



***X TRIATLON DE RIAZA
25 de Julio de 2021***

CONTENIDO

- En relación con el COVID 19
- Escenarios
- Horarios
- Desplazamiento desde T2 a T1
- Formato de competición, Reglamento
- Previsión temperatura del agua
- Servicios
- Seguro de accidentes

EN RELACIÓN CON EL COVID 19

No hace falta que digamos que la situación no va tan bien como quisiéramos, evidentemente que ha habido una gran mejoría, pero no suficiente como para permitirnos volver a las competiciones con total normalidad.

Sigue siendo complicado obtener los permisos para organizar eventos deportivos, seguimos estando sujetos a limitaciones de participación, al cumplimiento de medidas preventivas del contagio y se nos exige una gran responsabilidad que , necesariamente, debemos trasladar a los participantes y acompañantes.

Como evento que se desarrolla al aire libre, lo fundamental es que se debe usar la mascarilla hasta el instante previo a la salida y volver a utilizarla nada más pasar la línea de meta. Y es obligatorio mantener la distancia de seguridad, evitar aglomeraciones y observar una serie de medidas higiénicas que afectan a los avituallamientos y a determinados servicios habituales, que poco a poco tratamos de recuperar, pero no todo se puede hacer, de momento.

En el apartado INFORMACIÓN de la web de la prueba, están detalladas las medidas del plan de Prevención que se aplicará lo más ampliamente que sea posible y para lo que contamos con la colaboración de todos los participantes y acompañantes.

Merece especial mención la **prohibición** de acceso a la localidad de Riofrío (próxima a la T1 y Natación), por lo que se elimina el aparcamiento de vehículos y se aconseja a los participantes que hagan el trayecto de la T2 a la T1 en bicicleta.

RECORRIDOS

- **Natación y T1 , Embalse de Riofrío de Riaza**
- **Ciclismo, tramo de enlace desde el embalse de Riofrío y circuito entre Riaza y a Estación de Esquí de la Pinilla**
- **T2 y Meta , Parque del Rasero (Riaza)**
- **Carrera a pie, recorrido circular por el exterior de Riaza**



NATACIÓN

OLIMPICO 1500m (2vueltas)

SPRINT 750m (1 vuelta)





