

# XIV TRIATLÓN CROS LA ESTANCA DE ALCAÑIZ

Valedera para LIGA IBERCAJA de Clubes de Triatlón 2020



21 de agosto de 2021 - La Estanca de Alcañiz (Teruel)



Organiza:



Colaboran:



# DATOS TÉCNICOS



**IMPORTANTE: COMPETICIÓN SUJETA AL PROTOCOLO COVID19 DE LA FEDERACIÓN ESPAÑOLA DE TRIATLÓN. CONSULTA LAS CONDICIONES PARTICULARES DE SEGURIDAD Y PREVENCIÓN PARA ESTA COMPETICIÓN. CUMPLE LAS NORMAS Y ACTÚA CON RESPONSABILIDAD.**

## Circuitos

Natación: 1.050 metros  
Ciclismo BTT: 20,2 kilómetros  
Carrera: 5,4 metros

## Dirección de Competición

Director de Carrera: Emilio Ariño  
Delegado Técnico: Juan José Juste  
Juez Árbitro: Juan A. Abad

## Jurado de Competición

Delegado Técnico o Juez Árbitro.  
1 representante Federación Aragonesa.  
1 representante del organizador.

## REUNIÓN TÉCNICA

Para cumplir con protocolos de seguridad COVID19, de forma excepcional, no habrá Reunión Técnica sirviendo el presente documento como alternativa a la misma. Se podrán resolver dudas puntuales en recogida de dorsales y en los momentos previos a la competición.

## Horarios

8.00h. – Apertura del área de transición.  
9.15h. – Cierre del área de transición.  
9.20h. – Cámara de Llamadas y charla técnica  
9.30h. – Primera salida. (El orden y separación entre salidas se realizará en función de lo que determine el Delegado Técnico de la competición. Se informará con suficiente antelación).  
9.42h. – Salida del primer triatleta del agua.  
9.45h. – Comienzo del sector de bici por parte del primer triatleta.  
10.45h. – Llegada del primer triatleta a la T2.  
10.47h. – Comienzo del sector de carrera por parte del primer triatleta.  
11.10h. – Llegada a meta del primer triatleta.  
12.30h. – Cierre de control meta.




Estimad@s compañer@s, nuestro club, os convoca a tod@s para la disputa de una nueva edición de nuestro "Tricos", la XIV Triatlón Cross La Estanca de Alcañiz. La de este año será una edición diferente, no por la prueba en si, sino por las desgraciadas circunstancias que estamos viviendo con el COVID-19. Por ello apelamos a la responsabilidad personal de cada deportista para que la prueba se celebre sin problemas. Os esperamos a tod@s en la línea de salida el 21 de Agosto de 2021 a las 9.30 de la mañana. Sólo con vosotr@s podemos hacer que nuestra localidad vibre de nuevo con la emoción de veros nadar las aguas de la Estanca y recorrer sus caminos y sendas a lomos de vuestras bicis de montaña y vuestras zapatillas. Es nuestra ilusión y nuestro anhelo. ¿Te lo vas a perder?

Sección de Duatlón y Triatlón del Club AOC Tragamillas de Alcañiz

- Acude con suficiente antelación para recoger dorsales y realizar el control de material en los horarios establecidos.
- Revisa los circuitos publicados de esta competición para conocerlos con detalle y no cometer errores.

# REGLAMENTO

- La competición se rige de forma general por el  **Reglamento de Competiciones de la Federación Española de Triatlón** vigente, y por las disposiciones sobre Triatlón Cros en particular, siendo los jueces de la FATRI los competentes para la regulación de la competición.
- Los **organizadores** de la competición son el club Tragamillas Alcañiz y Federación Aragonesa de Triatlón.
- **Categorías y premios.** Se establecen las categorías absoluta masculina y femenina que agrupan a todos los participantes. Solo se hará entrega de obsequio a los 3 primeros de la clasificación General Absoluta (masculina y femenina) y la clasificación Local. Además, se contemplarán las siguientes categorías de edad, tanto masculinas como femeninas:
  - JUNIOR, masculina y femenina.
  - SUB-23, masculina y femenina.
  - VETERANOS-1, VET-2, VET-3, VET-4, masculina y femenina.
  - EQUIPOS, masculina y femenina.
  - LOCAL, masculina y femenina.

