



REGLAMENTO DE COMPETICIONES

REGLAMENTO DE COMPETICIONES

1. REGLAS GENERALES

El presente reglamento de competición se aplicará en competiciones de triatlón, duatlón, triatlón de invierno, duatlón cros, cuadriatlón, triatlón cros y acuatlón celebradas en España y aprobadas por la Federación Española de Triatlón.

1.1. DEFINICIÓN

A. TRIATLON

1.1.1. El Triatlón es un deporte combinado y de resistencia, en el cual el participante realiza tres pruebas. Estas son: natación, ciclismo y carrera a pie. El orden es el señalado y el cronómetro no se para durante todo el tiempo que dure la competición.

B. OTRAS MODALIDADES

1.1.2. El Duatlón es un deporte combinado y de resistencia, en el cual el participante realiza dos pruebas en tres segmentos. Estos son: carrera a pie, ciclismo y carrera a pie. El orden es el señalado y el cronómetro no se para durante todo el tiempo que dure la competición.

1.1.3. El Triatlón de Invierno es un deporte combinado y de resistencia, en el cual el participante realiza tres pruebas. Estas son: carrera a pie, ciclismo y esquí de fondo. El orden es el señalado y el cronómetro no se para durante todo el tiempo que dure la competición.

1.1.4. El Acuatlón es un deporte combinado y de resistencia en el cual el participante realiza dos pruebas en tres segmentos. Esta son: carrera a pie, natación y carrera a pie. El orden es el señalado y el cronómetro no se para durante todo el tiempo que dure la competición.

1.1.5. El Triatlón Cros es un deporte combinado y de resistencia, en el cual el participante realiza tres pruebas. Estos son: natación, ciclismo todo terreno y carrera a pie por cualquier tipo de superficie. El orden es el señalado y el cronómetro no se para durante todo el tiempo que dure la competición.

1.1.6. El Duatlón Cros es un deporte combinado y de resistencia, en el cual el participante realiza dos pruebas en tres segmentos. Estos son: carrera a pie por cualquier tipo de superficie, ciclismo todo terreno y carrera a pie por cualquier tipo de superficie. El orden es el señalado y el cronómetro no se para durante todo el tiempo que dure la competición.

1.1.7. El Cuadriatlón es un deporte combinado y de resistencia, en el cual el participante realiza cuatro pruebas. Estos son: natación, piragüismo, ciclismo, carrera a pie. El orden es el señalado y el cronómetro no se para durante todo el tiempo que dure la competición.

1.2. DISTANCIAS

1.2.1. Se establecen las siguientes categorías de competiciones en función de las distancias:

Triatlón

	Natación	Ciclismo	Carrera
Sprint	0,750 Km.	20 Km.	5 Km.
Olimpica	1,5 Km.	40 Km.	10 Km.
Doble Olímpica	3 Km.	80 Km.	20 Km.
Triple Olímpica	4 Km.	120 Km.	30 Km.

Duatlón

	Carrera	Ciclismo	Carrera
Sprint	5 Km.	20 Km.	2,5 Km.
Corta	10 Km.	40 Km.	5 Km.
Larga	20 Km.	80 Km.	10 Km.

Triatlón de Invierno

	Carrera	Ciclismo	Esquí de Fondo
Sprint	3 a 4 Km.	5 a 6 Km.	5 a 6 Km.
Corta	7 a 9 Km.	12 a 14 Km.	10 a 12 Km.
Equipos (x3)	2 a 3 Km.	4 a 5 Km.	3 a 4 Km.

Acuatlón

	Carrera	Natación	Carrera
Sprint	2,5 Km.	1 Km.	2,5 Km.
Corta	5 Km.	2 Km.	5 Km.

Duatlón Cros

	Carrera	Ciclismo	Carrera
Sprint	4 Km.	10 Km.	2 Km.
Corta	6 Km.	20 Km.	3 Km.
Larga	12 Km.	40 Km.	6 Km.

