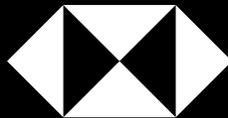


# SWIMBIKERUN



Presentado por

**HSBC**



**Xel-Ha**  
HIDDEN WONDER  
by Xcaret

# XEL-HÁ CAMPEONATO NACIONAL 2019

16 DE NOVIEMBRE / OLÍMPICO  
17 DE NOVIEMBRE / SPRINT, INFANTIL Y SOLO NOVATAS

## Triatlón Xel-Há 2019, Campeonato Nacional

### Triatlón Deporte Verde:

**Una nueva experiencia que te invita a despertar tu conciencia ecológica**

La visión del parque Xel-Há es ser únicos en recreación turística sostenible. Por ello, se une a la iniciativa presentada por la Federación Mexicana de Triatlón (FMTRI) para fomentar el Triatlón como un Deporte Verde, cuyo objetivo es concientizar a la comunidad sobre el adecuado uso de recursos con una visión sostenible.

La onceava edición del Triatlón Xel-Há abarca diversas acciones orientadas al cuidado del medio ambiente y a la difusión de buenas prácticas entre los participantes, entre las que se encuentran:

- Uso de bloqueadores libres de químicos.
- Separación de desechos inorgánicos para su reciclaje.
- Aprovechamiento de los desechos orgánicos para producción de composta utilizada como abono a las áreas verdes.
- Uso de materiales e insumos biodegradables con el medio ambiente (ej. productos de limpieza libres de químicos, material reciclable, etc.).
- Reducción del uso de impresos sustituidos por el mayor aprovechamiento de medios electrónicos para la comunicación.
- Recolección de gorras de natación para donarlas a escuelas
- Donación íntegra de la cuota de inscripción Flora, Fauna y Cultura de México, A.C.
- Integración de la comunidad (voluntarios) en la organización del evento, promoviendo las buenas prácticas ambientales, así como el deporte entre los jóvenes.
- Rehabilitación de caminos (ruta Triatlón fuera de las instalaciones), con limpieza y recolección de más de 20 toneladas de desechos.

**La maravilla escondida Xel-Há**, con el aval de la Asociación de Triatlón del Estado de Quintana Roo y en coordinación con la Comisión para la Juventud y el Deporte de Quintana Roo, el Instituto de la Juventud y el Deporte del Municipio de Tulum y de Cozumel, patrocinadores y la Federación Mexicana de Triatlón te invitan a ser parte de la máxima justa deportiva.

Se te dará el kit en bolsa reusable, las categorías infantiles recibirán además un listón que deberán llevar en la muñeca derecha el día del evento y les permitirá identificar el retorno correspondiente, según su categoría.

Busca el stand de "Triatlón Deporte Verde" donde podrás obtener información y llevar a cabo diferentes actividades especiales. En esta zona encontrarás indicaciones para separar la basura adecuadamente.

Te invitamos a depositar las cámaras de bicicleta que ya no te sirvan y las gorras de natación en el contenedor correspondiente.



# CATEGORÍAS

## Triatlón Infantil

Categoría	Varonil	Femenil	Natación	Ciclismo	Carrera
9 a 11 años	IA	IN	150 m	4 km	1 km
12 y 13 años	IB	IO	300 m	8 km	1.5 km
14 y 15 años	IC	IP	400 m	10 km	2.5 km

## Triatlón Solo Novatas

Categoría	Natación	Ciclismo	Carrera
Solo Novatas	400 m	10 km	2.5 km

## Triatlón Sprint

Categoría	Varonil	Femenil	Natación	Ciclismo	Carrera
16 y 17 años	JV	JF	750 m	20 km	5 km
18 a 24 años (Universitarios)	SA	SN	750 m	20 km	5 km
25 a 29 años	SB	SO	750 m	20 km	5 km
30 a 34 años	SC	SP	750 m	20 km	5 km
35 a 39 años	SD	SQ	750 m	20 km	5 km
40 a 44 años	SE	SR	750 m	20 km	5 km
45 a 49 años	SF	SS	750 m	20 km	5 km
50 a 54 años	SG	ST	750 m	20 km	5 km
55 a 59 años	SH	SU	750 m	20 km	5 km
60 a 64 años	SI	SV	750 m	20 km	5 km
65 años y mayores		SW	750 m	20 km	5 km
65 a 69 años	SJ	SW	750 m	20 km	5 km
Mayores de 70 años	SK		750 m	20 km	5 km
Relevo SR1 (Mixto)	SR2	SR3	750 m	20 km	5 km

**Importante:** la edad mínima para participar en la categoría de relevo Sprint es de 16 años.

## Triatlón Olímpico

Edad	Varonil	Femenil	Natación	Ciclismo	Carrera
Élite Sub-23	X 23	Y 23	1,500 m	40 km	10 km
Élite	X	Y	1,500 m	40 km	10 km
18 a 24 años (Universitarios)	A	N	1,500 m	40 km	10 km
25 a 29 años	B	O	1,500 m	40 km	10 km
30 a 34 años	C	P	1,500 m	40 km	10 km
35 a 39 años	D	Q	1,500 m	40 km	10 km
40 a 44 años	E	R	1,500 m	40 km	10 km
45 a 49 años	F	S	1,500 m	40 km	10 km
50 a 54 años	G	T	1,500 m	40 km	10 km
55 a 59 años	H	U	1,500 m	40 km	10 km
60 a 64 años	I	V	1,500 m	40 km	10 km
65 a 69 años	J	W	1,500 m	40 km	10 km
70 a 74 años	K		1,500 m	40 km	10 km
75 a 79 años	L		1,500 m	40 km	10 km
80 y mayores	M		1,500 m	40 km	10 km
Relevo R1 (Mixto)	R2	R3	1,500 m	40 km	10 km

**Importante:** la edad mínima para participar en la categoría de relevo Olímpico es de 18 años.

### REGISTRO DE COMPETIDORES

#### Olímpico:

Fecha: viernes 15 de noviembre.  
Lugar: carpa del Comité Organizador.  
Horarios: de 16:00 a 20:00 h.

#### Sprint, Infantil y Solo Novatas:

Fecha: sábado 16 de noviembre.  
Lugar: carpa del Comité Organizador.  
Horarios: de 16:00 a 20:00 h.

### JUNTAS PREVIAS OBLIGATORIAS

**Lugar:** zona de recuperación del estacionamiento

**Olímpico:** viernes 15 noviembre 17:00 h y 19:00 h.

**Infantil:** sábado 16 noviembre 17:00 h.

**Solo Novatas:** sábado 16 noviembre 18:00 h.

**Sprint:** sábado 16 noviembre 19:00 h.

**NOTA:** Es muy importante que asistas a las juntas previas para resolver cualquier duda que tengas.

**No se entregarán paquetes el día del evento, ni a ninguna persona que no sea el titular, ni fuera de los horarios establecidos.** El competidor que no recoja su paquete perderá todo derecho derivado de su inscripción.

**Todos los participantes deberán mostrar una identificación oficial** y entregar el formato firmado de exoneración de responsabilidad correspondiente al momento de la entrega de paquetes. Para los menores, es necesaria la copia de su identificación y firma del padre, madre o tutor en el formato de exoneración de responsabilidad.

Para los equipos de relevos, cada uno de los integrantes del equipo deberá presentar la exoneración firmada y copia de su identificación. En caso de que se presente uno de ellos al registro deberá presentar forzosamente las tres exoneraciones e identificaciones del resto del equipo.

## ZONA DE TRANSICIÓN (ZTR)

Las bicicletas se introducirán a la ZTR:

**Olímpico:** viernes 15 de noviembre de 16:00 a 20:00 h.

**Sprint, Infantil y Solo Novatas:** sábado 16 de noviembre de 16:00 a 20:00 h.

Únicamente se recibirán bicicletas y NO cascos, zapatillas o cualquier tipo de equipo personal. No se recibirán bicicletas el día de la competencia. Las bicicletas estarán bajo resguardo en la ZTR y podrán ser retiradas una vez que haya concluido el evento o en el horario establecido por el Comité Organizador.

**Importante:** en caso de que las bicicletas no se retiren en el horario establecido, el parque Xel-Há y el Comité Organizador no se harán responsables de las bicicletas dejadas en la ZTR.

## MARCAJE

Ayúdanos a ofrecerte un mejor servicio y acude a la zona de marcaje ubicada en la entrada de la Zona de Transición al momento de entregar tu bicicleta. El marcaje de competidores se hará en brazos y piernas el día del registro. **No habrá marcaje el día de la competencia.**

## CRONOMETRAJE ELECTRÓNICO

Utilizamos lo último en tecnología para el cronometraje de tiempos parciales y totales, mediante un chip con sensor que los competidores colocarán en su tobillo y que deberá ser entregado al término de la competencia.



# MAPAS DE RUTAS

## ZONA DE TRANSICIÓN



## OLÍMPICO

### NATAción



### CICLISMO



### CARRERA



# SPRINT E INFANTIL NATACIÓN

## SPRINT NATACIÓN



### SPRINT RUTA NATACIÓN

EDAD  
16 años en adelante  
DISTANCIA  
750m



Zona de Transición



## INFANTIL NATACIÓN 9 - 11 AÑOS



### INFANTIL RUTA NATACIÓN

EDAD  
9 a 11 años  
DISTANCIA  
150m



Zona de Transición



## INFANTIL NATACIÓN 12 Y 13 AÑOS

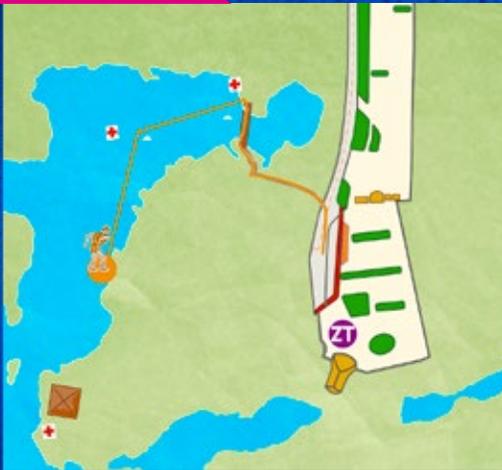


### INFANTIL RUTA NATACIÓN

EDAD  
12 a 13 años  
DISTANCIA  
300m



Zona de Transición



## INFANTIL NATACIÓN 14 - 15 AÑOS

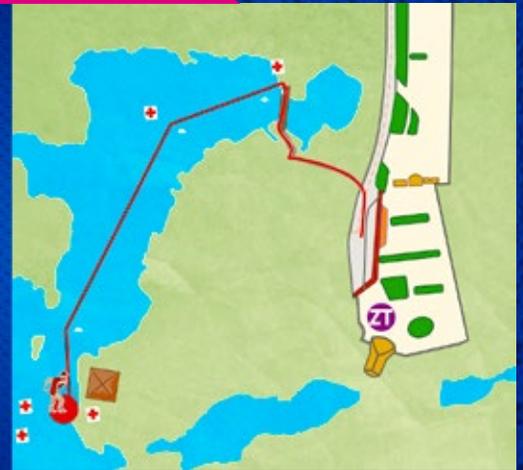


### INFANTIL RUTA NATACIÓN

EDAD  
14 a 15 años  
DISTANCIA  
400m



Zona de Transición



# SPRINT E INFANTIL CICLISMO

## SPRINT CICLISMO



### SPRINT RUTA CICLISMO

DISTANCIA  
20km  
(Una vuelta)

Zona de Transición



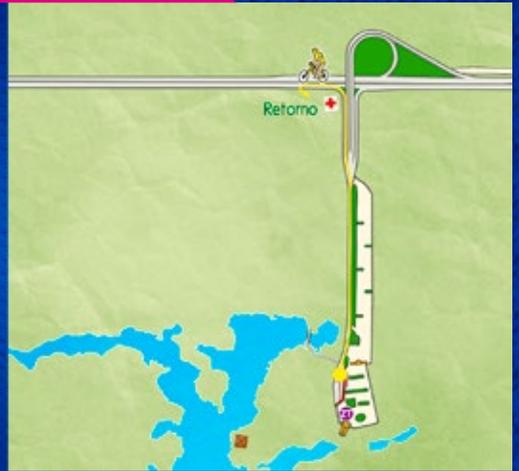
## INFANTIL CICLISMO 9 - 11 AÑOS



### INFANTIL RUTA CICLISMO

EDAD  
9 a 11 años  
DISTANCIA  
4km

Zona de Transición



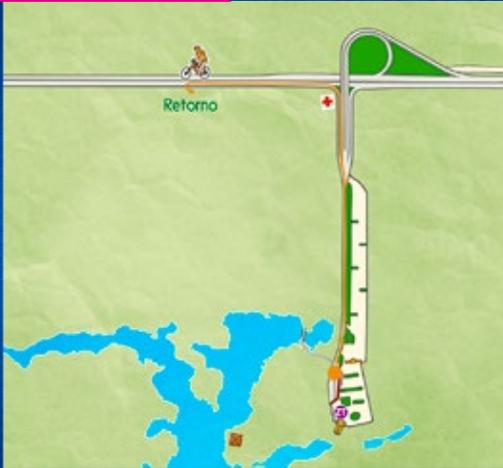
## INFANTIL CICLISMO 12 Y 13 AÑOS



### INFANTIL RUTA CICLISMO

EDAD  
12 a 13 años  
DISTANCIA  
8km

Zona de Transición



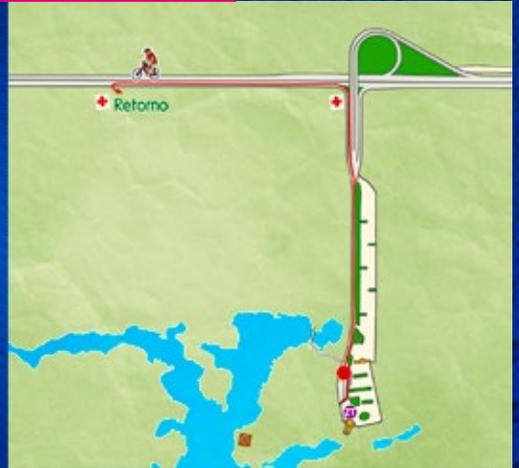
## INFANTIL CICLISMO 14 - 15 AÑOS



### INFANTIL RUTA CICLISMO

EDAD  
14 a 15 años  
DISTANCIA  
10km

Zona de Transición



# SPRINT E INFANTIL CARRERA

## SPRINT CARRERA



### SPRINT RUTA CARRERA

EDAD  
16 años en adelante  
DISTANCIA  
5km

Zona de Transición



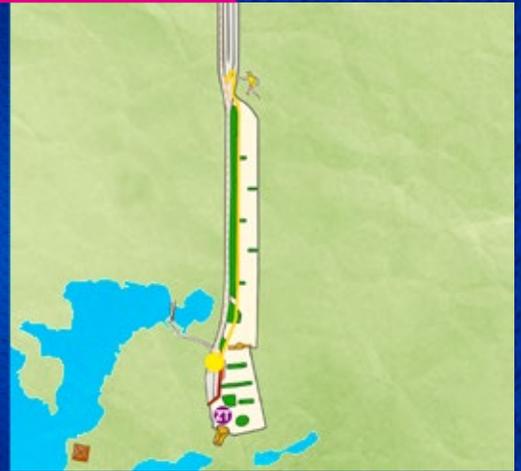
## INFANTIL CARRERA 9 - 11 AÑOS



### INFANTIL RUTA CARRERA

EDAD  
9 a 11 años  
DISTANCIA  
1km

Zona de Transición



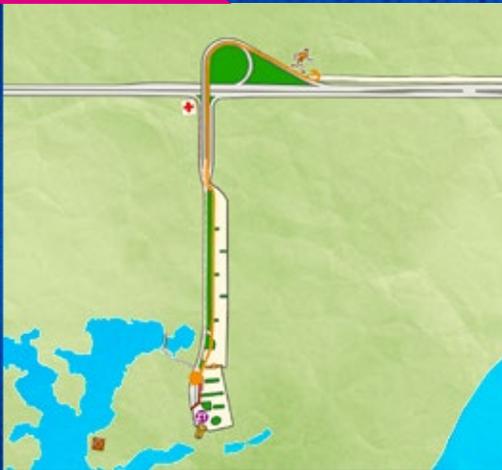
## INFANTIL CARRERA 12 Y 13 AÑOS



### INFANTIL RUTA CARRERA

EDAD  
12 a 13 años  
DISTANCIA  
1.5km

Zona de Transición



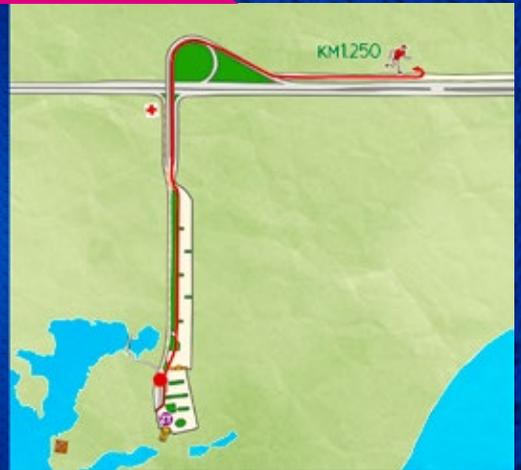
## INFANTIL CARRERA 14 - 15 AÑOS



### INFANTIL RUTA CARRERA

EDAD  
14 a 15 años  
DISTANCIA  
2.5km

Zona de Transición



# SOLO NOVATAS

## NATACIÓN



Map showing the swimming route (NATACIÓN) for the Solo Novatas triathlon. The route is a red line starting from a red cross on the shore, going into the water, and returning to the shore. The distance is 400m. The map includes a transition zone (Zona de Transición) marked with a 'ZT' icon and a recycling symbol.

**TRIAFLON XEL-HA**  
CAMPEONATO NACIONAL @ 2019

**SOLO NOVATAS**  
RUTA NATACIÓN

DISTANCIA  
400m

Zona de Transición

## CICLISMO



Map showing the cycling route (CICLISMO) for the Solo Novatas triathlon. The route is a pink line starting from a red cross, going around a track, and returning to the start. The distance is 10km. The map includes a transition zone (Zona de Transición) marked with a 'ZT' icon and a recycling symbol.

**TRIAFLON XEL-HA**  
CAMPEONATO NACIONAL @ 2019

**SOLO NOVATAS**  
RUTA CICLISMO

DISTANCIA  
10km

Zona de Transición

## CARRERA



Map showing the running route (CARRERA) for the Solo Novatas triathlon. The route is a red line starting from a red cross, going around a track, and returning to the start. The distance is 2.5km. The map includes a transition zone (Zona de Transición) marked with a 'ZT' icon and a recycling symbol.

**TRIAFLON XEL-HA**  
CAMPEONATO NACIONAL @ 2019

**SOLO NOVATAS**  
RUTA CARRERA

DISTANCIA  
2.5km

Zona de Transición

# HORARIOS DE ARRANQUE, REGISTRO Y ENTREGA DE BICICLETAS

## HORARIOS ZT

**Apertura**

**Cierre**

**Retiro Bicicletas**

### Sábado Olímpico

5:00 h

6:00 h

Al finalizar el evento

### Domingo Sprint

5:00 h

6:00 h

Al finalizar el evento

### Infantiles y Solo Novatas

5:00 h

7:00 h

Al finalizar el evento

## HORARIOS DE ARRANQUE DE NATACIÓN

### OLÍMPICO

Oleada	Hora Salida	Categoría	Rama	Letra	Color
1	6:44 am	Elite	VARONIL	X	
1	6:44 am	Elite sub 23	VARONIL	X23	
2	6:45 am	Elite	FEMENIL	Y	
2	6:45 am	Elite sub 23	FEMENIL	Y23	
3	6:50 am	18 a 24 años	VARONIL	A	
4	6:52 am	25-29 años	VARONIL	B	
4	6:52 am	30-34 años	VARONIL	C	
5	6:54 am	35-39 años	VARONIL	D	
6	6:56 am	40-44 años	VARONIL	E	
7	6:58 am	45-49 años	VARONIL	F	
8	7:00 am	50 y mayores	VARONIL	G, H, I, J, K, L, M	     
9	7:10 am	18 a 24 años	FEMENIL	N	
9	7:10 am	25-29 años	FEMENIL	O	
9	7:10 am	30-34 años	FEMENIL	P	
9	7:10 am	35-39 años	FEMENIL	Q	
10	7:12 am	40 y mayores	FEMENIL	R, S, T, U, V, W	    
11	7:15 am	Relevos	V, F, MIXTO	R1, R2, R3	

## INFANTILES Y SOLO NOVATAS

Oleada	Hora Salida	Categoría	Rama	Letra	Color
1	8:20 am	9-11 años	VARONIL	IA	●
2	8:21 am	9-11 años	FEMENIL	IN	●
3	8:40 am	12-13 años	VARONIL	IB	●
4	8:41 am	12-13 años	FEMENIL	IO	●
5	9:10 am	14-15 años	VARONIL	IC	●
6	9:11 am	14-15 años	FEMENIL	IP	●
7	9:20 am	solo novatas	FEMENIL	SOLO NOVATAS	●

## SPRINT

Oleada	Hora Salida	Categoría	Rama	Letra	Color
1	6:50 am	16 y 17 años	VARONIL	JV	●
2	6:52 am	18-24 años	VARONIL	SA	●
2	6:52 am	25-29 años	VARONIL	SB	●
2	6:52 am	30-34 años	VARONIL	SC	●
3	6:54 am	35-39 años	VARONIL	SD	●
4	6:56 am	40-44 años	VARONIL	SE	●
5	6:58 am	45-49 años	VARONIL	SF	●
5	6:58 am	50-54 años	VARONIL	SG	●
5	6:58 am	55-59 años	VARONIL	SH	●
5	6:58 am	60-64 años	VARONIL	SI	●
5	6:58 am	65-69 años	VARONIL	SJ	●
5	6:58 am	70 y mayores	VARONIL	SK	●
6	7:05 am	16 y 17 años	FEMENIL	JF	●
6	7:05 am	18-24 años	FEMENIL	SN	●
6	7:05 am	25-29 años	FEMENIL	SO	●
6	7:05 am	30-34 años	FEMENIL	SP	●
7	7:07 am	35-39 años	FEMENIL	SQ	●
7	7:07 am	40-44 años	FEMENIL	SR	●
7	7:07 am	45-49 años	FEMENIL	SS	●
7	7:07 am	50-54 años	FEMENIL	ST	●
7	7:07 am	55-59 años	FEMENIL	SU	●
7	7:07 am	60-64 años	FEMENIL	SV	●
7	7:07 am	65 y más	FEMENIL	SW	●
8	7:10 am	RELEVOS	V, F, MIXTO	SR1, SR2, SR3	●



HOTEL XCARET  
MEXICO

En el Hotel Xcaret México vive la experiencia única ALL-FUN INCLUSIVE®, en donde podrás disfrutar de acceso ilimitado a nuestros parques: Xcaret, Xel-Há, Xplor, Xplor Fuego, Xoximilco, Xenses, Xavage y los tours Xenotes y Xichén, alimentos y bebidas, transporte entre parques, traslados aeropuerto – hotel – aeropuerto y las siguientes tarifas especiales para ti, atleta del Triatlón Xel-Há, y para toda tu familia.

HABITACIÓN	SUITE RIVER	SUITE OCEAN VIEW	SUITE GARDEN SPA	SUITE RIVER SPA	SUITE RIVER ADULTOS
DOBLE*	\$4,425.00	\$4,680.00	\$4,938.00	\$5,194.00	\$5,451.00
SENCILLA*	\$6,637.50	\$7,020.00	\$7,407.00	\$7,791.00	\$8,176.50
TRIPLE*	\$3,318.75	\$3,510.00	\$3,703.50	\$3,895.50	\$4,088.25

Los triatletas inscritos en la carrera podrán realizar su reservación con el código y el link que se les enviará en la confirmación de compra.

Al realizar tu reserva, deberás proporcionar los siguientes datos:

Indicar los nombres completos de todas las personas que se hospedarán, incluyendo niños y bebés (con sus respectivas edades).

Proporcionar fecha de check-in y de check-out.

Indicar los datos de la tarjeta de crédito que utilizará para efectuar la reserva de la habitación.

\*Precios mostrados en Moneda Nacional. **Válido del 13 al 18 de noviembre del 2019.** Tarifas por persona por noche con base en la ocupación seleccionada. Aplica para Suite River, Suite Ocean View, Suite Garden Spa, Suite River Spa y Suite River Adultos. Tarifas All-Fun Inclusive® que incluyen los parques y tours mencionados. La tarifa solo aplica para los triatletas que acrediten su inscripción en la carrera y podrán realizar su reservación con el código y el link que recibirán en su confirmación de compra. Si el triatleta no acredita su inscripción a la carrera, al momento del check-in se cobrará la tarifa regular vigente. La estancia mínima para hacer válida esta promoción es de 2 noches.

## PAGO, CAMBIOS Y CANCELACIONES

Los atletas podrán efectuar su pago de manera directa al momento de realizar su reserva en el sitio web. Es indispensable reservar al menos la noche del evento para validar la tarifa especial con el Código de Cupón. Para cualquier cambio o cancelación será **INDISPENSABLE** comunicarse directamente al teléfono 01 800 009 7567 o bien, enviar un correo a [reservaciones@hotelxcaret.com](mailto:reservaciones@hotelxcaret.com) por lo menos **15 días antes** de la fecha de entrada al hotel. Posterior a la fecha mencionada, no se aceptarán cambios en las reservaciones. En caso de cancelación, se cobrará a la tarjeta de crédito el monto correspondiente a una noche de estancia.

## HOTEL SEDE



# BAHIA PRINCIPE

### HOTELS & RESORTS

Si eres atleta del Triatlón Xel-Há 2019, el Hotel Bahía Príncipe tiene las siguientes tarifas especiales para ti y tu familia si deseas hospedarte en cualquiera de sus tres hoteles.

#### GRAND BAHÍA PRÍNCIPE COBÁ

Habitación: Junior Suite Superior

Condiciones:

- Tarifas por persona por noche con base a ocupación seleccionada. Tarifas en plan de alojamiento todo incluido. Impuestos incluidos.
- Estancia mínima: 3 noches.

\*Tarifa aplicable para las noches del 15 al 18 de noviembre del 2019.

HABITACIÓN	TARIFA EN MXN*
OCUPACIÓN	TARIFA
Sencilla	\$2,100.00
Doble	\$1,400.00
Triple	\$1,330.00
1er menor (2 a 12 años)	\$700.00
2o menor (2 a 12 años)	\$700.00
Bebés (hasta un año)	GRATIS

#### GRAND BAHÍA PRÍNCIPE TULUM

Habitación: Junior Suite Superior

Condiciones:

- Tarifas por persona por noche con base a ocupación seleccionada. Tarifas en plan de alojamiento todo incluido. Impuestos incluidos.
- Estancia mínima: 3 noches.

\*Tarifa aplicable para las noches del 15 al 18 de noviembre del 2019.

HABITACIÓN	TARIFA EN MXN*
OCUPACIÓN	TARIFA
Sencilla	\$2,400.00
Doble	\$1,600.00
Triple	\$1,520.00
1er menor (2 a 12 años)	\$800.00
2o menor (2 a 12 años)	\$800.00
Bebés (hasta un año)	GRATIS

## Luxury Bahía Príncipe Akumal

Habitación: Junior Suite Superior

### Condiciones:

• Tarifas por persona por noche con base a ocupación seleccionada. Tarifas en plan de alojamiento todo incluido. Impuestos incluidos.

• Estancia mínima: 3 noches.

\*Tarifa aplicable para las noches del 15 al 18 de noviembre del 2019.

HABITACIÓN	TARIFA EN MXN *
OCUPACIÓN	TARIFA
Sencilla	\$2,925.00
Doble	\$1,950.00
Triple	\$1,852.50
1er menor (2 a 12 años)	\$975.00
2o menor (2 a 12 años)	\$975.00
Bebés (hasta un año)	GRATIS

## Proceso para reservaciones

Los triatletas deberán de llamar directamente al hotel, al departamento de reservaciones, o bien enviar un correo para poder solicitar su reservación.

Tel. (984) 875 5000 Ext. 28107

Correo: [reservasmexicodf@bahiaprincipoe.com.mx](mailto:reservasmexicodf@bahiaprincipoe.com.mx)

Contacto: Ángeles Gamboa

El triatleta deberá de indicar los siguientes datos para poder confirmar su reservación:

1. Nombre del hotel en donde desea hospedarse.
2. Nombres completos de todas las personas a hospedarse (incluyendo niños y bebés); en caso de que existan niños y bebés en la reserva, se deberán de indicar las edades de los mismos.
3. Indicar la fecha de entrada y salida de la reserva.
4. Proporcionar los datos de la tarjeta de crédito que quedará como garantía y será requisito indispensable para poder confirmar la reserva:

Tarjeta / Banco / Nombre del titular / Fecha de vencimiento / Código de seguridad

## Condiciones de pago y cancelación

Los triatletas pagarán sus reservaciones al momento de hacer check-in en la recepción del hotel de su elección.

Para cualquier cambio o cancelación será **INDISPENSABLE** solicitarla directamente al teléfono o al correo antes mencionado, con por lo menos 4 días antes de la entrada al hotel. Después de esta fecha no se aceptan cambios en la reservación, y en caso de cancelación o bien *no show*, será cargado el monto correspondiente a una noche de estancia.

## ESTACIONAMIENTO

Si traes vehículo, contaremos con estacionamiento en el parque Xel-Há, así como un estacionamiento alterno en Ciudad Chemuyil que estará señalizado en la carretera, y desde el que ofreceremos transportación gratuita y permanente hacia el parque y de regreso.

## LISTOS PARA EMPEZAR

### Calentamiento

Los atletas podrán calentar en la zona de prearranque. No se podrá calentar en la zona de recorrido de la competencia, lo cual será motivo de descalificación.

### Control de arranques

Se registrará la entrada pisando el tapete por medio del chip. Todos los competidores deberán pisarlo cuando sean llamados, de acuerdo a su categoría. No se deberá hacerlo en un lugar diferente a la entrada ya que será motivo de descalificación.

Es responsabilidad obligatoria de cada competidor conocer el horario de su salida y estar pendiente al llamado de su categoría.

**Importante:** es obligatorio asistir a las juntas previas, ya que los horarios publicados pueden sufrir modificaciones.

### Importante CICLISMO:

- Utiliza los carriles de la izquierda SOLO PARA REBASAR, de lo contrario, serás sancionado por obstrucción.
- Contaremos con auxilio mecánico neutral en motocicleta.
- Deberás llevar el casco abrochado, desde que tomes la bicicleta hasta que la dejes en el rack.
- Respeta las líneas de monte y desmonte; recuerda que no puedes montar tu bicicleta en el área de transición.

NATACIÓN	
CATEGORÍA	DISTANCIA
Olímpico	1 vuelta de 1500 m
Sprint	1 vuelta de 750 m
Infantiles 9 a 11	1 vuelta de 150 m
Infantiles 12 y 13	1 vuelta de 300 m
Infantiles 14 y 15	1 vuelta de 400 m
Solo Novatas	1 vuelta de 400 m

CICLISMO	
CATEGORÍA	DISTANCIA
Olímpico	2 vueltas de 20 km (40 km total)
Sprint	1 vuelta de 20 km
Infantiles 9 a 11	1 vuelta de 4 km (retorno amarillo)
Infantiles 12 y 13	1 vuelta de 8 km (retorno naranja)
Infantiles 14 y 15	1 vuelta de 10 km (retorno rojo)
Solo Novatas	1 vuelta de 10 km (retorno rojo)

## EN ESTA COMPETENCIA, EL DRAFTING SÍ ESTÁ PERMITIDO

### Reglas de Drafting:

- Queda estrictamente prohibido utilizar la aerobarra cuando el atleta se encuentra rodando en pelotón.
- Solamente se puede hacer uso de ellas cuando se encuentre al frente o solo.
- Se deberá mantener una distancia prudente de un metro mínimo como zona de seguridad entre cada competidor.
- No está permitido el *drafting* de hombres con mujeres ni mujeres con hombres; solo podrán *draftear* competidores del mismo género.

**Importante:** La violación a estas reglas se sancionará con la descalificación directa sin amonestación previa.

## REGLAS BÁSICAS

La Federación Mexicana de Triatlón te da a conocer algunos puntos muy importantes, que tienes que recordar, sobre el reglamento de competencia del Triatlón.

## NATACIÓN

### Reglas Generales:

1. Los competidores podrán hacer uso de cualquier tipo de brazada que les permita impulsarse a través del agua. En su caso podrán también pararse o flotar si así lo requieren.
2. En caso de emergencia, el competidor deberá levantar el brazo por arriba de su cabeza y pedir ayuda; el competidor se deberá de retirar de la competencia.
3. Será motivo de descalificación no rodear las marcas que delimitan la ruta de la etapa.

Si utilizas bloqueador durante la natación recuerda que este debe ser libre de químicos.

**“TIENES QUE DARLE LA VUELTA A LAS BOYAS POR FUERA”.**

**Equipo.-** Goggles, tapones para oídos y nariceras son permitidas.

### Equipo ilegal

1. Artículos de propulsión artificial como aletas, paletas, guantes, remos, artículos de flotación o canaletas están prohibidos.
2. Trajes de neopreno con un grosor mayor de 5 mm.
3. Trajes de neopreno solamente de la parte inferior del cuerpo.

### Transición

1. Colocar tu bicicleta en el rack asignado.
2. Montar y desmontar en el área designada.
3. No montar tu bicicleta dentro de la zona de transición.

### Será motivo de descalificación:

1. Cortar el recorrido.
2. Conducta antideportiva.
3. Tirar objetos en el recorrido (gorra de natación, ánforas, etcétera).

CARRERA	
CATEGORÍA	DISTANCIA
Olímpico	1 vuelta de 10 km
Sprint	1 vuelta de 5 km
Infantiles 9 a 11	1 vuelta de 1 km (retorno amarillo)
Infantiles 12 y 13	1 vuelta 1.5 km (retorno naranja)
Infantiles 14 y 15	1 vuelta de 2.5 km (retorno rojo)
Solo Novatas	1 vuelta de 2.5 km (retorno rojo)

# CICLISMO

## Reglas generales

1. Los competidores no podrán bloquear a otros competidores.
2. Los competidores no podrán llevar el torso desnudo en el recorrido ciclista.
3. Los competidores deberán obedecer las reglas de tráfico a menos que un juez oficial les indique otra cosa.
4. Cualquier competidor, que a criterio del juez oficial represente un peligro para la integridad de los demás competidores y la suya misma, podrá ser descalificado y retirado de la competencia.
5. Ningún tipo de avance que no sea el provocado por el ciclista y la bicicleta es permitido.
6. Colocar el número de la bicicleta al frente del cuadro.
7. Tener el casco abrochado en todo momento, al tomar la bicicleta y hasta dejar la bicicleta en el rack.
8. El casco deberá estar aprobado por una autoridad reconocida oficialmente como son las siguientes:  
El Instituto Nacional Estadounidense de Estándares, más conocido como ANSI (por sus siglas en inglés: *American National Standards Institute*)  
*Snell Memorial Foundation*  
*The National Swedish Board of Consumer Policy* u otros que serán anunciados en su momento.
9. Queda prohibido cualquier alteración, rotura, etcétera, en el casco.
10. Si un competidor entrena sin casco o con un casco no autorizado dentro de la ruta oficial del ciclismo dentro de los siete días anteriores a un evento avalado por la FMTRI, podrá ser descalificado del mismo.



## EVENTOS CON DRAFTING PERMITIDO PARA GRUPOS POR EDAD

Aplicarán las siguientes reglas y recomendaciones

Se recomienda mantener una distancia prudente de un metro mínimo como zona de seguridad entre cada competidor. No está permitido el *drafting* de hombres con mujeres, ni mujeres con hombres, solo podrán *draftear* competidores del mismo género.

No está permitido hacer *drafting* con atletas Elite.

No está permitido hacer *drafting* a los atletas que van circulando en el mismo grupo, que no se encuentren en la misma vuelta del segmento ciclista.

Para eventos con *drafting* permitido, las bicicletas deben tener las siguientes características:

El cuadro de la bicicleta será de un patrón tradicional, es decir, formada por dos triángulos:

Un triángulo principal de tres elementos tubulares rectos o cónicos, (que puede ser redonda, ovalada, o aplanada y otro triángulo en la parte trasera.



## RUEDAS

- Las ruedas deben tener las siguientes características:
- Un diámetro de entre 70 cm máximo y 55 cm como mínimo, incluyendo los neumáticos.
- Ambas ruedas deben ser del mismo diámetro.
- Las ruedas tendrá por lo menos 16 rayos metálicos para la categoría Elite y 12 para grupos por edad.
- Los rayos pueden ser redondos, aplanados u ovals, siempre que su anchura no sobrepase de 2.4 mm.
- Ruedas que no cumplan con los requisitos anteriores se les permitirá ser utilizadas siempre y cuando estén incluidas en la lista de las ruedas no estándar UCI.
- No está permitido utilizar espas y discos.



## MANUBRIOS Y AEROBARRAS

Se permite el manubrio tradicional de ciclismo, curvo hacia abajo.

Se permitirán las aerobarras siempre y cuando:

- No sobrepasen la línea imaginaria de las palancas de freno.
- No haya espacio libre entre la parte izquierda y derecha de la aerobarra en su punto más lejano.

Las aerobarras que apunten hacia el frente deben estar unidas en su punto más lejano por un puente hecho del mismo material que la aerobarra.

Las palancas de freno deben estar puestas en el manubrio, no en la aerobarra.

Las botellas de agua no se pueden colocar en la aerobarra.



### Las sanciones por no cumplir con lo anterior son:

- Primer evento con equipo no permitido (bicicleta, ruedas, aerobarra): se le aumentará un minuto de penalización en Distancia Olímpica y 30 segundos en Distancia Sprint al tiempo total del atleta.
- Si el atleta participa en un segundo evento con equipo no permitido, la penalización será de dos minutos en Olímpico y uno en Sprint.
- Si se llegase a dar el caso de que el mismo atleta se presentara a competir en un tercer evento sin modificar su equipo de competencia, no se le permitirá participar.
- ESTAS PENALIZACIONES SON ACUMULATIVAS DESDE EL 2014.

## EQUIPO

El participante es responsable de su propio equipo y ha de comprobar que sus características se ajusten al presente reglamento.

El equipamiento obligatorio para el segmento ciclista consiste en:

- a) Prenda o prendas que cubran el cuerpo adecuadamente.
- b) Bicicleta conforme a las especificaciones del presente reglamento.
- c) Casco rígido conforme a las especificaciones del presente reglamento.
- d) Número de competidor en la bicicleta, visible en lectura horizontal desde la izquierda.

## EQUIPO ILEGAL

- a) Audifonos (reproductor de música Ipod MP3, radio, etc).
- b) Envases o recipientes de vidrio cualquier otro artículo o accesorio no permitido expresamente por este reglamento o que a juicio del juez general de competencia represente una ventaja injusta o ponga en peligro la seguridad del competidor o la de los demás.

## CARPA DE RELEVOS

Para tu comodidad tendremos una carpa a un costado de la entrada a la Zona de Transición donde podrás sentarte, refrescarte y prepararte mientras esperas a tu relevo terminar su etapa correspondiente. De igual manera todos los triatletas, al final de la competencia, tendrán en la Zona de Recuperación los siguientes servicios: agua, bebidas isotónicas, barras alimenticias, fruta, servicio de masaje, regaderas y servicios sanitarios.

Todos los triatletas recibirán su medalla de finalista después de cruzar la meta.

## FOTOS

Nuestros fotógrafos te tomarán fotos en el arranque, natación, bici y meta, las cuales podrás apreciar y comprar en el área designada para ello en la Zona de Transición.

Te sugerimos apagar tu cronómetro un poco antes o poco después de la meta.

## PREMIACIÓN

### Olímpico

Te invitamos a celebrar la premiación de la competencia olímpica que se llevará a cabo en la carpa del público, en el estacionamiento del parque Xel-Há al finalizar el evento.

### Sprint

Te invitamos a celebrar la premiación de la competencia Sprint que se llevará a cabo en la carpa del público en el estacionamiento del parque Xel-Há al finalizar el evento.

### Elite

Repartición de Bolsa de Premios de \$100,000 pesos entre las categorías Élite Varonil y Femenil.

### Olímpico y Sprint

Repartición de bolsa en efectivo de \$30,000 pesos para cada modalidad entre los 5 mejores tiempos absolutos de categoría por edad, en ambas ramas.

1er Lugar	-	\$5,000 MXN
2o Lugar	-	\$4,000 MXN
3er Lugar	-	\$3,000 MXN
4o Lugar	-	\$2,000 MXN
5o Lugar	-	\$1,000 MXN



- Reconocimientos para los primeros tres lugares de cada categoría a partir de los 12 años (incluidos relevos).
- Rifa especial de kits sorpresa (Nado con Delfines, Encuentro con Manatíes o admisiones a Xcaret, Xel-Há o Xplor) para las categorías infantiles de 9 a 15 años con número de participante.
- Todos los participantes de la categoría Infantil de 9 a 11 años son ganadores y recibirán reconocimiento por esto.
- Los ganadores podrán realizar la reclamación de premios únicamente 15 días después del evento.

## CARRERA

### Reglas generales

1. El competidor podrá correr o caminar.
2. El competidor no podrá gatear o arrastrarse.
3. El competidor no podrá correr con el torso desnudo.
4. Es responsabilidad del propio competidor mantenerse dentro de la ruta de la carrera.
5. Cualquier competidor que, a consideración de los jueces oficiales, pueda provocar daño a su persona o a la de los demás, podrá ser retirado de la carrera.
6. Llevar el número visible en todo momento y al frente, sin alteraciones.

### Equipo ilegal para ciclismo y carrera

1. Audífonos y reproductores de música.
2. Envases o recipientes de vidrio.

## ABASTECIMIENTO

- A la salida de la Zona de Transición.
- Carrera Olímpica: contaremos con seis estaciones a los 750 m y en los kilómetros 1.5, 2.5, 3.3, 4.1 y 5 (12 estaciones de ida y vuelta).
- Carrera Sprint: contaremos con tres estaciones a los 750 m y en los km 1.5 y 2.5 (6 estaciones de ida y vuelta).

**Nota:** para la ruta de ciclismo no habrá abastecimiento por lo que te sugerimos llevar el tuyo.

## TIEMPOS Y RESULTADOS

### Resultados Extraoficiales

Al término de la competencia podrás consultar los resultados extraoficiales en la pantalla que se encontrará en la Zona de Transición.

### Resultados Oficiales

Los resultados oficiales de la competencia se publicarán el día del evento a partir de las 17:00 h en [www.asdeporte.com](http://www.asdeporte.com) y en [www.triatlonxelha.com](http://www.triatlonxelha.com) donde los participantes podrán imprimir su certificado oficial.

La meta es el planeta, disfruta tu triatlón y participa todos los días en el respeto al medio ambiente.



## DERECHOS DEL COMPETIDOR

- Playera conmemorativa (tres en relevo).
- Medalla de finalista (tres en relevo).
- Gorra para natación.
- Números para carrera, bicicleta y casco.
- Abastecimiento en recorrido y meta.
- Guardarropa.
- Descuentos en entrada al parque Xel-Há para el competidor y hasta cinco de sus acompañantes el día del evento.
- Descuentos en tiendas y en Actividades Opcionales del parque Xel-Há para el competidor el día del evento.
- Préstamo del chip de medición de tiempos.
- Resultado y certificado de tiempo en [www.triatlonxelha.com](http://www.triatlonxelha.com)

## JUECES

Serán designados por la Federación Mexicana de Triatlón y sus decisiones serán inapelables.

## REGLAMENTO Y AVAL

El vigente de la Federación Mexicana de Triatlón.

## TRANSITORIOS

Los puntos no previstos en la presente convocatoria serán resueltos por el Comité Organizador.

## SERVICIO DE PRIMEROS AUXILIOS

Se ofrecerá asistencia de primeros auxilios durante el evento. Es recomendable que los participantes se realicen un examen médico antes de la competencia, dado que su estado de salud es solo su responsabilidad y NO del Comité Organizador. Cualquier padecimiento, enfermedad o alergia a medicamentos deberá indicarse en el formato de inscripción.

## AFILIACIÓN A LA FEDERACIÓN MEXICANA DE TRIATLÓN

Para poder participar en el evento es obligatorio estar afiliado a la Federación Mexicana de Triatlón durante el año en curso. Por ello, **es requisito indispensable realizar el pago de afiliación correspondiente.** Dicho proceso está disponible en [www.triatlon.com.mx](http://www.triatlon.com.mx). La afiliación cubrirá al participante hasta el 31 de diciembre de 2019.

## BENEFICIOS DE LA AFILIACIÓN

La afiliación incluye el seguro contra accidentes que ampara al competidor durante entrenamientos y competencias. Asimismo, los competidores afiliados obtendrán la revista "Triatleta" y una playera de la FMTRI al recibir el holograma en los eventos del Circuito Nacional de Triatlón, en el módulo de la Federación. Dicha publicación también podrá solicitarse en la Asociación correspondiente.

## INFORMES

Tel: (984) 875-6008  
[infotriatlon@xcaret.com](mailto:infotriatlon@xcaret.com)  
[www.triatlonxelha.com](http://www.triatlonxelha.com)



QUÉDATE EN XEL-HÁ



Aprovecha la promoción especial para participantes y disfruta de un día en Xel-Há.

Admisión Xel-Há

**Adulto \* \$499.00 MXN**

**Niño \* \* \$299.00 MXN**

Admisión al parque Xel-Há el día del evento, NO incluye inscripción al Triatlón.

\* Admisión Todo Incluido (alimentos, bebidas, equipo de snorkel, toalla y casillero).

\*\* Se consideran niños entre 5 y 11 años con identificación. Niños menores de 5 años con identificación entran gratis. Precio promocional para el competidor y para cada acompañante (hasta 5 invitados).



## AGRADECIMIENTOS

H. Ayuntamiento de Tulum  
H. Ayuntamiento de Cozumel  
Policía Federal  
Federación Mexicana de Triatlón  
Secretaría de Comunicaciones y Transportes

**Muy especialmente a todos los competidores, ya que sin su participación, este evento no sería posible.**



Presentado por

**HSBC**

### Patrocinadores

POWERADE.



Michelob  
ULTRA  
||

*telcel*

speedo 

**SPECIALIZED**



EAU THERMALE  
**Avène**  
el don de calmar

**INNOVAsport**



**Canon**

