

FEDERACIÓN CÁNTABRA DE TRIATLÓN

www.fetricantabria.com



**AYUNTAMIENTO
RIBAMONTÁN AL MAR**

XXIX DUATLÓN DE GALIZANO

ORGANIZA: AYUNTAMIENTO RIBAMONTÁN AL MAR
COLABORA: CANTABRIA TRIATLÓN



XXIX DUATLÓN DE GALIZANO 3 marzo 2024



www.fetricantabria.com



📍 **Localización:** Teatro Municipal C. Verdes, 50, 39160 Galizano, Cantabria

Boxes Plaza Pública Galizano (C/ Verdes 50).

Entrega de dorsales Teatro Municipal Ribamontán al Mar. En dicho lugar hay servicios, pero no hay ni duchas ni vestuarios. Aparcamientos y locales de restauración próximos.



FEDERACIÓN CÁNTABRA DE TRIATLÓN

www.fetricantabria.com

📍 HOMENAJE: JOSE MANUEL SOLANA

Atleta y triatleta. Responsable del Club Cárcoba - Ribamontán al Mar. Miembro del Triatlón Santander. Promotor del triatlón en el municipio de Ribamontán al Mar. Organizador y colaborador de múltiples eventos deportivos.



XXIX DUATLÓN DE GALIZANO 3 marzo 2024

www.fetricantabria.com



📍 **Localización:** Teatro Municipal C. Verdes, 50, 39160
Galizano, Cantabria

NOTA IMPORTANTE: El domingo acudirá mucha gente a las competiciones (deportistas, voluntarios, familiares, etc.). Además, la zona de boxes y salida-meta tiene un espacio reducido. Es importante respetar a los deportistas y velar por su integridad, sí como por la seguridad de los circuitos y duatletas en las diferentes pruebas. Por ello hay que respetar las indicaciones de voluntarios, organizadores y oficiales. También hay que tener en cuenta que la zona tendrá restricciones de tráfico durante toda la mañana, por lo que se debe contemplar este aspecto en desplazamientos pre y post prueba.

PROTOCOLO SEGURO DEPORTIVO EN CASO DE ACCIDENTE (para federados cántabros y licencia 1 día)

<https://fetricantabria.com/seguro-medico/>

Horarios Domingo 3 marzo 2024.

📍 Lugar: C. Verdes, 50, 39160 Galizano, Cantabria

Sábado 2 de marzo, entrega de dorsales 18:00-20:00 h.

Domingo 3 de marzo.

HORARIO DE BOXES:

El horario de apertura y cierre de boxes (salida absoluta) será de 08:15-09:15 h.

En las categorías menores y absolutos no federados, se hará tras la conclusión de las categorías absolutas federadas

HORARIO DE SECRETARIA DOMINGO: 08:00-09:00 H.

HORARIO SALIDAS:

09:30 horas Salida absoluta federada femenina

09:31 horas Salida absoluta federada masculina

No antes de 12:00 h. Categorías menores y absolutos no federados

MATERIAL

- La Organización entregará a cada deportista dorsal de competición (deberá ir en la parte delantera durante la carrera a pie y detrás en bicicleta). Dicho dorsal se llevará mediante goma elástica y deberá ser visible en todo momento.
- Se entregará dorsal pegatina para la bici (se pegará en la tija), dos pegatinas para casco (colocar en el lado izquierdo y centro del casco). También habrá pegatina para guardarropa, si se desea utilizar este servicio (en boxes solo se puede dejar el material a utilizar durante la competición).

✓ Control de Material

- Llevar DNI, licencia o documento acreditativo de identidad

Dentro de la transición:

- Cada deportista tendrá un sitio con en la barra con su dorsal y una caja de plástico numerada.
- Durante la competición, el material ya utilizado deberá colocarse dentro de la cesta.
- En boxes solo se podrá dejar material que vaya a ser utilizado en la competición
- HABRÁ SERVICIO DE GUARDARROPA en zona Salida/Meta.
- A los boxes solo podrán entrar deportistas y personal autorizado.
- No se podrá acceder a boxes a retirar el material hasta que así lo estime el Juez Árbitro.

Reglamento

- La competición se regirá por el reglamento de competiciones de la Federación Española de Triatlón 2024.
- <https://triatlon.org/wp-content/uploads/2024/01/Circular.1.24-Competiciones-Reglamento-de-competiciones-edicion-2024.pdf>

Se pueden usar diferentes pares de zapatillas en el primer y tercer segmento.
Se debe dejar dentro de la caja de boxes todo el material ya usado en competición.
En la prueba absoluta federada el *drafting* no está permitido. Habrá *Penalty box* para las sanciones de drafting.

