

LT/INTENSID D

TRIATLON
DEL
SOL

PLAYA DE LAS SALINAS 10 AM

DISTANCIA SPRINT:

500M NATACION

10KM BICI

4KM CARRERA

INDIVIDUAL Y PAREJAS

31 AGOSTO 2014

TRIATLON
DEL

SOL

ROQUETAS DE MAR

LT/INTENSID D



© 2014 DISEÑO Sin rabo ni bigotes

REGLAMENTO:

REGLAS GENERALES

La prueba se disputará el 31 de agosto de 2014 a partir de las 10:00h. en la Población de Roquetas de Mar, la zona de transición, estará en el paseo marítimo de Roquetas, mas a o menos a la altura, del Mario Park en la avda/ Legión Española (antigua calle Rumanía)

1.1 DISTANCIAS

Se establece la siguiente categoría.* Distancia Sprint: 500m natación – 10kms en bici – 4kms de carrera.

Variantes:- Triatlón Individual- Triatlón Por Parejas.

En los apartados siguientes viene detallado el reglamento referente a la variante “Por Parejas”.

1.2 PARTICIPANTES

1.2.1 EI I TRIATLON CROS CIUDAD DE ROQUETAS está abierto a participantes de cualquier origen o país, se encuentren federados o no en triatlón. Los triatletas que no dispongan de licencia federativa estarán cubiertos por una póliza de seguros de accidentes -seguro por un día-. Asimismo, los participantes, al formalizar la inscripción en el momento de efectuar el pago de la prueba, reconoce bajo su responsabilidad, que reúne y dispone de unas condiciones físicas, psíquicas y médicas para participar en la competición deportiva.

1.3 CATEGORÍAS

1.3.1 Se establecen las siguientes categorías para la distancia sprint:



CATEGORÍA	NACIDOS ENTRE LOS AÑOS:
CADETES	1997-1999
JUNIOR	1995-1996
SUB23	1991-1994
SENIOR	1990-1975
VETERANOS 1	1974-1965
VETERANOS 2	1964-1955
VETERANOS 3	1954-1900
PARATRIATLETAS	PARA TOD@S

1.3.2 Respecto al triatlón “Por Parejas” se establecerá una categoría absoluta.

1.4 EQUIPOS DEL TRIATLÓN MODALIDAD “POR PAREJAS”.

1.4.1 El equipo constará de dos personas, no han de ser obligatoriamente hombre y mujer.

1.4.2 Es obligatorio que la pareja vaya unida desde la salida a la meta, no separándose más de 5m en todo el recorrido el uno del otro.

2. REGLAS GENERALES PARA LOS PARTICIPANTES

2.1 RESPONSABILIDAD GENERAL

2.1.1 Es responsabilidad del participante estar bien preparado para la prueba. Es decir, gozar de buena salud física en general, así como tener un nivel aceptable de preparación. La posesión de la licencia federativa no asegura ni cubre esta responsabilidad. Asimismo, la Organización no se hace responsable de ningún accidente del que pudiera ser causa o víctima el participante

2.1.2 Los atletas deberán:

- Ser responsables de su propia seguridad y la del resto de deportistas.
- Conocer y respetar el reglamento de competiciones.
- Conocer los recorridos y circuitos
- Obedecer las indicaciones de los oficiales
- Respetar las normas de circulación.
- Tratar al resto de atletas, oficiales, voluntarios y espectadores con respeto y cortesía
- Evitar el uso de lenguaje abusivo.
- Respetar el medioambiente de la zona en la que se celebra la competición, no abandonando ni arrojando objetos, ni actuando de forma agresiva con el entorno.

2.2 INDUMENTARIA Y DORSALES

2.2.1 El participante es responsable de su propio equipo y ha de comprobar que sus características se ajusten al presente reglamento. Además, deberá utilizar, sin modificar, todos los dorsales y elementos de identificación proporcionados por la organización.

2.2.2 Los dorsales quedan prohibidos en el segmento de natación (incluso colocado dentro del traje de neopreno), son optativos en el segmento de ciclismo y deberán colocarse de forma obligatoria de modo que sean perfectamente visibles frontalmente en el segmento de carrera a pie.

2.2.3 Los participantes no podrán competir con el torso desnudo, excepto en el segmento de natación. En todo momento la parte inferior del tronco habrá de estar adecuadamente cubierta. Los dos tirantes de la prenda que cubra el tronco deberán estar correctamente colocados sobre ambos hombros.

2.3 CONDUCTA DE LOS PARTICIPANTES

2.3.1 El participante está obligado a respetar las normas de comportamiento establecidas en este reglamento.

2.3.2 El participante que abandona la competición está obligado a quitarse el dorsal y comunicar a los jueces y oficiales su abandono.

