



TRI DEL
Paredón

TRI DEL *Paredón*



02 DE FEBRERO 2025

GUÍA

DEL ATLETA



**Municipalidad
de Sipacate**



TRI DEL
Paredón

PROGRAMA

SÁBADO 01 DE FEBRERO

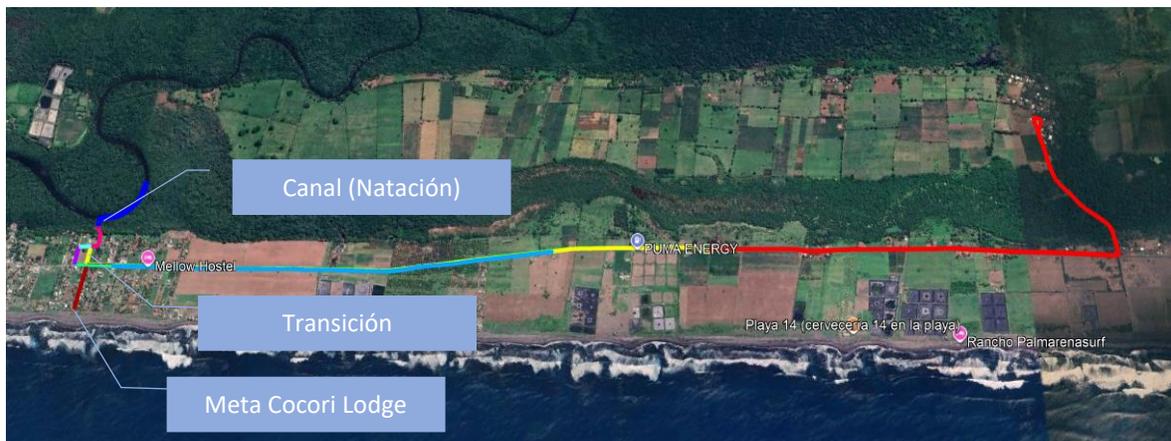
Hora	ACTIVIDAD	LOCALIZACIÓN
13:00 – 17:00	Entrega de kit	<u>Cocori Lodge</u>
18:00 – 18:30	Congresillo Técnico	<u>Facebook live</u>

DOMINGO 02 DE FEBRERO

Hora	ACTIVIDAD	LOCALIZACIÓN
05:15	Check In (Área de transición – Box)	<u>Transición</u>
06:15	Check Out (Área de transición – Box)	<u>Transición</u>
06:30	Salida – Distancia Standard	<u>Playa canal</u>
07:00	Salida – Distancia Sprint	<u>Playa canal</u>
11:00	Cierre del evento	
10:00	Premiación por Categorías	<u>Playa de Cocori Londge</u>

MAPA GENERAL

-  **Segmento de Natación**
-  **Segmento de Ciclismo**
-  **Segmento de Carrera a Pie**





TRI DEL
Paredón

TRI EXPO

¿Qué es?

Es el recinto donde podrás recoger todo tu material para la poder participar en la prueba, así como la playera conmemorativa.

¿Qué necesitas para recoger tu dorsal?

Para poder recoger el material debes mostrar tu DPI y si quieres recoger el de otro participante debes presentar una autorización o la imagen del DPI a través del teléfono.

MATERIAL QUE SE ENTREGARÁ

- **Dorsal (en el caso de los relevos tendrán un dorsal para cada segmento).**
- **Una pegatina para la bicicleta y una para el caso.**
- **Chip, a devolver al final de prueba (es obligatorio).**
- **Dispondrás de elástico para el dorsal.**

UBICACIÓN

Cocori Lodge Primera avenida lote 39, El Paredón Buena Vista.

HORARIO

De 13:00 a 17:00 horas



TRI DEL
Paredón

ÁREA DE TRANSICIÓN

¿Qué es?

Es el recinto donde tendrás custodiado todo el material (bicicleta, casco, zapatillas, etc.) que utilizarás durante la competición y en el que dispones de un lugar exclusivo para ti, numerado con tu dorsal.