La Zona de drafting para las competiciones de Distancia Estándar o inferior: *tendrá diez metros (10 m) lineales desde el extremo de la rueda delantera. Un deportista podrá entrar en la zona de drafting de otro deportista para adelantarle. Para efectuar esta maniobra contará con un máximo de 20 segundos (20 s). Se puede incurrir en una sanción por drafting si se produce más de un intento consecutivo de adelantamiento sin éxito,*

Reglamento

- La competición se regirá por el reglamento de competiciones de la Federación Española de Triatlón 2024.
- <https://triatlon.org/wp-content/uploads/2024/01/Circular.1.24-Competiciones-Reglamento-de-competiciones-edicion-2024.pdf>

3) la Zona de drafting con respecto a las motos: tendrá doce metros (12 m) lineales. Esta distancia también se aplica en las competiciones donde esté permitido el drafting,

4) la Zona de drafting con respecto a los vehículos: tendrá treinta y cinco metros (35 m) lineales. Esta distancia también se aplica en los eventos donde esté permitido el drafting.

En las pruebas escolares y no federadas estará permitido el *drafting* (bicicletas contrarreloj por lo tanto estarán prohibidas, igual que los acoples)



CIRCUITOS CATEGORÍA ABSOLUTAS (JUNIOR, SUB 23, ABSOLUTOS Y VETERANOS FEDERADOS)

Año 2006 y anteriores. Deportistas federados.

La Prueba Consta de 3 segmentos:

- Carrera a Pie: 2 vueltas al circuito "D"
- Ciclismo: 4 vueltas al circuito de ciclismo
- (imagen de la derecha en rojo)
- Carrera a Pie: 1 vuelta al circuito "D"

A LAS 9:30H. (chicas) y 9:31 H. (chicos) ABSOLUTOS

5,8 KM. A PIE – 34,5 KM. EN BICI – 2,9 KM. A PIE

2 VUELTAS A PIE CIRCUITO "D".

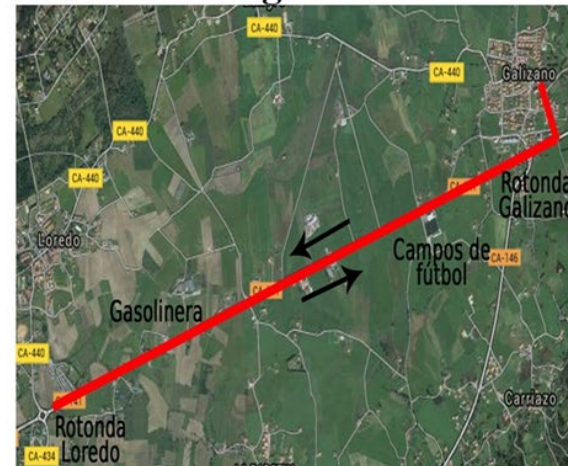
4 VUELTAS BICI: ROT. GALIZANO-ROT. LOREDO

1 VUELTA..... A PIE CIRCUITO "D"

A pie categorías absol. "D"



Bici categorías absolutas



En el tramo de carrera a pie donde coincidan los dos sentidos de circulación (Barrio Campa Juana), los duatletas deberán correr por su lado izquierdo de la calzada.



CIRCUITOS ABSOLUTOS



- Relieves del circuito a pie, del circuito de bici y segunda carrera.
- Posible presencia del viento en el circuito ciclista.



CIRCUITOS ABSOLUTOS

TRANSICIONES

T1 (carrera-> ciclismo) Precaución Calle de la Iglesia (está con los márgenes en obras, conos presentes)





CIRCUITOS ABSOLUTOS

- T2 (ciclismo-> carrera)

Las Transiciones son iguales para todas las categorías y salidas





CIRCUITOS INFANTIL-CADETE-JUVENIL-POPULARES

La Prueba Consta de 3 segmentos:

- Carrera a Pie: 4 vueltas al circuito "C" (3 infantiles)
- Ciclismo: 1 vuelta al circuito de ciclismo (recorrido en rojo)
- Carrera a Pie: 2 vuelta al circuito "C" (1 infantiles)

Los infantiles darán una vuelta menos a pie en cada uno de los sectores de carrera.