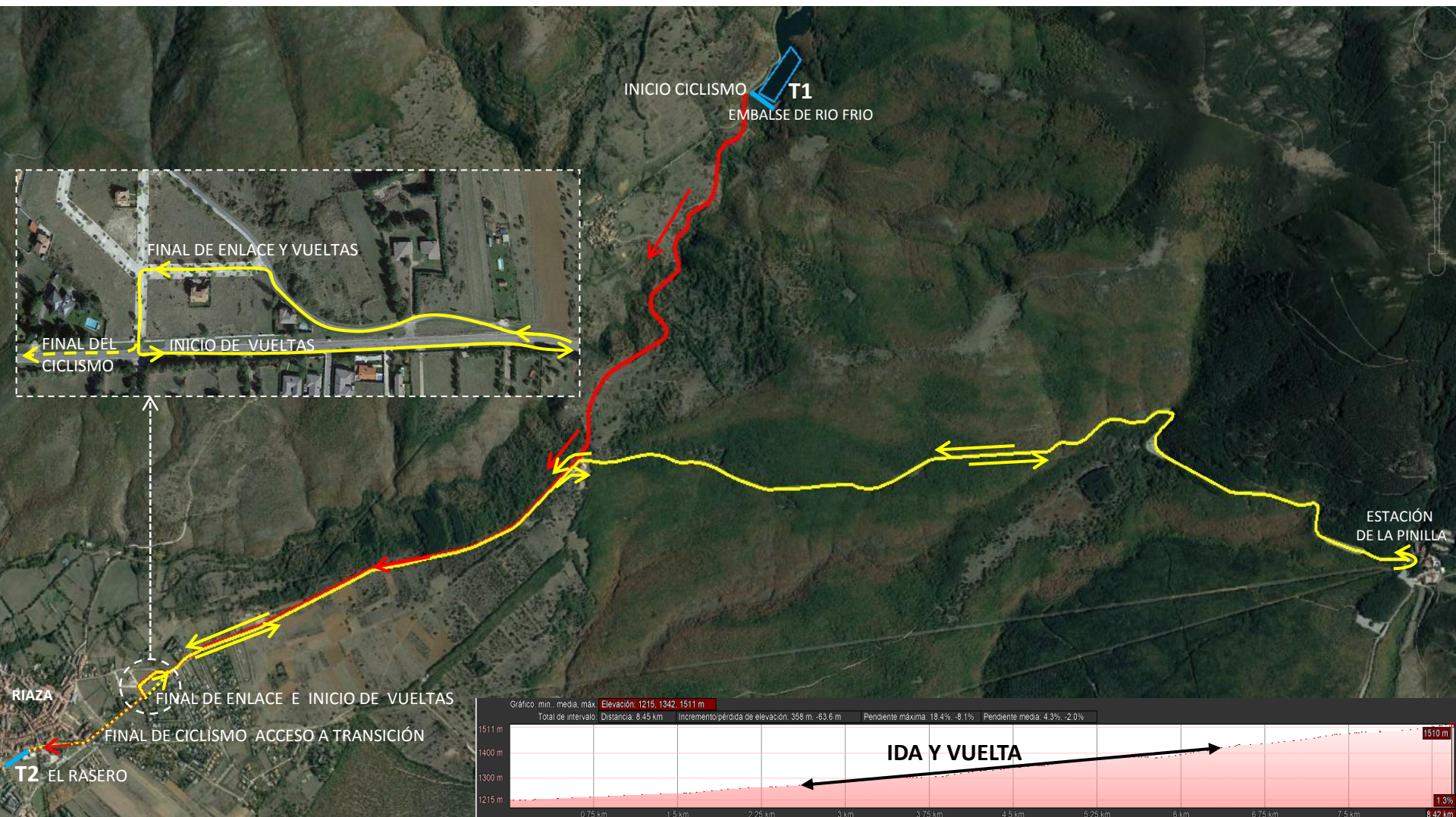
CICLISMO

OLIMPICO 40m

(Enlace 5.3k + 2 vueltas 16.8k + enlace a transición 0.8k)

