

# **X TRIATLÓN DE BENALMÁDENA**

**13 DE MAYO 2023**



# ÍNDICE

## PROYECTO DE LA PRUEBA

1. Nombre de la prueba y número cronológico de la edición.....	3
2. Reglamento de la prueba.....	3
3. Croquis preciso del recorrido, fecha de celebración, itinerario, perfil, horario probable de paso por los distintos puntos determinantes del recorrido y promedio previsto tanto de la cabeza de la prueba como del cierre de ésta.....	5
4. Identificación de los responsables de la organización.....	16
5. Medidas Covid 19.....	16
6. Número aproximado de participantes previstos.....	17
7. Proposición de medidas de señalización de la prueba y del resto de los dispositivos de seguridad previstos en función del personal auxiliar habilitado.....	17
8. Plan de voluntariado.....	27
9. Estudio de la viabilidad económica de la prueba.....	29
10. Seguros de la prueba y participantes.....	30

## BORRADOR DE PLAN DE AUTOPROTECCIÓN

1. Evaluación de riesgos.....	31
2. Plan de seguridad. ....	32
3. Dispositivo médico. ....	34
4. Plan de evacuación. ....	36
5. Dispositivo de comunicación. ....	37

## PROYECTO DE LA PRUEBA

### 1. NOMBRE DE LA PRUEBA Y NÚMERO CRONOLÓGICO DE LA EDICIÓN

X Triatlón de Benalmádena (Décima edición)

### 2. REGLAMENTO DE LA PRUEBA

#### Artículo 1: FECHA Y LUGAR DE CELEBRACIÓN.-

El X Triatlón Benalmádena se celebrará el sábado 13 de mayo de 2.023 a las 17'00 horas, con salida y meta en el Puerto Deportivo de Benalmádena (Málaga).

Protocolo Covid de la Federación Andaluza de Triatlón según se establezca para esa fecha.

#### Artículo 2: CARÁCTER Y DISTANCIAS DE LA PRUEBA.-

Las distancias a recorrer por los participantes serán las contempladas por el Reglamento Oficial de Competición para las Pruebas "sprint", siendo las siguientes: 750 metros de natación, 20 Km. de bicicleta y 5 Km de carrera a pie.

#### Artículo 3: TIEMPOS DE CORTE-

El sector de ciclismo del Triatlón de Benalmádena se desarrolla totalmente cerrado al tráfico, con las consiguientes molestias para los conductores y residentes de la zona. La experiencia adquirida en años anteriores aconseja imponer unos tiempos mínimos de corte con el objetivo de minimizar esta problemática y facilitar el trabajo de la policía a efectos de regulación del tráfico:

*Los participantes dispondrán de un tiempo de 1h10' para completar los dos primeros segmentos (natación más ciclismo). Aquellos atletas que no puedan cumplir esta condición serán invitados a entregar su dorsal a los organizadores y abandonar la prueba.*

#### Artículo 4: CATEGORÍAS (Masculino y femenino).-

#### Artículo 5: INSCRIPCIONES.-

- Se pone a disposición de los triatletas 400 plazas. Si este cupo se sobrepasara se habilitará una lista de espera para las posibles bajas.

La organización se reserva hasta un máximo del 5 % del total por compromisos publicitarios y de club.

- Las inscripciones se llevarán a cabo a través de la página web [www.triatlonbenalmadena.es](http://www.triatlonbenalmadena.es).
- El plazo de inscripción finalizará el día 10 de mayo, en el caso de que aún quedasen plazas libres.
- El precio de la inscripción será de **26 EUROS PARA FEDERADOS Y DE 33 EUROS PARA NO FEDERADOS.**
- Los participantes menores de edad deberán presentar la autorización paterna firmada, según el modelo que se adjunta en la web, en el momento de recoger el dorsal.

#### Artículo 6: RECOGIDA DE DORSALES

Los horarios y lugares de recogida de dorsales se anunciarán en la página web de la prueba [www.triatlonbenalmadena.es](http://www.triatlonbenalmadena.es) con suficiente antelación.

#### Artículo 7: CONTROL Y CRONOMETRAJE.-

El control de la prueba estará a cargo del Colegio Andaluz de Jueces de la Federación Andaluza de Triatlón y la empresa de cronometraje contratada.

#### Artículo 8: DISPOSICIONES REGLAMENTARIAS BÁSICAS.-

Esta prueba se rige por la normativa recogida en la Federación Española de Triatlón. Esta normativa es de obligado cumplimiento para los triatletas. Pueden consultarla en [www.triatlonandalucia.org](http://www.triatlonandalucia.org)

#### Artículo 9: AVITUALLAMIENTO Y SERVICIOS SANITARIOS.-

Habrá avituallamiento líquido a lo largo del segmento de carrera a pie y en la llegada. Los servicios sanitarios de la prueba podrán ordenar la retirada de aquellos participantes que no deban iniciar o continuar la competición por problemas de salud.

#### Artículo 10: PREMIOS Y TROFEOS.-

- *Para todos los participantes:* Camiseta conmemorativa de la prueba a todos los participantes
- *Premios en metálico:* Sólo para federados en triatlón (aprobado en la asamblea de 2006).

#### **INDIVIDUALES MASCULINOS:**

1º 300 – 2º 140 – 3º 80

#### **INDIVIDUALES FEMENINOS:**

1ª 300 – 2ª 140 – 3ª 80

Los premios en metálico sólo se entregarán al interesado inmediatamente después de la entrega de premios, posteriormente se perderán todos los derechos. 3

La entrega de trofeos se realizará al aire libre y solo podrán asistir los participantes al evento.

- *Trofeos (no acumulables):*

#### **INDIVIDUALES ABSOLUTOS**

- Los tres primeros absolutos masculinos.

- Las tres primeras absolutas femeninas.

#### **INDIVIDUALES CATEGORÍAS**

- Los tres primeros categorías masculinos:  
CDM-JNM-23M-SNM-V1M-V2M-V3M-V4M-V5M.
- Las tres primeras categorías femeninas:  
CDM-JNF-23F-SNM-V1F-V2F-V3F-V4M-V5M

#### **EQUIPOS**

- Los tres primeros Masculinos.
- Los tres primeros Femeninos.

Los trofeos sólo se entregarán al interesado inmediatamente después de la entrega de premios, posteriormente se perderán todos los derechos.

#### Artículo 11: DISPOSICIÓN FINAL.-

La Organización declinará toda responsabilidad sobre daños o lesiones que la participación en esta prueba pueda causar a los deportistas inscritos. La inscripción supone la aceptación de éste y de todos los artículos expuestos, si bien para todo lo no previsto en él decidirá la Entidad Organizadora en conjunto con el Delegado Técnico de la Prueba. No obstante, en el momento de formalizar la inscripción, el deportista deberá aceptar una DECLARACIÓN JURADA donde, entre otros puntos, declare conocer y aceptar el Reglamento Oficial de Competición, encontrarse en perfectas condiciones de salud y entrenado para afrontar la prueba.

