

REGLAMENTO DE COMPETICIÓN II TRIATLON MOTRIL COSTA BIKE

1. DEFINICIÓN

TRIATLON

El Triatlón es un deporte combinado y de resistencia, en el cual el participante realiza tres pruebas. Estas son: natación, ciclismo y carrera a pie. El orden es el señalado y el cronómetro no se para durante todo el tiempo que dure la competición.

SOBRE LA PRUEBA

El I Triatlón MOTRIL COSTA BIKE es una prueba organizada por el club MOTRIL COSTA BIKE, estando fuera del calendario oficial de la federación Andaluza de triatlón. Por tanto no es una prueba federada. El club pretende seguir fomentando la práctica de este deporte en la ciudad de Motril y su intención es la inclusión de esta prueba, en el calendario oficial para el próximo año.

2. DISTANCIA

El I Triatlón MOTRIL COSTA BIKE se desarrollará bajo una distancia de 750 m de nado, 20 km bicicleta, 5 km de carrera a pie.

3. PARTICIPANTES

El número máximo de participantes queda establecido por la organización en 100. La inscripción para el triatlón tendrá un precio de 10 euros en el cual se incluye el seguro que amparará al deportista.

4. REGLAS GENERALES PARA LOS PARTICIPANTES

Es responsabilidad del participante estar bien preparado para la prueba, es decir, gozar de buena salud física en general, así como tener un nivel aceptable de preparación. La posesión de la licencia federativa no asegura ni cubre esta responsabilidad.

El participante tiene la obligación de conocer y respetar estas reglas de competición, así como las normas de circulación y las instrucciones de los responsables de cada prueba. También es obligación del participante el conocimiento de los recorridos.

De igual manera el participante estará obligado a obedecer cualquier orden de la organización o de la policía municipal durante la prueba si fuese necesario.

5. EQUIPAMIENTO Y DORSALES

El participante es responsable de su propio equipo y ha de comprobar que sus características se ajusten al presente reglamento. Además, deberá utilizar, sin modificar, todos los dorsales y elementos de identificación proporcionados por el organizador y

aprobados por el Delegado Técnico. La sanción por no cumplir esta regla es la descalificación.

Además del dorsal, este marcaje se realizará, al menos, en un brazo y en la parte lateral de un gemelo en lectura vertical, siguiendo las indicaciones del oficial responsable en este área.

El dorsal para el tronco deberá ser completamente visible desde delante en la carrera a pie, esquí de fondo y piragüismo. En las pruebas de triatlón y triatlón cros no está permitido introducirlo en el agua y se deberá dejar en el área de transición para su control. El dorsal no debe ser cortado, doblado o escondido.

Los dorsales deberán colocarse de modo que sean perfectamente visibles durante toda la competición, en los segmentos en los que sea obligatorio. En el segmento de bicicleta deberá ir colocado hacia atrás (con la ayuda de una goma y unos imperdibles que la organización puede ofrecer si no se tiene cinta de dorsal propia) y en el segmento de carrera hacia delante.

La sanción para las infracciones a estos apartados será la advertencia y si no se rectifica, la descalificación.

Las dimensiones máximas del dorsal será 24cm (anchura) x 18cm (altura).

Los participantes no podrán competir con el torso desnudo, excepto en el segmento de natación. En todo momento el torso habrá de estar adecuadamente cubierto. Los dos tirantes de la prenda que cubra el tronco deberán estar correctamente colocados sobre ambos hombros. La sanción por no cumplir esta norma es la advertencia. El participante, entonces, deberá parar hasta que corrija el defecto. Si la rectificación no se produce, la sanción será la descalificación.

6. CONDUCTA DE LOS PARTICIPANTES.

El participante está obligado a respetar las normas de comportamiento establecidas en este reglamento. Las faltas con una gravedad determinada serán sancionadas conforme al reglamento de disciplina deportiva.

El participante que abandona la competición está obligado a quitarse el dorsal y comunicar a los jueces y oficiales su abandono.

En todo momento el participante está obligado a respetar el medio ambiente de la zona en que se celebra la competición, no abandonando ni arrojando objetos, ni actuando de forma agresiva con el entorno. La sanción por violar esta norma es la advertencia.

7. APOYOS Y AYUDAS EXTERNAS.

Los participantes no pueden recibir ningún tipo de ayuda externa, excepto avituallamiento, al margen de la establecida, y en las zonas determinadas, por la organización. El incumplimiento de esta norma será sancionado con la descalificación del participante que ha recibido la ayuda.