2.3.3 En todo momento el participante está obligado a respetar el medio ambiente de la zona en que se celebra la competición, no abandonando ni arrojando objetos, ni actuando de forma agresiva con el entorno.

2.4 APOYOS O AYUDAS EXTERIORES

2.4.1 Los participantes no pueden recibir ningún tipo de ayuda, ni externa ni entre sí, al margen de la establecida y en las zonas determinadas por la Organización.

2.4.2 Los participantes no pueden ser acompañados ni apoyados desde embarcaciones, vehículos o a pie.

2.5. CRONOMETRAJE Y RESULTADOS

2.5.1 El tiempo total de cada triatleta es el que se cuenta desde el momento de dar la salida hasta el final de la competición. El tiempo empleado en transiciones forma parte del tiempo total.

3. SANCIONES

El incumplimiento de las normas de competiciones contempladas en este reglamento o de las indicaciones de los jueces y oficiales, será motivo de sanción.

Las sanciones por infringir las normas son las siguientes:

- a. Advertencia
- b. Descalificación
- c. Eliminación

Cada sanción se identificará con la descripción del hecho, una referencia concreta a la regla infringida y al número de dorsal del participante infractor. Los jueces y oficiales de la competición y el comité de apelación, son las únicas personas o entidades autorizadas para imponer las sanciones. El Juez Árbitro de la Competición publicará la lista de descalificados como máximo quince minutos después de la entrada en meta del último participante. En la lista se reflejará la hora de publicación. Los participantes podrán reclamar contra las descalificaciones como muy tarde hasta quince minutos después del más tardío de estos hechos:

- a. La publicación de la descalificación en el tablón de anuncios.
- b. La entrada en meta del triatleta sancionado.

3.1 APELACIONES Y RECLAMACIONES

3.1.2 Los participantes o técnicos de los clubes inscritos, podrán hacer reclamaciones y/o apelaciones, según se detalla a continuación:

* Reclamaciones contra la lista de salida: Antes de la reunión informativa y, de no existir ésta, hasta una hora antes de la primera salida de la jornada.

* Reclamaciones contra la lista provisional de resultados, la actitud de otro deportista y/o irregularidades en la organización de la competición.

* Apelaciones contra sanciones aplicadas por el Juez Arbitro, o por decisiones tomadas por él.

3.1.3 Las reclamaciones serán formuladas por escrito y entregadas al Juez Árbitro de la prueba, junto con una fianza de importe igual a la mitad de la inscripción, con un mínimo de 20 €, quien a la vista de las alegaciones presentadas, tomará las decisiones que crea convenientes.

4. ÁREAS DE TRANSICIÓN

4.1 ACCESO

4.1.1 Sólo los jueces y oficiales, el personal responsable de la Organización, los técnicos de los clubes hasta el comienzo de la competición, y los participantes que hayan acreditado su condición de tales podrán estar en estas áreas.

4.1.2 Todos los participantes deberán identificarse adecuadamente para tomar parte en la competición. Esta identificación se efectuará, cuando sea requerida por el organizador, el delegado técnico o los jueces y oficiales, mediante la licencia federativa en vigor o el DNI.

4.2 CONTROL DE MATERIAL

4.2.1 Todos los participantes deberán pasar el control de material antes de la competición. Este control será realizado por los jueces y oficiales a la entrada del área de transición.

4.2.2 Los jueces y oficiales observarán, en el control de material:

- Las condiciones reglamentarias y de seguridad del material de ciclismo, especialmente bicicleta y casco; así como de otros materiales como el neopreno cuando esté permitido o sea obligatorio.
- La posesión y correcta colocación de todos los dorsales que el organizador y el delegado técnico consideren oportunos, previa publicidad de su obligatoriedad.

4.3 USO DEL ÁREA Y TRÁFICO

4.3.1 Cada participante podrá usar exclusivamente el espacio marcado con su número de dorsal, así como los pasillos de acceso y salida del mismo. El espacio individual no podrá ser marcado con elementos que ayuden a su identificación (cinta o tiza en el suelo, globos, toallas, etc.)

4.3.2 Está prohibido circular en bicicleta por las áreas de transición.

4.3.3 Todos los participantes deberán circular por las áreas de transición conforme al tráfico -sentido y dirección- establecido por la Organización, no estando permitido acortar el recorrido por la transición (cruzar por debajo de los soportes, saltar sobre las zonas reservadas a cada participante, etc.). curvadas una hacia la otra. Cada rueda deberá contar con un freno.

4.3.4 El uso de casco rígido, correctamente abrochado, es obligatorio desde antes de coger la bicicleta hasta después de dejarla en la zona de transición. Esto incluye, por tanto, todo el segmento de ciclismo y los recorridos por las áreas de transición en posesión de la bicicleta. La sanción por violar esta norma es la descalificación, salvo en los recorridos por las áreas de transición en posesión de la bicicleta en que se penalizará con la advertencia y si no rectifica, la descalificación. Los cascos deben cumplir las siguientes especificaciones:

- a. Carcasa rígida, de una sola pieza.
- b. Cierre de seguridad.
- c. Las correas no pueden ser elásticas, y deben ir unidas a la carcasa en, al menos, tres puntos.
- d. Deben cubrir los parietales.