Los atletas autorizan a los organizadores del evento a la grabación total o parcial de la participación en el mismo mediante fotografías, películas, televisión, radio, video y cualquier otro medio conocido o por conocer y ceden todos los derechos relativos a su explotación comercial y publicitaria que consideren oportuno ejercitar, sin derecho por su parte a recibir compensación.

### **3. CROQUIS PRECISO DEL RECORRIDO, FECHA DE CELEBRACIÓN, ITINERARIO, PERFIL, HORARIO PROBABLE DE PASO POR LOS DISTINTOS PUNTOS DETERMINANTES DEL RECORRIDO Y PROMEDIO PREVISTO TANTO DE LA CABEZA DE LA PRUEBA COMO DEL CIERRE DE ÉSTA.**

#### **A) RECORRIDO DE NATACIÓN Y ÁREA DE TRANSICIÓN**

- *Distancia:* 750 metros
- *Itinerario:* El diseño del segmento de natación rompe con los recorridos natatorios tradicionales de los triatlones sprints, proponiendo una espectacular natación lineal que parte de la arena de la enorme Playa de Malapesquera para finalizar en las magníficas instalaciones del Club Náutico Marítimo de Benalmádena.
- *Duración estimada del segmento acuático:* 30 min
- *Presentación gráfica del recorrido paso a paso:*



El recorrido de este circuito de natación permitirá a los espectadores un seguimiento envidiable del mismo, ya que desde las amplias y elevadas terrazas descubiertas del Club Náutico podrán seguir la salida de los triatletas, su aproximación a los espigones y su salida del agua por la rampa del mismo. Y todo ello sin apenas moverse del sitio.

Salida por la rampa del Club Náutico buscando el área de transición.



El área de transición estará situada en los aparcamientos, en las inmediaciones de Capitanía Marítima y muy cerca del arco de meta, de la salida de la playa y de la rampa de salida del agua,

## B) RECORRIDO DE CICLISMO

- *Distancia:* 2 vueltas a un circuito de 10 kilómetros

- *Itinerario:* Una vez fuera del agua los triatletas se dirigirán al área de transición situados junto a Capitanía para coger su bicicleta y salir de Puerto Marina por C/ San Juan Sebastián Elcano, rotonda de Torre Bermeja hacia Avenida Alay y salida por el túnel en la rotonda de Plaza Solymar. Allí se tomará la N-340 dirección Fuengirola hasta la altura de la rotonda de los molinillos, donde se dejará la N 340 para subir por Avenida García Lorca hasta las inmediaciones de la rotonda del Club de Hielo. Allí los participantes darán un giro de 180º para volver a bajar por Avenida García Lorca y una vez en la rotonda de los molinillos se tomará de nuevo la Avda Antonio Machado en dirección Fuengirola hasta llegar a la rotonda de Flatotel, donde se realizará un giro de 180º para realizar el mismo recorrido a la inversa hasta la rotonda de Solymar, pero sin subir Avda García Lorca a la vuelta, dando por terminada la primera de las dos vueltas que deberán realizar. La segunda vez que se complete este recorrido se vuelve a Puerto Marina por Avenida Alay y C/ San Juan Sebastián Elcano (mismo recorrido de salida). Durante el tránsito por la N340 los carriles superior dirección Fuengirola se utilizarán en este mismo sentido. Los carriles inferiores dirección Málaga también estarán cerrados al tráfico pero los triatletas, a partir de rotonda los molinillos, sólo podrán utilizar el carril izquierdo (a excepción de la entrada en Puerto Marina cuando hayan completado las cuatro vueltas) y se dejará el carril derecho libre como zona de seguridad habilitada a los servicios de policía y ambulancia.

- *Distancia total del recorrido:* 20 kilómetros

- *Duración estimada de cierre del circuito al tráfico:* 1 hora y 30 minutos

- *Presentación gráfica del recorrido paso a paso:*

1. Se sale del área de transición en dirección Plaza Solymar, al final de la Calle San Juan Sebastián Elcano se utiliza la parte izquierda de la glorieta para subir la Avenida Alay, dejando el carril derecho para los triatletas que ya han completado las cuatro vueltas y vuelven a boxes a iniciar la carrera a pie. Los dos carriles de la derecha no se utilizarán para la prueba pero se dejarán exclusivamente para que los residentes de la zona puedan salir en dirección Puerto Marina. El acceso hacia la N-340 por la Avda Alay queda por tanto prohibido en sus cuatro carriles para evitar la confluencia de vehículos y ciclistas en la rotonda Solymar.

2. Al final de la Avenida Alay, los participantes se meterán por el túnel subterráneo de acceso al Puerto y saldrán en la N340 girando 180º para pasar la rotonda de Solymar dirección Fuengirola.



4. Durante la circulación por la N-340 se utilizarán los dos carriles superiores en dirección Fuengirola, pero sólo el carril izquierdo en dirección Málaga.



5. El recorrido por la N-340 transcurrirá desde la rotonda de Solymar hasta la rotonda de Flatotel, haciendo la subida a Avda Garcia Lorca en mitad del recorrido.



6. En la rotonda de “Los molinillos” se abandona la N-340 para subir por la Calle Federico García Lorca.



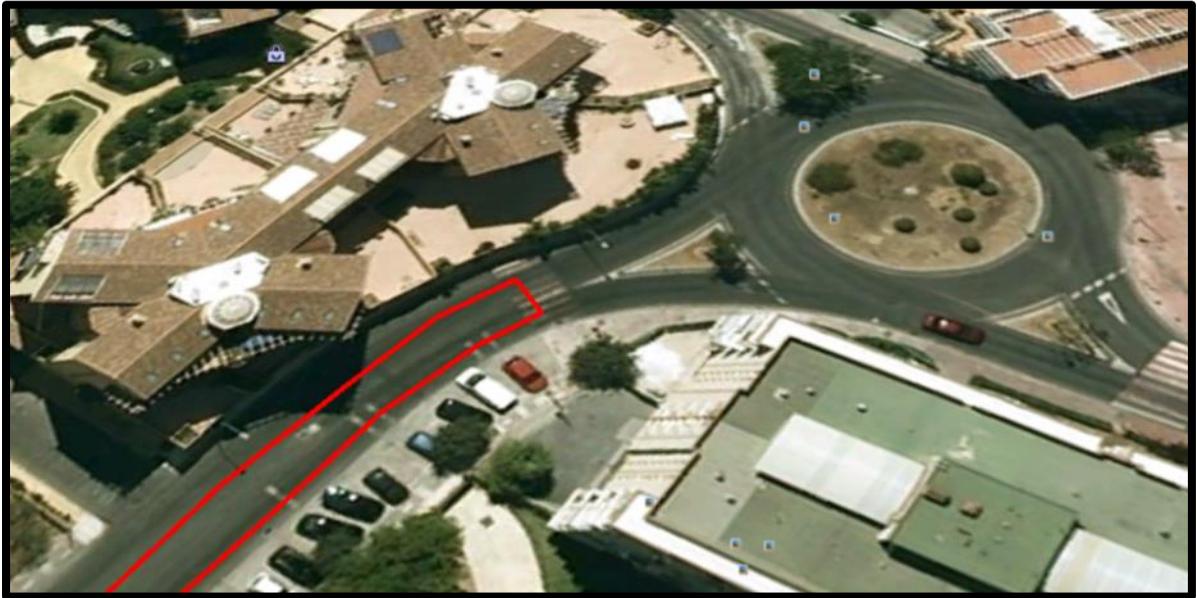
7. Los triatletas subirán la Avenida García Lorca utilizando un carril y medio y bajarán por el sentido de la marcha utilizando el resto de la calzada