Los participantes no pueden ser acompañados ni apoyados desde embarcaciones, vehículos o a pie. Si esto se produce, el participante será advertido. Si la situación no es rectificada, la sanción es la descalificación. Los ayudantes o entrenadores podrán dar sus consejos e informaciones situándose a los lados del recorrido, y permaneciendo quietos al paso de los participantes. El personal acreditado para el acceso a los circuitos y para el uso de los vehículos, no podrá hacer uso de éstos para dar apoyo externo o instrucciones a los participantes.

8. SUPERVISIÓN Y CONTROL.

La supervisión y control de la prueba se llevará a cabo por personal determinado por la organización. Se nombrará un delegado técnico para la prueba que hará las funciones de

coordinación entre los distintos elementos organizativos. El control de la prueba será realizado por el personal de policía local, protección civil y voluntarios nombrados para tal fin.

9. CRONOMETRAJE

El tiempo total de cada participante es el que se cuenta desde el momento de dar la salida hasta que se traspasa totalmente la línea de meta, al terminar el último segmento. El tiempo empleado en transiciones y reparaciones forma parte del tiempo total. Los jueces y oficiales tomarán los tiempos parciales de la siguiente manera:

⇒ Primer segmento: desde la salida hasta el final del mismo.

⇒ Segundo segmento: desde el final del primer segmento hasta el inicio del tercero. Es decir, incluye las dos transiciones.

⇒ Último segmento: desde su inicio hasta el final de la prueba.

⇒ El tiempo final se determinará cuando el tronco del participante alcance la vertical de la línea de llegada.

⇒ En caso de llegada al sprint y si no se cuenta con medios técnicos de determinación del ganador, será la decisión del juez u oficial de llegada la que determine el ganador.

⇒ Las clasificaciones oficiales deben incluir después del último clasificado en la prueba y por este orden a:

I. Los triatletas que no han finalizado la competición, incluyendo los tiempos registrados hasta el momento del abandono.

II. Los triatletas inscritos que no han tomado la salida.

III. Los triatletas descalificados sin indicación de tiempo alguno e incluyendo los motivos de descalificación.

10. SANCIONES

El incumplimiento, por parte de un participante, de las normas de competición contempladas en este reglamento, o de las indicaciones de los jueces y oficiales, será motivo de sanción.

Las sanciones por infringir las normas son las siguientes:

- a. Advertencia
- b. Descalificación
- c. Eliminación

11. AREAS DE TRANSICIÓN

ACCESO

Sólo los jueces y oficiales, el personal responsable de la organización, los técnicos de los clubes hasta el comienzo de la competición, y los participantes que hayan acreditado su condición de tales podrán estar en estas áreas.

CONTROL DE MATERIAL

Todos los participantes deberán pasar el control de material antes de la competición. Este control será realizado por los jueces y oficiales a la entrada del área de transición.

Los jueces y oficiales observarán, en el control de material:

⇒ Las condiciones reglamentarias y de seguridad del traje isotérmico, cuando esté permitido o sea obligatorio; del material de ciclismo y de atletismo.

⇒ La posesión y correcta colocación de todos los dorsales que el organizador y el delegado técnico consideren oportunos, previa publicidad de su obligatoriedad.

USO DEL ÁREA Y TRÁFICO

Cada participante podrá usar exclusivamente el espacio marcado con su número de dorsal, así como los pasillos de acceso y salida del mismo. El espacio individual no podrá ser marcado con elementos que ayuden a su identificación (cinta o tiza en el suelo, globos, toallas, etc.)

Está prohibido circular en bicicleta por las áreas de transición.

Todos los participantes deberán circular por las áreas de transición conforme al tráfico establecido por el organizador, no estando permitido acortar el recorrido por la transición (cruzar por debajo de los soportes, saltar sobre las zonas reservadas a cada participante, etc.).

Los participantes no pueden impedir el progreso de otros participantes en el área de transición

El personal de la organización podrá, previo acuerdo del organizador y el delegado técnico, entregar y/o recoger la bicicleta y el material en la zona de transición. Esta ayuda, si existe, será igual para todos los participantes.