## Inscripciones.

Las inscripciones se realizarán a través de la web [www.triatlonaragon.org](http://www.triatlonaragon.org) hasta el MIÉRCOLES 18 de AGOSTO a las 23:59 h. No se aceptarán inscripciones a partir de esa fecha. La inscripción está limitada a 150 participantes por riguroso orden de inscripción. La edad mínima para participar deportistas de categoría Junior (nacidos en el año 2003 o anteriores). Hasta el miércoles 18 de agosto: 30€ para federados en triatlón y 38€ para deportistas no federados en triatlón.

Existen unas **Condiciones Generales de Inscripción** que pueden ser consultadas durante el proceso, y al finalizar la inscripción.



## INSCRIPCIONES

## Cancelaciones.

Las anulaciones de inscripciones se solicitarán a [inscripciones@triatlonaragon.org](mailto:inscripciones@triatlonaragon.org). Se reintegrará el 50% si se solicita antes del día 05 de Agosto. Se reintegrará el 25% si se solicita antes del día 15 de Agosto. A partir de esa fecha, no se atenderán cancelaciones.

## RECORDATORIOS

- El deportista es responsable de conocer el protocolo COVID y cumplirlo
- El deportista será responsable de conocer el circuito y del control de número de vueltas que lleva realizado en cada segmento.
- Prohibido entrar en meta acompañado de niños o personas no inscritas en la competición. Será motivo de descalificación.
- El control de material se cerrará 15 minutos antes del comienzo de la carrera.
- En área de transición, no arrojar material y depositarlo en el lugar correspondiente.

## SANCIONES MÁS FRECUENTES

- Acortar recorrido o invadir carril contrario (DSQ)
- Recibir ayuda externa. (DSQ)
- Pasar bajo los soportes de las bicicletas. (ADV)
- No llevar el casco abrochado por el área de transición. (AVD –DSQ si no rectifica)
- Montar en la bicicleta antes de la línea de montaje. (AVD –DSQ si no rectifica)
- Entrar en meta sin haber completado las vueltas del último segmento (DSQ).

- En **caso de imprevistos de fuerza mayor**, como pueden ser condiciones climatológicas, etc.. la organización se reserva el derecho de hacer las modificaciones oportunas, como reducción de distancias, cambio de recorridos, o en casos de extrema gravedad anular alguno de los segmentos o suspender la prueba.
- La organización no se hará responsable de los daños personales o materiales producidos en esta prueba al margen de los que cubren las **pólizas de seguros de accidentes y responsabilidad civil** contratadas para la competición, que cumplen con las coberturas mínimas legales.
- **Dorsales.** La organización proveerá a los participantes de los dorsales que tendrán que llevar:
  - En natación, estará pintado en el gorro de baño, que será de obligatorio uso durante todo el sector. Así mismo la organización se reserva la opción de pintar en brazos y piernas de los participantes para su completa identificación.
  - b) Un dorsal rectangular grande de plástico que se pondrá en la parte delantera de la bicicleta (se facilitarán bridas) y que deberá ser devuelto a los responsables de la organización una vez terminada la participación en la competición.
  - c) Un dorsal adhesivo pequeño que se ubicara en la parte izquierda del casco en el sector ciclista.
  - d) Un dorsal rectangular de papel se llevara en la parte delantera del tronco a la vista de los jueces en el segmento de carrera y en la parte trasera en bici. Es obligatorio el uso de una goma como porta dorsal o similar para poder usarlo.
- **Control de material.** Para realizar el control de material será imprescindible presentar el DNI, Pasaporte, Licencia o documento identificativo con foto en la entrada de boxes. Además, se deberá llevar el casco abrochado y todos los dorsales facilitados colocados.
- Se informa a los asistentes, en relación con el **uso de la imagen**, que durante el transcurso de la prueba se captarán imágenes las cuales servirán posteriormente para las publicaciones que se realicen en diferentes medios y RR.SS.
- La organización se reserva el derecho a llevar a cabo el **control antidopaje** de los participantes según la normativa vigente de la Comisión Antidopaje de la FETRI, al igual que prohíbe la participación a todo deportista con sanción vigente por doping de cualquier deporte.
- La competición dispondrá de un **Jurado de Competición** que resolverá cualquier reclamación presentada en plazo y forma, conforme a lo dispuesto por el Reglamento Disciplinario de la FATRI.
- La inscripción en la competición conlleva la **aceptación del presente Reglamento y de las Condiciones Generales de Inscripción.**