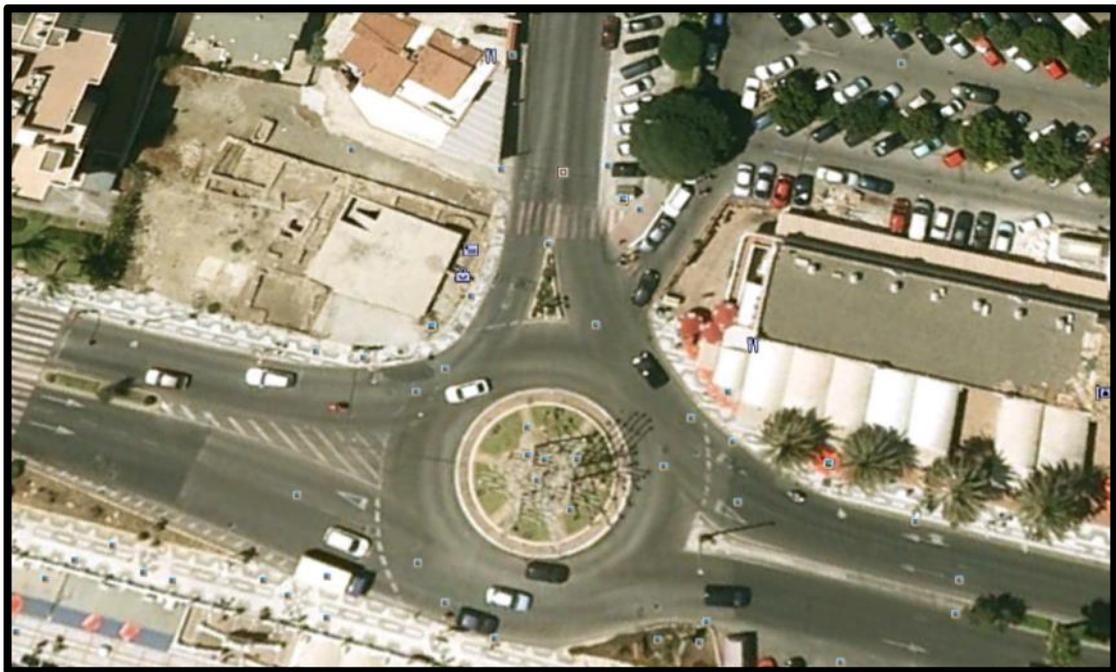
8. La subida a esta Avenida Federico García Lorca se prolongará hasta las cercanías de la glorieta del Club de Hielo.



9. A la altura del supermercado "Mercadona" los participantes giran 180º en una mini rotonda señalizada con conos y vuelven a bajar por la misma Avenida García Lorca.



10. Una vez descendida la Avenida García Lorca volvemos a la rotonda de “Los Molinillos” para volver a coger la N-340 en dirección Fuengirola, con flechas amarillas aparece el recorrido de los triatletas que suben y con flechas rojas los que bajan.



11. Se seguirá la Avenida Antonio machado en direccion Fuengirola hasta llegar a la rotonda de Flatotel, donde se realizará un giro de 180º para volver hasta solymar y empezar la segunda vuelta.



12. A la altura de la plaza Solymar confluyen los participantes que se incorporan por primera vez al recorrido (flechas verdes), y los que completan la primera vuelta (flechas amarillas) y aquellos que ya han completado las dos vueltas y vuelven al área de transición por Avda Alay y C/ Juan Sebastián



13. Finalmente, los participantes bajan por la avenida que está separada en dos por conos para los corredores que están saliendo, y entran en boxes dejando su bicicleta allí para iniciar el circuito de

carrera a pie.



### C) RECORRIDO DE CARRERA A PIE

- *Distancia:* 1 vuelta a un circuito de 5 kilómetros (ida y vuelta)
- *Itinerario:* los triatletas saldrán del área de transición situados en los aparcamientos, desde allí saldrán corriendo rodeando los atraques que rodean la zona de aparcamientos para posteriormente internarse en el paseo del puerto, salida a los aparcamientos junto a discoteca Kaleido, una vez rodeados los atraques cogen dirección a la recta del espigón, donde tendrán que hacer una vuelta en forma de "M" señalizada con 4 carriles, al final harán un giro de 180º y vuelta para hacer el recorrido en dirección contraria 100 metros, se vuelve a girar en un cono para volver al final del espigón, y dar la vuelta ya para encarar de nuevo la entrada al puerto.
- *Distancia total del recorrido:* 5 kilómetros
- *Duración estimada de ocupación del recorrido:* 1 hora y 15 minutos
- *Presentación gráfica del recorrido paso a paso:*

1. En la siguiente imagen se aprecia el recorrido completo de la carrera a pie, la cual parte del área de transición en los aparcamientos y recorre los diferentes atraques del puerto para internarse finalmente en la zona comercial de Puerto Marina, adentrarse en el espigón, hacer el bucle en forma de "M" y realizar una última vuelta por la zona este del puerto para volver en dirección contraria.



2. Los participantes salen del área de transición corriendo por la parte de atrás y se rodean los atraques del puerto por el carril existente entre los aparcamientos y el agua.

3. En el recorrido por el paseo marítimo, por tanto, hay triatletas corriendo en ambas direcciones delimitadas por conos.



