



# HORARIOS

**Lunes, 12 de octubre de 2020**

11:00 h. | Entrega de dorsales

11:10 h. | Apertura control material

11:50 h. | Cámara de llamadas frente a la bicicleta

12:00 h. | Salida 1º corredor

14:00 h. | Tiempo de corte

14:10 h. | Ceremonia entrega de premios

**Duatlón Cross Esteras-Almenar**



# HORARIOS

**Lunes, 12 de octubre de 2020**

11:00 h. | Entrega de dorsales

11:10 h. | Apertura control material

11:50 h. | Cámara de llamadas frente a la bicicleta

12:00 h. | Salida 1º corredor

14:00 h. | Tiempo de corte

14:10 h. | Ceremonia entrega de premios

**Duatlón Cross Esteras-Almenar**



**Hay que dirigirse a la población Esteras de Luvia (desvío indicado en Almenar) y nada más dejar el pueblo a la izquierda, sale un camino indicado con flechas amarillas, ubicándose a 300 metros el aparcamiento. Te indicarán donde debes aparcar.**

**UBICACIÓN:** <https://maps.google.com/?q=41.724510,-2.178241>

**Duatlón Cross Esteras-Almenar**



- Los dorsales se entregarán a la entrada al aparcamiento sin bajarse del coche
- Debes llevar preparado el DNI o documento identificativo y el Protocolo Médico que te has descargado de la web relleno
- Se te entregará un sobre con el dorsal-chip, el dorsal de la bici y una mascarilla para utilizar desde que te bajes del vehículo, hasta que vayas a comenzar la prueba

Duatlón Cross Esteras-Almenar



- **No habrá guardarropa**
- **Podrás dejar una mochila junto a tu bicicleta en la transición**
- **Los oficiales te facilitarán tu mochila si aún no ha finalizado el último ciclista**

**Duatlón Cross Esteras-Almenar**



# TRANSICIÓN

- Se te tomará la temperatura antes de entrar en transición, no pudiendo competir con más de 37,5°C
- En caso de sobrepasar dicha temperatura, serás aislado en una carpa y se avisará a las autoridades sanitarias

Duatlón Cross Esteras-Almenar



- Saldrán un deportista cada 5 segundos empezando por el dorsal 1
- Un oficial te indicará cuando salir
- Justo antes de la salida, depositarás la mascarilla en un contenedor de basura
- El tiempo de inicio será cuando pases por encima de la línea de meta, no la indicación del oficial

Duatlón Cross Esteras-Almenar



# **DURANTE LA COMPETICIÓN**

- Intenta no correr justo detrás de otro deportista
- Utiliza el menor tiempo posible para adelantar
- No escupas ni te suenes cuando tengas un compañero cerca
- El drafting en BTT no se controla, pero respeta una distancia mínima de seguridad
- Juega limpio y disfruta de la competición

Duatlón Cross Esteras-Almenar





## **ENTRADA EN META**

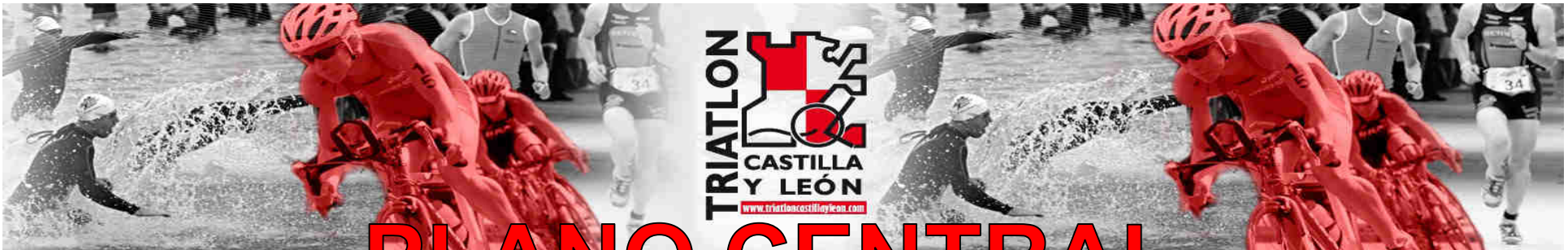
- **No te detengas en la misma línea**
- **Recoge la mascarilla que te entregarán y pónstela**
- **Continúa caminando hasta la zona de avituallamiento**
- **Recoge la bolsa de avituallamiento que tendrá líquido y sólido para que te recuperes**
- **Mantén la distancia de seguridad con otros deportistas tras la competición**
- **Recoge tu bicicleta y si tienes premio, quédate a la entrega**