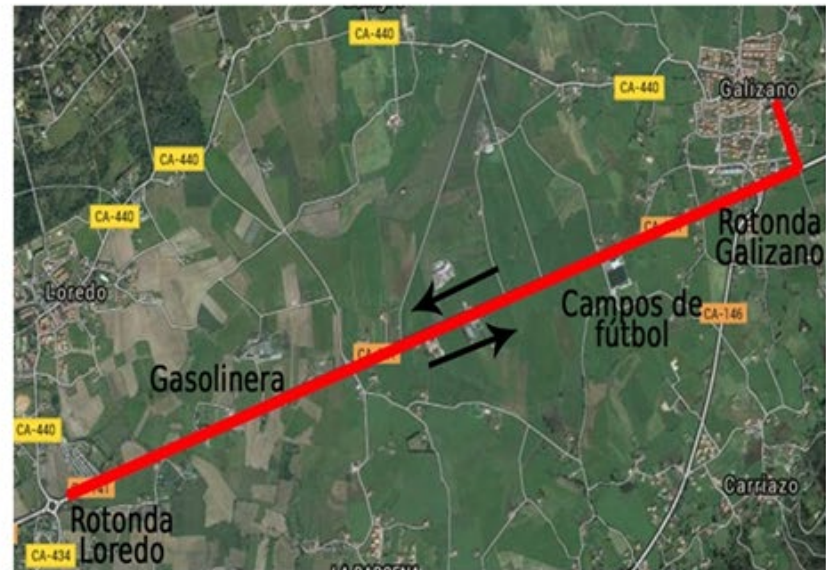


CIRCUITOS INFANTIL-CADETE-JUVENIL-POPULARES

Pie infantil/cad/juv/popular “C”



Bici infantil/cad/juv/popular





CIRCUITOS INFANTIL-CADETE-JUVENIL-POPULARES

A LAS 12H. INFANTILES (2012 Y 2011), CADETES (2010 y 2009), JUVENILES (2008 y 2007) y POPULARES ABSOLUTOS (2006 y anteriores):

3.200 M. A PIE – 9 KM. EN BICI – 1600 M. A PIE.

4 VUELTAS A PIE CIRCUITO “C” (Infantiles 3 vueltas: 2400 metros)

1 VUELTA BICI ROTONDA LOREDO y PLAZA GALIZANO

2 VUELTAS A PIE CIRCUITO “C” (Infantiles 1 vuelta: 800 metros)



CIRCUITOS INFANTIL-CADETE-JUVENIL-POPULARES

En el ciclismo de esta carrera está permitido el *drafting*.

Bicicletas de manillar curvo, también permitidas bicicletas de montaña.

En todo el segmento de ciclismo (desde que se coge la bici en boxes hasta que se deja) el casco debe estar colocado y abrochado.



CIRCUITOS Y ESPECIFICACIONES BENJAMÍN-ALEVÍN

La prueba benjamín-alevín no será competitiva. Todos los niños al llegar a meta recogen su avituallamiento/regalo y suben al pódium para recoger su medalla.

Esta categoría usará apoyabicis en lugar de boxes de barra.

Tras concluir su competición deberán esperar ordenes de la Juez Arbitro para sacar su material de boxes.

Alevín

La Prueba Consta de 3 segmentos:

- Carrera a Pie: 3 vueltas al circuito "A"
- Ciclismo: 2 vueltas al circuito de ciclismo "B" (recorrido en rojo)
- Carrera a Pie: 1 vuelta al circuito "A"

Benjamín

La Prueba Consta de 3 segmentos:

- Carrera a Pie: 2 vueltas al circuito "A"
- Ciclismo: 1 vuelta al circuito de ciclismo "B" (recorrido en rojo)
- Carrera a Pie: 1 vuelta al circuito "A"

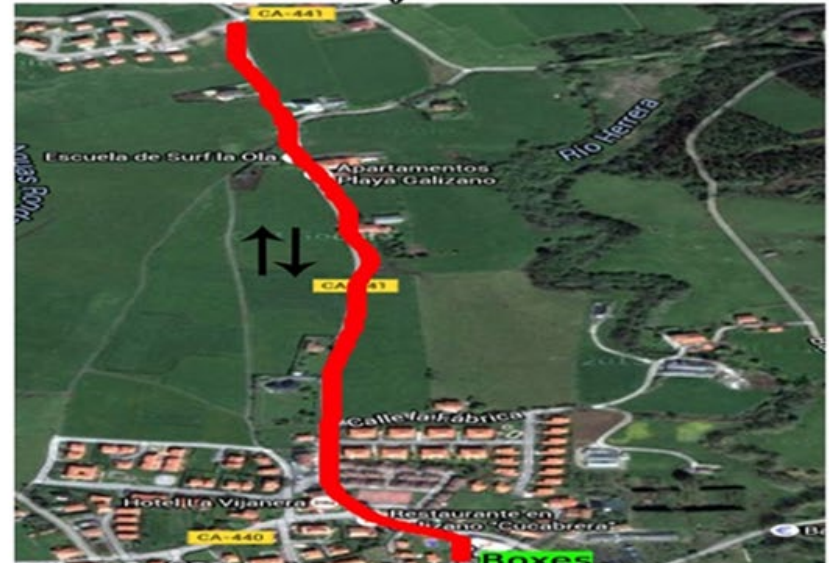


CIRCUITOS Y ESPECIFICACIONES BENJAMÍN-ALEVÍN

Pie benjamín/alevín “A”



