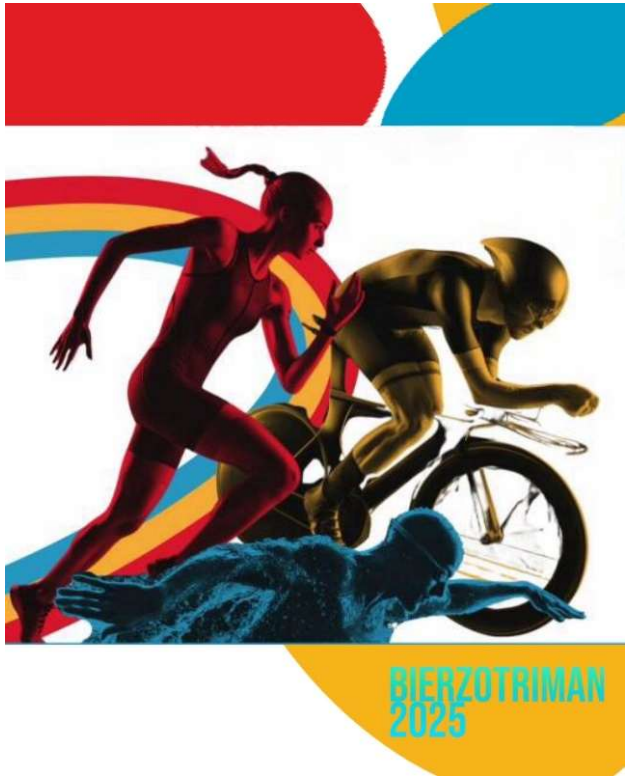
VIII TRIATLÓN BIERZO TRIMAN VILLAFRANCA DEL BIERZO (CPTO Triatlón MD CyL)



HORARIOS

Día	Hora Inicio	Hora Fin	Actividad	Lugar
Sábado	14:00	19:00	Recogida dorsales y bolsa	Lago de Carucedo
Sábado	16:00	19:30	Control de material T1 (Material ciclismo y natación- ***Llevar DNI***)	Lago de Carucedo
Sábado	19:30	20:30	Información Técnica y resolución de dudas	Lago de Carucedo
Domingo	06:00	07:30	Apertura de T2 para dejar material de carrera	T2 en Villafranca del Bierzo
Domingo	06:30	--	Salida BUS 1 hacia T1	Jardín de la Alameda de Villafranca del Bierzo
Domingo	07:30	--	Salida BUS 2 hacia T1	Jardín de la Alameda de Villafranca del Bierzo
Domingo	09:00		SALIDA MASCULINA	Lago de Carucedo
Domingo	09:02		SALIDA FEMENINA	Lago de Carucedo
Domingo	09:05		SALIDA PROMOCIÓN RELEV.CORP.	Lago de Carucedo
Domingo	14:50		CIERRE DE META	Villafranca del Bierzo
Domingo	15:00		Entrega de trofeos	Villafranca del Bierzo

MATERIAL

SE SUMINISTRA POR ORGANIZACIÓN:

-Dorsal de pecho/espalda para llevar sólo en ciclismo y carrera,
(obligatorio llevarlo sólo en estos segmentos) ***Federados de CyL tienen el suyo ya en propiedad*

-Gorro de natación ***Federados de CyL tienen el suyo ya en propiedad*

-Bolsa para llevar material a la T2 (***opcional, hay que solicitarla***)

CONTROL DE MATERIAL EN T1 EN EL QUE SE REVISARÁ:

-IDENTIDAD, (necesario llevar documento acreditativo con foto)
-Casco de bici, integridad del mismo y que cierre correctamente
-Correcto taponamiento de extremos del manillar
-Inexistencia de elementos peligrosos

EL CHIP SE SUMINISTRARÁ A LOS NO FEDERADOS Y A LOS FEDERADOS DE FUERA DE CASTILLA Y LEÓN EN LA MAÑANA DEL DOMINGO EN LA ENTRADA DE LA T1 (recordad devolverlo en meta o en caso de retirada para evitar el cobro por pérdida)

