



**Popular**

Grupo Santander

**DU&TRI CUP**

TRIATLÓN PEDREZUELA  
GUÍA TRIATLETA



**Popular**  
Grupo Santander

**SPECIALIZED**

**ORCO**

**HOKA ONE ONE**  
TIME TO FLY™

**POWER ADE**



**Popular**

Grupo Santander

**DU&TRI CUP**

TRIATLÓN PEDREZUELA  
GUÍA TRIATLETA



INSTRUCCIONES GENERALES



ACCESOS Y CÓMO LLEGAR



RECORRIDOS

## INSTRUCCIONES GENERALES

- El IV **Triatlón de Pedrezuela** tendrá lugar el DOMINGO 9 de Septiembre. La participación está abierta a todo tipo de deportistas, federados o no, a partir de la categoría CADETE. Los participantes federados disputarán el Campeonato de Madrid de Clubes.
- La prueba se desarrolla en distancia Sprint: **750 m de natación, 20 km en bici y 5 km a pie**. Se podrá participar tanto con bicicleta de carretera como de montaña, siendo el recorrido ciclista sobre asfalto. En el Campeonato de Madrid sólo se podrá participar con bicicleta de carretera.
- Las participantes femeninas no federadas podrán utilizar bicicleta de montaña.
- Se disputarán 3 series, dos masculinas (A y B) y una femenina. Para la clasificación final individual masculina se refundirán las 2 series, no existiendo clasificación parcial de la serie B.
- **PARTICIPANTES NO FEDERADOS (MASCULINOS):**
  - Todos los participantes saldrán en la Serie B.
- **PARTICIPANTES FEDERADOS (MASCULINOS):**
  - Todos los participantes saldrán en la serie A, excepto aquellos participantes federados que expresamente soliciten en el momento de la inscripción participar en la serie B.
- **PARTICIPANTES FEMENINAS (FEDERADAS Y NO FEDERADAS):**
  - Todas las participantes femeninas saldrán en esta serie.

### SÁBADO 8

HORA	ACTIVIDAD
17:00 a 20:00	Entrega de dorsales

### DOMINGO 9

HORA	ACTIVIDAD
7:15	Entrega de dorsales y apertura T2 (campo de fútbol)
8:00	Apertura T1 (Transición embalse)
9:00	Salida femenina
9:45	Salida A
10:30	Salida B

## INSTRUCCIONES GENERALES

### PREMIOS

- Se establecerá una clasificación masculina y otra femenina, refundiendo todas las series.
- Para el Campeonato de Madrid de Clubes, sólo optarán los participantes federados ).
- Trofeos a los 3 primeros de cada categoría.
- En la clasificación general se establecen los siguientes premios en metálico:

GENERAL		EQUIPOS	
1º/1ª	100€	1º/1ª	200€
2º/2ª	70€	2º/2ª	100€
3º/3ª	30€	3º/3ª	75€

## INSTRUCCIONES GENERALES

### DESPUÉS DE APARCAR:

- Recoge todo el material que vayas a necesitar para la competición ( Bicicleta, gafas, casco, zapatillas...)
- NO OLVIDES EL DNI
- Accede al polideportivo siguiendo la señalización de la organización (entre 10 y 15 minutos andando según donde hayas aparcado)
- **MUY IMPORTANTE. NO DEJÉIS VUESTRAS PERTENENCIAS EN EL COCHE. UTILIZAD EL SERVICIO DE GUARDARROPA**

### EN EL POLIDEPORTIVO DE PEDREZUELA:

#### 1. Recoge tu dorsal (carpa situada dentro del campo de fútbol, estará indicada)

- Indispensable DNI
- Si vas a recoger el dorsal de algún compañero necesitarás copia de su DNI + autorización firmada

#### 1. Pasa a la T2 en el campo de fútbol, busca tu box y deja debajo de tu número el material que vas a necesitar para la carrera a pie (zapatillas, gorra, gafas, gel....)

