



ATENCIÓN TRIATLETAS!!! INFORMACIÓN IMPORTANTE PARA EL SÁBADO 10/08/2024

- A vuestra llegada podéis aparcar en el area de autocaravanas y/o zona de piscinas municipales.
- Entrega de bolsa de corredor, y dorsal a no federados junto al box de la T1, justo al lado del canal. En este mismo box habrá bomba y cámaras por si surge algún imprevisto de ultima hora.
- Servicio de guardarropa junto al box de la T1 que luego recogeréis en el Ayuntamiento.
- En la T1 sólo tenéis que dejar lo necesario para el segmento de bici y en la T2 (plaza de España) lo necesario para correr. Se aconseja dejar primero el material en la T2 (subir en bici) y luego en la T1.
- 17h05'. Salida del primer autocar desde la parada de buses hacia la salida (Los que lo deseen podrán ir calentando nadando). Habrá una jaula para dejar las chanclas en la entrada del agua que luego podréis recoger en las inmediaciones del Ayuntamiento junto a la meta. Junto a la entrada del agua tendréis botellas de agua y vaselina para los que puedan usar neopreno.
- Una vez en la T1 dejad todo el material de natación en la cesta que tenéis al lado de vuestra bici, y que al finalizar la prueba tendréis en la T2 junto a vuestra bici.
- El circuito de bici es de una vuelta con un giro de 180° y bajadas peligrosas. Ojo en las bajadas por favor.
- Una vez en la T2 comienza la carrera a pie con 3 vueltas a un circuito marcado con flechas rosas pintadas en el suelo indicando el sentido, con avituallamiento líquido, duchas y mangueras durante el recorrido para combatir el calor que nos espera.
- Una vez finalizada la prueba tendréis avituallamiento líquido y sólido.
- En la entrega de premios habrá un sorteo de un fin de semana entre todos los participantes de la prueba pero sólo podrán optar al mismo los presentes.
- Las duchas están en las piscinas municipales.

- Durante el transcurso de la prueba habrá voluntarios distribuidos por varios puntos que os ayudarán ante cualquier duda o imprevisto. No obstante si por alguna otra causa necesitáis contactar urgentemente con la organización podéis llamar al teléfono **647545466**.

ESPERAMOS OS SEA DE AYUDA LA INFORMACIÓN Y DISFRUTÉIS A TOPE DE LA PRUEBA!!!!