Triatlón Cros

	Natación	Ciclismo	Carrera
Sprint	0,750 Km.	10 Km.	4 Km.
Corta	1,5 Km.	20 Km.	8 Km.
Larga	2,5 Km.	40 Km.	15 Km.

Cuadriatlón

	Natación	Piragüismo	Ciclismo	Carrera
Corta	1,5 Km.	10 Km.	40 Km.	10 Km.

1.3. PARTICIPANTES

1.3.1. En las competiciones aprobadas por la Federación Española de Triatlón pueden participar los deportistas que se encuentren en posesión de la Licencia Federativa otorgada por la Federación Española o cualquier otra Federación que esté adscrita a la ITU.

1.3.2. Los triatletas que estén bajo suspensión impuesta por la Federación Española de Triatlón, o por el organismo nacional de Triatlón de su país, no están autorizados a competir en competiciones aprobadas por la Federación Española de Triatlón.

1.4. CATEGORÍAS

1.4.1. Se establece una categoría absoluta masculina y otra femenina.

1.4.2. Además de la categoría absoluta, a la que pertenecen todos los participantes, éstos podrán pertenecer a las siguientes categorías, según sus edades e independientemente de su sexo:

15 – 16 años	Cadete
17 – 19 años	Júnior
20 – 23 años	Sub 23
40 – 49 años	Veterano 1
50 – 59 años	Veterano 2
60 o más años	Veterano 3

1.4.3. La categoría de edad estará determinada por la edad del participante el 31 de diciembre del año en que se celebre la competición.

1.4.4. Como alternativa a las categorías relacionadas en 1.4.3., pueden establecerse una competición por grupos de edad. En este caso las edades se agruparán así:

17-19 años;
20-24 años;
25-29 años;
30-34 años; etc.

1.4.5. Las Categorías en Edad Escolar se regirán por el Reglamento Anexo.

1.4.6. Se podrán organizar campeonatos y competiciones oficiales para las siguientes categorías, y sobre las siguientes distancias:

Cadete	Distancias sprint.
Júnior	Distancias sprint, corta y olímpica

1.4.7. Todos los participantes en una competición, optan a la clasificación absoluta, además de a la propia de su edad, si es que existe. Ningún triatleta podrá competir en una categoría diferente a la de su edad.

1.4.8. En las pruebas cuyas distancias no se adapten a las reglamentadas se entenderá que se encuadran en la categoría superior cuando uno de los segmentos supera la longitud indicada en las tablas del artículo 1.2.1

1.5. EQUIPOS

1.5.1. Cuando una prueba incluya una clasificación por equipos:

- a. Si se trata de una Competición de Clubes, todos los integrantes de dicho club formarán parte automáticamente del mismo.
- b. Si es una Competición por Autonomías, el número máximo de componentes vendrá determinado en el Reglamento del Campeonato de España por Autonomías.
- c. Si se trata de la competición de contrarreloj por equipos se tendrá en cuenta el Reglamento de dicha competición.
- d. Los equipos pueden estar formados por deportistas de cualquier edad, siempre que las distancias sean compatibles con la edad del participante.

1.5.2. La suma de tiempos de los tres mejores clasificados de un equipo proporcionará el resultado final en la clasificación por equipos. En ésta sólo aparecerán los equipos con un mínimo de tres participantes en línea de meta. Habrá una clasificación diferente para equipos masculinos y femeninos.

1.5.3. En los Campeonatos de España por Autonomías no se permitirá la inclusión de ningún extranjero no residente en España entre los componentes de los equipos. En las competiciones por equipos/clubes se permite la participación de extranjeros no residentes en España, no obstante sólo podrá puntuar por el mismo, uno. La condición de extranjero residente es asimilable a la de español.