- **CAUTION** si tienes del 1 al 189, estos dorsales se repiten para mujeres y hombres de la serie B. En la T2 habrá una línea de boxes perfectamente identificada para las mujeres con estos dorsales. Si eres mujer o de la serie B masculina fíjate bien donde colocas el material para no equivocarte.
- Antes de salir de la T2 para ir a la T1 identifica el pasillo que te corresponde para no perderte cuando entres en competición con la bici. Para facilitarte esto, al inicio de cada pasillo habrá un cartel con la numeración de cada línea de boxes.

#### 1. Una vez termines de dejar tus cosas en la T2 sigue la señalización de la organización para llegar a la T1:

- Si vas en bicicleta podrás llegar hasta la misma valla de la transición pero circula pegado a tu derecha por si ya hay alguna competición en marcha.
- Si vas en coche debes aparcar en el camino señalizado, y bajar andando unos 10' por el camino hasta la T1. La carretera de acceso al embalse estará cortada y no hay sitio para aparcar cerca.

## INSTRUCCIONES GENERALES

### EN LA T1:

- Los boxes están en una carretera cuya anchura limita mucho el espacio disponible por lo que para evitar aglomeraciones en el control de material de la T2 se han establecido unos **HORARIOS DE ACCESO** para cada serie:
  - **Serie femenina** de 8:00 a 8:45
  - **Serie masculina A** de 8:30 a 9:30
  - **Serie masculina B** de 9:25 a 10:15
- Si vas a acceder con tu material a transición y hay una competición en marcha, te rogamos que respetes a tus compañeros situándote en un lateral de la calzada.
- **El chip** se entrega al entrar en la transición y **es imprescindible enseñar el DNI o no podrás tomar la salida** (no habrá excepciones).
- Si lo necesitas, tendrás **aseos** junto a la zona de transición.
- El entorno de la salida se considera de alta protección medioambiental por lo que te rogamos la máxima colaboración. Por este motivo, tenemos muy limitado el uso de megafonía con un volumen elevado por lo que debes estar atento a los avisos que se os puedan hacer.

### Servicio de guardarropa en T1:

- En tu box sólo puedes tener el material que usarás en competición, cuando termines de preparar todo, lleva tu mochila al guardarropa.
- Se te entregará una pegatina en el sobre de los dorsales para pegar en la mochila que dejes en el guardarropa de T1.
- También te entregarán una bolsa numerada para que metas al finalizar el segmento de natación todo lo que hayas utilizado como el gorro, gafas, neopreno (si se hubiese permitido su uso etc.).
- Acuérdate de dejarla junto a tu bicicleta sujeta para que no se vuele.
- Es motivo de sanción dejar algo fuera de la bolsa (debes hacerlo tu mismo) y la organización no se hará responsable de lo que pueda quedar fuera de dicha bolsa.
- Una vez llena la bolsa, déjala en tu box, la organización la recogerá y llevará al polideportivo de Pedrezuela donde podrás recogerla una vez finalices el triatlón junto a la mochila que hayas depositado anteriormente.

## INSTRUCCIONES GENERALES

### NATACIÓN

- El nivel del embalse puede variar a lo largo del mes de agosto, por lo que adecuaremos la zona de salida en su momento, en función del nivel del agua.
- Uso de neopreno. Dependerá de la temperatura del agua el día de la prueba. En los días previos iremos informando.
- Sitúate en la salida según tu nivel, evitarás problemas en los primeros metros de la natación.
- Si necesitas ayuda, levanta la mano y hazte ver, tenemos socorristas con tabla y embarcaciones a lo largo del recorrido para cualquier emergencia.
- Es normal que al incorporarte para salir del agua puedas tener un ligero mareo, durará poco, anda despacio hasta que se te pase.
- Cuando llegues a transición recuerda que debes dejar todo tu material en la bolsa que se ha dado junto con el dorsal.