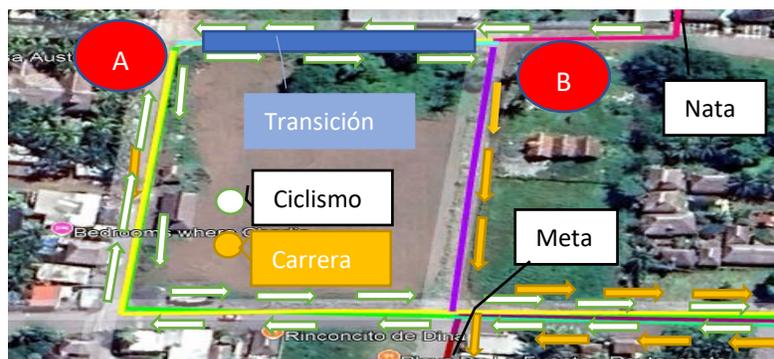
Ubicación

Calle que conduce al canal.

ASPECTOS A TENER EN CUENTA

- El acceso al BOX - Área de transición para realizar el CHECK IN será por la **PUERTA A** (el domingo de 05:15 a 06:15)
- El acceso al BOX -Área de transición para realizar el CHECK OUT será por la **PUERTA A**.
- La salida del BOX - Área de transición se realizará por la **PUERTA B**, para dirigirte al punto de inicio de la natación o para salir del recinto.
- Muy importante cuando tengas tu bicicleta en el rack tomes alguna referencia para orientarte durante la competición.
- Durante la prueba, el participante, siempre que esté en contacto con la bicicleta, deberá llevar el casco abrochado.

IMPORTANTE: Al finalizar la natación, irás por un carril delimitado y alfombrado en el que convivirás con los demás participantes. Debes estar atento y seguir las indicaciones de los voluntarios y jueces.



CHECK IN

¿Qué es?

Es el acceso de los participantes a la zona de boxes o área de transición para realizar el control de la bicicleta y el material que utilizarás durante la competición.

HORARIO

- **Domingo de 05:15 a 06:15 (recomendable llegar con tiempo suficiente para evitar imprevistos).**

IMPORTANTE: Fuera de estas horas solo se podrá acceder al box por la PUERTA B para dejar pachos y/o revisar material.

Ubicación

Calle que conduce al canal.