VISTA GENERAL CIRCUITOS

NATACIÓN: 2 VUELTAS - TOTAL 1500 m

CICLISMO: 1 TRAMO DE 29,8km + 2 VUELTAS A UN BUCLE DE 14,2km + TRAMO FINAL DE 1,8km=**TOTAL 60 km**

CARRERA: 3 VUELTAS DE 4,8km +ENLACES=TOTAL 15km

TIEMPOS DE CORTE

Punto de corte	Tiempo desde salida
Fin de natación	45´
Llegada al inicio de vueltas en el Bucle	**2h**
Fin de ciclismo	3h
Tiempo máximo en meta	5h45´

NATACIÓN

- -2 vueltas alrededor de 3 boyas, con salida lanzada desde la orilla parcialmente dentro del agua, bajo las instrucciones del Delegado Técnico y el organizador

- -Temperatura estimada del agua 19ºC *
  - **El uso de neopreno sería **PERMITIDO**, n*o obstante, la temperatura oficial se publicará 1h antes de la salida

NATACIÓN

NATACIÓN: 2 VUELTAS

1ªBOYA TRAS LA SALIDA SE DEJA A DERECHA, LUEGO TODAS SE DEJAN A IZQUIERDA TODAS LAS VECES

TOTAL 1500 m

TRANSICIÓN 1

-Barra tradicional, todas las bicis orientadas hacia su pasillo

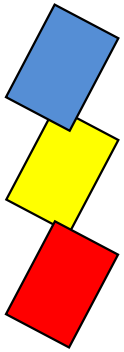
-ASEGURÉNSE DE CUAL ES SU PASILLO ANTES DEL INICIO DE LA PRUEBA PARA NO COMETER LA INFRACCIÓN DE PASAR BAJO BARRAS PARA IR A OTRO PASILLO

-Línea de monte antes de la carretera señalizada y controlada por oficial

LOS RELEVOS LO HARÁN DÁNDOSE DÁNDOSE Y ABROCHÁNDOSE CORRECTAMENTE EL CHIP CADA UNO EN SU PUESTO DE LA TRANSICIÓN ANTES DE INICIAR NINGUNA ACCIÓN DEL SIGUIENTE SEGMENTO

CICLISMO

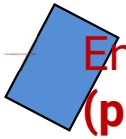
- -Tramo inicial de 29,8+ 2 vueltas a bucle de 14,2 km + tramo enlace final: Total 60 km
- -Penalty box en el tramo final de enlace, antes del desmonte, **DEBEÍS PARAR VOSOTROS, ALLÍ SI OS HAN PENALIZADO EN CICLISMO, NADIE OS AVISARÁ EN EL PENALTY**
- -Durante el segmento de ciclismo, los oficiales podrán mostrar 3 tarjetas diferentes (azul, amarilla y roja):



Infracción por *drafting*

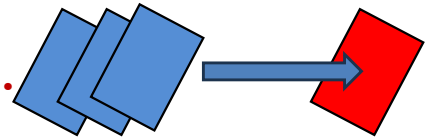
Otras infracciones (bloqueo a otros triatletas...)

Descalificación directa, (***en esta prueba tirar residuos fuera de zona***, además de las habituales que recoge el reglamento)



- En el caso de recibir una **tarjeta azul**, debes detenerte en el *Penalty Box* durante **5 minutos (por cada tarjeta recibida).**

- En el caso de recibir una **tarjeta amarilla**, debes detenerte en el *Penalty Box* durante **30 segundos (por cada tarjeta recibida).**
- **3 tarjetas azules será descalificación.**



CICLISMO

Distancia legal de 12 m. entre bicicletas desde rueda delantera a rueda delantera, (como si hubiera 4 bicis o un autobús por medio).

