



REUNIÓN TÉCNICA

**SERTRI VIGO
SUPERSPRINT
RELEVOS
TRIATLON DE LA MUJER
PARATRIATLÓN
2014**

HORARIOS



SÁBADO 18.00-20.00

DOMINGO 7.45-13.00

8.00

9.00

11.30

12.30

12.32

13.30

14.15

Secretaria

Control de Material

Salidas Sprint Masc./Fem.

Flash

Salidas SuperSprint Masc/Relevo

Triatlón de la Mujer

Kids

Entrega de Premios

SERVICIOS

Y OBSERVACIONES



- ⊗ **El chip debes colocártelo en el tobillo izquierdo para que nos se nos enganche con los platos de la bicicleta.**
- ⊗ **Has de estar en cámara de llamada al menos 15 minutos antes de la hora de salida, por lo que te recomendamos que llegues entre una hora y hora y media antes de la salida para que tengas tiempo de retirar el dorsal, pasar el control de material, dejar el material en el área de transición y llegar en hora a la cámara de llamada.**
- ⊗ **En el área de transición tan sólo puedes dejar el material que vayas a utilizar durante la competición: casco, dorsal, bicicleta, etc. El resto deberás dejarlo en el guardarropa.**
- ⊗ **Habrà las siguientes clasificaciones de los tres primeros clasificados de cada prueba del programa, tanto en Masculino como en Femenino.**
- ⊗ **En la ceremonia de entrega de premios, tendrán medalla los tres primeros de cada clasificación**



Área de Transición

- ⌘ **Revisión de la bicicleta**
- ⌘ **Revisión del casco**
- ⌘ **Revisión de los dorsales**
- ⌘ **Revisión del gorro de natación**
- ⌘ **Revisión del marcaje**
- ⌘ **Entrega de chip**



Atletas en posición:

- ⌘ **La salida se dará en cualquier momento una vez el DT diga “A sus puestos”**
- ⌘ **Bocina de gas**
- ⌘ **Inicio de la competición**



Ejemplo 1

- **Sonará varias veces la bocina**
- **Todos los atletas deberán regresar a la zona de salida**

Ejemplo 2

- **Si alguien sale antes de la bocina y el resto de los atletas lo hacen con la bocina, el atleta que ha provocado la salida nula tendrá una penalización de 15 segundos en la T1**

RECORRIDOS



Natación

 **1 vuelta de 300 m**

Ciclismo

 **2 vueltas de 5 km**

Carrera a pie

 **1 vuelta de 2,5 km**



RECORRIDOS



Área de Transición (verde): Aparcamiento playa de Samil.

Circuito de natación (amarillo): Circuito a una vuelta que se desarrollará en la Playa de Samil.

