

RACE BOOKLET



22 de julio

Triatlón Riaza

HALF Y SHORT



UBICACIONES 

CÓMO MOVERSE 

HORARIOS 

PROGRAMA 

RECORRIDOS 

AVITUALLAMIENTOS 

PUNTOS CLAVE 

UBICACIONES



RIAZA

PARQUE "EL RASERO"
ENTREGA DE DORSALES
T2 / META

SG-111

SG 111 - ACCESO
T 1 - EMBALSE DE RIOFRÍO
CORTADO ENTRE LAS 08:15 a 09:15
(durante la salida half)



RIAZA

REUNION TÉCNICA

T2 - HALF

ENTREGA DE DORSALES

T2 - SORT

ACCESO A
RECOGIDA DE DORSALES
T2 / META

N-110

ACCESO EN KM 118,5 / N-110

SG-111

SG 111 - ACCESO
T 1 - EMBALSE DE RIOFRÍO
CORTADO ENTRE LAS 08:15 a 09:15

UBICACIONES



RIOFRÍO DE RIAZA

APARCAMIENTOS



CARRETERA CORTADA
ACCESO SÓLO
ORGANIZACIÓN

EMBALSE DE FIOFRIO

CÓMO
MOVERSE

HORARIOS

Si eres participante o acompañante...

HALF

- Si subes en coche la carretera estará abierta hasta el comienzo de la natación, hasta el **cruce de Riofrío**, y debes aparcar en las zonas señalizadas.
- Si subes en bicicleta, directamente a **la T1**.
- Si el vehículo queda aparcado en Riofrío, al acabar la prueba, subiremos a los participantes a recogerlos.
- Si el acompañante baja el vehículo:
 - a) Sale antes de las 08:15 h. (carretera abierta) y por lo tanto no ve la natación completa.
 - b) Espera a que termine el último participante la natación y sale después del vehículo de organización que cierra la carrera, hasta Riaza. No puede entrar con el vehículo en el circuito ciclista.

Si eres participante o acompañante...

SHORT

- Si subes en coche la carretera estará abierta hasta el comienzo de la natación, hasta el **cruce de Riofrío**, y debes aparcar en las zonas señalizadas (cerrada de 8:15 a 9:15).
- Si subes en bicicleta, directamente a **la T1**.
- Si el vehículo queda aparcado en Riofrío, al acabar la prueba, subiremos a los participantes a recogerlos.
- Si el acompañante baja el vehículo:
 - a) Sale antes de las 10:40 h. (carretera abierta) y por lo tanto no ve la natación completa.
 - b) Espera a que termine el último participante la natación y sale después del vehículo de organización que cierra la carrera, hasta el cruce de la Pinilla, donde puede ver el paso de la carrera y bajar a Riaza detrás del último participante (aprox. 12:50h.).
 - c) Utilizar la pista alternativa hasta la Ermita de Hontanares, y luego carretera hasta Riaza.

PROGRAMA

SÁBADO

- 16:00 a 19:00: Entrega de dorsales Half y Short - PARQUE DEL RASERO
- 16:30 a 19:30: Check-in bicicletas en T1 - EMBALSE DE RIOFRÍO (Opcional, pero aconsejable)
- 20:00: Reunión Técnica, Biblioteca Municipal (3 min. Andando desde el Parque del Rasero)

DOMINGO

PARQUE DEL RASERO

(Recogida de dorsales, T2 y meta)

- 6:30: Entrega de dorsales HALF
- 6:30 a 7:15: Depósito de materiales en T2 **HALF OBLIGATORIO TODOS LOS PARTICIPANTES**
- 7:00 a 9:00: Entrega de dorsales SHORT
- 7:00 a 9:15: Depósito de materiales en T2 **SHORT OBLIGATORIO TODOS LOS PARTICIPANTES**