**Duatlón Cross Esteras-Almenar**

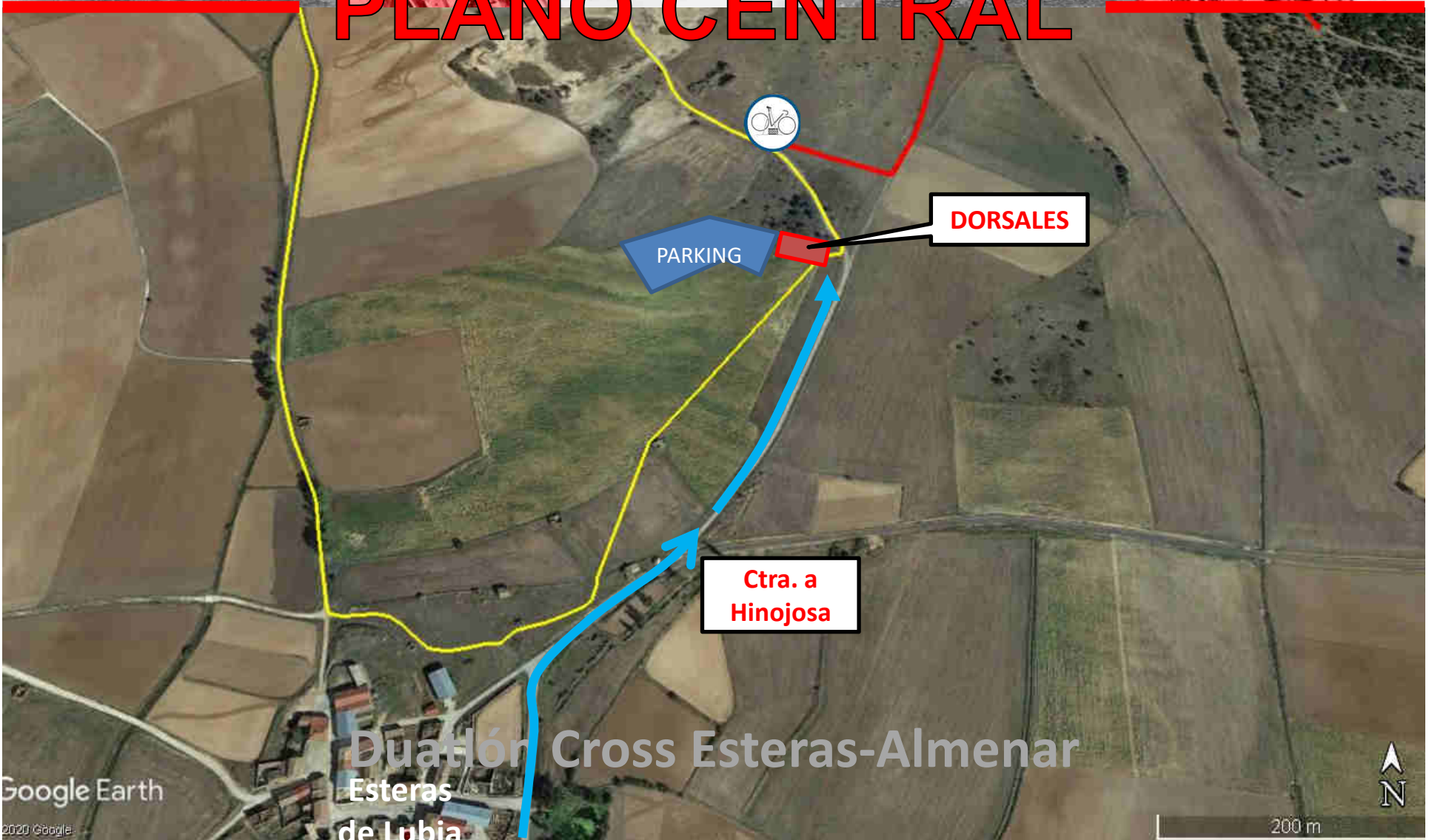


- Una vez entre el último deportista en meta, podrás acceder a retirar el material manteniendo las distancias de seguridad con el resto de participantes
- Los oficiales retirarán el dorsal de tu bici y comprobarán quien eres