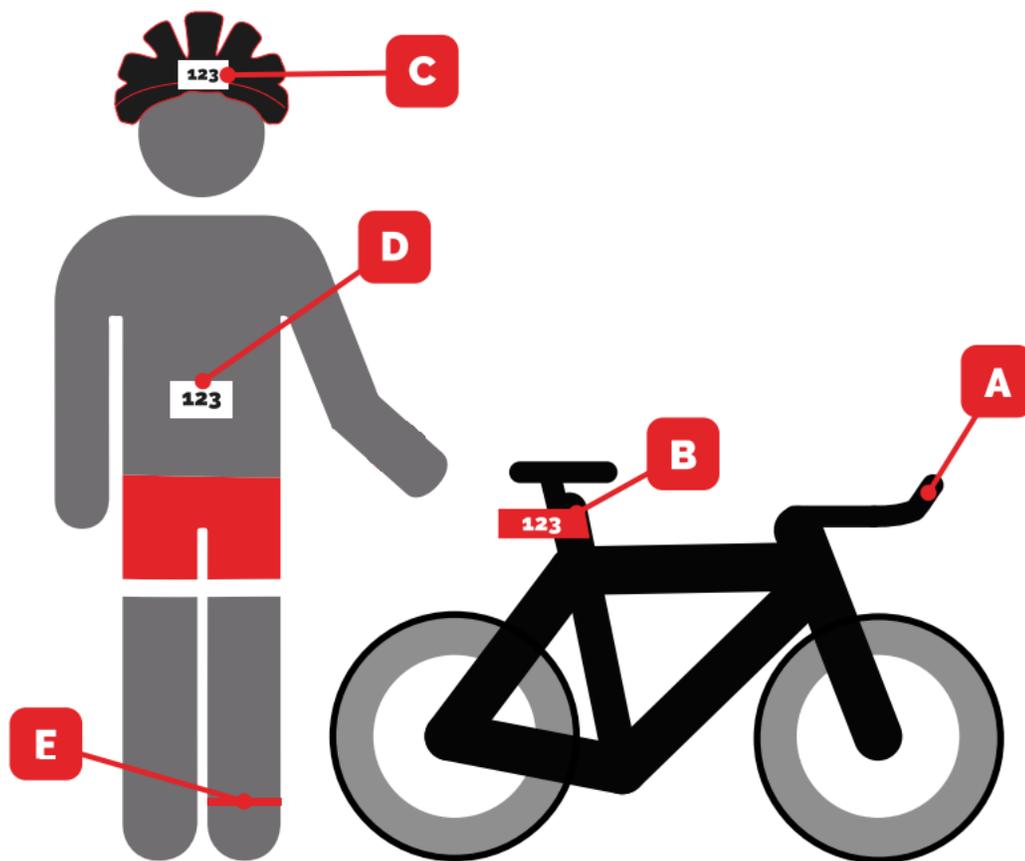
MATERIAL PARA HACER EL CHECK IN

- **Chip, colocado en el tobillo.**
- **Dorsal con elástico. Visible para comprobarlo.**
- **Gorro de Natación, visible para comprobarlo.**
- **Bicicleta con adhesivo al poste del sillín, sin cuernos o acoples al manillar.**
- **Casco de bici con adhesivo colocado (en la parte frontal)**
- **Ropa y calzado (solo el que utilizarás durante la prueba)**

IMPORTANTE: En la zona de boxes solo se puede acceder exclusivamente con el material que vas a utilizar durante la competición.

COMO COLOCAR EL MATERIAL

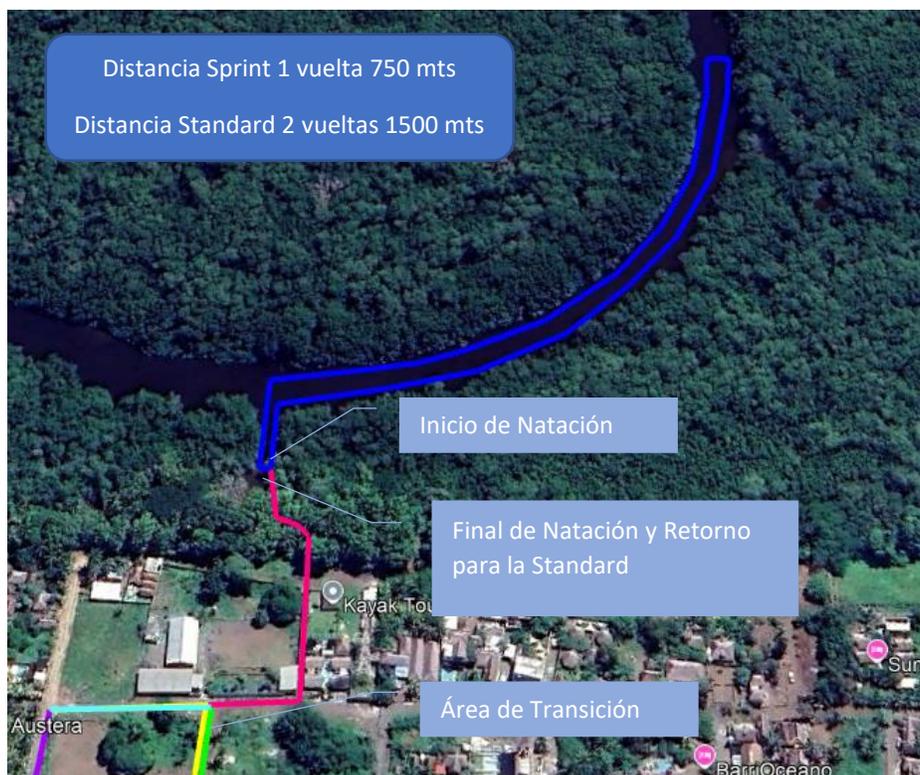
- A. Prohibido llevar acoples y/o cuernos en el manillar de la bicicleta.**
- B. Dorsal adhesivo bici: tiene que ir enganchado en el poste del sillín.**
- C. Dorsal adhesivo casco: enganchado en la parte frontal del casco.**
- D. Dorsal:**
 - En la natación no se utilizará.
 - En el ciclismo debes llevarlo en la parte posterior (obligatorio)
 - En la carrera a pie en la parte delantera (obligatorio)
- E. Chip: tiene que ir colocado en el tobillo durante toda la prueba.**