12. SEGÚN SEGMENTOS.

NATACIÓN

RECORRIDO

El segmento de natación tendrá lugar en aguas abiertas. En este caso se llevará a cabo dentro de la dársena del Puerto de Motril. La medición oficial del recorrido se efectuará desde el punto en que se debe comenzar a nadar hasta el punto en el que se permite caminar para salir del agua. Ambos puntos deben estar señalizados también con boyas.

La profundidad del agua durante todo el recorrido deberá ser de, como mínimo, 1 metro.

TEMPERATURA DEL AGUA

El uso de traje isotérmico puede ser obligatorio, permitido o prohibido, en función de la distancia (en metros) y la temperatura del agua (en °C) expresadas en la siguiente tabla:

Competiciones Elite y Sub23 sobre distancia Sprint u Olímpica:		
Distancia	Prohibido a partir de	Obligatorio debajo de
750 m	20,0°	14,0°
1500 m	20,0	14,0°

Para deportistas de 50 años o mayores el neopreno estará permitido siempre.

INDUMENTARIA

La indumentaria obligatoria para el segmento de natación consiste en:

- Prenda que cubra el cuerpo adecuadamente.
- Gorro con el número de dorsal, suministrado por la organización.
- Traje isotérmico, cuando las circunstancias de temperatura del agua así lo exijan.
- No está permitido: Traje isotérmico que exceda los 5 mm de grosor. El uso de una única parte inferior de neopreno o cualquier elemento de neopreno. El uso de guantes o calcetines, palas, manoplas, aletas o tubos respiratorios

ESTILO

El participante puede nadar en el estilo que desee. Está permitido caminar o correr por el fondo, al principio y al final, pero sólo antes y/o después de la señal (boya, embarcación, etc.) que indica el punto donde se marca la medición oficial. También se permite pararse donde se haga pie, o junto a las corcheras o boyas colocadas a lo largo del recorrido, pero no está permitido utilizar estos elementos para progresar.

La sanción por infringir esta norma es la descalificación.

PRECAUCIONES DE SEGURIDAD

Los jueces y oficiales de la prueba, el delegado médico y sus asistentes de seguridad tienen capacidad para ordenar la retirada de un participante durante el segmento de natación, por razones de seguridad o cuando el tiempo límite haya sido superado. No obstante, los participantes son responsables de su actuación y de las consecuencias de ésta durante este segmento.

SALIDA

Se dará una sola salida, en la que participarán tanto mujeres como hombres.

Se establecerá una zona de cámara de llamadas donde se hará el recuento de los participantes y se darán las instrucciones más importantes sobre la prueba.

La salida se producirá desde el agua, estando los triatletas tras una corchera.

DESARROLLO

No hacer los recorridos marcados es motivo de descalificación aunque no suponga un recorte en distancia de los mismos.

CICLISMO

RECORRIDO

El recorrido del segmento de ciclismo será: Salida Puerto Comercial, Avda. Julio Moreno, Rotonda Chafarinas, Ctra. Puerto, Ronda Sur, Avda. Salobreña, Avda. Constitución (utilizando en estas vías todos los tramos posibles de carril bici), Rambla los Álamos, Ronda de Levante, subida por camino de tierra tras cuartel de aviación, camino del canal, pista de tierra hasta el antiguo basurero, hacia arriba por camino de cemento buscando la Buyarenga, bajada por el mismo camino tras cuartel, Ronda de Levante, Rambla del piojo por margen izquierdo hasta llegar al puerto a través de la calle Galeota San Juan (calle del Chato), entrada al puerto por el puerto pesquero y por dentro del puerto camino de los boxes.

AVITUALLAMIENTO

En cuanto al avituallamiento habrá uno de agua en el punto kilométrico 5 del recorrido en bicicleta. Se recuerda a los deportistas que deben llevar su propia agua en los bidones de la bicicleta.

MATERIAL

El tipo de bicicleta para participar en este triatlón será obligatoriamente del tipo btt. Las características de cada una de ellas podrán variar lógicamente en función de las marcas no obstante y en el control de material se hará un examen exhaustivo de frenos, tapones de manillar y acoples.

El casco es obligatorio, sin el no se podrá participar pasando este también por el control de material comprobando que no esté roto y que sus cierres funcionen perfectamente. Este deberá de estar puesto antes de coger la bici y no se podrá quitar hasta que se vuelva a colocar la bicicleta en el lugar correspondiente, al terminar el segmento ciclista. El incumplimiento de cualquiera de estas normas tendrá como consecuencia la descalificación del deportista.