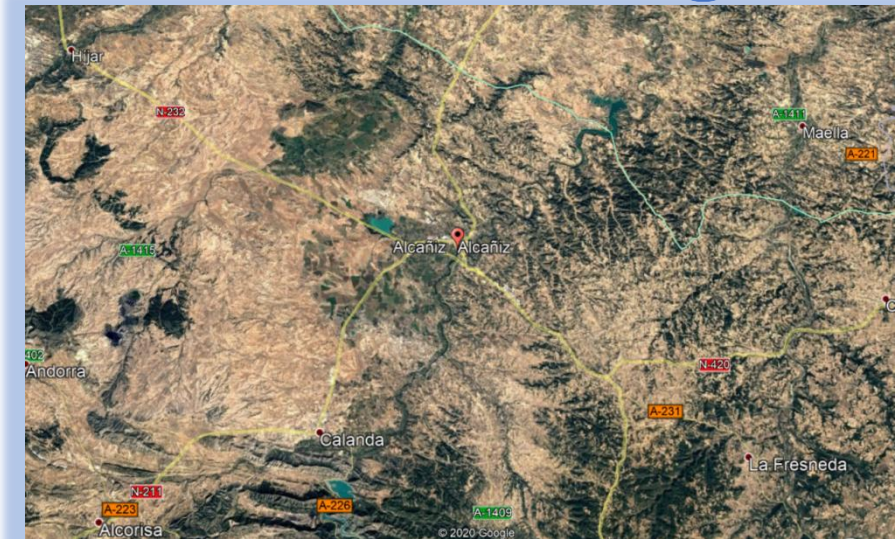
#### CONSEJOS

- Los deportistas que abandonen por cualquier motivo la competición deberán comunicarlo obligatoriamente a los jueces de competición.
- Cuando finalices tu inscripción, comprueba que apareces en los listados de inscritos. Si no recibes un email de confirmación, ponte en contacto con la FATRI ya que tu correo electrónico estará desactualizado.
- Si subes al pódium en la entrega de trofeos, deberás hacerlo con la ropa deportiva que identifica a tu club.

# LOCALIZACIÓN Y ACCESOS

Desde Zaragoza N-232  
Desde Teruel N-211  
Desde Castellón N-232  
Desde Tarragona N-420

CALCULA RUTA DESDE TU DOMICILIO:



# UBICACIÓN Y SERVICIOS



- 1) Parking.
- 2) Secretaria
- 3) Guardarropa.
- 4) Duchas - Pabellón.
- 5) Zona de transición
- 6) Meta.
- 7) Servicios médicos.

4



Accesos A-2

1

# CONTROL DE MATERIAL - SALIDA

**CONTROL DE MATERIAL:** Desde las 8:00h junto a la entrada de Camping La Estanca Para acceder al control de material es necesario:

- Llevar DNI o Licencia Federativa del 2021.
- Casco certificado para uso ciclista, puesto sobre la cabeza y abrochado.
- Dorsal puesto en la cinta portadorsal y las pegatinas colocadas en casco y bicicleta.
- Según normativa, no esta permitido el uso de acoples. Permitido el uso de frenos de disco.



**MATERIAL NECESARIO PARA LA COMPETICIÓN:**

- Bicicleta de montaña.
- Gafas de natación.
- Casco siempre se esté en contacto con la bicicleta.
- Goma elástica o cinta porta dorsal.
- Zapatillas.



**SALIDA:** A las 09:30h en la zona de playa junto a Camping La Estanca.

Procedimiento de salida:

- Los triatletas acudirán a la cámara de llamadas momentos antes de proceder a la salida.
- Una vez colocados en la salida, esta se dará en cualquier momento una vez el DT diga "A sus puestos", en formato Rolling Start, en tandas de 5 en 5 deportistas cada 10 sg.
- Las chicas saldrán 1mn después de los chicos en salida conjunta (en masa).
- Sonará una Bocina de aire o silbato, dando comienzo a la competición.
- Cualquier anomalía en la salida se considerará salida nula.