2. REGLAS GENERALES PARA LOS PARTICIPANTES

2.1. RESPONSABILIDAD GENERAL

2.1.1. Es responsabilidad del participante estar bien preparado para la prueba, es decir, gozar de buena salud física en general, así como tener un nivel aceptable de preparación. La posesión de la licencia federativa no asegura ni cubre esta responsabilidad.

2.1.2. El participante tiene la obligación de conocer y respetar estas reglas de competición, así como las normas de circulación y las instrucciones de los responsables de cada prueba. También es obligación del participante el conocimiento de los recorridos.

2.1.3. El participante tiene que estar en posesión de la licencia federativa en vigor otorgada por la Federación Española de Triatlón. Esta licencia o el DNI, será requerida para el acceso al área de transición o en cualquier otro momento que el organizador, Delegado Técnico o el Juez Arbitro de la competición estimen oportuno. Los triatletas que participen en una competición utilizando a licencia de otro triatleta serán remitidos al comité de disciplina deportiva de la FETRI. De igual forma se actuará con aquellos corredores que permitan que otros compitan amparados en su licencia.

2.2. EQUIPAMIENTO Y DORSALES

2.2.1. El participante es responsable de su propio equipo y ha de comprobar que sus características se ajusten al presente reglamento. Además, deberá utilizar, sin modificar, todos los dorsales y elementos de identificación proporcionados por el organizador y aprobados por el Delegado Técnico. La sanción por no cumplir esta regla es la descalificación.

2.2.2. En las pruebas de triatlón, triatlón cros, cuatriatlón y acuatlón, el organizador deberá disponer del material necesario y el personal suficiente para marcar el número de dorsal en el cuerpo de los participantes. Este marcaje se realizará, al menos, en un brazo y en la parte frontal de un muslo en lectura vertical, siguiendo las indicaciones del oficial responsable en este área. En las competiciones por grupos de edad, se diferenciara cada grupo marcando un número en el gemelo izquierdo de acuerdo a la siguiente tabla:

Grupo	Mujeres	Hombres
17-19	17	17
20-24	20	20
25-29	25	25
30-34	30	30
35-39	35	35
40-44	40	40
45-49	45	45
50-54	50	50

55-59	55	55
60-64	60	60
65-69	65	65
70-74	70	70
75-79	75	75

2.2.3. El dorsal para el tronco deberá ser completamente visible desde delante en la carrera a pie, esquí de fondo y piragüismo. En las pruebas de triatlón y triatlón cros no está permitido introducirlo en el agua y se deberá dejar en el área de transición para su control. En las pruebas de duatlón y duatlón cros, los dorsales deberán estar sujetos por las cuatro esquinas.

- a. El dorsal no debe ser cortado, doblado o escondido.
- b. Los dorsales deberán colocarse de modo que sean perfectamente visibles durante toda la competición, en los segmentos en los que sea obligatorio
- c. La sanción para las infracciones a estos apartados será la advertencia y si no se rectifica, la descalificación.

2.2.4. Las dimensiones máximas del dorsal será 24cm (anchura) x 18cm (altura).

2.2.5. Los participantes no podrán competir con el torso desnudo, excepto en el segmento de natación. En todo momento el torso habrá de estar adecuadamente cubierto. Los dos tirantes de la prenda que cubra el tronco deberán estar correctamente colocados sobre ambos hombros. La sanción por no cumplir esta norma es la advertencia. El participante, entonces, deberá parar hasta que corrija el defecto. Si la rectificación no se produce, la sanción será la descalificación.

2.2.6. La publicidad está permitida en la indumentaria del competidor, siempre que no interfiera las labores de identificación o control de los miembros de la organización o de los jueces y oficiales.

2.3. CONDUCTA DE LOS PARTICIPANTES

2.3.1. El participante está obligado a respetar las normas de comportamiento establecidas en este reglamento. Las faltas con una gravedad determinada serán sancionadas conforme al reglamento de disciplina deportiva.