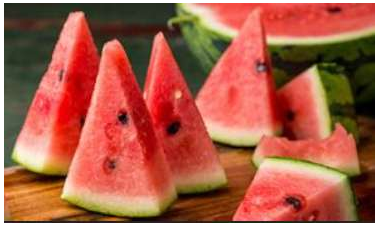
Zona de drafting entre bicicleta y moto: 12m.
Espacio lateral entre bicis 3m, salvo para adelantar

(Máximo 25 segundos para adelantar y salir de la zona de drafting del deportista que precede y nos ha adelantado, DEJÁNDONOS CAER LEVEMENTE EN EL RITMO HASTA DEJAR DISTANCIA)

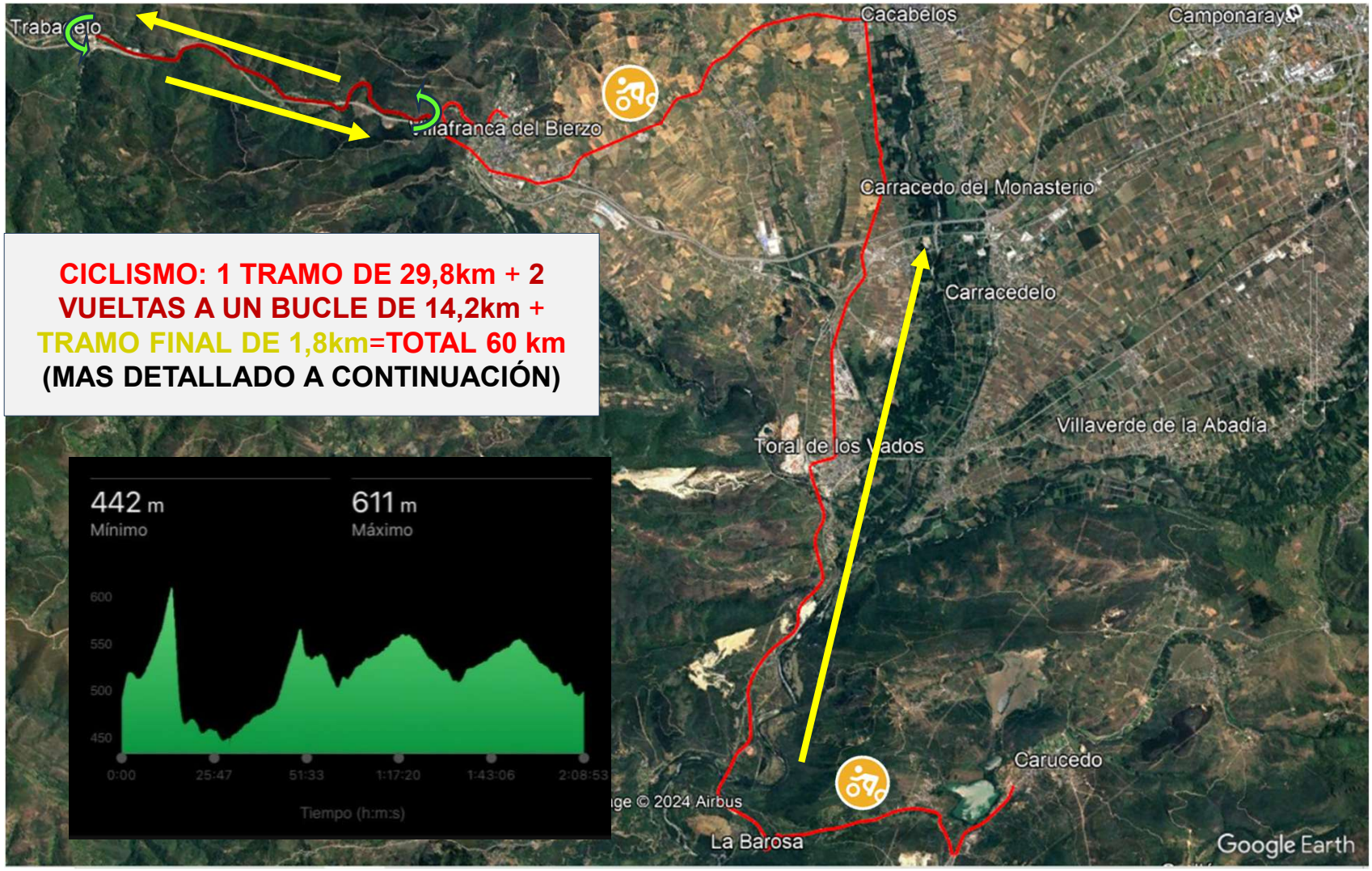
CICLISMO

AVITUALLAMIENTOS AL INICIO Y VUELTAS DEL BUCLE:

-Km 29,8
-Km 44
-Km 58,2



CICLISMO



CICLISMO: 1 TRAMO DE 29,8km + 2 VUELTAS A UN BUCLE DE 14,2km + TRAMO FINAL DE 1,8km=TOTAL 60 km
(MAS DETALLADO A CONTINUACIÓN)

CICLISMO

CICLISMO:

1 TRAMO DE 29,8km +
2 VUELTAS A UN BUCLE DE 14,2km +
TRAMO FINAL DE 1,8km
=TOTAL 60 km

Image © 2024 Airbus
Google Earth

CICLISMO

TRAMO FINAL HACIA VILLAFRANCA TRAS DAR 2 VUELTAS AL BUCLE

PUNTO DE INICIO O VUELTA AL BUCLE

TRAMO DE 29,5km DESDE T1 HASTA EL FIN DEL TUNEL DONDE EMPIEZAN LAS VUELTAS DEL BUCLE

Image © 2024 Airbus

Google Earth

TRIATLON CASTILLA Y LEÓN
www.triatloncastillayleon.com

TRANSICIÓN 2

PENALTY
BOX antes de la Línea de Desmonte

ÁREA DE TRANSICIÓN 2

PUNTO DE GIRO CARRERA O TRAMO DERECHA HACIA META

LOS RELEVOS LO HARÁN <u>DÁNDOSE Y ABROCHÁNDOSE CORRECTAMENTE EL CHIP</u> CADA UNO EN SU PUESTO DE LA TRANSICIÓN ANTES DE INICIAR NINGUNA ACCIÓN DEL SIGUIENTE SEGMENTO

Image © 2024 Airbus

Google Earth

CARRERA

- -3 vueltas + tramo final a meta: Total 15 km
- -Puntos de control de paso con oficial y/o chip