Duatlón Cross Esteras-Almenar



# PLANO CENTRAL





# CIRCUITOS



Duatlón Cross Esteras-Almenar

Google Earth

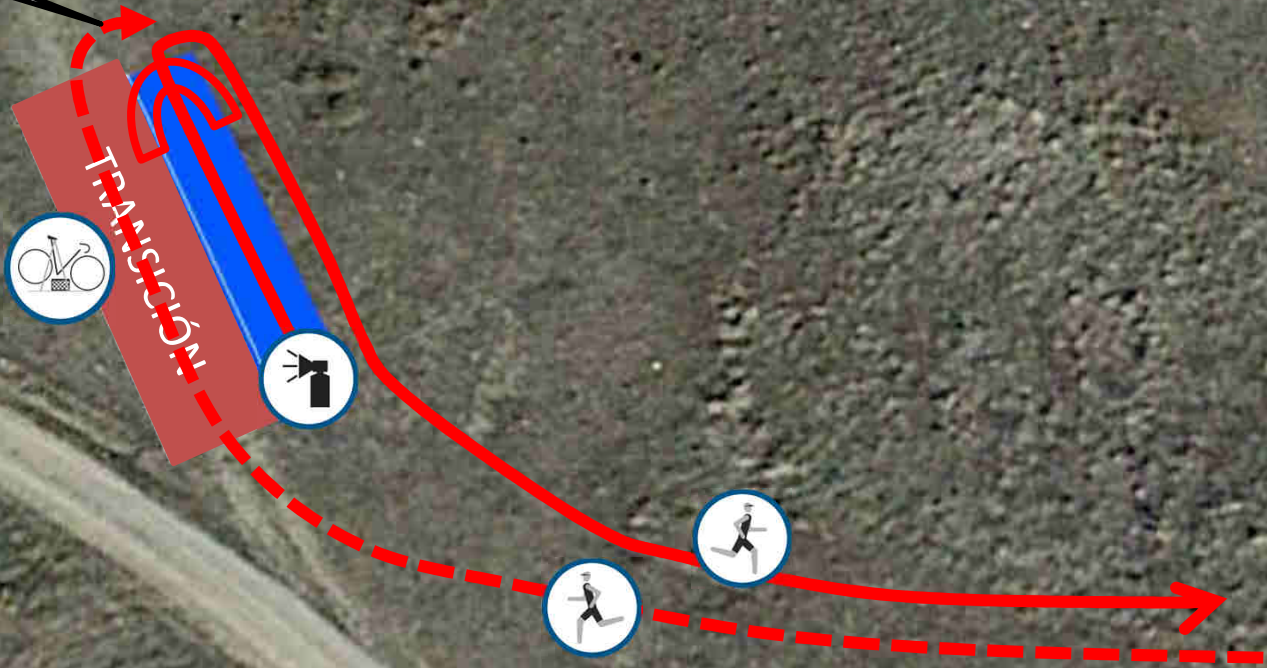