## RECUERDA

Dentro de la transición:

- Bicicleta colocada a la izquierda del número de dorsal correspondiente.
- El casco colgado de las correas sobre la bicicleta.
- Sólo se puede dejar el material que se va a utilizar para la carrera.
- No está permitido dejar bolsas, mochilas, toallas ni ningún elemento que pueda considerarse que marca la transición o no se utilice en la competición.
- En caso de existencia de CAJAS en transición, deberá colocarse el material YA UTILIZADO dentro de la cesta.

En caso de salida nula, sonará varias veces la bocina y todos los triatletas deberán regresar a la zona de salida. Si alguien sale antes de la bocina y el resto de los triatletas lo hacen con la bocina, el triatleta que ha provocado la salida nula, tendrá una penalización de 10 segundos en la T1.

# NATACIÓN

DESCARGA ARCHIVO WIKILOC 



Este segmento se realizará en el embalse de La Estanca de Alcañiz y constará de un circuito de ida y vuelta, a una sola vuelta, que seguirá el sentido que describe la fotografía. La salida que la dará el DT, se realizará en formato Rolling Start en tantas de 5 en 5 deportistas cada 10 segundos para los chicos y seguidamente a 1 mn se dará la salida de las chicas que será conjunta.

Una vez comenzada la competición, l@s triatlet@s se dirigirán hacia una primera boya a su izquierda que se situará a una distancia de 100m aproximadamente. Una vez alcanzada, la dejarán a la izquierda realizando un giro de 90° y enfilarán una línea recta de otros 400m aproximadamente (habrá varias balizas indicando la dirección, que tendrán que dejarse a la izquierda siempre). Cuando lleguen al final, un giro de 180° y nadarán en dirección hacia la primera boya, donde tras otro giro de 90° y dejándola ésta a la derecha para entrar al pasillo marcado por corcheras, para acabar nadando en dirección a la playa de la que partió la carrera, saliendo por el lado izquierdo y encarar así la zona de acceso a boxes. Habrá instaladas o bien corcheras o bien mas boyas entre las principales para facilitar la orientación y evitar cruces. A lo largo del recorrido de natación se contará con la ayuda de voluntarios en canoas, kayaks y lanchas que velaran por la seguridad de tod@s l@s participantes. Al finalizar la natación, tod@s l@s triatlet@s se dirigirán hacia el área de transición encuadrada a escasos metros de la salida del agua frente a la puerta del camping para recoger su bicicleta y comenzar el segundo segmento de la competición.