RECORRIDO DE NATACIÓN

ASPECTOS A TENER EN CUENTA

- **Hay una única zona de salida para todos los participantes situada en la playa del Canal.**
- **La zona de calentamiento, será en el canal.**
- **Nadar siempre por la derecha, para evitar choques.**
- **La zona de final de natación dispone de elementos visible en altura, fíjate bien el día de la prueba para orientarte en la parte final del recorrido.**
- **Los participantes toman la salida por orden de distancia (iniciando con la distancia Standard).**
- **Habrà boyas de recorrido y boyas de retornos (2).**
- **Tendremos Salvavidas, lanchas y kayak para apoyo.**



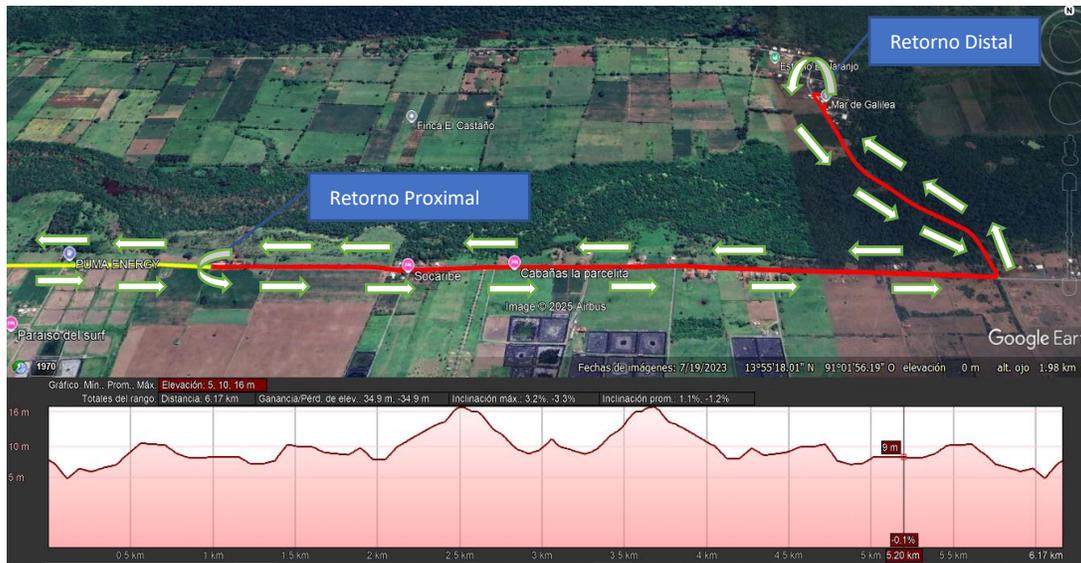
RECORRIDO DE CICLISTA

ASPECTOS A TENER EN CUENTA

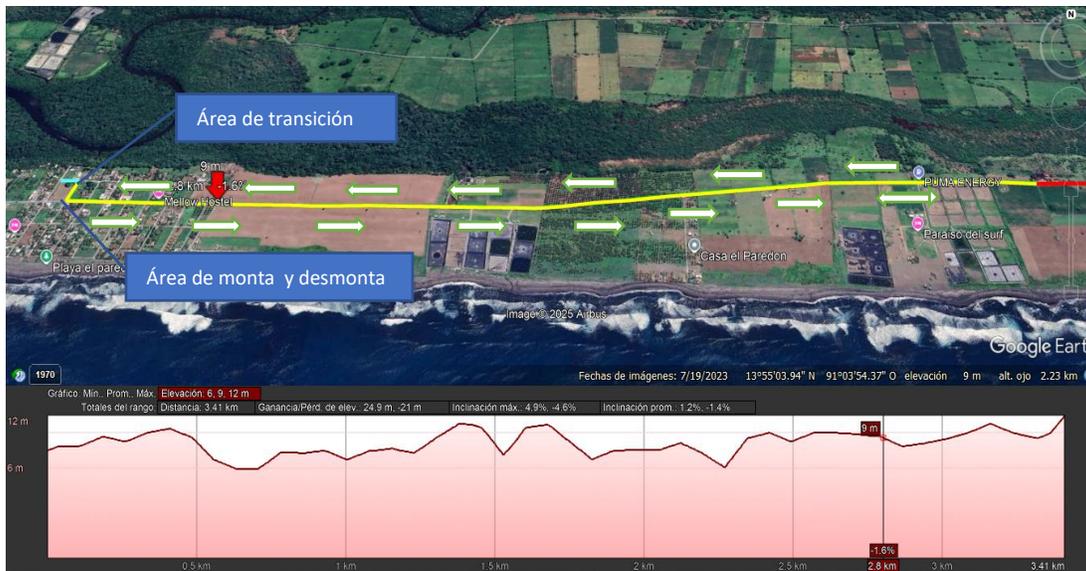
- **Está permitido el uso de BTT, pero está PROHIBIDO llevar el manillar acoples o cuernos.**
- **Está permitido ir a rueda de otros participantes del mismo género y distancia.**
- **Siempre se debe circular por la derecha de la carretera para facilitar el adelantamiento.**
- **El punto de montaje y desmontaje estará señalizado con una línea en el suelo y jueces con una bandera silbato te indicarán cuando puedas subir o bajar de la bicicleta.**
- **No se permite coleros ni acompañantes, en ningún tipo de vehículo.**
- **No habrá avituallamiento durante el segmento ciclista por razones de seguridad. Se recomienda llevar pacho con agua o bebida isotónica para hidratarse.**
- **Mucha precaución en los puntos de retorno.**
- **No hay asistencia mecánica en el recorrido.**

SEGMENGO CICLISTA STANDARD Y SPRINT

INICIO – Calle principal de paredón, rumbo al Naranja – Giro hacia la izquierda buscando el Estadio el Naranja – Borear el triángulo en la Iglesia Mar de Galilea – Giro a la derecha rumbo a Paredón – Giro de 180° - en la última vuelta seguirán hacia Paredón. FINAL