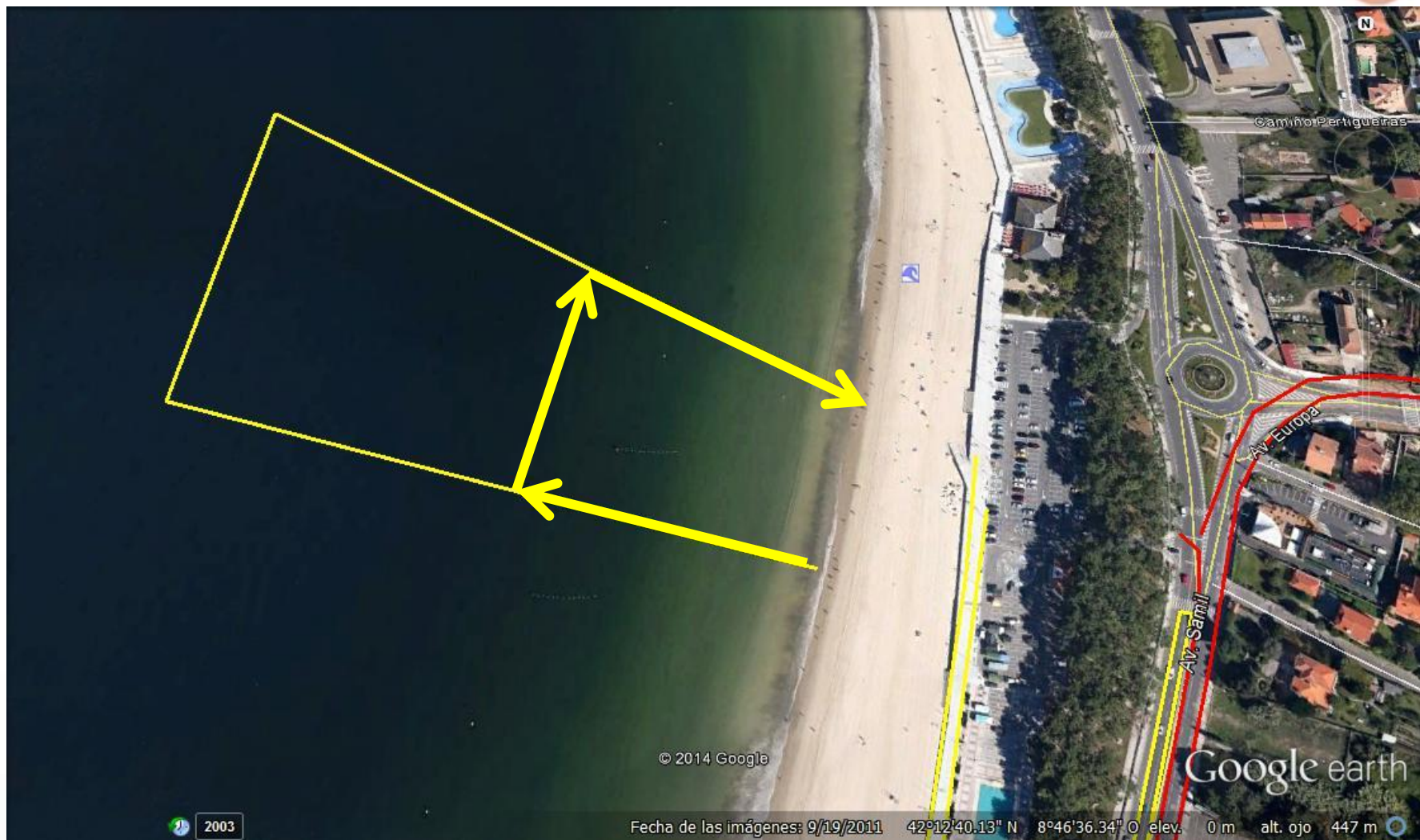
Circuito de Ciclismo (rojo): CUATRO VUELTAS, con salida desde el aparcamiento de la Playa de Samil, se gira a la derecha por la Avenida de Samil (PO 324) hacia la salida de la ciudad, haciendo un giro de 180° justo antes de la confluencia con el parking del Polideportivo ubicado frente a Rua Canido. Se gira a la derecha tomado la Avda. de Europa por el carril más próximo a la derecha. Se hace un giro de 180° antes del cruce con la calle Teixugueiras, volviendo por el carril pegado al de ida en sentido contrario, dejando los otros dos carriles dirección a la Playa para el tráfico. Al llegar a Avda. Samil se vuelve a girar a la izquierda (rotondo por la izquierda) y se inician las siguientes vueltas o se entra a transición

Circuito carrera a pie (amarillo): DOS VUELTAS EN UN RECORRIDO DE IDA Y VUELTA CON SALIDA DEL APARCAMIENTO DE LA PLAYA DE SAMIL, SALIENDO POR EL PASEO MARÍTIMO HASTA EL FINAL, PARA TOMAR LA AVDA. DE SAMIL EN SENTIDO CONTRARIO, Y REHACER EL CAMINO PARA VOLVER AL PUNTO DE INICIO



- o **1 vuelta de 300 m**
- o **Temperatura del agua <_°C>**
- o **Neopreno estará permitido si la temperatura del agua es inferior a 22°C**
- o **Sistema de salida: desde el pontón**