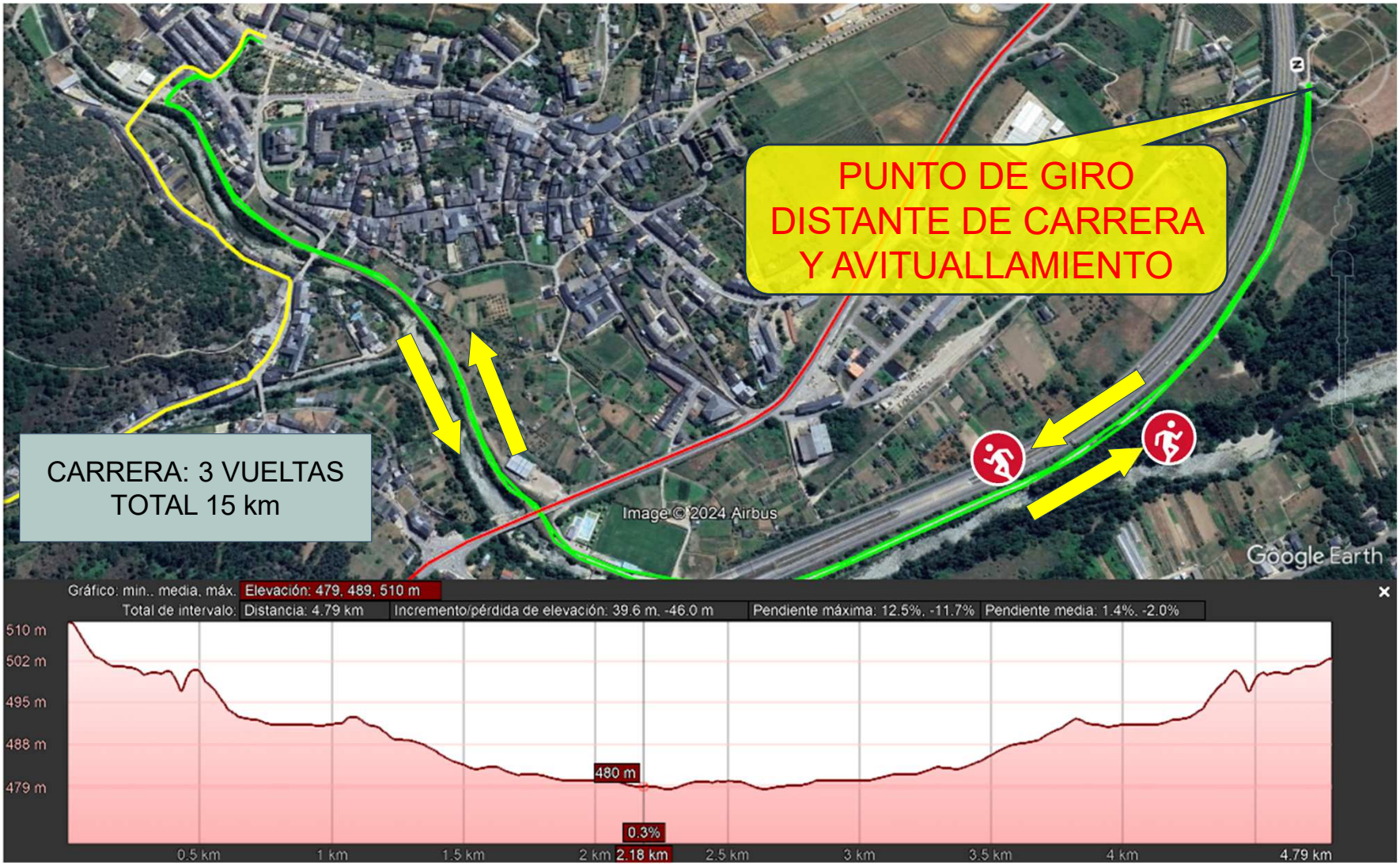
AVITUALLAMIENTOS

Habrá un total de 3 avituallamientos, en los siguientes puntos kilométricos:

2,5km – 7,5km – 12,5km

TRIATLON
CASTILLA
Y LEÓN
www.triatloncastillayleon.com

CARRERA


PUNTO DE GIRO
DISTANTE DE CARRERA
Y AVITUALLAMIENTO
CARRERA: 3 VUELTAS
TOTAL 15 km
Image © 2024 Airbus
Google Earth
Gráfico: min., media, máx. Elevación: 479, 489, 510 m
Total de intervalo: Distancia: 4.79 km
Incremento/pérdida de elevación: 39.6 m, -46.0 m
Pendiente máxima: 12.5%, -11.7%
Pendiente media: 1.4%, -2.0%
510 m
502 m
495 m
488 m
479 m
480 m
0.3%
0.5 km
1 km
1.5 km
2 km
2.18 km
2.5 km
3 km
3.5 km
4 km
4.79 km

META

ENTRADA A META
TOMANDO ENLACE FINAL
EN EL PUNTO DE INICIO DE
VUELTAS

PUNTO DE GIRO
CARRERA O
TRAMO DERECHA
HACIA META

PREVISIÓN METEREOLÓGICA

	sáb. 31				dom. 01		
	00–06 h	06–12 h	12–18 h	18–24 h	00–12 h	12–24 h	
	17ºC	31ºC	30ºC	19ºC			
ón							
	0%	0%	0%	0%	0%	10%	
ovincia (m)							
dima (ºC)							
	16 / 33				15 / 29		
ento (km/h)							
	NO 5	C 0	NO 15	C 0	O 10	NO 15	
	9				8		

Fuente: Aemet