©2020 Google

600 m



# SALIDA CONTRARRELOJ

VUeltas

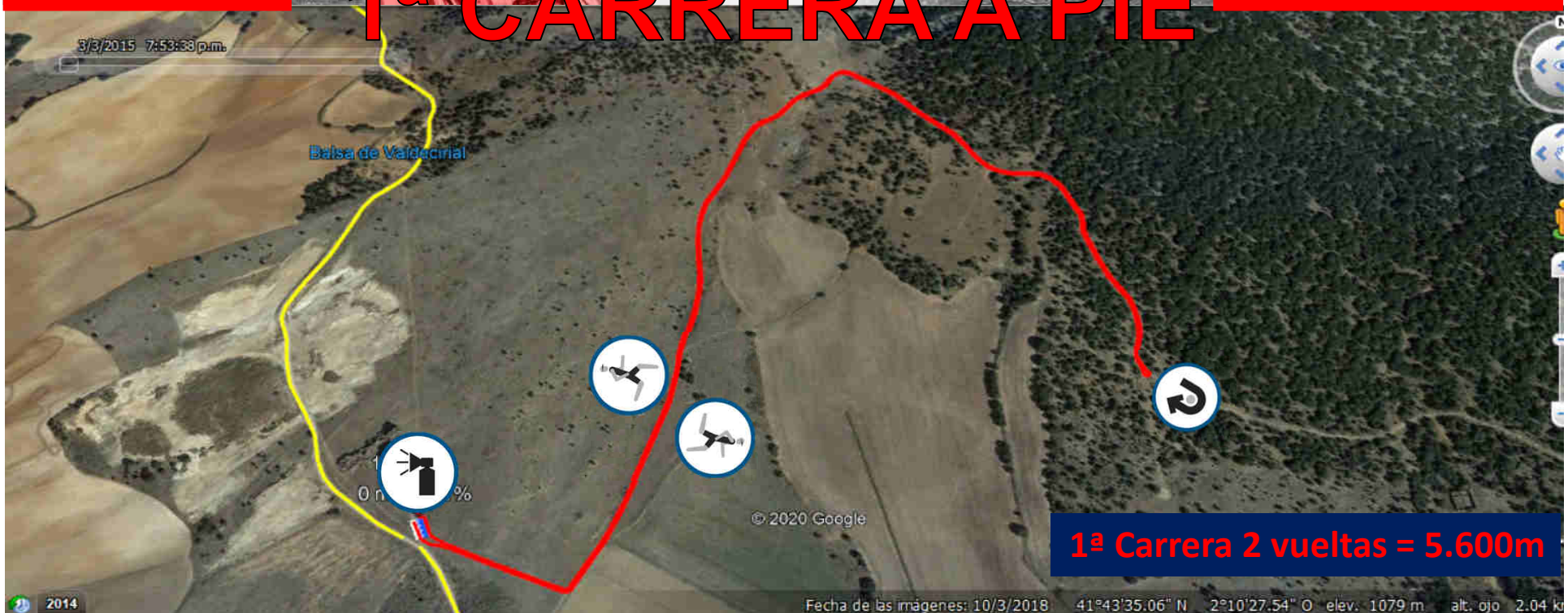


Duatlón Cross Esteras-Almenar