# TRANSICIÓN 1




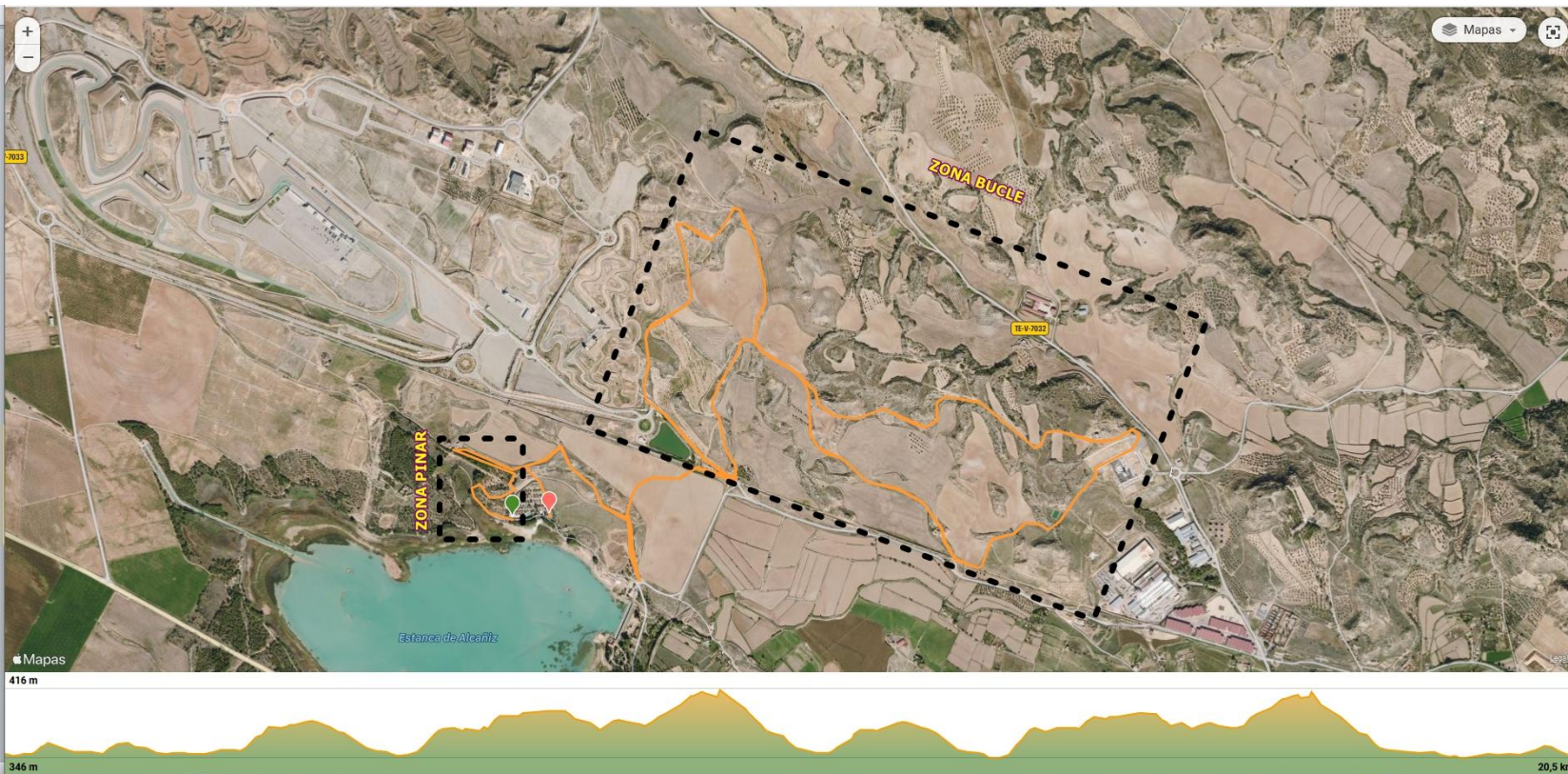
## RECUERDA

En la zona de transición, si hay una caja para dejar el material, ésta servirá para dejar el material utilizado durante los segmentos anteriores y que ya no se vaya a volver a usar más en competición.

Puedes subirte a tu bicicleta siempre después de la línea de montaje, teniendo un pie completamente en contacto con el suelo después de la línea de montaje. En el caso de que el juez te indique que lo estás haciendo mal, deberás bajarte de la bicicleta y avanzar hasta una zona donde puedas subirte a ella. También es posible que te hagan cumplir una sanción (Para y sigue) en el área de transición.]

# CICLISMO BTT

DESCARGA ARCHIVO WIKILOOC 



El sector de bicicleta de la competición se realiza en un circuito consistente en un primer tramo de unos 3km por caminos y pista hasta llegar a un bucle de unos 7km al que daremos 2 vueltas, en el que se mezclan tramos de sendas con tramos de camino para facilitar los adelantamientos. Circuito exigente con bajadas muy rápidas y alguna técnica; y con subidas tanto sencillas por camino como mas técnicas en senda. Al terminar la 2ª vuelta del bucle volveremos a hacer el primer tramo de enlace, en sentido contrario, salvo la parte final del pinar, que giraremos directos a la zona de boxes.