NATACIÓN



ÁREA DE TRANSICIÓN



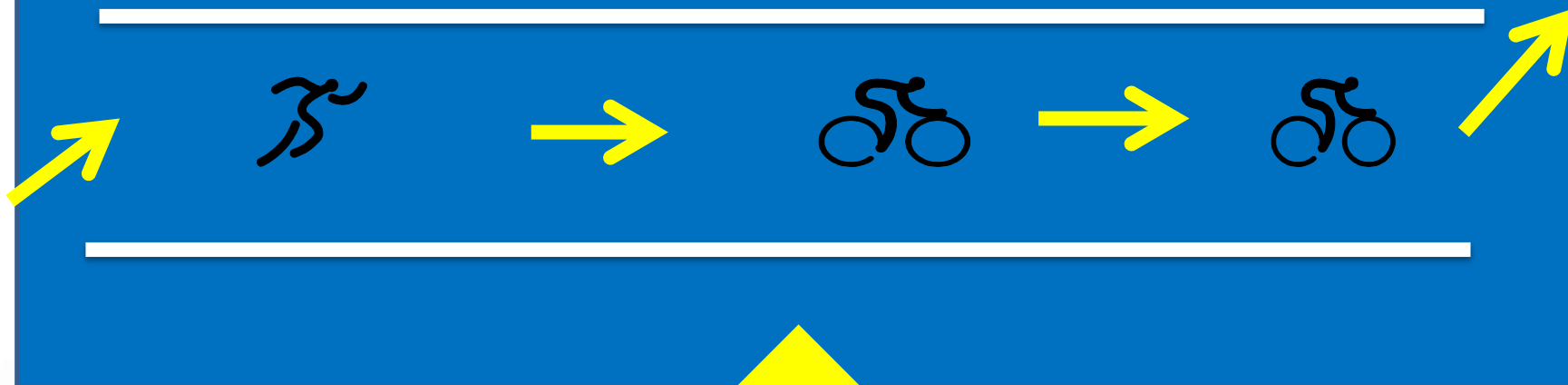
- o **Soportes Barra tradicional**
- o **Zapatillas frente a la caja**
- o **Casco en la bicicleta**
- o **Bolsas al guardarropa**
- o **Línea de montaje al final de la transición**

ÁREA DE TRANSICIÓN | CIRCULACIÓN



Entrada al Área
de Transición

Salida del Área
de Transición



**PROHIBIDO MONTAR
DENTRO DEL ÁREA DE
TRANSICIÓN**



- ❏ **2 vueltas de 5 km**
- ❏ **Circuito con ligera subida y bajada por vuelta**
- ❏ **2 giros de 180° por vuelta**