# 1ª CARRERA A PIE



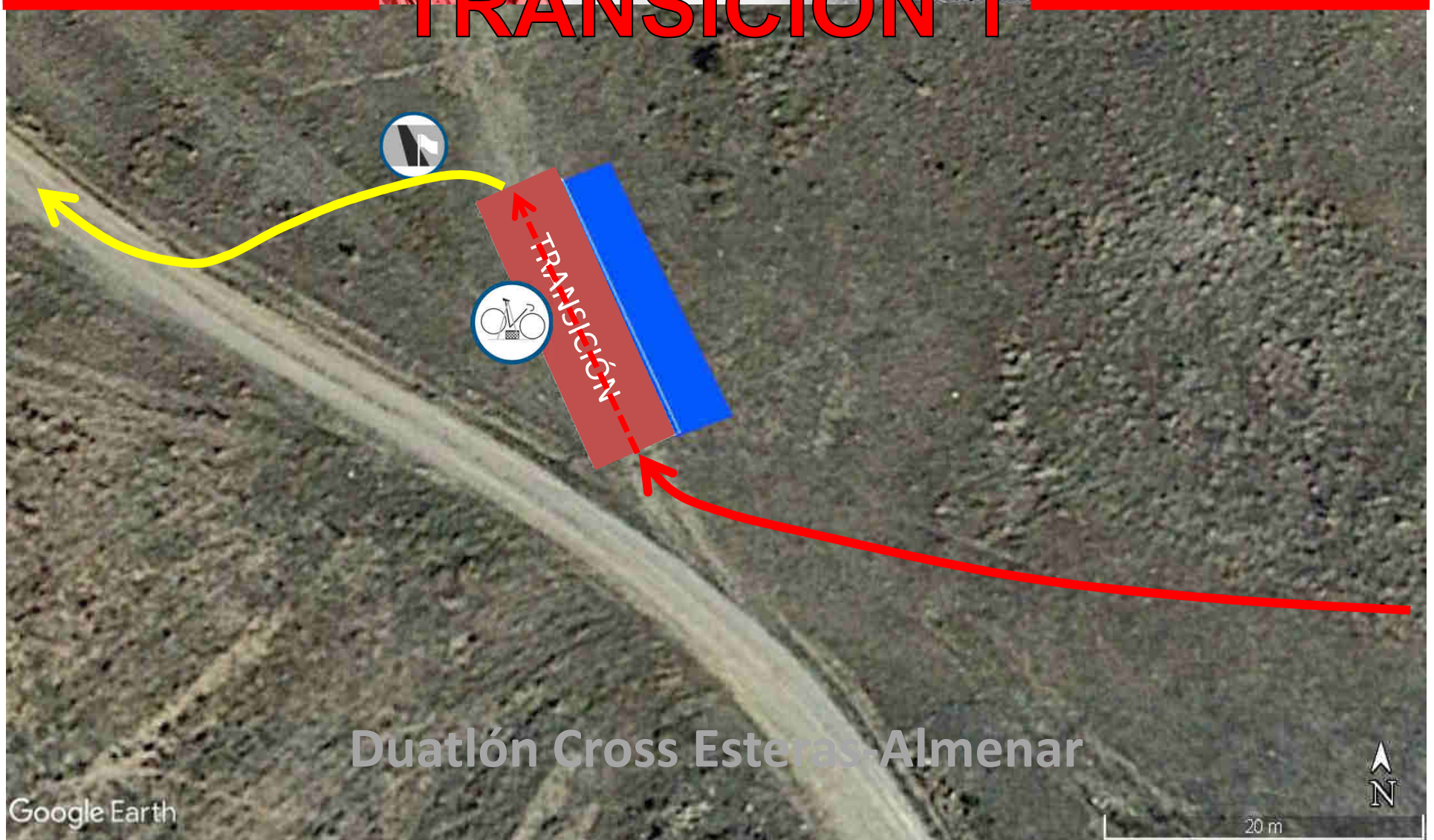
**1ª Carrera 2 vueltas = 5.600m**



**Duatlón Cross Esteras-Almenar**



# TRANSICIÓN 