2.3.2. El participante que abandona la competición está obligado a quitarse el dorsal y comunicar a los jueces y oficiales su abandono.

2.3.3. En todo momento el participante está obligado a respetar el medio ambiente de la zona en que se celebra la competición, no abandonando ni arrojando objetos, ni actuando de forma agresiva con el entorno. La sanción por violar esta norma es la advertencia.

2.4. APOYOS O AYUDAS EXTERIORES

2.4.1. Los participantes no pueden recibir ningún tipo de ayuda externa, ni entre ellos, excepto avituallamiento, al margen de la establecida, y en las zonas determinadas, por la organización. En las pruebas con distancia superior a doble olímpica, esta ayuda podrá ser proporcionada por los asistentes del participante, pero siempre dentro de las zonas establecidas. El incumplimiento de esta norma será sancionado con la descalificación del participante que ha recibido la ayuda.

2.4.2. Los participantes no pueden ser acompañados ni apoyados desde embarcaciones, vehículos o a pie. Si esto se produce, el participante será advertido. Si la situación no es rectificadas, la sanción es la descalificación. Los ayudantes o entrenadores podrán dar sus consejos e informaciones situándose a los lados del recorrido, y permaneciendo quietos al paso de los participantes.

2.4.3. El personal acreditado para el acceso a los circuitos y para el uso de los vehículos, no podrá hacer uso de éstos para dar apoyo externo o instrucciones a los participantes.

2.5. DOPAJE

2.5.1. El dopaje está prohibido. En todo lo relacionado con el dopaje, se seguirán las reglas antidopaje de la Comisión Antidopaje de la Federación Española de Triatlón.

3. SUPERVISIÓN Y CONTROL

3.1. OFICIALES

3.1.1. Delegado Técnico: En todas las competiciones habrá un delegado técnico, que será de los nombrados con esa categoría por la Federación competente según el carácter y ámbito de la competición. Deberá tener la categoría, como mínimo, de juez nacional u oficial nivel 3. Las funciones del delegado técnico son las siguientes:

- a. Representar a la Federación correspondiente, en asuntos técnicos, en la competición.
 - b. Recibir información descriptiva de la prueba por parte del organizador, visitar sobre el terreno los circuitos propuestos para la competición, y repasar con aquél todos los detalles.
 - c. Inspeccionar los planos de recorridos, difusión de la competición, descripciones de los segmentos. Esta inspección deberá realizarse tres meses antes de la celebración de la prueba.
 - d. Realizar la inspección final de la competición, en los dos o tres días previos a la misma.
 - e. Comprobar que todos los extremos de la competición se ajustan al presente reglamento. En caso contrario, el delegado técnico está autorizado para ordenar al organizador la reestructuración de la prueba.
 - f. Formar parte del comité de apelación de la prueba y emitir el acta final.
 - g. Autorizar la obligatoriedad de normas no escritas en este reglamento. Por ejemplo, el uso de muñequeras, pegatinas en el casco, etc.
 - h. Elevar un informe posterior a la prueba, que será enviado, al organizador y a la federación correspondiente.
 - i. Resolver cualquier circunstancia en relación con la organización y desarrollo de la prueba, no prevista en este reglamento que surja durante cualquiera de las fases previas a una prueba y durante la celebración de una competición. Si el imprevisto afecta a distintas áreas parte de las cuales son responsabilidad del Delegado Técnico y otras de Juez Árbitro, o bien si no es fácil determinar quien es el responsable, será el Delegado Técnico quien tome las decisiones.
- 3.1.2. Juez Árbitro: En toda prueba deberá haber un Juez Arbitro de la misma designado por el Comité de Jueces y Oficiales de la federación correspondiente. Dicho Juez deberá tener la categoría, como mínimo, de juez autónómico superior u oficial nivel 2. Las funciones del Juez Arbitro serán las siguientes:
- a. Repasar la organización, desarrollo y resultados de la competición, en colaboración con el Delegado Técnico y el resto de los jueces y oficiales, tras finalizar ésta.
 - b. Remitir un informe al Comité de Jueces y Oficiales correspondiente, y a la federación de la comunidad donde se celebra la competición.
 - c. Ratificar, en su caso, las sanciones habidas durante la prueba, y hacerlas oficiales.
 - d. Informar a la federación o federaciones correspondientes de las actitudes de indisciplina habidas, con el fin de establecer las medidas oportunas.
 - e. Aprobar los resultados finales, y hacerlos oficiales, con la reserva de las pruebas de dopaje.
 - f. Resolver cualquier circunstancia reglamentaria no prevista en este reglamento que surja durante la celebración de una competición.
- 3.1.3. Responsable de Jueces y Oficiales: Sus funciones son las siguientes:
- a. Dirigir a los jueces y oficiales de la competición; cuentavueltas y demás personal ayudante aportado por la organización; asignarles su cometido e instruirles sobre ellos
 - b. Asignar cometidos e instruirles sobre ellos
 - c. En el caso que no se designe un Responsable de Jueces y Oficiales para la competición, será el Juez Arbitro el que asuma dicha función
- 3.1.4. Oficiales: Sus funciones serán las siguientes:
- a. Vigilar que se cumpla el presente reglamento durante la celebración de una competición.
 - b. Señalar las faltas e imponer las sanciones correspondientes, con objetividad e imparcialidad.
 - c. Dar parte por escrito al Juez Árbitro de la Competición de las sanciones impuestas.
 - d. Realizar el cronometraje oficial de la competición.
 - e. Estar a las órdenes del Juez Arbitro o Responsable de Jueces y Oficiales de la Competición.
- 3.1.5. Delegado Médico: En el caso de que la categoría de la competición lo requiera, se podrá designar a un oficial como Delegado Médico y que será nombrado por la Federación correspondiente a la categoría de la prueba en función del ámbito de la misma. Las funciones serán las siguientes:
- a. Representar al comité médico nacional en la competición.
 - b. Supervisar el control antidopaje.
 - c. Decidir la retirada de un participante, en función de la gravedad de las lesiones apreciadas.

3.2. CRONOMETRAJE

- 3.2.1. El tiempo total de cada participante es el que se cuenta desde el momento de dar la salida hasta que se traspasa totalmente la línea de meta, al terminar el último segmento. El tiempo empleado en transiciones y reparaciones forma parte del tiempo total.
- 3.2.2. Los jueces y oficiales tomarán los tiempos parciales de la siguiente manera:
- ⇒ Primer segmento: desde la salida hasta el final del mismo.
 - ⇒ Segundo segmento: desde el final del primer segmento hasta el inicio del tercero. Es decir, incluye las dos transiciones. En la modalidad de cuatriatlón, el segundo segmento terminará al finalizar la piragua. Es decir, incluye sólo la transición natación-piragüismo. En esta modalidad, el tercer tiempo parcial incluye la segunda y la tercera transiciones.

- ⇒ Último segmento: desde su inicio hasta el final de la prueba. En la modalidad de cuatriatlón el tercer y cuarto segmentos se tomarán como el segundo y tercero de un triatlón.
- ⇒ El tiempo final se determinará cuando el tronco del participante alcance la vertical de la línea de llegada.
- ⇒ En caso de llegada al sprint y si no se cuenta con medios técnicos de determinación del ganador, será la decisión del juez u oficial de llegada la que determine el ganador.
- ⇒ En el caso de pruebas con cronometrajes electrónicos, el Delegado Técnico informará con anterioridad al Juez Árbitro para la disposición de los jueces y oficiales necesarios y para validar los resultados que se den mediante este sistema. No obstante debería duplicarse al menos el cronometraje final por parte de los Jueces y Oficiales de la prueba.
- ⇒ Las clasificaciones oficiales deben incluir después del último clasificado en la prueba y por este orden a:
 - I. Los triatletas que no han finalizado la competición, incluyendo los tiempos registrados hasta el momento del abandono o doblaje (NF)
 - II. Los triatletas inscritos que no han tomado la salida (NP)
 - III. Los triatletas descalificados sin indicación de tiempo alguno e incluyendo los motivos de descalificación (DES)