Standard: 5 vueltas de 6.16 km= 30.8 km
 Sprint: 2 vueltas de 6.16 km= 12.32 km



Standard: ida y vuelta 6.8 km
 Sprint: ida y vuelta 6.8 km=

RECORRIDO CARRERA A PIE

ASPECTOS A TENER EN CUENTA

- **Para cada vuelta dispones de dos puntos de avituallamiento con agua y bebida isotónica.**
- **Está prohibido tirar residuos fuera de los espacios delimitados por los avituallamientos. Será motivo de descalificación directa del participante que lo haga.**
- **Se debe circular siempre por la derecha.**



Standard: 2 vueltas de 4.70 km= 9.4 km
Sprint: 1 vueltas de 4.70 km= 4.70 km



CHECK OUT

¿Qué es?

Es la retirada del material de competición de la zona de boxes- área de transición, que cada participante debe hacer al finalizar la prueba. Habrá una puerta de acceso al Box – Área de transición, **PUERTA A**, para que los participantes entren en el recinto y recojan su material, y una puerta de salida del Box – Área de transición para hacer el control.

MUY IMPORTANTE: No molestar y respetar el transcurso de la prueba al resto de participantes de otras modalidades que están aún compitiendo.

MATERIAL PARA HACER EL CHECK OUT

- **Dorsal con elástico. Visible para comprobarlo.**
- **Bicicleta con adhesivo al poste del sillín, sin cuernos o acoples al manillar.**
- **Casco de bici con adhesivo colocado (en la parte frontal)**

HORARIO

- **Domingo de 09:30 a 11:00**
- **Fuera de este horario se retirará el material del Área de transición – Box.**

TIEMPO DE CORTE

A continuación, se detallan los tiempos de corte para cada una de las modalidades y segmentos de la prueba.