Todo el material para arreglar posibles averías deberá ser transportado por el propio deportista, no pudiendo ser ayudado en este caso por ningún miembro de la organización.

El triatleta hará caso a todas las informaciones y señalizaciones conociendo la gravedad de su incumplimiento y de las posibles consecuencias.

En casos en los que fuese necesario el deportista debería seguir la instrucción de parar si la organización o la autoridad competente así lo decidiese, sobre todo en cuestiones relacionadas con el tráfico.

COMPORTAMIENTO EN BOXES

El hecho de compartir boxes nos obliga como participantes a no interrumpir la competición de los compañeros con comportamientos indebidos. Es decir, nuestro material deberá situarse en boxes en los lugares establecidos para nuestro dorsal no estorbando en ningún momento el desarrollo de la carrera de ningún otro/a compañero/a. La entrada y salida de los boxes para la bicicleta estará delimitada por una línea que indicará:

Salida: punto hasta el cual NO podemos subir a la bici.

Llegada: punto en el cual debemos de BAJAR de la bici.

Cualquier incumplimiento de esta norma podrá acarrear sanción.

CARRERA

RECORRIDO

El recorrido del segmento de carrera va desde los boxes (situados junto a las pistas de padel del RCN de Motril pasando por el interior del puerto hasta salir por el cancelón de la parada de autobuses de la playa de poniente. De ahí se recorrerá el paseo Balduino hasta el final y vuelta por el mismo sitio, estando el arco de meta junto a las pistas de Padel.

MATERIAL

El material para la carrera será el propio para la realización de esta actividad. El dorsal en este segmento deberá ir colocado hacia delante.

AVITUALLAMIENTO

En cuanto al avituallamiento habrá uno de agua a la salida boxes y otro al final del paseo de Balduino.

TIEMPOS Y CLASIFICACIONES

Los tiempos y clasificaciones se pondrán en lugar visible tras la finalización de la prueba.

TROFEOS

Habrà trofeos para los 3 primeros participantes de la clasificación general, tanto en masculino como femenino. Así como medallas para los 3 primeros clasificados en los grupos de edad que al final se establezcan según participación.

MEDIDAS DE SEÑALIZACIÓN

Las señalizaciones serán de tres tipos: carteles informativos, de advertencia y carteles de acreditación.

FUNCIONES A DESEMPEÑAR POR EL PERSONAL AUXILIAR.

El personal auxiliar estará acreditado por la organización de la peña ciclista Motril con una camiseta o un de organización, que estará formado por tres grupos de trabajo; de organización, de seguridad y control de carrera, y de señalización.

- **Equipo de organización.** Se encargara de todos aquellos aspectos referentes a la organización en las inscripciones, salida de carrera y entrega de premios, así como entregar los carteles de acreditación, estado siempre en contacto con el grupo de seguridad vial y el equipo de señalización.

- **Equipo de Seguridad y control de carrera.** Este equipo se encargara de indicar al equipo de señalización las zonas donde se deben de colocar los carteles informativos, carteles de advertencia y señalización en el suelo, así como de indicar todas aquellas zonas que deben de ser limpiadas por causas de piedras, gravilla, etc...Otra de las funciones de este equipo es indicar a los vehículos de apoyo en carrera aquellas zonas a cubrir, en el caso de que no se hagan por efectivos de los cuerpos de seguridad, como pueden ser, rotondas, caminos rurales, bocacalles de poblaciones, etc...

- **Equipo de señalización.** Esta encargado de colocar todas las señalizaciones mencionadas en el apartado 1, la colocación de los pasos por las distintos segmentos y la colocación de la línea de meta, siempre bajo las ordenes del equipo de seguridad, así como de evitar en lo posible aquellas incidencias que se puedan producir antes del transcurso de la prueba. Una vez finalizada la prueba deberán de recoger todas las señalizaciones colocadas a lo largo del recorrido de la prueba.

DISPOSITIVOS DE SEGURIDAD

Todo el recorrido urbano estará cubierto por efectivos de la policía local, miembros de protección civil y por personal acreditado por la organización.

Estos últimos cubrirán aquellos cruces o calles que sean menos conflictivos y puedan ser controlados con facilidad.

De igual manera se contará con dos ambulancias, protección Civil y Agentes sanitarios.