## RECUERDA

No está permitido el drafting (ir a rueda) entre deportistas de diferente sexo

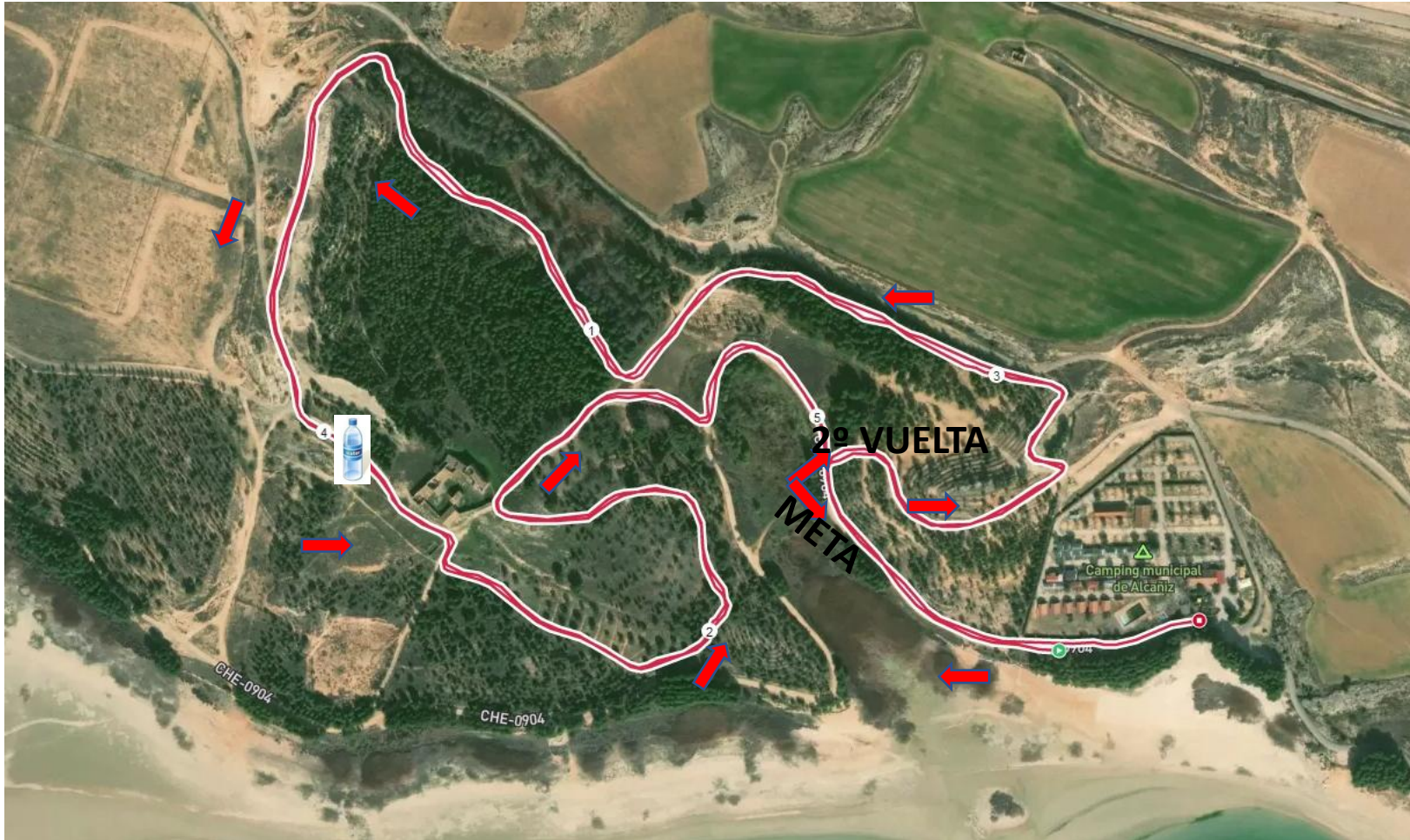
# TRANSICIÓN 2



## RECUERDA

Debes bajarte de tu bicicleta antes de la línea de desmontaje, con un pie completamente en el suelo antes de la línea de desmontaje. En el caso de que el juez te indique que lo estás haciendo mal, retroceder hasta una zona donde puedas subirte a la bicicleta y volverte a bajar. También es posible que te hagan cumplir una sanción (Para y sigue) en el área de transición.]

# CARRERA A PIE 2



DESCARGA ARCHIVO WIKILOOC 

El último segmento del que consta la competición, sin desnivel, discurrirá por el pinar cercano al embalse, en un recorrido que alterna tramos de senda con camino. Tiene un pequeño repecho en pista y un tramo de ligera subida en senda como mayores complicaciones. Se darán 2 vueltas a un circuito de unos 2,4km con un enlace al inicio y final de las mismas. Habrá un avituallamiento a mitad del recorrido por el que se pasará 2 veces. No se entregarán ni vasos ni botellas en mano, tendrán que cogerlas cada deportista por su cuenta.