SPRINT 23Km

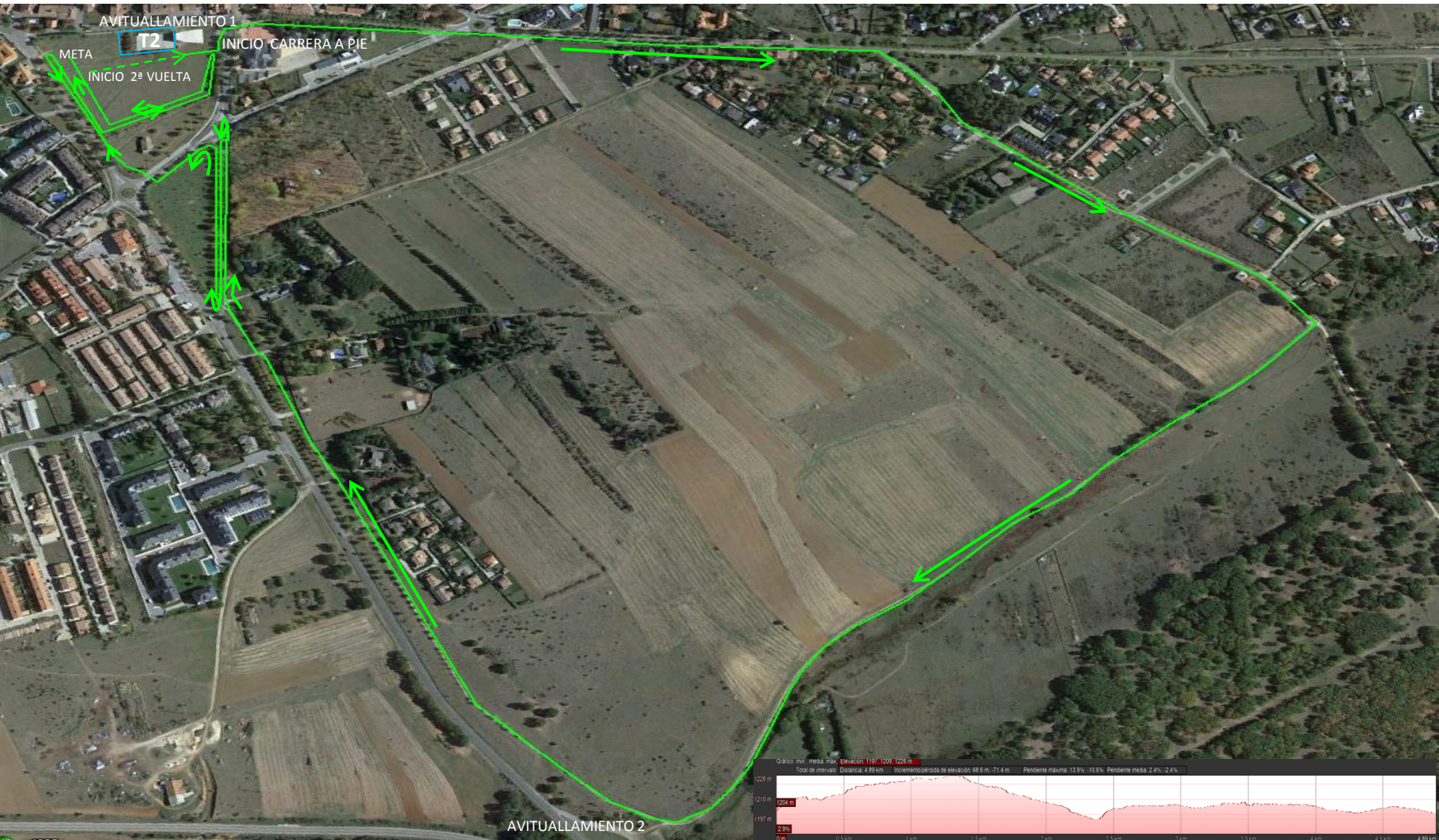
(Enlace 5.3k + 1 vuelta 16.8k + enlace a transición 0.8k)





CARRERA A PIE

OLIMPICO 10km (2 vueltas)
SPRINT 4,9 km (1 vuelta)





X TRIATLÓN DE RIAZA

PROGRAMA

- | | |
|--------------|---|
| 07:00 | <i>Apertura de secretaría triatlón OLIMPICO</i> |
| 07:05 | <i>Apertura de transición T2 triatlón OLIMPICO</i> |
| 07:45 | <i>Apertura de transición T1 triatlón OLIMPICO</i> |
| 09:00 | <i>SALIDA triatlón OLIMPICO</i> |
| 10:15 | <i>Apertura de secretaría triatlón SPRINT</i> |
| 10:20 | <i>Apertura de transición T2 triatlón SPRINT</i> |
| 10:50 | <i>Apertura carretera de acceso a T1 triatlón SPRINT</i> |
| 11:15 | <i>Apertura de transición T1 triatlón SPRINT</i> |
| 11:45 | <i>ENTREGA DE TROFEOS DISTANCIA OLÍMPICA</i> |
| 12:30 | <i>SALIDA triatlón SPRINT</i> |
| 13:45 | <i>ENTREGA DE TROFEOS DISTANCIA SPRINT</i> |
| 14:30 | <i>CIERRE DE META</i> |

DESPLAZAMIENTO DE T2 A T1

- Una vez recogido el dorsal en la carpa de Secretaría, (Parque del Rasero), es obligatorio dejar las zapatillas en la T2.
- A continuación hay que desplazarse a la T1 (embalse de Riofrío) donde comienza la prueba. Importantísimo no olvidar el casco de la bici, ni el material de natación.
- Aconsejamos subir en bicicleta, es un trayecto suave de 6 km. aprox. y si no se va con la hora pegada, se hace agradable y sirve de calentamiento.
- Si alguien sube en vehículo, deberá hacerlo acompañado, ya que no podrá sobrepasar el cruce del pueblo de Riofrío , el participante deberá hacer el último tramo a pie o en bici (unos 500 m.) y el vehículo deberá volver, ya que allí no está permitido aparcar.
- Se aconseja no ir muy justo de tiempo, ya que en el acceso al área de transición hay que mantener las distancias y puede haber algo de demora.
- **NO SE PUEDE ACCEDER AL ÁREA DE TRANSICIÓN SIN PULSERA NI MASCARILLA.**