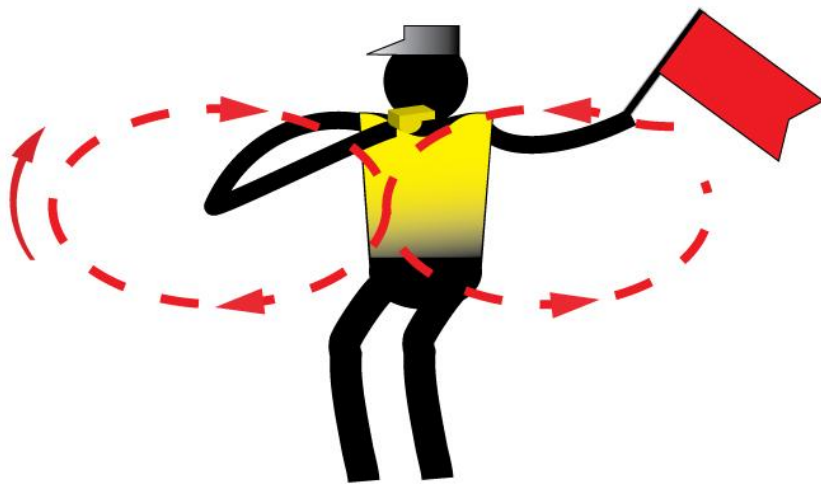
CICLISMO



PRECAUCIÓN



🚲 **En caso de ver a los voluntarios con silbato y bandera roja**

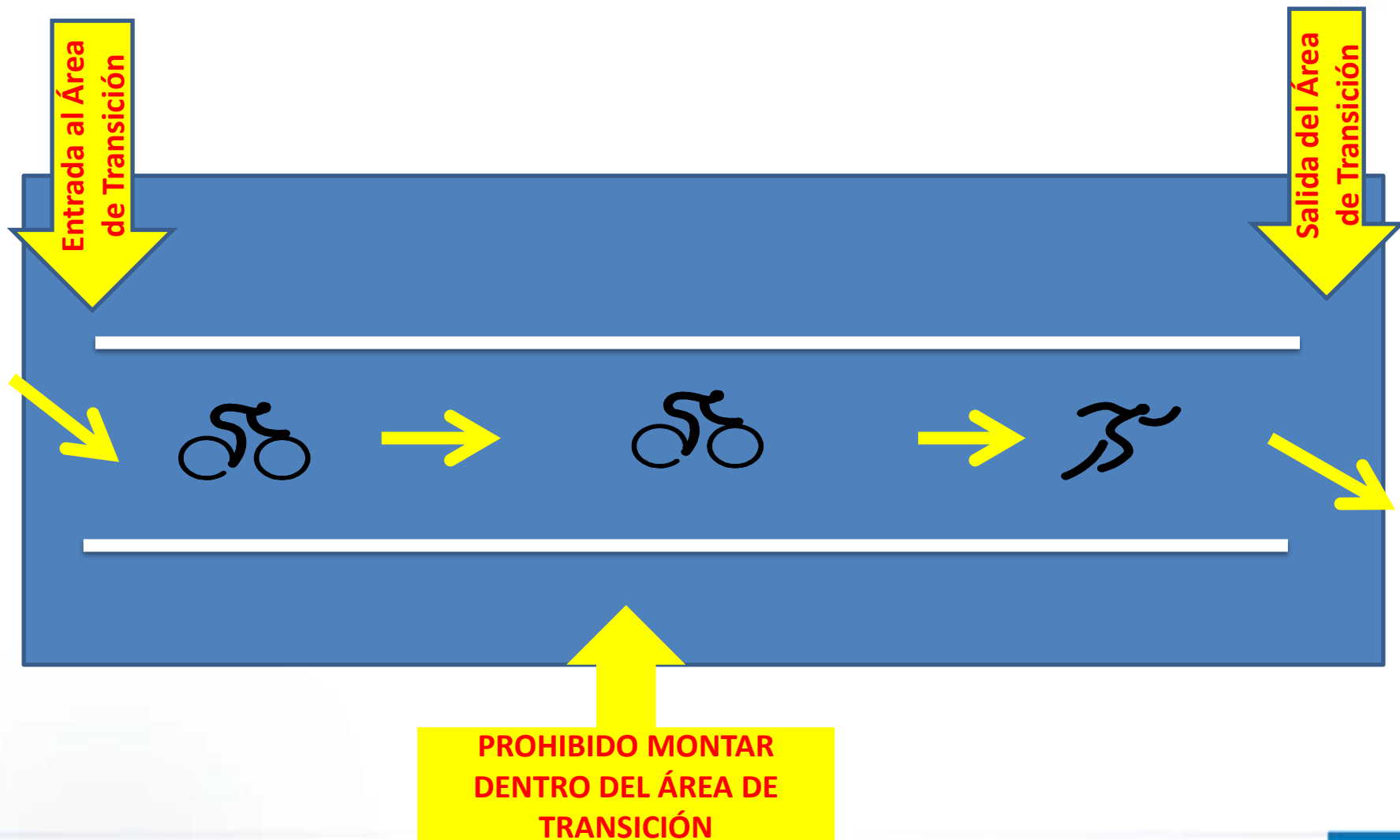


CARRERA A PIE