3.3. SANCIONES

3.3.1. El incumplimiento, por parte de un participante, de las normas de competición contempladas en este reglamento, o de las indicaciones de los jueces y oficiales, será motivo de sanción.

3.3.2. Las sanciones por infringir las normas son las siguientes:

- a. Advertencia
- b. Descalificación
- c. Eliminación

Cada sanción debe identificarse con la descripción del hecho, una referencia concreta a la regla infringida y el número de dorsal del participante infractor.

3.3.3. Los jueces y oficiales de la competición y el comité de apelación, son las únicas personas o entidades autorizadas para imponer las sanciones.

3.3.4. La advertencia es la sanción para las faltas más leves. Si las condiciones lo permiten, el juez u oficial advertirá al triatleta con un silbato o una tarjeta amarilla e indicándole que corrija la infracción. Se usará en los siguientes casos:

- a. Cuando la violación de una norma no sea intencionada, y/o no suponga una situación de peligro para el participante o para terceras personas, y pueda ser corregida después de la advertencia. Por ejemplo; dorsales no visibles en su totalidad, no respetar las indicaciones de los jueces y oficiales, usar indebidamente el espacio personal en el área de transición, calentar en una zona no permitida para ello, ir acompañado de alguna persona o vehículo ajeno a la competición, quitarse el gorro de natación antes de la zona indicada para ello, abandonar pertenencias en el área de transición fuera del espacio destinado al propio participante.
- b. En cualquier otra circunstancia que, a criterio del juez u oficial, sea merecedora de esta sanción.

3.3.5. La descalificación es la sanción para las faltas graves, que afecten a la seguridad, la igualdad o el resultado, y/o no puedan ser corregidas. El participante que haya sido sancionado con una descalificación está autorizado a continuar en la competición, y tiene derecho a interponer una apelación al final de la misma. La descalificación será aplicada en los siguientes casos:

- a. Cuando la infracción es intencionada. Por ejemplo: no portar alguno de los dorsales suministrados por la organización; no llevar el casco o llevarlo incorrectamente abrochado fuera del área de transición; no hacer los recorridos marcados.
- b. Cuando la infracción genera o ha generado una situación de peligro. Por ejemplo, transportar avituallamiento en recipientes de vidrio; no respetar las normas de tráfico o las impuestas por el organizador.
- c. Cuando el participante no corrige la infracción a una norma advertida por un juez u oficial, o incumple una orden dada por éste.
- d. Cuando una infracción no pueda ser corregida, especialmente si ésta afecta o puede afectar a la seguridad, a la igualdad entre los participantes o al resultado final de la prueba.
- e. Cuando un participante utilice ayudas artificiales no permitidas o reciba ayudas externas.
- f. Cuando, en una misma competición, un participante cometa por segunda vez una infracción merecedora de advertencia.
- g. En cualquier otra circunstancia que, a criterio del juez u oficial, sea merecedora de esta sanción.

Si las condiciones lo permiten, la descalificación se señalará al infractor, mostrándole una tarjeta roja e indicando su número de dorsal.