# ZONA DE META



La meta estará ubicada en las cercanías de los boxes, con acceso a "la playa" para poder remojarnos y mantener distancia de seguridad.

## RECUERDA

No puedes entrar a línea de meta acompañado de otra persona que no esté compitiendo.



# DEPORTISTAS

¿ES TU PRIMER DUATLÓN? CONSULTA AQUÍ



CONSEJOS

## CRONOMETRAJE

La competición estará controlada por empresa de cronometraje. El chip se entrega en la entrada al área de transición y se recogerá en la entrada a meta.

## METEOROLOGÍA

Consulta aquí la predicción meteorológica de Alcañiz para los próximos días:

<http://www.aemet.es/es/eltiempo/prediccion/municipios/alcaniz-id44013>

## ESPECTADORES

Las zonas de mayor visibilidad para los espectadores son, Natación: Playa de la propia salida. Espacios acotados.

Transición: Zona Camping

Bicicleta de montaña: Parte alta y posterior del Camping. "Torre Soler"

Carrera a pie : Entrada principal Camping. A lo largo de los primeros 500m del circuito a pie,

## CÓMO ACTUAR EN CASO DE ACCIDENTE

- En caso de sufrir un accidente en la carrera dirígete a la zona de servicios sanitarios en zona de meta.
- Si el accidente es grave y necesitas evacuación, solicita ayuda a deportistas y/o voluntarios de la organización para que se organice tu asistencia.
- Recibirás atención sanitaria por parte de los servicios sanitarios contratados para el evento.
- Si el accidente requiere evacuación a centro hospitalario, se deberá trasladar al accidentado al Hospital Viamed Montecanal. Calle Franz Schubert, nº2, 50012 Zaragoza. Tfno: 876 241 818
- En caso de URGENCIA VITAL, el accidentado será llevado al Hospital más cercano (Hospital Alcañiz) según evaluación criterio médico, a la mayor brevedad posible.

Cualquier deportista que sea atendido en el Hospital Viamed Montecanal (o en cualquier otro por urgencia vital) deberá tramitar EL SIGUIENTE Parte de Accidentes en un plazo de 48 horas y remitirlo a: [secretario@triatlonaragon.org](mailto:secretario@triatlonaragon.org)

En caso contrario, los hospitales repercutirán al deportista el coste de esa atención sanitaria.

# ORGANIZADOR

## MEDIDAS SOSTENIBLES

GUARDARROPA→ se habilitará en la zona de Secretaría una zona para guardarropas, aunque se aconseja usarlo lo menos posible.

AVITUALLAMIENTOS→ líquidos y sólidos en el sector de carrera a pie.

ENTREGA DE TROFEOS→ Al terminar la prueba, la entrega de trofeos por categorías será en el escenario del camping acotando la zona para evitar aglomeraciones y respetar las distancias. Obsequio a los 3 primer@s de la Clasificación Absoluta y Local.

## MULTIMEDIA

Video edición anterior

Fotografías edición anterior

Web organizador

Facebook organizador

Instagram organizador

## TURISMO

<https://www.alcaniz.es/es/turismo-info-para-el-visitante>

Alcañiz cuenta con un enorme patrimonio artístico y cultural que no deja impasible a cuantos se acercan para conocerla. Las huellas de varias culturas de diferentes épocas se conservan y ayudan a comprender mejor la historia que respalda la ciudad. Ubicada en la comarca del Bajo Aragón y bañada por varios ríos afluentes del Ebro, tiene una ubicación privilegiada. Y es que en un radio de entre 200 y 300 kilómetros se emplazan los principales núcleos urbanos del nordeste de la península: Tarragona, Barcelona, Valencia y Bilbao. Con un paisaje mediterráneo cuenta con ecosistemas y parajes dignos de mencionar y conocer de primera mano. En el apartado festivo puede presumir de celebraciones de reconocimiento nacional y una gastronomía exquisita, a lo que hay que añadir numerosos edificios históricos de especial importancia. Sin duda, Alcañiz es un lugar de obligada visita por sus innumerables atractivos turísticos y la hospitalidad de sus gentes. No te lo pienses. Escápate de la rutina y ven a conocer este paraíso cultural.



## ALOJAMIENTOS



<https://www.campinglaestanca.com/>



# ORGANIZADOR