### CICLISMO

- El circuito ciclista estará cerrado al tráfico y señalizado con conos. Sobre el plano es complicado entenderlo, pero en la práctica no tiene ninguna dificultad.
- Atención al punto de inicio de vueltas: habrá una señalización muy clara que indicará **"INICIO DE VUELTAS / TRANSICIÓN"**. Por este punto, con el cartel de frente, pasarás 3 veces:
  - Primer paso: cuando inicies la primera vuelta de ciclismo después de realizar el tramo de enlace de 4km desde T1.
  - Segundo paso: cuando inicies tu segunda vuelta.
  - Tercer paso (y último): debes pegarte a la derecha para girar hacia la entrada de Pedrezuela y acceder a la transición (T2).
- Sólo son dos vueltas: ten en cuenta que no has iniciado la 1ª vuelta hasta que veas el cartel de **"INICIO DE VUELTAS / TRANSICIÓN"**.
- Si has tomado la precaución de poner el cuentakilómetros de tu bicicleta a "0" antes de comenzar el triatlón, cuando llegues a este punto para entrar en transición el cuentakilómetros debe marcar en torno a 18/19 km.
- Cada corredor es responsable de contar sus vueltas y nadie de la organización indicará lo que se debe hacer en este punto, está indicado en el cartel, **"izquierda inicio vueltas / derecha transición"**.

## INSTRUCCIONES GENERALES

### CARRERA A PIE

- Son dos vueltas, más un pequeño tramo de enlace entre la T2 y el circuito.
- Prácticamente es todo asfalto excepto un tramo de pista de tierra de 700m por el cual se pasa en dos ocasiones.
- Habrá dos avituallamientos de agua:
  - El primero a 400m después de la salida de transición .
  - El segundo en el km 2.7 .El mismo lugar que en la primera vuelta.
- Atención a la señalización de entrada a meta: habrá una señal indicado el inicio de vuelta recto o el giro a la derecha para entrar en meta cuando lleves dos vueltas.
- Una vez en meta, avituallamiento liquido abundante, fruta, cerveza, y duchas.

**¡ Mucha suerte y gracias por participar !**

ACCESOS Y CÓMO LLEGAR



**POLIDEPORTIVO**  
 • ENTREGA DE DORSALES  
 • DEPÓSITO DE ZAPATILLAS EN T2  
 • RECTA DE META, AV. FINAL  
 • ASEOS Y DUCHAS