3.3.6. La eliminación se aplicará ante infracciones de especial gravedad, que puedan alterar las condiciones de seguridad y/o los resultados de una competición. El participante sancionado con una eliminación no está autorizado a continuar en competición. En caso de hacerlo, todas las responsabilidades en que pudiera incurrir con su actitud serán exclusivamente suyas, sin perjuicio de las sanciones disciplinarias a que hubiera lugar. La eliminación se usará en los siguientes casos:

- a. Cuando un participante haga, intencionadamente, cualquier gesto o movimiento que interfiera la progresión de otro participante.
- b. Ante cualquier circunstancia de falta de respeto o violencia contra otro participante, o contra un juez u oficial, miembro de la organización o del público.
- c. Cuando el participante haya falseado cualquiera de sus datos personales al inscribirse en una competición.
- d. En caso de resultar positivo un análisis antidopaje.
- e. En cualquier otra circunstancia que, a criterio del juez u oficial, sea merecedora de esta sanción.

Si las condiciones lo permiten, la eliminación se señalará al infractor, mostrándole una tarjeta roja e indicando su número de dorsal.

3.3.7. En todos los casos de sanciones, los jueces y oficiales que impongan las mismas deberán informar al Juez Arbitro de la Competición lo antes posible.

3.3.8. No es necesario que las sanciones sean impuestas por el mismo juez u oficial.

3.3.9. El Juez Árbitro de la Competición publicará la lista de descalificados como máximo quince minutos después de la entrada en meta del último participante. En la lista se reflejará la hora de publicación. Los participantes podrán apelar contra las descalificaciones como muy tarde hasta quince minutos después del más tardío de estos hechos:

- a. La publicación de la descalificación en el tablón de anuncios
- b. La entrada en meta del triatleta sancionado

3.4. COMITÉ DE APELACIÓN

3.4.1. En toda competición deberá existir un comité de apelación. El lugar y la hora de reunión de sus miembros, así como los nombres de sus componentes, serán anunciados antes del inicio de la competición. El comité de apelación consta de:

- a. El delegado técnico de la competición, que será el presidente.
- b. Un representante de la Federación Española de Triatlón, o de la Federación anfitriona de la competición.
- c. Un representante de la federación territorial donde se celebre la competición, o de los clubes inscritos escogido por sorteo.

3.4.2. El Juez Árbitro de la Competición, y los jueces y oficiales involucrados en las sanciones que se discuten, deberán estar localizables para poder ser consultados por este comité.

3.4.3. Si algún miembro del comité de apelación tiene vínculos de cualquier naturaleza con alguna de las partes implicadas, no podrá tomar parte en el proceso, y no podrá ser reemplazado por otra persona. Si más de uno de los miembros del comité estuviera en ese caso, se deberá nombrar otro comité.

3.5. APELACIONES Y RECLAMACIONES

3.5.1. Los participantes o técnicos de los clubes inscritos, podrán hacer reclamaciones y/o apelaciones, según se detalla a continuación:

- ⇒ Reclamaciones contra la lista de salida: Antes de la reunión informativa y, de no existir ésta, hasta una hora antes de la primera salida de la jornada.
- ⇒ Reclamaciones contra la lista provisional de resultados, la actitud de otro deportista y/o irregularidades en la organización de la competición: Quince minutos después del más tardío de estos dos hechos:
 - a. La publicación de la lista provisional de resultados en el tablón de anuncios.
 - b. La entrada en meta del triatleta implicado.
- ⇒ Apelaciones contra sanciones aplicadas por el Juez Arbitro, o por decisiones tomadas por él: Quince minutos después del más tardío de estos dos hechos:
 - a. La publicación de la sanción o de la decisión en el tablón de anuncios.
 - b. La entrada en meta del triatleta sancionado.

3.5.2. Las reclamaciones serán formuladas por escrito y entregadas al Juez Arbitro de la prueba, quien a la vista de las alegaciones presentadas, tomará las decisiones que crea convenientes.

3.5.3. Las apelaciones serán formuladas por escrito y entregadas al Juez Árbitro, junto con una fianza de importe igual a la mitad de la inscripción, con un mínimo de 20 €, quien revisará en primera instancia su decisión. De ratificarse en la misma entregará la apelación al Comité de Apelación para que sea éste

quien resuelva el caso. En el supuesto en que el Comité de Apelación resuelva a favor del recurrente, le será devuelto el importe de la fianza depositada.