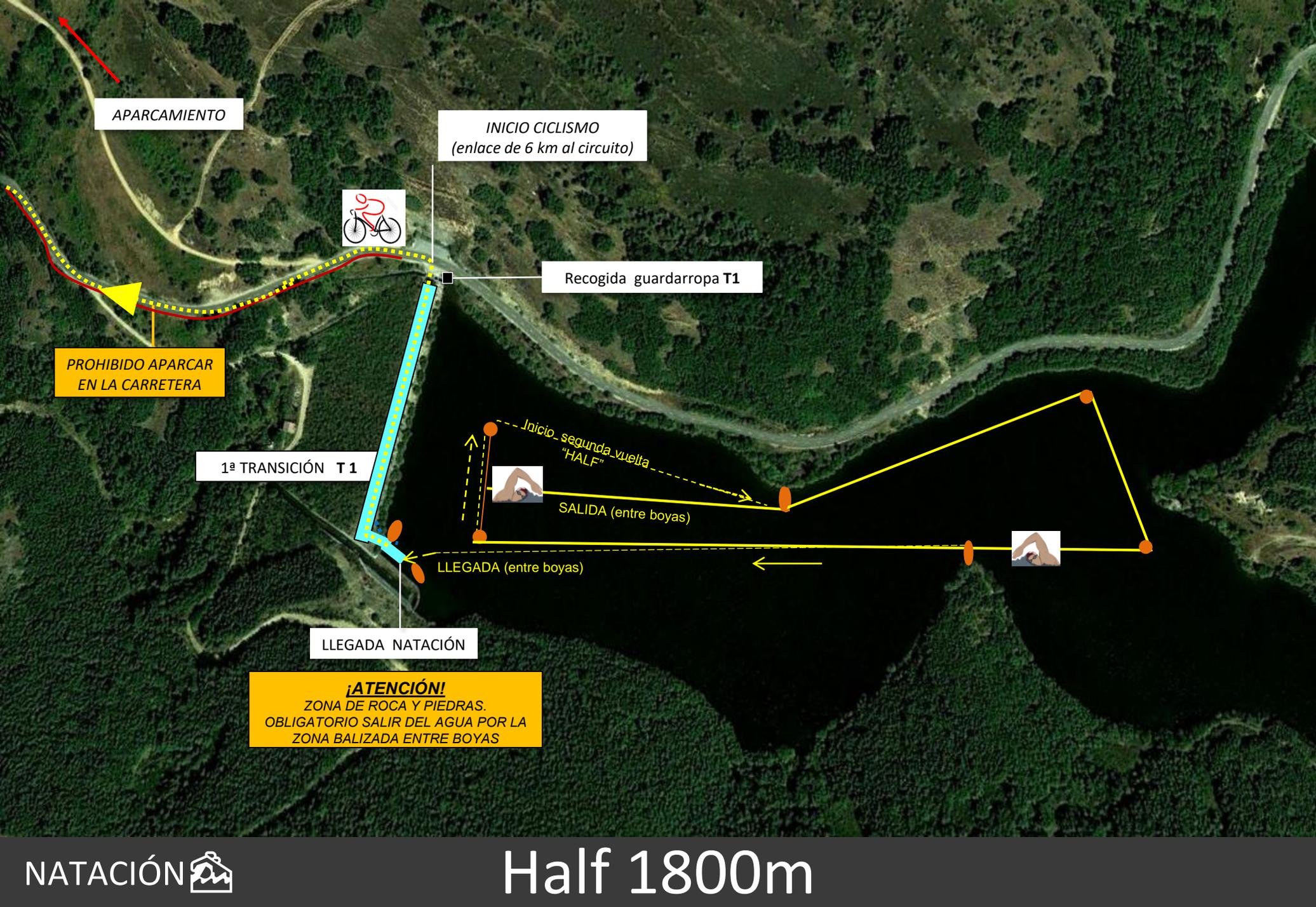
PRESA DE RIOFRÍO (T1)

- 7:00 a 7:45: Check-in HALF
- 8:00: Salida Half Federados Masc.
- 8:05: Salida Half No Feder. Masc.
- 8:07: Salida Half Femenina
- 9:15 a 10:15: Check-in Short
- 10:30: Salida Short Federados Masc.
- 10:35: Salida Short No Feder. Masc.
- 10:37: Salida Short Femenina

⚠ IMPORTANTE ⚠

De 08:15 a 09:15 horas, la carretera de acceso a la T1, quedará cerrada para vehículos desde Riaza. Se podrá subir en bicicleta pero rogamos que os mantengáis siempre pegados a vuestra derecha ya que en este periodo de tiempo estarán bajando desde el embalse los triatletas de la competición Half.