**ACCESO ABIERTO HASTA LAS 8:30**  
 Por salida a Pedrezuela

**Popular** Grupo Santander  
**DU&TRI CUP**  
**TRIATLÓN DE PEDREZUELA**

**Acceso (en bicicleta) recogida de dorsales**

Aparcamiento 1 (70 plazas)  
 10' andando al polideportivo

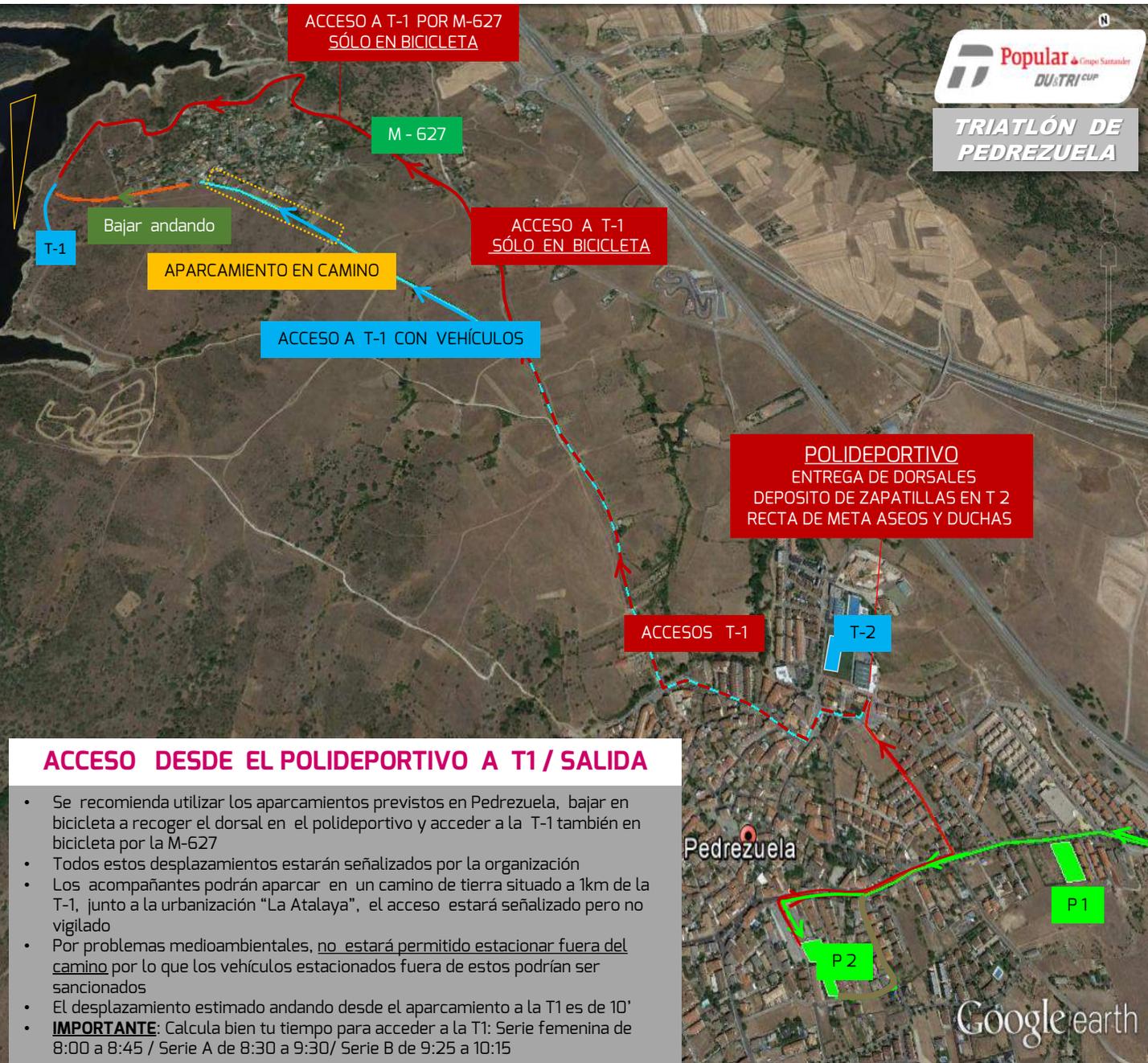
Aparcamiento 2 (90 plazas)  
 15' andando al polideportivo

**ACCESO A PARTIR DE LAS 8:30**  
 Por salida al Molar y urbanización "VISTASIERRA"

**CÓMO LLEGAR / ACCESOS APARCAMIENTOS Y POLIDEPORTIVO**

- Para acceder a Pedrezuela debes entrar por la **salida 41 de la A1**. El acceso por la salida 47 de la A1 estará cortado
- Se recomienda utilizar los aparcamientos previstos en Pedrezuela, bajar en bicicleta a recoger los dorsales en el polideportivo y acceder a la T1 también en bicicleta por la M-627
- Desde el polideportivo (T2) a la T1 se tarda alrededor de 15' (en bicicleta) por lo que se aconseja llegar con tiempo
- Todos estos desplazamientos estarán señalizados por la organización
- **RECUERDA** bajar al polideportivo con todo el material de competición
- **ATENCIÓN** – NO OLVIDES EN EL COCHE: DNI, GAFAS, CASCO, ZAPATILLAS, ENSERES PERSONALES ETC.