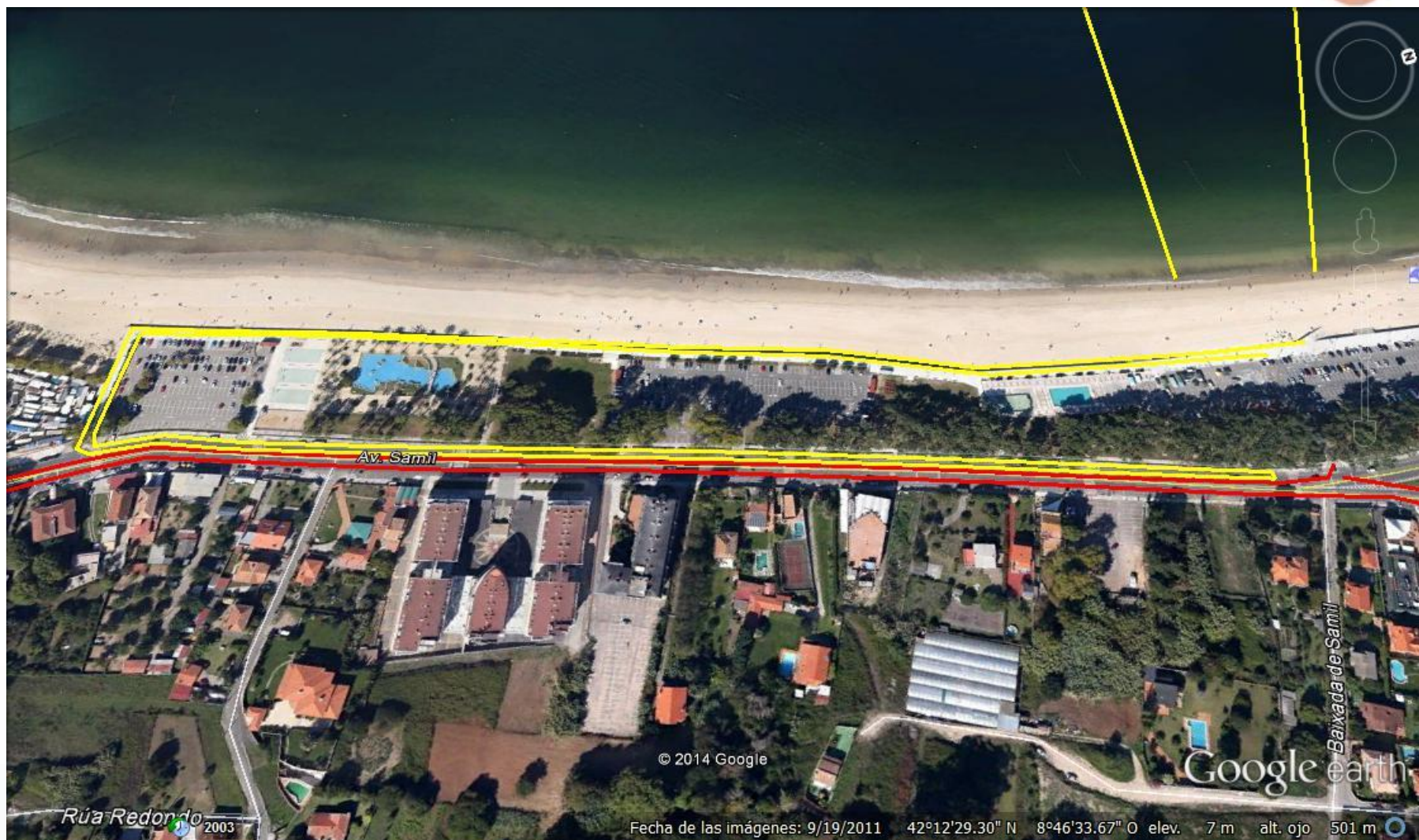


- o **1 vuelta de 2,5 km**
- o **Plano y no técnico**
- o **Al finalizar ir a la zona de recuperación**

ÁREA DE TRANSICIÓN | CIRCULACIÓN



CARRERA A PIE



¡¡ BUENA SUERTE !!

Somos Triatlón