RECORRIDOS



APARCAMIENTO

INICIO CICLISMO
(enlace de 6 km al circuito)



Recogida guardarropa T1

PROHIBIDO APARCAR
EN LA CARRETERA

1ª TRANSICIÓN T1

Inicio segunda vuelta
"HALF"



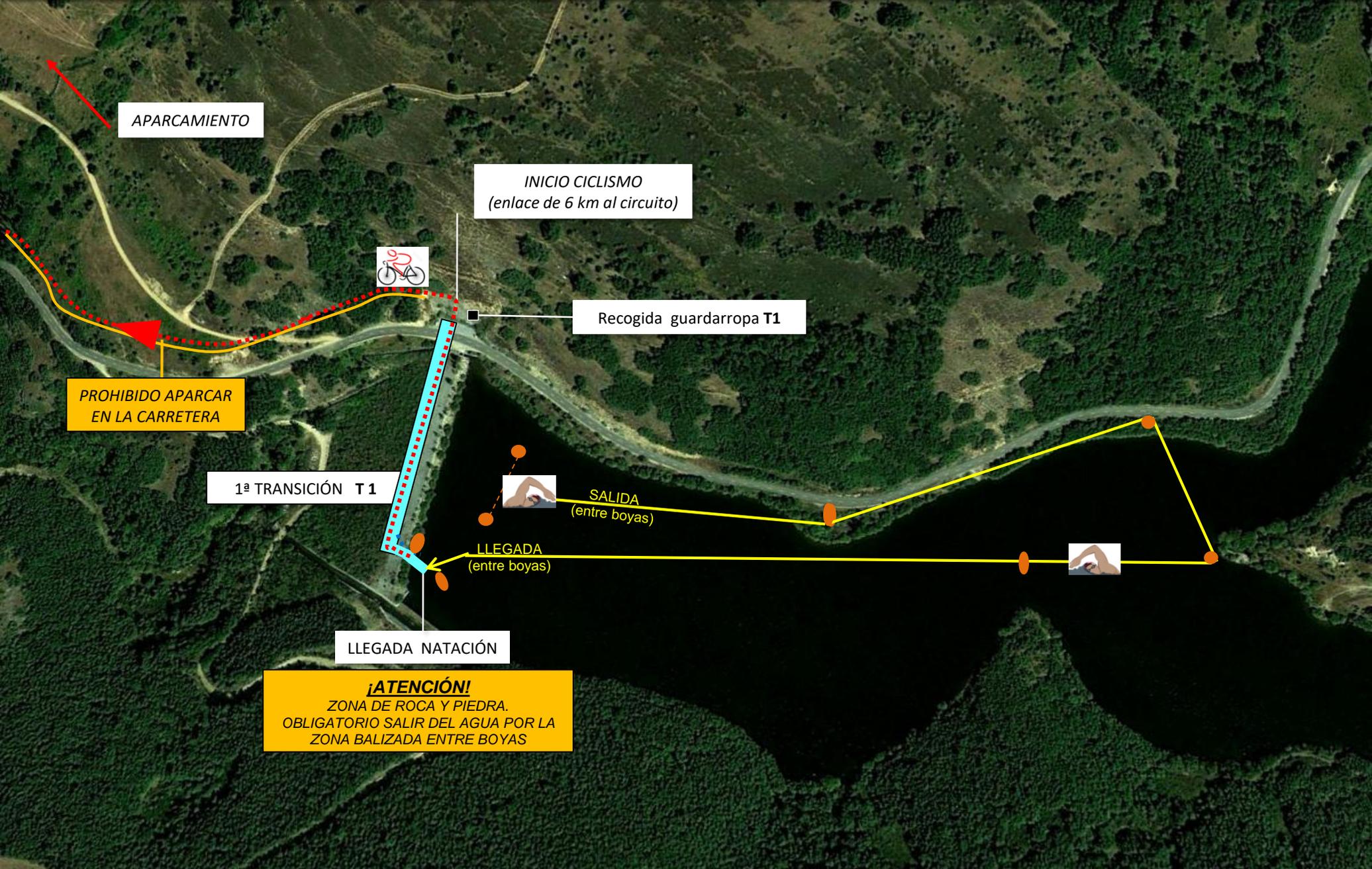
SALIDA (entre boyas)