FORMATO DE COMPETICIÓN

El formato de competición está condicionado por el COVID 19 y la necesidad de evitar aglomeraciones y mantener la distancia en **TODAS** las disciplinas .

SALIDA ROLLING START

Se asignan los dorsales por el ritmo de natación que habéis declarado al inscribiros, de ese modo se consigue una natación más limpia. No se diferencia en la salida hombre y mujeres , en el agua se les distinguirá por el color del gorro. Hemos montado dos escaleras para que vayan bajando a la vez los dorsales pares e impares y una vez en el plano, se pasa la alfombra del chip y a nadar. Debemos realizar esta operación con la máxima celeridad, sobre todo en la distancia olímpica, para conseguir que todos estén en el agua con suficiente margen sobre la cabeza de carrera y así evitar en la medida de lo posible doblajes.

DRAFTING PROHIBIDO

La prohibición del drafting es por motivos sanitarios, no deportivos, por lo tanto se prohíbe el drafting, pero el reglamento que se aplica en el ciclismo en cuanto al uso de bicicletas es el de pruebas con drafting permitido, es decir, bicicletas tradicionales, no se permiten cabras ni acoples.

PREVISIÓN TEMPERATURA DEL AGUA

Hemos estado realizando varias tomas de temperatura estos días y siempre nos ha dado valores superiores a los 22º a primera hora de la mañana y por encima de 23º en el horario de la prueba Sprint.

En vista de esta situación y a expensas de hacer las mediciones reglamentarias 1 hora antes del comienzo de la competición, todo apunta a que el Neopreno NO VA A ESTAR PERMITIDO , salvo para los mayores de 50 años y excepciones médicas que nos han documentado.

SERVICIOS DE LA PRUEBA

Estamos intentando recuperar en la medida de lo posible los servicios que se han ido eliminando como consecuencia del Covid.

En esta ocasión, recuperamos el Guardarropa, todo el material que dejéis en la T1, dentro de vuestra bolsa numerada, así como en el furgón situado a la entrada de la transición (mochilas), se os entregará en la T2 una vez finalizada la prueba. **ATENCIÓN**, bolsas en la T1 cerradas, para evitar pérdida de materiales.

En la edición del 2020, los participantes tuvieron poca paciencia y se agolparon al recoger el guardarropa. Por nuestra parte procuraremos tenerlo bien organizado pero os pedimos máxima colaboración.

Los avituallamientos, cumpliendo medidas higiénicas como el envasado individual de la fruta, podemos considerarlos dentro de lo habitual.

Una de las cosas que más valoráis, el vaso de cerveza al finalizar, lo recuperamos en esta prueba, pero recordar, manteniendo la distancia.

Duchas. El polideportivo de Riaza está cerrado y por lo tanto no se pueden usar las duchas al finalizar la prueba. Vamos a situar una ducha en una carpa una vez pasada la meta, por si alguno queréis refrescaros.

SEGURO DE ACCIDENTES

Como ya sabéis, esta prueba no está amparada por el seguro de accidentes de la federación y por lo tanto, tanto federados como no federados, están cubiertos por el seguro contratado por la organización.

En caso de que hubiera un accidente y los servicios médicos de la prueba consideraran necesario realizar una evacuación, esta se haría a la Clínica Centro, en la Calle Ventisquero de la Condesa, en Madrid. Es la clínica habitual para la mayoría de las Federaciones deportivas madrileñas.

La póliza es la nº 84212967 contratada con la compañía AXA.

**MUCHA SUERTE A TODOS Y ESPERAMOS QUE DISFRUTÉIS
DE UN GRAN FIN DE SEMANA**