4. Una vez recorrido el paseo del Puerto y la zona del espigón, el triatleta hace el mismo recorrido en dirección opuesta, pasa cerca del área de transición y busca la recta de meta girando a la derecha tal y como se muestra en la siguiente imagen:



#### D) PREVISIÓN DE HORARIOS

- *Duración completa de la prueba:* 1h para el primero y 2h10' para el último
- *Natación:* 11' para el primero y 25' para el último
- *Ciclismo:* 32' para el primero y 1h para el último
- *Carrera:* 16' para el primero y 55' para el último

#### 4. IDENTIFICACIÓN DE LOS RESPONSABLES DE LA ORGANIZACIÓN

- *Entidad responsable de la organización:* Club Triatlón Benalmádena, CIF G92866789, Avda Ciudad de Melilla Plaza Mayor 11, 29631.
- *Director de competición:* David Ramos Nateras, Teléfono móvil 626596730
- *Responsable de seguridad vial:* Francisco Moral Torres, Teléfono móvil 630457900
- *Responsable segmento marítimo:* Raúl Cortés Vallejo, Teléfono móvil 667741110
- *Responsable segmento carrera a pie:* Fermin Jimenez Moreno , Teléfono móvil 670315751
- *Responsable área de transición:* Manuel Moreno Sanchez-Moraleda, Teléfono móvil 608599499
- *Responsable protocolo covid:* Ivano Toniolo, telefono movil 645837275

## 5. MEDIDAS COVID-19

- Es obligatorio el uso de mascarilla hasta justo antes de tu salida y justo después de terminar la prueba.
- En todo momento debes de mantener la distancia interpersonal (2 metros)
- Solo se permiten bicicletas de formato tradicional y no está permitido ningún tipo de acople.
- En el segmento de natación es obligatorio mantener la distancia interpersonal, al igual que el contacto. El incumplimiento de esta norma podrá suponer la descalificación de la competición.
- El calentamiento en el agua, no estará permitido.
- En el segmento de ciclismo el “drafting” no está permitido, y la distancia a mantener es de 10 metros. El incumplimiento de esta norma podría suponer la descalificación del deportista. NO hay “Penalty Box” de ciclismo ni sanción de tiempo; solo es de aplicación Advertencia y Descalificación.
- En el segmento de carrera a pie es obligatorio mantener la distancia interpersonal durante el segmento de carrera de 4 metros, o correr con un ángulo de 45º para poder adelantar. El incumplimiento de esta norma podrá suponer la descalificación de la competición
- Estará restringido el acceso a la zona de competición para todo el público, pudiendo estar solamente en la zona los corredores con dorsal.
- Control de temperatura de los participantes.
- Se pondrán puntos de desinfección con gel hidroalcohólico en varios puntos.
- No habrá zona post carrera en la terraza.
- La entrada y salida de transición se hará de forma escalonada y controlada por la organización con el fin de evitar aglomeraciones:

## 5. NÚMERO APROXIMADO DE PARTICIPANTES PREVISTOS

Inscripción limitada a 400 participantes. Se espera cubrir el cupo de inscripciones a mediados de Marzo.

## 6. PROPOSICIÓN DE MEDIDAS DE SEÑALIZACIÓN DE LA PRUEBA, DISPOSITIVOS DE SEGURIDAD PREVISTOS Y FUNCIÓN DEL PERSONAL AUXILIAR HABILITADO

### A) MEDIDAS DE SEÑALIZACIÓN DE LA PRUEBA

Para la correcta señalización de los recorridos del Triatlón de Benalmádena se contará con vallas, conos y cintas de balizar. Este material será aportado por Ayuntamiento, policía local y club organizador con el objetivo de asegurar una cantidad adecuada de los mismos.

### B) DISPOSITIVOS DE SEGURIDAD PREVISTOS Y FUNCIONES

- Policía local. Se ocupan de cortar el tráfico y cerrar todos los cruces por donde transcurre el recorrido ciclista.
- Voluntarios de Protección Civil. Estarán colocados en aquellas zonas del circuito de menor responsabilidad, pero igualmente importantes para garantizar la seguridad de los participantes y ciudadanos: pasos de peatones, salidas de garajes, pasos elevados, etc. Todos ellos serán mayores de edad, con carnet de conducir en vigor e irán identificados con petos.

- Personal de la organización. Serán integrantes del Club Triatlón Benalmádena así como familiares y amigos de los mismos. Tendrán las mismas funciones que el voluntariado de protección civil e irán debidamente uniformados con camisetas identificativas y chalecos reflectantes para los que estén ubicados en el recorrido ciclista.

### C) PUNTOS PELIGROSOS DEL RECORRIDO

● **Segmento de ciclismo.** Se han identificado 18 puntos conflictivos en este segmento, los cuales se describen y localizan a continuación:

## **PUNTOS CONFLICTIVOS 1ª PARTE RECORRIDO CICLISMO**

### **ZONA 1 , AVDA ANTONIO MACHADO/GARCÍA LORCA**

1. Entrada Malapesquera.
2. Salida del vado del Puerto
3. Paso peatones Sea Life
4. Rotonda Elcano-Alay
5. Parking Torreomar
6. Peatones Alay y mediana
7. Entrada Parking Hotel
8. Entrada túnel
9. Salida túnel y giro
10. Salida de Parking solymar
11. Rotonda Solymar
12. Rotonda de Solymar
13. Peatones y giro al puerto
14. Salida parking
15. Entrada Arts Centre
26. Entrada Riviera-salida Villasol y Paso peatones
27. Avda Telefónica
28. Parking frente a Villasol
29. Entrada Villasol
30. Parking
31. Parking
32. Calle San Fermín
33. Paso peatones-entrada plaza y salida Aleysa
34. Av. La Roca
35. Salida parking privado
36. Parking carola
37. Paso peatones y mediana Santa Ana
38. Marcar giro y subida GªLorca
39. Paso peatones y parking sunny Beach
40. Parking Benalplaya
41. Calle entrada Cruz Roja
42. Paso peatones Av. parque y coches estacionados

- 16. Entrada plaza olé y paso peatones
- 17. Paso peatones y mediana Sirocco
- 18. Av. Mijas
- 19. Calle Hotel Sirocco
- 20. Salida hotel Triton
- 21. Entrada Hotel Triton
- 22. Parking Sirocco
- 23. Hotel Orfeo Azul
- 24. Salida Hotel Riviera

- 43. Vado García Lorca y coches estacionados
- 44. Paso peatones C. Capricornio
- 45. Salida Gasolinera
- 46. Giro fin de circuito/ cuentavueeltas

## PUNTOS CONFLICTIVOS 1ª PARTE RECORRIDO CICLISMO



## **ZONA 2 , AVDA ANTONIO MACHADO/ROTONDA FLATOTEL**

Salidas y entradas de vía.

S1 Entrada a la vía de servicio, que al mismo tiempo da salida a dos vados.