1

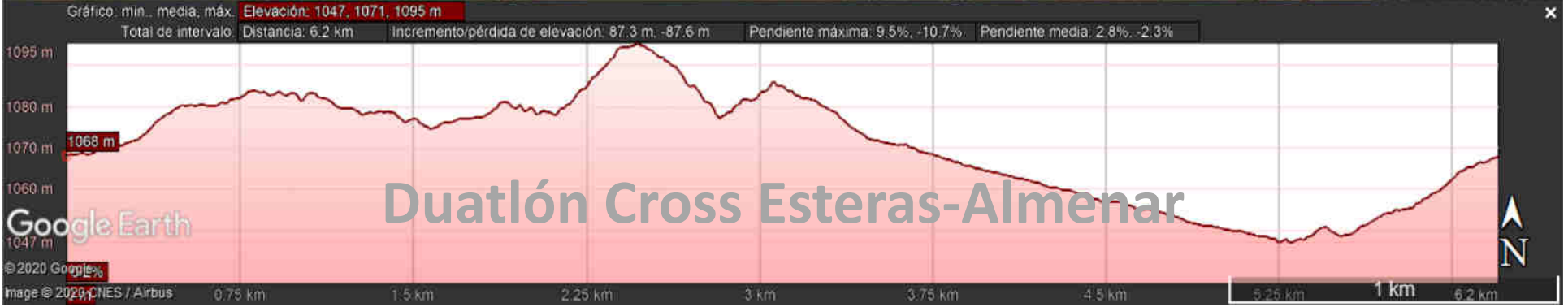


Duatlón Cross Esteras Almenar



# CICLISMO BTT

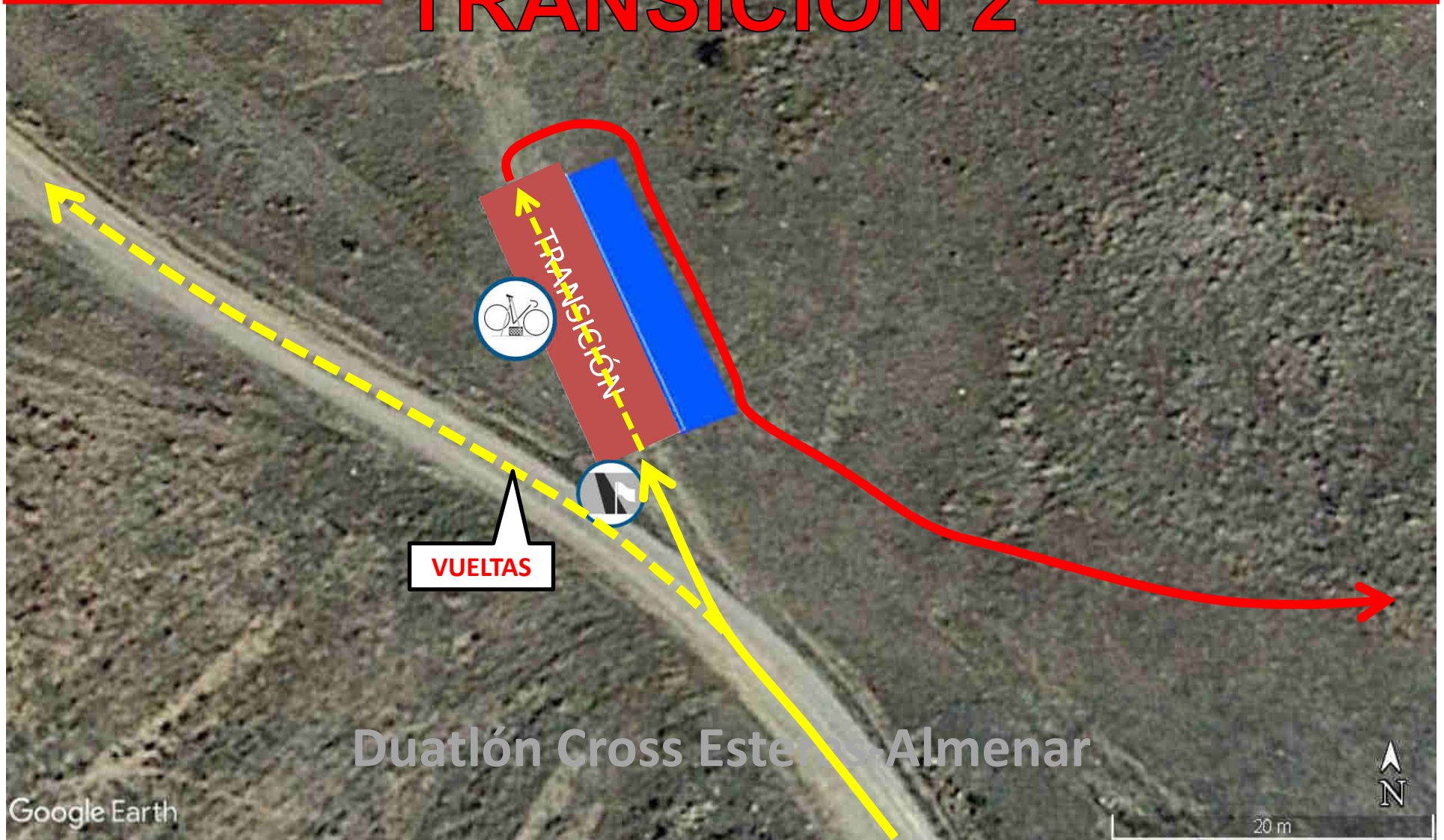