DISTANCIA	NATACIÓN	CICLISMO	CARRERA	TOTAL
STANDARD	1 h	2h 15'	1h 15'	4 h 30'
SPRINT	35'	45'	45'	2h 20'

Todos los participantes que superen estos tiempos de corte serán descalificados y tendrán que abandonar la prueba. En caso de querer continuar lo harán bajo su responsabilidad y sin el apoyo del personal de seguridad y control de la prueba.

En caso de que el participante quiera retirarse de la competición, y siempre que le sea posible, deberá comunicar inmediatamente a la organización de su retirada y entregar el chip.

La organización dispondrá de vehículos que podrán recoger a los triatletas que se retiren o estén fuera de la carrera. La organización les retirará el dorsal y chip y será opción del participante utilizar el vehículo para transportarlo a la zona de llegada. En caso de no utilizar este servicios será su propia responsabilidad sin protección de la organización y cuerpos policiales.



TRI DEL
Paredón

SERVICIOS POST - META

Al cruzar la línea de meta, desde la organización te facilitaremos:

- **Medalla finisher**
- **Avituallamiento con agua y bebida isotónica**

Dispondrás de servicio de médico para ayudarte y atenderte en caso que lo necesites

Seguimiento en vivo de la prueba:

-
- **Consulta tus tiempos y sigue en directo la prueba con la APP Tiempo Total**
- **Con la App de Tiempo Total podrás acceder a contenidos exclusivos del triatlón:**
 - **Resultados en tiempo real**
 - **Información actualizada de la carrera**
 - **Seguimiento en directo de los atletas**
- **Ideal para tus compañeros o familiares, que podrán seguirte en tiempo real y recibir notificaciones cada vez que pases por un nuevo punto de control.**
- **También podrás subir fotografías a la galería colaborativa del evento.**



TRI DEL
Paredón

EQUIPOS DE RELEVOS

Los equipos de relevos pueden estar formados por 2 o 3 personas, pueden ser masculinos, femeninos o mixtos.

Cada integrante realiza un segmento, o en caso de ser 2 integrantes, uno de ellos realizará 22 segmentos, sean o no consecutivos, y el otro miembro realizará el segmento restante.

Solo hace falta que uno de los integrantes del equipo haga el CHECK IN.

Cada equipo tiene un espacio delimitado en los Boxes donde sólo podrán dejar el material que se va a utilizar durante la prueba.

Sólo se permite entrar a los boxes al relevista, cuando el anterior integrante del equipo haya iniciado el segmento. Una vez iniciada la prueba.

El relevo se ejecuta en el lugar en el que está colada la bicicleta en los boxes.

Para efectuar el relevo debe entregarse el chip al siguiente relevista. El chip debe ir colocado en el tobillo del integrante del equipo que está en competición.

Todos los integrantes del equipo podrán acompañar al relevista que realiza la carrera a pie en los últimos 80 metros de la prueba para cruzar juntos la línea de llegada. El punto de encuentro será la puerta de entrada al recinto de meta.

Una vez finalizada la prueba todos los miembros del equipo podrán acceder al avituallamiento final.

IMPORTANTE: Sólo habrá una clasificación para los equipos de relevos, ya sean masculinos, femenino y/o mixtos.



TRI DEL
Paredón

DUATHLE

Los competidores que participen en esta modalidad, realizarán los segmentos de Ciclismo y Carrera, ya sea de la distancia Standard o Sprint.

Los oficiales técnicos realizaran un sorteo para asignar un nadador, al llegar este al área de Transición podrás iniciar el segmento de ciclismo.

El competidor debe estar en el área de box asignada, ya con el casco puesto y abrochado, esperando la llegada del nadador asignado.

Habrà clasificación masculina y femenina para esta modalidad.



TRI DEL
Paredón



TRI DEL
Paredón

ORGANIZADOR



Con el
apoyo de:



AVALADO



PATROCINADORES



TRI DEL
Paredón