S2 Salida de la vía de servicio

S3 Entrada a la ES. M3

S4 Salida de la ES. M3

S5 Salida Avda Rocio Jurado

S6 Salida CI Albatros (McDonalds)

S7 Salida Avda Las Palmeras

S8 Entrada CI Paseo del cortijo (es dirección prohibida, así que no es posible incorporarse)

S9 Salida Pasaje del águila

S10 Salida del Hotel Los Patos

S11 Salida CI Salinas

S12 Salida Benalmadena Palace / Vistamar

S13 Salida CI Camelia

S14 Salida ES. Shell

S15 Salida Centro de salud Torrequebrada

S16 Salida Avda. Europa

S17 Salida Urb. CI Grecia

S18 Incorporación rotonda Flatotel

S19 Salida via de servicio CI Torrequebrada

S20 Salida Hotel Torrequebrada

S21 Salida Hotel Sunset Beach

V1 Vado Hotel Las Arenas

V2 Parking restaurante La Cala

V3 Parking Hotel Best Benalmadena

V4 Vado Aptos Avda del Sol

P1 Previo a rotonda de los molinillos dirección Málaga

P2 ES. M3

P3 Bil Bil

P4 McDonalds

P5 Merendero Joaquin Soler

P6 Chiringuito el Malagueño

P7 Burguer King

P8 Sunset Beach

P9 Supercor

P10 El coloso

P11 Hotel Torrequebrada

P12 Previo a la rotonda del Flatotel

## PUNTOS CONFLICTIVOS 2ª PARTE RECORRIDO CICLISMO



## VISTA 1



## VISTA 2



### VISTA 3



## VISTA 4



● **Segmento de carrera a pie.** Se han identificado 9 puntos conflictivos en este segmento que irán cubiertos por el siguiente personal:

1. Entrada a parking privado (1 voluntario)
2. Entrada parking y urbanización (1 voluntario)
3. Entrada a parking privado (1 voluntario)
4. Acceso peatonal desde la carretera principal (1 voluntario)
5. Entrada a urbanización (1 voluntario)
6. Acceso parking puerto marina (1 voluntario)
7. Acceso parking puerto marina 2 (1 voluntario)
8. Control paso de coches en parking (1 voluntario)
9. Giro carrera a pie (1 voluntario)
10. Giro bucle "M" (1 voluntario)



## 7. PLAN DE VOLUNTARIADO

Los voluntarios son imprescindibles para el desarrollo de toda organización. Por eso es importante disponer de buen número de ellos para gran cantidad de labores: puestos de avituallamiento, los cruces, los controles de paso en los circuitos con varias vueltas, etc.

### A) PERSONAL DISPONIBLE

Se estima que contaremos con un amplio y capacitado equipo de voluntarios que superará los cincuenta y que estará formado principalmente por:

- Protección Civil. Aportarán unos 25 voluntarios con gran experiencia en la celebración de pruebas deportivas en la localidad ya que suelen hacerlo durante todo el año. Sus funciones principales serán controlar los puntos peligrosos de los segmentos de ciclismo y carrera, además de la asistencia sanitaria durante la prueba.
- Triatletas del club. Serán unos 50 y se aprovechará su gran experiencia en pruebas triatléticas para informar al resto de voluntarios y cubrir aquellas zonas conflictivas junto con protección civil.
- Familiares y amigos de los triatletas. Serán unos 50 y se ocuparán de tareas más livianas como repartir los dorsales, avituallamientos, indicaciones durante la carrera a pie, etc.

-Aproximadamente los voluntarios estarán repartidos de la siguiente manera:

Sector natación: 20 voluntarios

Sector ciclismo: 40 voluntarios

Sector carrera: 20 voluntarios (los de la natación)

Avituallamientos, post meta, etc: 20 voluntarios

Todos los voluntarios serán fácilmente identificables como personal de la organización, para lo cual estarán vestidos con camisetas identificativas y gozarán de permiso para el acceso a los lugares que sean necesarios para desarrollar su labor. Además, tal y como recoge el Código de Circulación en su anexo II, todos los voluntarios asignados a cruces de tráfico serán mayores de edad y con carnet de conducir en vigor.

### B) COORDINACIÓN DEL VOLUNTARIADO

**Responsable del voluntariado: IVANO TONIOLO 645837275**

Todos los voluntarios estarán subordinados, además de al Delegado Técnico y director ejecutivo de la prueba, a un jefe de área dentro de cada segmento de la prueba. De esta forma será más fácil dar y recibir instrucciones precisas, y trabajar correctamente.

Todos los voluntarios serán instruidos previamente sobre su localización exacta durante la prueba y sus cometidos durante la realización de la misma. Además, tendrán una información clara del desarrollo general de la competición y del funcionamiento de todos sus aspectos, aunque luego sólo deban realizar las funciones para las que han sido designados. Asimismo, recibirán las oportunas instrucciones reglamentarias para no interferir en el desarrollo de la prueba, ni dar ventaja a ningún participante sobre los demás.

Antes de la prueba, se redactará un listado con todos los voluntarios de la prueba y cada uno de ellos será informado con suficiente antelación sobre su ubicación y funciones durante la prueba, quedando citados todos ellos antes de la prueba en un punto concreto para recibir la ropa identificativa y las últimas instrucciones antes de ocupar sus ubicaciones asignadas. La organización nombrará un encargado de coordinar el voluntariado y establecerá un plan de contingencia en previsión de cubrir posibles bajas de última hora.

Por último, todos los voluntarios serán reconocidos por su gran labor obsequiándoles con la camiseta técnica de la prueba, además del bocadillo y refresco correspondiente.

### C) FUNCIONES DEL VOLUNTARIADO

#### ZONA MATERIAL-EXPO

- ☑ Organizar el material en la zona de transición
- ☑ Ayuda a expositores con material y montaje

#### ZONA ENTREGA DE DORSALES

- ☑ Entregar bolsa del triatleta
- ☑ Marcar en lista la retirada del dorsal
- ☑ Informar a los triatletas y público en general cualquier aspecto vinculado con las características, horarios y programa del evento

#### ZONA DE GUARDARROPÍA

- ☑ Controlar la zona de guardarropa
- ☑ Organizar adecuadamente el material de los triatletas
- ☑ Vigilar y controlar el material ubicado en la zona
- ☑ Recoger y entregar el material de los triatletas de forma fluida

#### SEGMENTO DE NATACIÓN

- ☑ Organizar triatletas en cámara de llamadas si las hubiera.
- ☑ Ayudar en Salida de agua (Finalización segmento natación)
- ☑ Control del pasillo a la salida del agua, evitando la interferencia de público
- ☑ Informar de cualquier peligro o accidente que pueda ocurrir durante la prueba

#### ZONA DE TRANSICIÓN

- ☑ Ayudar a los jueces y oficiales de la Federación en el montaje y desmontaje de área de transición
- ☑ Ayudar a los jueces y oficiales de la Federación en el control del material
- ☑ Control en zona de salida triatletas transición
- ☑ Control en zonas de salida y entrada bici
- ☑ Control en zona de salida carrera
- ☑ Informar de cualquier peligro o accidente que pueda ocurrir durante la prueba

#### SEGMENTO CICLISTA

- ☑ Dirigir y controlar los pasos control de peatones
- ☑ Vigilar flujo ciclista en circuito, desvíos, curvas y rotondas
- ☑ Control el flujo de deportistas y público
- ☑ Informar de cualquier peligro o accidente que pueda ocurrir durante la prueba
- ☑ Informar a los responsables de conductas antideportivas
- ☑ Informar a los oficiales (identificados con uniformidad azul) de ayudas externas