Ciclismo BTT 3 vueltas = 19 km





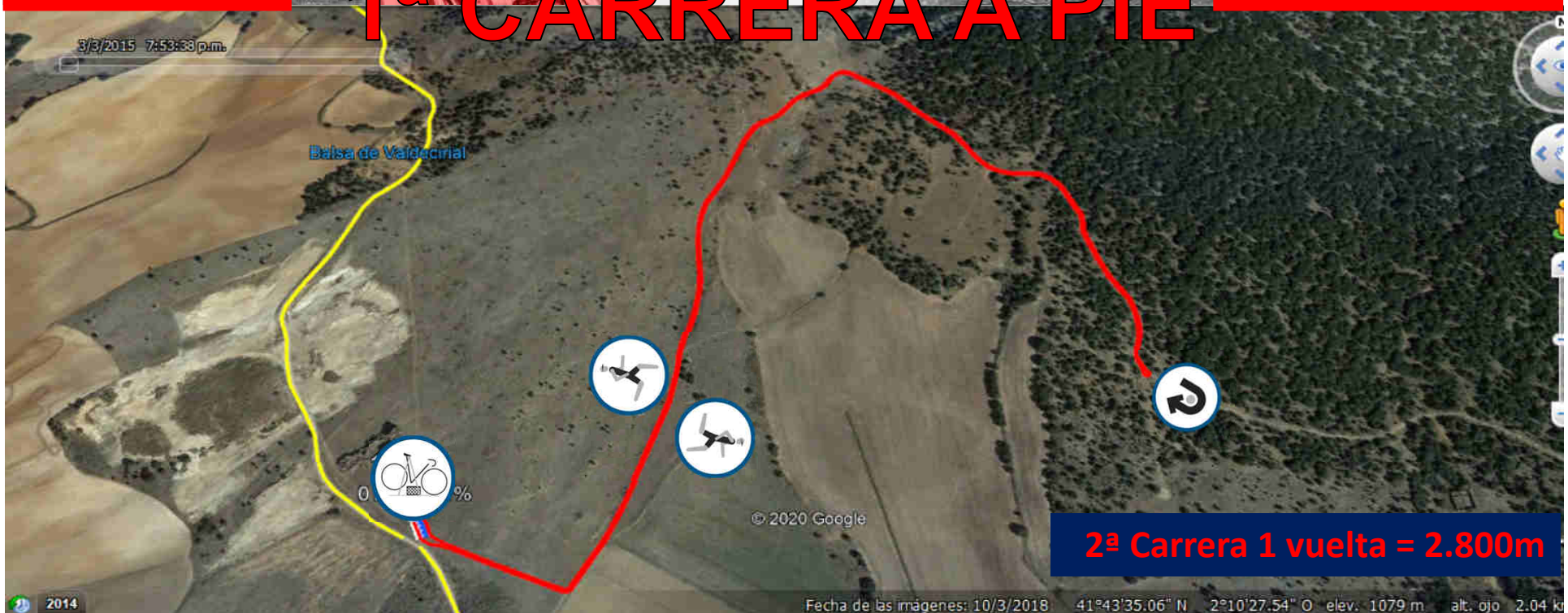


# TRANSICIÓN 2





# 1ª CARRERA A PIE



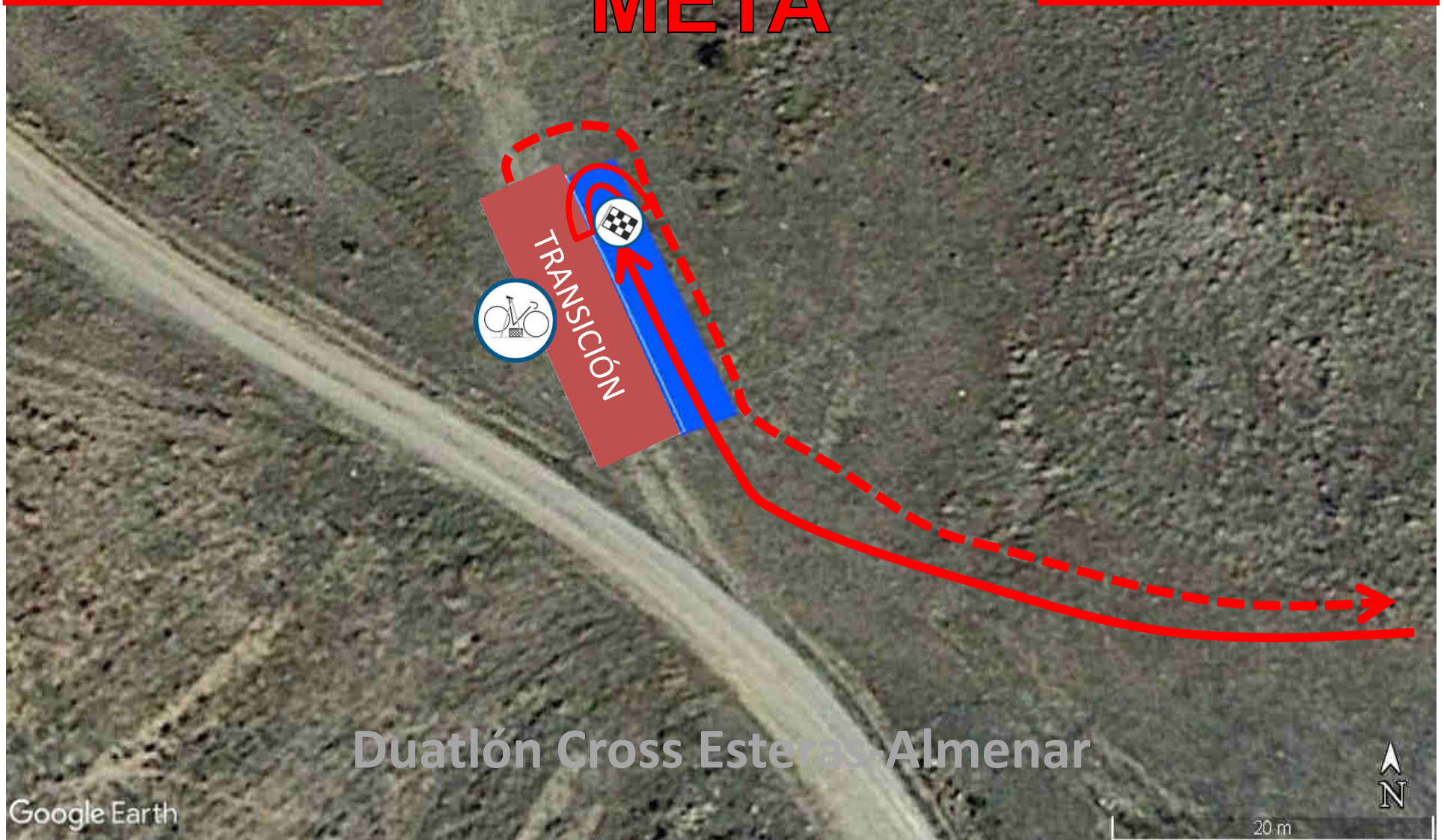
2ª Carrera 1 vuelta = 2.800m



Duatlón Cross Esteras-Almenar



**META**



Duatlón Cross Esteras-Almenar

Google Earth

20 m