5. NATACIÓN

5.1 TEMPERATURA DEL AGUA

Se prevé una temperatura del agua en torno a los 25°

5.2 EQUIPAMIENTO

5.2.1 El equipamiento obligatorio para el segmento de natación consiste en:

- a. Prenda que cubra el cuerpo adecuadamente.
- b. Gorro con el número de dorsal, suministrado por la Organización.
- c. Traje isotérmico, cuando las circunstancias de temperatura del agua así lo exijan.

5.2.2 El uso de cualquier elemento de neopreno cuando se decreta la prohibición del traje isotérmico está prohibido.

5.2.3 Las ayudas artificiales, tales como el uso de palas, manoplas, aletas, tubos respiratorios, etc., no están permitidas. Las manos y pies deben ir descubiertos. Las gafas de natación están permitidas.

5.3 ESTILO

5.3.1 El participante puede nadar en el estilo que desee. Está permitido caminar o correr por el fondo, al principio y al final, pero sólo antes y/o después de la señal (boya, embarcación, etc.) que indica el punto donde se marca la medición oficial. También se permite pararse donde se haga pie, o junto a las corcheras o boyas colocadas a lo largo del recorrido, pero no está permitido utilizar estos elementos para progresar.

5.4 DESARROLLO

5.4.1 No hacer los recorridos marcados es motivo de descalificación aunque no suponga un recorte en distancia de los mismos.

6. CICLISMO EN CARRETERA

6.1 RECORRIDOS

6.1.1 En el segmento ciclista del I Triatlón Cros Ciudad de Roquetas está permitido ir a rueda.

6.2 EQUIPAMIENTO

6.2.1 El equipamiento obligatorio para el segmento ciclista consiste en:

- a. Prenda o prendas que cubran el cuerpo adecuadamente.
- b. Bicicleta conforme a las especificaciones del presente reglamento.
- c. Casco rígido conforme a las especificaciones del presente reglamento.
- d. Número de dorsal en la bicicleta.

6.2.2 Los participantes son responsables personalmente de que su equipo esté en condiciones reglamentariamente satisfactorias al comienzo de la prueba.

6.2.3 Se puede utilizar cualquier tipo de bicicleta que cumpla las siguientes especificaciones:

- a. No más de 2 m. de longitud ni más de 75 cm de anchura.
- b. No se permite utilizar ruedas con mecanismos que faciliten su aceleración. A esos efectos, el interior de las ruedas lenticulares opacas deberá ser fácilmente inspeccionable por un juez u oficial.
- c. El manillar deberá ser de curva tradicional en bicicletas de carretera o recto en bicicletas de montaña y podrá ir provisto de un acople sin superar el plano de las manetas de freno. El acople podrá ser de una o dos piezas que deberán estar unidas por una pieza rígida en el caso de que las dos piezas no estén unidas

6.3 DESARROLLO DEL CICLISMO

6.3.1 No está permitido recibir ayuda exterior ni de otro participante durante el transcurso de la competición.

6.3.2 No hacer los recorridos marcados es motivo de descalificación aunque no suponga un recorte de distancia de los mismos.

7. CARRERA A PIE

7.1 EQUIPAMIENTO

7.1.1 El equipamiento obligatorio para el segmento de carrera a pie consiste en:

- a. Prendas que cubran adecuadamente el cuerpo.
- b. Un dorsal, suministrado por la Organización, que debe ser totalmente visible por delante del participante.
- c. Cualquier otro elemento que el organizador, de acuerdo con el Delegado Técnico, considere oportuno (muñequeras, doble dorsal, etc.)