## SEGMENTO DE CARRERA A PIE

Funciones a desarrollar:

- ☑ Controlar pasos de peatones y deportistas
- ☑ Vigilar el flujo atletas en circuito, desvíos y curvas
- ☑ Informar de cualquier peligro o accidente que pueda ocurrir durante la prueba
- ☑ Informar a los responsables de conductas antideportivas
- ☑ Informar a los oficiales (identificados con uniformidad azul) de ayudas externas

## ZONA DE META Y POST META

- ☑ Dirigir flujo de triatleta de meta a zona avituallamiento Post meta
- ☑ Ayuda al fotógrafo a captar ganadores para fotos y entrevista
- ☑ Colaborar con el servicio médico de la prueba para controlar cualquier incidencia o accidente que se pueda derivar de la práctica de la prueba.
- ☑ Informar de cualquier peligro o accidente que pueda ocurrir durante la prueba

## ÁREA DE AVITUALLAMIENTO

- ☑ Avituallamiento en carrera: dar líquidos a los participantes durante la prueba
- ☑ Avituallamiento post-meta: dar líquidos a los participantes que finalicen la prueba
- ☑ Control de la zona de avituallamiento
- ☑ Mantener limpias las zonas de avituallamiento
- ☑ Reponer el líquido y sólido en la zona de avituallamiento

## 8. ESTUDIO DE LA VIABILIDAD ECONÓMICA DE LA PRUEBA

Una vez analizadas con precisión todas las partidas de gastos e ingresos, el presupuesto aproximado del X Triatlón de Benalmádena es el siguiente:

CONCEPTOS	GASTOS	INGRESOS
Canon FATRI jueces y material	1200	
Canon FATRI por participante	750	
Servicio de cronometraje	1100	
Compra de Gorros	600	
Compra de camisetas técnicas	2500	
Trofeos	750	
Gastos cartelería (fotocall, cartel prueba, etc)	400	
Premios en metálico	1200	
Alquiler conos	500	
Comida y bebida post meta	1000	
Gastos varios (silbatos, fotocopias, chalecos, balizas...)	200	
Inscripciones de la prueba		400x26= 10400
<b>TOTAL</b>	<b>10200</b>	<b>10400</b>

## 9. SEGUROS DE LA PRUEBA

La prueba forma parte del calendario oficial de la Federación Andaluza de Triatlón y se realizará conforme a lo establecido en el Reglamento de Competiciones de la Federación Española de Triatlón, estando todos los participantes asegurados conforme a la normativa del Real Decreto 849/1993, de 4 de junio, por el que se determina las prestaciones mínimas del seguro obligatorio deportivo, con los seguros concertados para las pruebas oficiales de esta Federación.

- Seguro de accidentes: ALLIANZ

- Seguro de responsabilidad civil: BERKLEY

# PLAN DE AUTOPROTECCIÓN

## 1. EVALUACIÓN DE RIESGOS.

Los riesgos para los participantes son los derivados de la naturaleza de la prueba y para el público general las derivadas de las aglomeraciones, desplazamientos o aquellas otras derivadas de las circunstancias personales, estableciéndose las siguientes:

- PARTICIPANTES

Partiendo de la base de que habrá en las competiciones atletas de diversas clases, desde profesionales hasta atletas para los grupos de edad, de 15 a 65 años de edad y todos ellos se presupone que se encuentran preparados y capacitados para la realización de las pruebas establecidas según su categoría de edad, por lo que se entiende que el riesgo para la salud es bajo, sin embargo, debido a la competición y dureza de la misma, no se debe descartar completamente la existencia de posibles situaciones que requieran la intervención inmediata de los servicios de emergencia, tanto de asistencia como de evacuación de los distintos lugares donde se celebra la prueba, siendo los siguientes riesgos:

- Natación:

Hipotermia: Riesgo Bajo

Desfallecimiento: Riesgo Bajo

- Ciclismo:

Caída de los atletas: Riesgo Alto

Vertidos o incidencias en el circuito. Riesgo Bajo

- Carrera:

Caída de los atletas: Riesgo Bajo

Desfallecimientos u otros incidentes relacionados con el esfuerzo requerido por la competición

- Meta y Zona de Recuperación

Desfallecimientos: Riesgo Medio. Prever mantas térmicas ante la previsión de bajas temperaturas o incidencias climatológicas

Con la finalidad de evitar cualquier incidencia el Servicio Limpieza ejecutará con la antelación suficiente al control y limpieza de las zonas sensibles y acorde con el plan de ejecución de trabajos que se les reseñaran.

- PÚBLICO

Para el público en general no existen riesgos graves, solamente aquellos derivados de eventuales accidentes de tráfico o los derivados de las circunstancias de la salud, tanto de los espectadores como de los ciudadanos en general. En este sentido se deberá tener en cuenta las restricciones de tráfico establecidas en el acceso debido a las circunstancias de las competiciones, por lo que se diseñan las rutas de evacuación. Hay que tener en consideración que puede existir un factor de riesgo bajo, por caídas de espectadores en el agua.

## 2. PLAN DE SEGURIDAD.

El dispositivo de seguridad de la prueba estará compuesto por:

- ORGANIZACIÓN. Se deberá planificar y disponer de personal de Organización para el control y apoyo a la Policía Local, siguiendo sus instrucciones.
- POLICÍA LOCAL. Su colaboración es fundamental para cerrar al tráfico las calles necesarias y desviarlo por trayectos alternativos.
- SERVICIO DE ASISTENCIA SANITARIA. Será prestada por Protección Civil y por una ambulancia dotada con médico independiente.  
siguientes medios:
  - PROTECCIÓN CIVIL. Colaborará en las tareas de protección de los participantes y de los ciudadanos en las zonas asignadas siguiendo las instrucciones de la Organización, prestando así mismo cualquier otra misión dentro de su competencia y colaboración con otros servicios.
  - BOMBEROS. Serán los encargados de atender cualquier emergencia propia de sus funciones que se produzca en la ciudad. Deben estar informados de la actividad que se desarrolla.
  - CUERPO NACIONAL DE POLICÍA. Se harán cargo de la seguridad ciudadana ante cualquier alteración de la misma.
  - GUARDIA CIVIL DEL MAR. Serán informados de la realización de la prueba y podrán hacerse cargo de cualquier problema que surja durante el segmento acuático
  - VOLUNTARIOS. Colaborarán con la Organización en lo que se establezca, siendo entre sus funciones las siguientes relacionadas con la seguridad:
    - ☑ Colaboración en el cierre al tráfico de los circuitos
    - ☑ Informaran de los servicios de asistencia y evacuación establecidos en el presente Plan

Las medidas de seguridad específicas que se adoptarán durante los diferentes sectores serán las siguientes:

### A. DURANTE EL SEGMENTO DE NATACIÓN

El segmento de natación se ha diseñado en forma lineal, estando la salida ubicada en la playa, los participantes saldrán nadando en dirección oeste. La primera boya se deja a izquierda y los participantes girarán en ella 180º para volver a nadar en dirección este. La última boya tendrán que dejarla también a izquierda para alcanzar la rampa del Club Náutico que marca la salida del agua. Dicha rampa estará cubierta por una moqueta para facilitar la salida del agua. Para el balizamiento del segmento de natación se utilizarán 2 boyas de color amarillo de 1,50 metros de altura por 1 metro de anchura. Adicionalmente y para canalizar la salida del agua de manera correcta, se habilitarán corcheras.