LLEGADA (entre boyas)



LLEGADA NATACIÓN

¡ATENCIÓN!
ZONA DE ROCA Y PIEDRAS.
OBLIGATORIO SALIR DEL AGUA POR LA
ZONA BALIZADA ENTRE BOYAS



APARCAMIENTO

INICIO CICLISMO
(enlace de 6 km al circuito)

Recogida guardarropa T1

PROHIBIDO APARCAR
EN LA CARRETERA

1ª TRANSICIÓN T 1



SALIDA
(entre boyas)

LLEGADA
(entre boyas)



LLEGADA NATACIÓN

¡ATENCIÓN!
ZONA DE ROCA Y PIEDRA.
OBLIGATORIO SALIR DEL AGUA POR LA
ZONA BALIZADA ENTRE BOYAS

NEOPRENO

Muchos nos preguntáis sobre el **uso de neopreno**. Ya sabéis que la decisión oficial no se conocerá hasta una **hora** antes de la prueba. No obstante, tal y como está actualmente la temperatura y teniendo en cuenta lo sucedido en ediciones anteriores, **previsiblemente sea neopreno PERMITIDO**, ya que esperamos que la temperatura no supere los 22° (temperatura límite para el uso del neopreno).

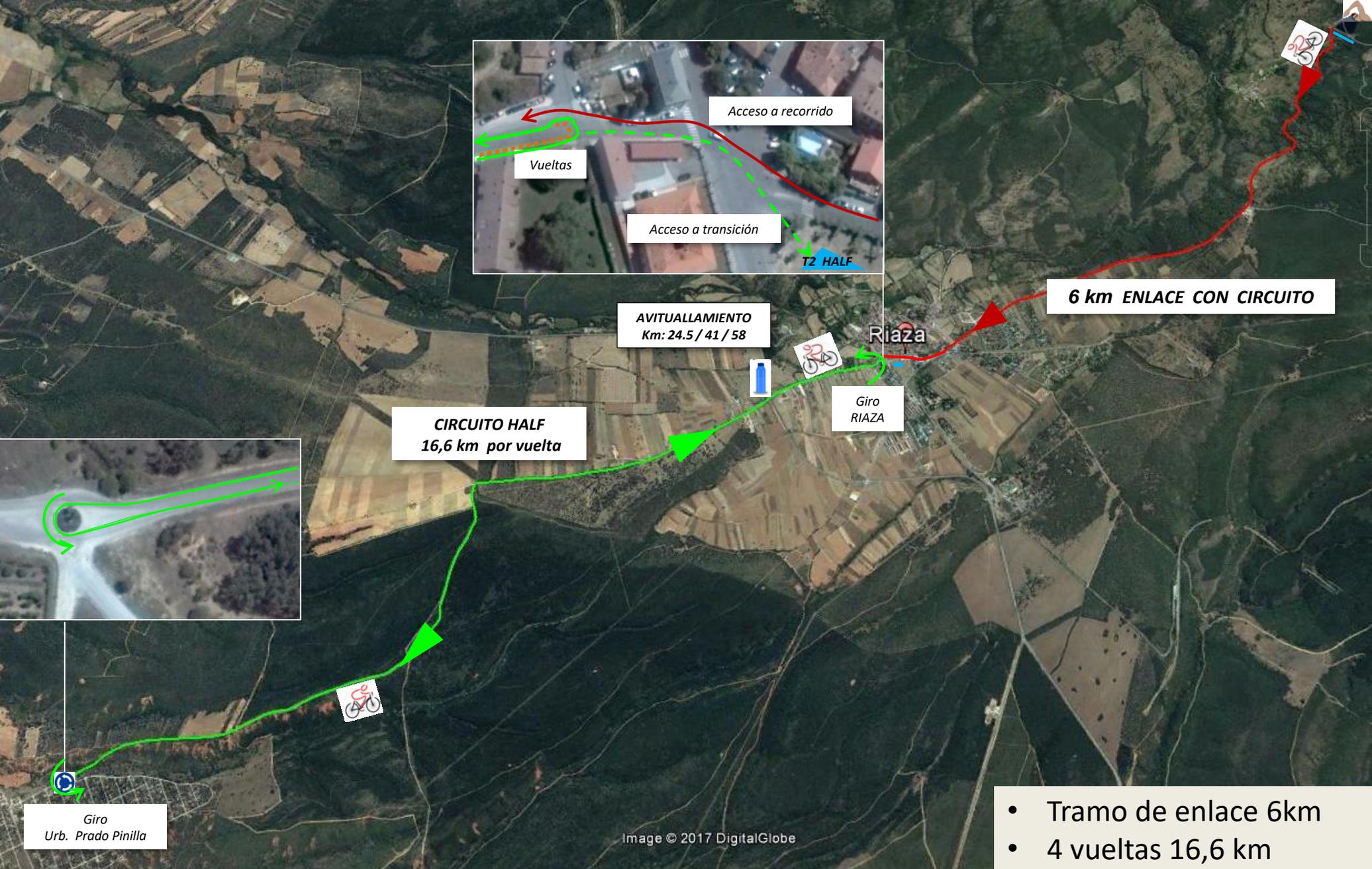
GUARDARROPA

Antes de dirigiros a la salida del agua, tendréis que dejar en la furgoneta de guardarropa todo el material que no se vaya a utilizar en la competición y la organización lo trasladará junto al material utilizado en la natación a la zona de meta para que podáis recogerlas nada más finalizar la prueba.

TIEMPOS DE CORTE

Se establecen los siguientes límites horarios para finalizar la prueba de natación:

- HALF → 55 min
- SHORT → 30 min



- Tramo de enlace 6km
- 4 vueltas 16,6 km

ENLACE DEL CICLISMO HALF E INICIO DE VUELTAS A CIRCUITO