7.1.2 Está prohibido utilizar el casco durante el segmento de carrera a pie.

7.2 DESARROLLO

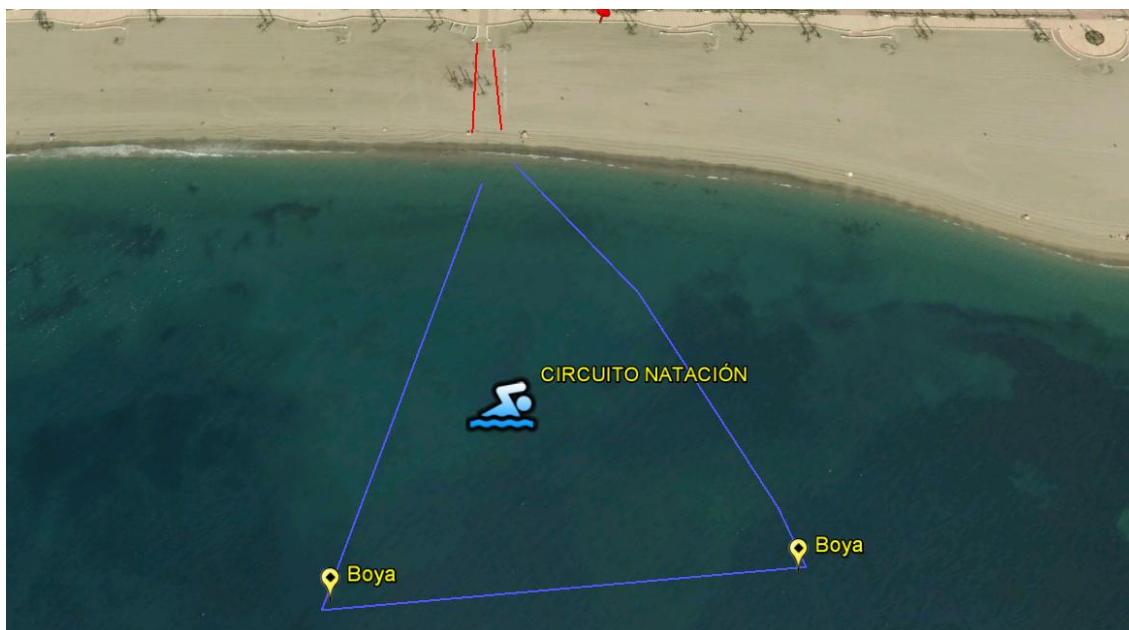
7.2.1 No hacer los recorridos marcados es motivo de descalificación aunque no suponga un recorte en distancia de los mismos.

7.2.2 Los participantes no podrán ser acompañados durante este segmento. La sanción por violar esta norma es la advertencia y si no rectifica, la descalificación. La excepción es para los triatletas que participen en la categoría "Por Relevos" o "Por Parejas" que podrán correr conjuntamente con los otros miembros del equipo que corresponda en los últimos 100 metros antes de la línea de meta.

RECORRIDOS:

SECTOR NATACION 500 METROS

El Segmento de natación discurre a lo largo de 500 metros a nado. Antes de la salida, la dirección de carrera indicará el sentido del inicio del sector natación. Este sentido, quedará supeditado a la dirección en la que sopla el viento.



SECTOR BICICLETA 10Km

El recorrido cuenta con múltiples curvas en Ziz Zag aunque al mismo tiempo es muy rápido y explosivo. Finalmente, se remata con un tramo de aproximadamente 400 metros que discurre por el interior de un circuito de motocros.



SECTOR CARRERA A PIE 4Km

Es un recorrido de 3.800m, que discurre paralelo a la playa de la romanilla. La superficie es de tierra, sin zonas blanda de arena y sin desnivel. Un circuito ideal para iniciarse en el triatlón y para los más experimentados todo un reto para sacar el máximo partido de su potencial. Los últimos 300 metros discurren por el paseo marítimo de Roquetas de Mar. Seguro que no faltará público para animaros



Precios y Fechas de inscripción bonificadas



Hasta el 31 de Julio	Desde el 1 de Agosto al 15 de Agosto
----------------------	--------------------------------------

Individual	Federados	20 €	24 €
	No federados	25 €	29 €
Parejas	Federados	40 €	48 €
	No federados	50 €	58 €

RECOGIDA DE DORSALES Y HORARIOS:

SABADO 30 DE AGOSTO

10:30 h. Apertura recogida de Dorsales.

13:30 h. Cierre recogida de dorsales.

Lugar: Oficinas IDM Las Salinas.C/Alemania. Roquetas de Mar (Almería)



DOMINGO 31 DE AGOSTO

8:00-9:15 h. Recogida de dorsales.

Lugar Zona de Carpas del triatlón. (Paseo marítimo de Roquetas/ Avda Legión Española. Roquetas de Mar)

LA ORGANIZACIÓN RUEGA A TODOS LOS INSCRITOS QUE RETIREN EL DORSAL EL DOMINGO 31 DE AGOSTO EN EL HORARIO Y LUGAR HABILITADO AL EFECTO, YA QUE MAS TARDE DE LAS 9.15 LA ORGANIZACIÓN CERRARÁ LA RECOGIDA DE DORSALES.

Es absolutamente imprescindible presentar el DNI, justificante de pago de la inscripción y licencia, en el caso de participantes federados.

8:15.h Apertura de la zona de Boxes.

9:40 h.- Cierre de la zona de Boxes.

9:40-9:50 h. Briefing del Triatlón

10:00 h. SALIDA TRIATLÓN DEL SOL

12:30 h. Entrega de trofeos TRIATLÓN DEL SOL