El plan de actuación en el agua, requiere de los siguientes medios:

- 1 embarcación de seguridad cedida por Club Náutico Marítimo de Benalmádena, que llevará a un socorrista o ATS, y que se encargará de las evacuaciones que haya que realizar en el agua, caso que las hubiere. Esta embarcación siempre permanecerá en el interior del área de natación.
- 1 ó 2 piraguas: se colocará una guiando a la cabeza de carrera y otra impidiendo que éstos se desvíen hacia la bocana del puerto o hacia la zona de espigones.

Además, durante la semana previa se notificará la realización de la prueba a la Guardia Civil del mar, cuya comandancia está situada a escasos metros de la zona de natación, para que controlen el tráfico de las embarcaciones durante el segmento de natación.

#### **B. DURANTE LOS SEGMENTOS DE CICLISMO Y CARRERA**

Para garantizar la seguridad de este segmento se tomará como referencia el Real Decreto 1428/2003, de 21 de noviembre, por el que se aprueba el Reglamento General de Circulación para la aplicación y desarrollo del texto articulado de la Ley sobre tráfico, circulación de vehículos a motor y seguridad vial, aprobado por el Real Decreto Legislativo 339/1990, de 2 de marzo. (Anexo II del Reglamento General de Circulación).

Las medidas a adoptar serán las siguientes:

- El área de transición y meta estarán valladas para aumentar la seguridad de los participantes, ya que en las anteriores ediciones se ha observado un excesivo cruce por estas zonas por parte de los seguidores de la prueba.
- El control y orden de la prueba, tanto por lo que respecta a los participantes como al resto de usuarios de la vía, estará encomendado a los agentes de la autoridad o al personal de la organización habilitado, que actuará siguiendo las directrices de los agentes o del responsable de seguridad vial.
- Todos los participantes en una prueba deportiva estarán obligados al cumplimiento de las normas particulares de la prueba y a las que en un momento determinado establezca o adopte, por seguridad, el responsable de la prueba o la autoridad competente.
- Cuando un participante no se encuentre en condiciones para mantener el horario previsto para el último de los participantes o sobrepase el tiempo previsto de cierre de control de la actividad, será superado por el vehículo con bandera verde, que indica el final de la zona de competición, por lo que deberá abandonar la prueba con el fin de no entorpecer el tráfico automovilístico y el desarrollo de la propia actividad. En caso de continuar deberá cumplir las normas y señales, y será considerado un usuario más de la vía.
- La organización informará a los participantes sobre las particularidades y riesgos del recorrido por medio de la página web de la prueba y en la charla técnica que se realizará la misma mañana antes de comenzar la competición.
- La organización dispondrá de vehículos de apoyo suficientes, banderines y medios adecuados para la señalización del recorrido, tanto por lo que respecta a los participantes como al resto de usuarios.

- Los lugares peligrosos del recorrido estarán cubiertos con la presencia de personal de la organización y con instrucciones precisas del responsable de seguridad vial. Las señalizaciones serán retiradas o borradas una vez que pase el último participante y nunca serán colocadas de manera que provoquen confusión para la circulación rodada ajena a la actividad deportiva.
- La prueba irá precedida por un agente de la autoridad en su primera vuelta, para guiar a la cabeza de carrera y asegurarse que el recorrido se encuentra libre. Asimismo, ese mismo agente se colocará detrás del último participante en la última vuelta al circuito. Estará prohibida la circulación de vehículos en el espacio comprendido entre la bandera roja y la verde, excepto los vehículos autorizados expresamente y con la autorización situada en lugar visible.
- Sin perjuicio de ello, la organización podrá incorporar vehículos pilotos de protección que estarán dotados de carteles que anuncien el comienzo y el final de la prueba
- El director ejecutivo y el responsable de seguridad vial de la prueba deportiva será mayor de edad con carnet de conducir y estará en estrecho contacto con las fuerzas de seguridad mediante teléfono móvil. Previamente a la prueba, se realizarán todas las reuniones necesarias para determinar la seguridad de los participantes. Durante la prueba, deberá poder desplazarse de un punto a otro del recorrido para el ejercicio de sus funciones.
- El responsable de seguridad vial deberá indicar de modo preciso a cada uno de los miembros del personal auxiliar habilitado la función que deban desempeñar, de acuerdo con los apartados expuestos anteriormente.
- El voluntariado asignado a este sector, además de ser mayor de edad y poseer el permiso de circulación, dispondrá de las instrucciones precisas dadas por el responsable de seguridad vial de la prueba.
- Se dispondrá de material de señalización de conos en número suficiente ya que éstos se alquilan específicamente para la prueba.
- Todos los participantes se acogerán al seguro de accidentes con las coberturas de seguro obligatorio ofrecido por la Federación Andaluza de Triatlón, cumpliendo lo establecido en el Real Decreto 849/1993 de 4 de junio,
- Ante la producción de un riesgo de los descritos anteriormente o ante cualquier suceso, las actuaciones correctoras que se pondrán en marcha serán activadas por la Central de Policía Local o por cualquier otro medio, y consistirán en la intervención de los distintos servicios de asistencia o de urgencia en el ámbito de sus competencias, que en líneas generales serán las siguientes:

### **3. DISPOSITIVO MÉDICO.**

#### **a) SERVICIOS MÉDICOS EN LA ZONA DE COMPETICIÓN**

- Ambulancia medicalizada con médico. El médico es el responsable de la organización médica de la competición y es la máxima autoridad médica durante la prueba. Médicos y enfermeros estarán claramente identificados y tienen la autoridad de entrar en el terreno de competición en caso de emergencia

- Embarcación con ATS cedida por Club Náutico Marítimo de Benalmádena. Se ocupará de la seguridad de los participantes durante el segmento de natación, ocupándose de las evacuaciones que haya que realizar en el agua, caso que las hubiere. Esta embarcación siempre permanecerá en el interior del área de natación y se moverá siguiendo el grueso de los participantes.

**b) SERVICIOS MÉDICOS FUERA DE LA ZONA DE COMPETICIÓN**

Los hospitales de la zona descritos en el apartado de evacuación serán avisados de la realización de la prueba para que estén preparados para cualquier incidencia.

**c) DISTRIBUCIÓN DE AMBULANCIAS Y MÉDICOS**

- Ambulancia N°1 (Ambulancia clase C "SVA") con desfibrilador semiautomático acompañado de médico y enfermero. Estará colocada en el área de transición, natación y carrera a pie.

- Ambulancia N°2, de apoyo para traslados con ATS. Estará junto a la playa durante el segmento de natación y luego se desplazará a la Rotonda de los Molinillos, punto medio del segmento ciclista.

El director de competición debe asegurarse de que voluntarios y otro personal de organización son conscientes de las facilidades médicas y sus ubicaciones

**d) PLAN DE COMUNICACIONES**

Los ayudantes de los médicos se colocarán a lo largo del segmento ciclista equipados con radios y/o teléfonos móviles. No estarán en el terreno de juego, pero accederán en caso de emergencia

**e) DOCUMENTO DE LIBERACIÓN DE RESPONSABILIDADES DEL ATLETA AL COMITÉ DE ORGANIZADOR**

Será firmado por cada participante en el momento de hacer la inscripción on line, siendo éstos responsables de reunir las condiciones físicas necesarias para competir en este tipo de prueba.

**f) EXPEDIENTES MÉDICOS.**

A todos los atletas que ingresen al área médica deberán abrirse expedientes médicos para fines de documentación y determinación del problema por el cual ingresó.

**g) PREPARACIÓN PARA SEGMENTOS DE NATACIÓN CON TEMPERATURAS INFERIORES A 15°C**

La decisión final sobre la distancia debe ser tomada entre el Delegado Técnico, médico y Director de Competición. En cualquier caso, la organización facilitará:

- Ducha con agua ambiente al final del segmento de natación
- Advertir a los atletas de un apropiado calentamiento antes de la salida para que se aclimaten
- Mantas, etc.; para combatir la hipotermia
- Extremar las precauciones térmicas ante el riesgo de síndromes de hipotermia entre los atletas

#### **4. PLAN DE EVACUACIÓN.**

Si fuera necesaria la evacuación de algún paciente el centro sanitario establecido como referente sería el Hospital Xanit, debido a su colaboración con la prueba y a la existencia del seguro de la Federación Andaluza de Triatlón.

*Hospital Xanit Internacional*  
Av de los Argonautas, s/n  
29630 Benalmádena, Málaga  
952 44 31 19

Los siguientes hospitales también pueden servir de referencia:

*Hospital de Alta Resolución de Benalmádena*  
Av. Arroyo Hondo s/n  
29639 (Benalmádena/Málaga)  
951.97.60.00

Durante el segmento acuático la evacuación de los participantes corresponderá a la embarcación de la embarcación de seguimiento. La ruta de evacuación será continuada por las ambulancias contratadas para la prueba, las cuales trasladarán a los participantes que precisen tratamiento hospitalario, previa evaluación del médico de la prueba, hacia el Hospital Xanit Internacional.

#### **5. DISPOSITIVO DE COMUNICACIÓN.**

##### **A) ENTRE EL PERSONAL DE LA ORGANIZACIÓN**

Es muy importante dotar de un sistema de comunicaciones a la competición. En dicho equipo de comunicación deben integrarse Oficiales, locutor o speaker de la prueba, responsables de tecnología y resultados y el equipo organizador. A su vez, el Delegado Técnico debe estar en comunicación con el Director de Competición y el equipo de Oficiales.

El sistema de comunicación en nuestra prueba será el teléfono móvil, para la comunicación entre los diferentes mandos organizativos, y un walkie, para la comunicación del encargado de seguridad vial con la policía local. Para realizar estas comunicaciones de forma eficaz tendremos en cuenta dos aspectos:

- Eficiencia en la conversación. El protocolo PENSAR (lo que se va a decir) – ESCUCHAR (el estado de la línea) – RESPIRAR (evitaremos atropellarnos en el discurso) – HABLAR (con brevedad y precisión) puede aplicarse perfectamente a este punto para evitar colapsar las líneas con conversaciones superfluas.

- Cada encargado de grupo (oficiales, policía, directores de zonas, voluntarios, etc) dispondrá de una pequeña plantilla donde están anotados los diferentes cargos de la prueba, con el nombre y apellidos de la persona y número de teléfono de contacto durante la prueba.

Este sistema de comunicación deberá permitir al responsable de seguridad vial entrar en contacto con el personal habilitado durante la celebración de la prueba.

## B) DIVULGACIÓN DE LA PRUEBA

La organización estará obligada a comunicar la celebración de la marcha ciclista a los ayuntamientos de las localidades por los que aquella discurra.

Para dar debida repercusión a la prueba es necesario comunicar difundir su celebración al máximo de personas posibles. En nuestro caso, se utilizarán los siguientes canales:

- Facebook y web del Club Triatlón Benalmádena: [www.competición.com](http://www.competición.com) , web de la Federación Andaluza de Triatlón (<http://www.competición.com>) y web de la empresa de cronometraje contratada.
- Imprenta y difusión de carteles y dípticos informativos de la prueba.
- Envío de correos electrónicos.
- Publicitar la realización de la competición en los diferentes medios de comunicación locales: radio, prensa y televisión.

Durante la realización de la misma, se habilitará una carpa con equipo de sonido y megafonía a cargo de un speaker que tendrá como principales funciones dinamizar la prueba e informar al público más inexperto. Este mismo canal de comunicación también podrá ser utilizado igualmente para comunicarse con los participantes y personal de organización cercano.

## C) MEDIOS DE COMUNICACIÓN

A los medios de comunicación se les permitirá realizar un seguimiento de la prueba en sus diferentes segmentos:

- Durante la natación podrán optar por seguirla desde tierra, desplazándose por las instalaciones del Club Náutico, o subirse a la embarcación a disposición de la organización.
- Durante la bicicleta sólo podrán seguir la carrera en motocicleta los medios autorizados por el Delegado Técnico, debiendo en cualquier caso estar debidamente uniformados con peto y acreditados.
- Durante el segmento de carrera no se permitirán el uso de motocicletas debido a lo angosto de las zonas de carrera, pero podrán optar por realizar un seguimiento de la misma en bicicleta o bien colocarse a pie en cualquier zona del recorrido.
- En la zona de meta y durante la ceremonia de entrega de trofeos, la organización facilitará a los medios de comunicación el acceso a los triatletas para fotografías y entrevistas.

# CONTACTO

**DAVID RAMOS NATERAS 626596730**

**MANUEL MORENO SANCHEZ-MORALEDA 608599499**

[triatlonbenalmadena@gmail.com](mailto:triatlonbenalmadena@gmail.com)

[ramos081@hotmail.com](mailto:ramos081@hotmail.com)

[manumoreno83@gmail.com](mailto:manumoreno83@gmail.com)

Vº. Bº. D. D. David Ramos Nateras  
Presidente