INICIO DE VUELTAS

!PRECAUCIÓN!

RECORRIDO HALF

T2
HALF

META

T2
SHORT

PARQUE DEL RASERO

Image © 2015 DigitalGlobe



- Tramo de enlace 5,5km
- 2 vueltas 17,4 km

FINAL ENLACE CICLISMO SHORT, INICIO DE VUELTAS A CIRCUITO Y ACCESO A T2

2ª TRANSICIÓN
HALF
META

2ª TRANSICIÓN
SHORT

TRAMO SÓLO DE
ENTRADA A TRANSICIÓN
SHORT

FINAL
TRAMO DE ENLACE **SHORT**

INICIO DE VUELTAS
RECORRIDO **SHORT**

Image © 2015 DigitalGlobe

Google earth

Fecha de las imágenes: 8/30/2010 41°16'37.01" N 3°28'49.22" O elev. 1206 m alt. ojo 741 m

TIEMPOS DE CORTE

Se establecen los siguientes límites horarios para finalizar la prueba de ciclismo:

- HALF → 4h45' desde cada una de las salidas
- SHORT → 3h desde cada una de las salidas

INFORMACIÓN

- Se permite el uso de cabras
- No se permite "Drafting"
- No se permiten bicicletas de montaña



- 4 vueltas

Gráfico: min., media, máx Elevación: 1194, 1207, 1225 m
 Total de intervalo: Distancia: 4.92 km Incremento/pérdida de elevación: 46 m, -46.2 m Pendiente máxima: 5.6%, -6.0% Pendiente media: 1.9%, -1.8%



CARRERA A PIE Half 20 Km



- 2 vueltas

Gráfico: min., media, máx Elevación: 1194, 1207, 1225 m
 Total de intervalo: Distancia: 4.92 km Incremento/pérdida de elevación: 46 m, -46.2 m
 Pendiente máxima: 5.6%, -6.0% Pendiente media: 1.9%, -1.8%



CARRERA A PIE Short 9 Km

TIEMPOS DE CORTE

Se establecen los siguientes límites horarios en la carrera a pie:

- HALF → Tiempo de corte para iniciar la última vuelta: 6h10' desde cada una de las salidas
→ Cierre de la meta: 7 horas
- SHORT → Tiempo de corte para iniciar la última vuelta: 4h10' desde cada una de las salidas
→ Cierre de la meta: 5 horas



PASOS POR EL PARQUE DEL RASERO
Y CENTRO DE LA POBLACIÓN

Google earth

Fecha de las imágenes: 8/30/2010 41°16'42.60" N 3°28'45.40" O elev. 1203 m alt. ojo 428 m

CARRERA A PIE

Half



Entrada a transición HALF

Inicio vueltas o meta

T2 - HALF

AVITUALLAMIENTO

T2 SHORT

Entrada a transición SHORT

Acceso transición SHORT

VUELTAS

PASOS POR EL PARQUE DEL RASERO Y CENTRO DE LA POBLACIÓN



CARRERA A PIE

Short

Google Earth

Fecha de las imágenes: 7/11/2015 41°16'38.06" N 3°28'45.91" O elev. 1207 m alt. ojo 713 m

2010

Image © 2017 DigitalGlobe

AVITUALLAMIENTOS

CICLISMO

SHORT

- Km 14,5 | 31

HALF

- Km 24,5 | 41 | 58
- 1. Agua
- 2. Plátano
- 3. Bebida ISO en bidón

Se entregarán geles y barritas para los corredores del HALF

CARRERA A PIE

SHORT

- Km 1,3 | 4 | 6,3

HALF

- 2 avituallamientos
- AV 1 completo (inicio cada vuelta)
 - Agua
 - Bebida ISO
 - Fruta
- AV 2 agua
 - Km 2,4 del recorrido

PUNTOS

CLAVE

- ❑ Sólo está permitido nadar en el embalse el día de la competición ya que así viene recogido en el permiso de uso del embalse.
- ❑ **Una vez finalizado el horario de depósito de bicicletas en la T1**, no se podrá acceder a la zona hasta el momento de la apertura de la T1 para la competición.
- ❑ **El acceso a la T1 lo harán los participantes con sus propios medios**, la organización retornará a los participantes que hayan dejado sus vehículos en el aparcamiento de la T1 una vez finalizada la prueba, para lo cual deben dirigirse a la secretaría y solicitarlo una vez lleguen a meta. El servicio de retorno al aparcamiento se realizará cuando se cubran las plazas disponibles y sólo se llevará al conductor del vehículo.
- ❑ **IMPORTANTE:**
 - De 08:15 a 09:15 horas, la carretera de acceso a la T1, quedará cerrada para vehículos desde Riaza. Se podrá subir en bicicleta pero rogamos que os mantengáis siempre pegados a vuestra derecha ya que en este periodo de tiempo estarán bajando desde el embalse los triatletas de la competición half.
- ❑ **POR PETICIÓN EXPRESA DE GUARDIA CIVIL**, SE RUEGA NO APARCAR EN LOS ARCENES DE LA CARRETERA Y UTILIZAR EL APARCAMIENTO SEÑALIZADO POR LA ORGANIZACIÓN. LOS VEHÍCULOS NO AUTORIZADOS Y ESTACIONADOS EN EL ARCÉN, SERÁN DENUNCIADOS.
- ❑ **El aparcamiento se encuentra en Riofrío de Riaza**. Para acceder hay que seguir la señalización hacia el pueblo. Se atraviesa por su calle principal y se entra en un camino ancho con dos zonas amplias SEÑALIZADAS de aparcamiento al inicio. Desde el punto más alejado del aparcamiento hasta la presa hay 700 mts andando.
- ❑ **NO SE PODRÁ CIRCULAR POR LA CARRETERA MIENTRAS DUREN EL SEGMENTO CICLISTA DE LA DISTANCIA SHORT**, pero habrá una salida señalizada por la pista de la Ermita de Hontanares que estará abierta en todo momento

Gracias por tu colaboración

PATROCINADOR PRINCIPAL

Popular

 Grupo Santander

COLABORADORES



INSTITUCIONES



AYUNTAMIENTO DE RIAZA

ORGANIZA