Bici benjamín/alevín “B”





CIRCUITOS Y ESPECIFICACIONES BENJAMÍN-ALEVÍN

BENJAMIN (años 2015/16/17):

700 M. A PIE – 2 KM. EN BICI – 350 M. A PIE.

2 VUELTAS A PIE CIRCUITO “A”

1 VUELTAS BICI: CIRCUITO “B” (PLAYA)

1 VUELTA A PIE CIRCUITO “A”

ALEVIN (años 2013/14):

1200 M. A PIE – 4 KM. EN BICI – 400 M. A PIE.

3 VUELTAS A PIE CIRCUITO “A”

2 VUELTAS BICI: CIRCUITO “B” (PLAYA)

1 VUELTA A PIE CIRCUITO “A”

Si no hay un número mínimo de deportistas se unificarán las dos categorías bajo las distancias benjamín.



Trofeos y premios XXIX Duatlón Galizano

- Trofeo a las/os 3 primeras/os clasificados en categoría Absoluta, Junior, Sub23, Vet1, Vet2 y Vet3.
- Trofeo las/os 3 primeras/os clasificados en categoría Absoluta no federada.
- En las categorías de Menores se establecerán clasificaciones por categoría/género y teniendo únicamente premios en las categorías Juvenil, Cadete e Infantil (3 primeras/os), siendo la categoría Alevín y Benjamín de carácter no competitivo.
- A benjamines y alevines se les entregará al acabar regalo de la organización y medalla de recuerdo.
- Todos los participantes recibirán un obsequio al finalizar la prueba a cargo del Ayuntamiento de Ribamontán al Mar, así como avituallamiento sólido y líquido.





Trofeos y premios XXIX Duatlón Galizano

- La no presencia en la ceremonia de premiación supondrá la pérdida de trofeos y premios.
- Los trofeos absolutos son acumulativos.
- Al pódium solo podrán subir los deportistas premiados. En clasificación de clubes subirán 3 deportistas.
- Los trofeos absolutos empezarán a entregarse lo más pronto posible, comenzando por categorías, clubes y acabando con el pódium absoluto.
- La entrega de premios de la prueba de menores y absolutos no federados tendrá lugar tras la última carrera (alevines y benjamines).



Trofeos y premios XXIX Duatlón Galizano

- PREMIOS ECONÓMICOS PRUEBA ABSOLUTA FEDERADA

Absolutas/os	Clubs (Masc./Fem.)
- 1ª/1º 120 euros	70 euros
- 2ª/2º 90 euros	50 euros
- 3ª/3º 70 euros	30 euros

- Para obtener los trofeos y premios económicos es necesario estar presente en la ceremonia de pódium. Por clubes subirán al pódium tres integrantes.
- Los premios económicos se pagaran por transferencia bancaria, para lo cual es necesario cumplimentar un recibo con los datos bancarios del beneficiario.
- Los premiados con dotación económica deberán firmar y rellenar en Secretaría los respectivos recibos. Clubes deberán completar con CIF club e IBAN de la entidad.
- Cantabria Triatlón no se responsabiliza de datos incorrectos o cuentas no actualizadas.

CAMBIOS ORGANIZATIVOS

- La Organización se reserva el derecho de realizar cualquier tipo de cambio de carácter organizativo que sea en beneficio de los participantes, debiendo comunicar dichos cambios, antes de la salida en cualquier momento y por el medio que estime más oportuno.
- La Organización se reserva el derecho a suspender o aplazar la prueba cuando observe un riesgo inherente para la seguridad de los participantes o así se lo hayan manifestado las Autoridades competentes.



iiiTe esperamos
el Domingo 3 de
marzo!!!



**AYUNTAMIENTO
RIBAMONTÁN AL MAR**

XXIX DUATLÓN DE GALIZANO 3 marzo 2024

**XXIX DUATLÓN
DE GALIZANO**

03.03.2024 6.3KM | 33KM | 3,1KM

ABIERTO A CATEGORÍAS ESCOLARES Y NO FEDERADOS
Inscripciones online www.rockthesport.com

7 CANTABRIA TRIATLÓN

VIJANERA hotel

RIVAS

Galizano
Panadería & Repostería

AYUNTAMIENTO RIBAMONTÁN AL MAR

CANTABRIA DEPORTE

JUNTA VECINAL GALIZANO

Autocaravanas DECANTABRIA

Osthav
Café - Pás
Galizano
Cafetería - Tarta - Cakes - Vinos

cano
Belleza 1985

El Pejar

EL CRUCE
BAR - RESTAURANTE

herbena

CABELOS