ACCESOS Y CÓMO LLEGAR



ACCESO DESDE EL POLIDEPORTIVO A T1 / SALIDA

- Se recomienda utilizar los aparcamientos previstos en Pedrezuela, bajar en bicicleta a recoger el dorsal en el polideportivo y acceder a la T-1 también en bicicleta por la M-627
- Todos estos desplazamientos estarán señalizados por la organización
- Los acompañantes podrán aparcar en un camino de tierra situado a 1km de la T-1, junto a la urbanización "La Atalaya", el acceso estará señalizado pero no vigilado
- Por problemas medioambientales, no estará permitido estacionar fuera del camino por lo que los vehículos estacionados fuera de estos podrían ser sancionados
- El desplazamiento estimado andando desde el aparcamiento a la T1 es de 10'
- **IMPORTANTE:** Calcula bien tu tiempo para acceder a la T1: Serie femenina de 8:00 a 8:45 / Serie A de 8:30 a 9:30/ Serie B de 9:25 a 10:15



**Popular**

Grupo Santander

**DU&TRI CUP**

TRIATLÓN PEDREZUELA  
GUÍA TRIATLETA

## RECORRIDOS

### PLANO GENERAL





**Popular**

Grupo Santander

**DU&TRI CUP**

TRIATLÓN PEDREZUELA  
GUÍA TRIATLETA

## RECORRIDOS

### NATACIÓN



RECORRIDOS

ENLACE Y CRUCE A BOXES



RECORRIDOS

PUNTO DE INICIO Y VUELTAS CICLISMO



**CICLISMO**

Punto de inicio de vueltas y enlace T - 2

**MUCHA ATENCIÓN:**

Por este punto se pasan en 5 ocasiones

- 3 Veces en sentido inicio de vuelta
- 2 Veces en sentido paso de vuelta







# Popular

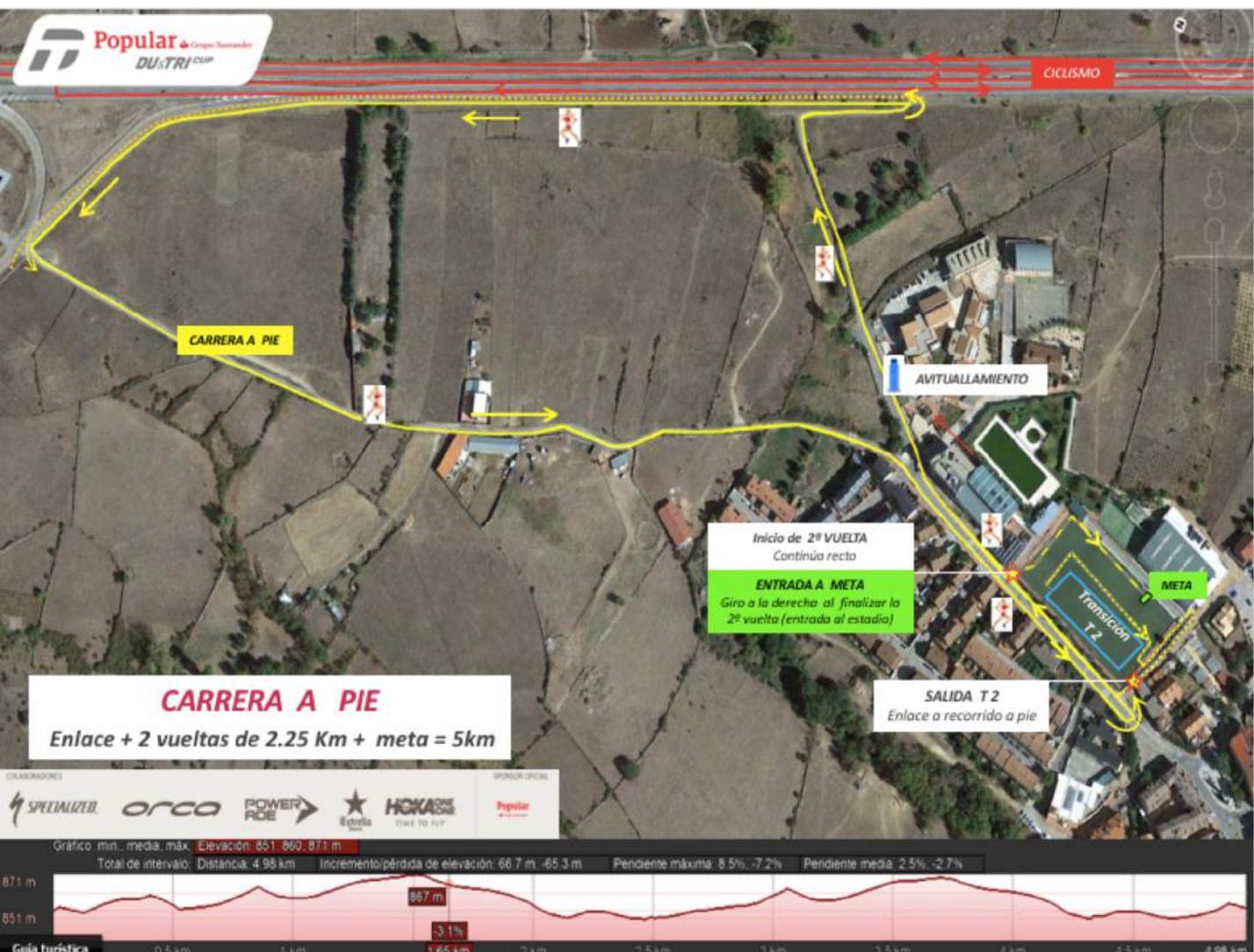
Grupo Santander

## DU&TRI CUP

# TRIATLÓN PEDREZUELA GUÍA TRIATLETA

## RECORRIDOS

### CARRERA A PIE





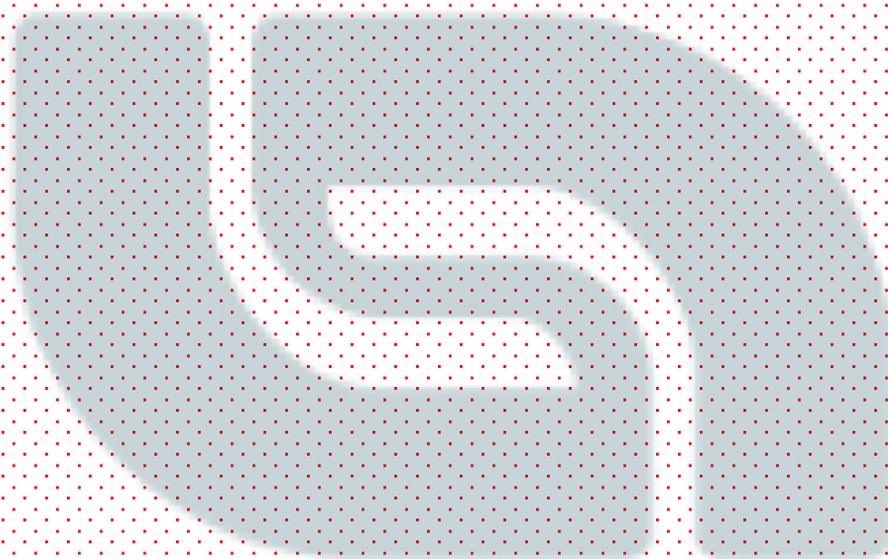
**Popular**

Grupo Santander

**DU&TRI**CUP

TRIATLÓN PEDREZUELA  
GUÍA TRIATLETA

¡MUCHÍSIMAS GRACIAS  
Y BUENA SUERTE!



**LAETUS**