESPONSABLE**