IV DUATLÓN INFANTIL DE GALILEA

23 de abril de 2016

Delegación Riojana de Triatlón

1. GENERALIDADES

La jornada deportiva estará enmarcada dentro de la competición denominada VII Duatlón de Galilea "Tierras de Ocón", a celebrarse el 23 de abril de 2016.

Durante la jornada se organizarán varias pruebas, todas ellas duatlones. El duatlón es un deporte combinado y de resistencia, en el cual el atleta realiza dos disciplinas en tres segmentos. Estos son: carrera a pie, ciclismo y carrera a pie. El orden es el señalado y el cronómetro no se para durante todo el tiempo que dure la competición. El cambio de los materiales necesarios para cada sector (de correr a bici y de bici a correr) se hace en el "área de transición". El duatlón es una de las modalidades oficiales del triatlón según el reglamento de competiciones de la Federación Española de Triatlón (FETRI).

La prueba absoluta se realizará por la tarde y en ella participarán competidores desde los 15 años en adelante.

2. CATEGORÍAS Y HORARIOS

Se celebrarán cinco pruebas para las distintas categorías, además de la prueba absoluta, con las distancias aproximadas que a continuación se exponen:

Categoría (Hora salida, duración prueba)	**Edades (Año nacimiento)**	**Distancias aproximadas**	**Circuito**
Pre-benjamín (11:00, 10´)	7 u 8 años (2008 y 2009)	250m-700m-125m	1 A – 1 a - ½ A
Benjamín (a continuación, aproximadamente a las 11:15, 16´)	9 o 10 años (2006 y 2007)	500m-2000m-250m	2 A – 3 a - 1 A
Alevín (a continuación, aproximadamente a las 11:36, 30´)	11 o 12 años (2004 y 2005)	1000m-3000m-500m	2 B – 5 a - 1 B
Infantil (a continuación, aproximadamente a las 12:10, 46´)	13 o 14 años (2002 y 2003)	1500m-4000m-1000m	3 B – 7 a - 2 B
Renacuajo (a continuación, aproximadamente a las 12:50, 10´)	Desde 1 a 6 años (2015 a 2010)	50m-200m-25m	Por determinar

El número máximo de participantes será:

- De 30 para la categoría "renacuajo"
- De 40 para cada una del resto de categorías

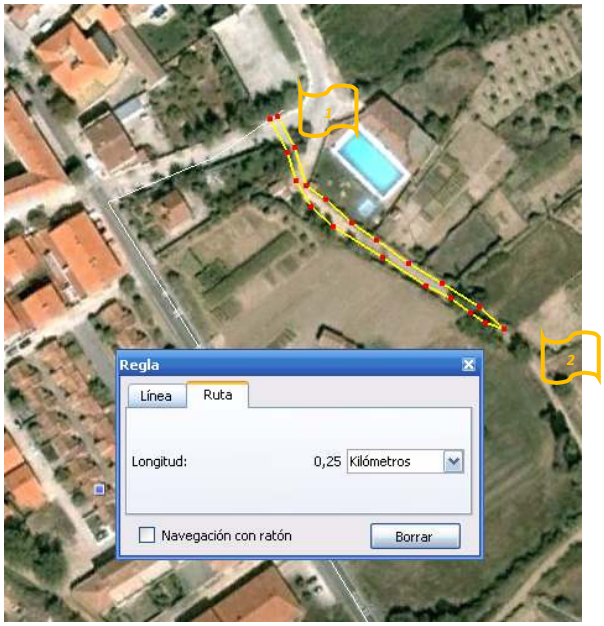
Los escolares de categoría "renacuajo" deberán participar obligatoriamente acompañados por un adulto que se responsabilice en todo momento de la seguridad del menor. Tendrán que saber montar en bicicleta (con o sin pedales, son válidos también los andadores, las "motos" o triciclos, siempre sin acoples en el manillar) y utilizar casco durante el desarrollo de toda la prueba (incluido los sectores que se realizan a pie).

Para agilizar el desarrollo de las prueba, todos los participantes dejarán sus bicicletas en el área de transición antes del comienzo de la primera prueba, entre las 10:00 y las 10:55.

Una vez finalizada cada una de las pruebas, los deportistas que ya han participado podrán recoger su material del área de transición antes de que comience la siguiente categoría o bien esperar hasta la finalización de todas las pruebas, siempre siguiendo las indicaciones del personal encargado del área de transición.

3. CIRCUITOS Y PREPARACIÓN DE LAS PRUEBAS

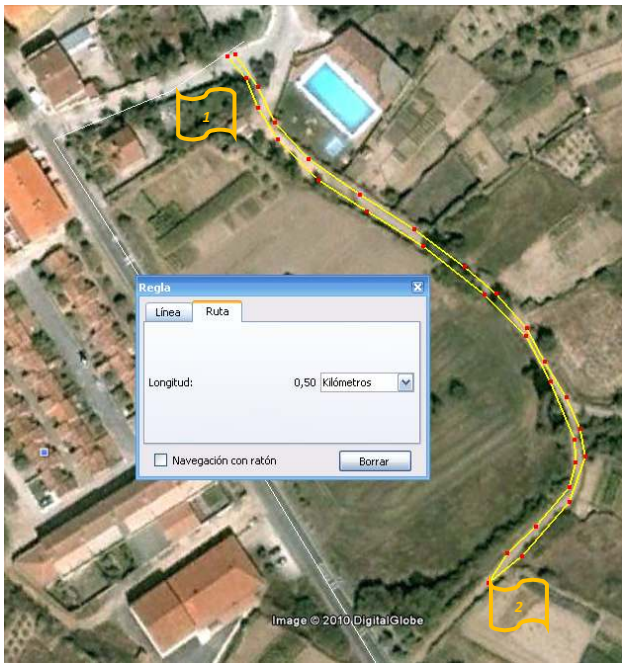
A continuación se muestran los circuitos de carrera a pie y de ciclismo. Se podrá participar con cualquier tipo de bicicleta siempre que le funcionen correctamente los frenos. No está permitido el uso de acoples. Será obligatorio el uso del casco y se aconsejará el uso de guantes. La organización no podrá proveer a los participantes de ninguno de estos materiales.



Recorrido carrera A

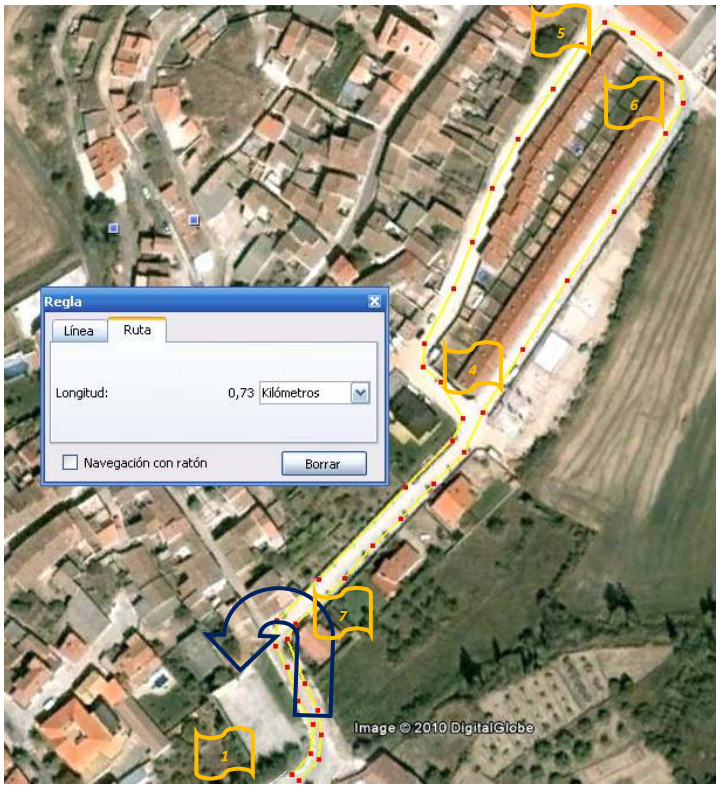
Comienza en el área de transición situada en el frontón y termina unos 125m más allá en el camino de la fuente. Para las categorías pre-benjamín y benjamín.

En la carrera final los pre-benjamines sólo llegarán hasta el final de la piscina (65m del frontón), terminando en el frontón.



Recorrido carrera B

Similar al anterior, se alarga el recorrido hasta la altura de la balsa que está justo antes de la fuente. Para las categorías alevín e infantil.



Recorrido bici a

Comienza en el área de transición y después de recorrer las calles señaladas, vuelve a terminar en el área de transición. La categoría pre-benjamín realizará una sola vuelta. Los benjamines, alevines e infantiles harán 3, 5 y 7 vueltas respectivamente, haciendo el giro marcado en el plano.

El área de transición se montará bajo el frontón, en la zona más cercana a la piscina. Se utilizarán unas barras para colocar las bicicletas. Se preparará la zona delimitándola con vallas y cinta de señalizar, de tal manera que los participantes puedan corren sin que los espectadores interfieran en el desarrollo de la prueba.

En los días previos se pondrán notas de aviso y se señalizarán los recorridos para que se encuentren libres de vehículos u otro tipo de obstáculos que puedan presentar peligro para los participantes. El día de la prueba se vallarán los accesos a los circuitos para impedir la entrada de vehículos.

Sobre los puntos señalados en los planos con las banderitas amarillas se situarán voluntarios que indicarán el recorrido a los participantes y controlaran su paso. En el punto 1 se situará un arco de salida y meta.

4. INSCRIPCIONES

Las inscripciones se realizarán a través de un formulario web al que se podrá tener acceso a través de la plataforma “Rock the Sport” o bien a través del blog “Triatlón Infantil de Galilea”. También se hará público a través de twiter @duatlongalilea y en facebook. El link de acceso al formulario es el siguiente:

http://goo.gl/forms/b5d0Wci7UL

Habrá dos plazos de inscripción: el primero será hasta el viernes 22 de abril a las 11:59 AM un precio de 3€ y un segundo plazo durante la mañana de la prueba, siempre que queden plazas libres, a un precio de 10€.

5. CLASIFICACIONES

No se confeccionarán clasificaciones de las pruebas de las categorías hasta Infantil. El objetivo es que los chicos y chicas conozcan una nueva disciplina deportiva y disfruten participando. Se les obsequiará con algún detalle como premio a su participación.

6. CONSEJOS PARA LOS PARTICIPANTES

- Prepararse para la prueba adecuadamente. Aunque el esfuerzo físico requerido no sea grande, debido a que las distancias de los recorridos son adaptadas a sus edades, sí que es necesario familiarizarse con determinados aspectos técnicos: abrocharse y desabrocharse el casco solo, subirse a la bicicleta y bajarse a la vez que se corre o lo más rápido posible, pensar a la vez que se hace un ejercicio para saber que tareas deben hacer una vez que entren en el área de transición,… viene bien intentar "mecanizarlos" antes de enfrentarse a ellos en la competición.

- Llevar ropa cómoda y ajustada, que les permita moverse con facilidad tanto al correr como al montar en bicicleta (mallas, camisetas ajustadas o mallots ciclistas, guantes por si hay alguna caída, cuidado con los cordones de las zapatillas,…)

- Leer los reglamentos para conocer un poco más el deporte y saber la mecánica de desarrollo de las pruebas. A tal efecto se adjuntará un resumen para facilitar el conocimiento del desarrollo de la competición a todos aquellos que no lo hayan practicado nunca.

7. VOLUNTARIOS

El Ayuntamiento de Galilea junto con sus colaboradores se encargarán de todas las tareas organizativas, buscando los voluntarios necesarios y preparándoles para el desarrollo seguro de la prueba.

8. OTRAS CUESTIONES ORGANIZATIVAS

Se contará con el apoyo de un Delegado Técnico de la Delegación Riojana de Triatlón para asegurar que la jornada deportiva cumple con todo lo relacionado en el Reglamento de Competiciones, Manual de Organizadores y Operaciones de la FETRI. Estará capacitado para resolver cualquier circunstancia en relación con la organización y desarrollo de las pruebas no prevista en los reglamentos.

Se instalará un avituallamiento cerca de la meta para que los participantes que finalicen puedan reponerse tras el esfuerzo.

Al finalizar las pruebas de la mañana, se hará entrega de los regalos a los participantes y se hará una foto de familia con todos los participantes, voluntarios y organizadores.