3.5.4. En el caso que la apelación llegue al Comité de Apelación, el presidente del comité se reunirá con el resto de los miembros e intentará escuchar a todas las partes implicadas y estudiar las pruebas aportadas. Si el que realiza la apelación no pudiera estar presente, sus argumentos pueden ser dejados por escrito al presentar el escrito de apelación. El incumplimiento de esta norma puede invalidar la apelación.

3.5.5. Habiendo escuchado todas las posibles evidencias, el comité se retirará a considerar su veredicto, que será final e irrevocable. La decisión será comunicada primero verbalmente y después por escrito.

4. ÁREAS DE TRANSICIÓN

4.1. ACCESO

4.1.1. Sólo los jueces y oficiales, el personal responsable de la organización, los técnicos de los clubes hasta el comienzo de la competición, y los participantes que hayan acreditado su condición de tales podrán estar en estas áreas.

4.2. CONTROL DE MATERIAL

4.2.1. Todos los participantes deberán pasar el control de material antes de la competición. Este control será realizado por los jueces y oficiales a la entrada del área de transición.

4.2.2. Los jueces y oficiales observarán, en el control de material:

- ⇒ Las condiciones reglamentarias y de seguridad del traje isotérmico, cuando esté permitido o sea obligatorio; del material de ciclismo, esquí de fondo y sus posibles recambios; piragüismo.
- ⇒ La posesión y correcta colocación de todos los dorsales que el organizador y el delegado técnico consideren oportunos, previa publicidad de su obligatoriedad.

4.3. USO DEL ÁREA Y TRÁFICO

4.3.1. Cada participante podrá usar exclusivamente el espacio marcado con su número de dorsal, así como los pasillos de acceso y salida del mismo. El espacio individual no podrá ser marcado con elementos que ayuden a su identificación (cinta o tiza en el suelo, globos, toallas, etc.)

4.3.2. Está prohibido circular en bicicleta por las áreas de transición.

4.3.3. Todos los participantes deberán circular por las áreas de transición conforme al tráfico establecido por el organizador, no estando permitido acortar el recorrido por la transición (cruzar por debajo de los soportes, saltar sobre las zonas reservadas a cada participante, etc.). Es de aplicación lo establecido en el artículo 3.3.5 a)

Los participantes no pueden impedir el progreso de otros participantes en el área de transición

4.3.4. El personal de la organización podrá, previo acuerdo del organizador y el delegado técnico, entregar y/o recoger la bicicleta y el material en la zona de transición. Esta ayuda, si existe, será igual para todos los participantes.

5. NATACIÓN

5.1. RECORRIDOS

5.1.1. El segmento de natación tendrá lugar en aguas abiertas. En casos excepcionales el Delegado Técnico podrá autorizar su celebración en piscina. La prueba de natación de un Campeonato de España deberá celebrarse siempre en aguas abiertas.

5.1.2. La medición oficial del recorrido se efectuará desde el punto en que se debe comenzar a nadar hasta el punto en el que se permite caminar para salir del agua. Ambos puntos deben estar señalizados también con boyas.

5.1.3. La profundidad del agua durante todo el recorrido deberá ser de, como mínimo, 1 metro.

5.1.4. El Delegado Técnico podrá autorizar la celebración del segmento en dos vueltas, separadas por un recorrido por la playa. Este recorrido no podrá ser mayor de 100 m.

5.2. TEMPERATURA DEL AGUA

5.2.1. El uso de traje isotérmico puede ser obligatorio, permitido o prohibido, en función de la distancia (en metros) y la temperatura del agua (en °C) expresadas en la siguiente tabla:

Competiciones Elite y Sub23 sobre distancia Sprint u Olímpica:

Distancia	Prohibido a partir de:	Estancia máxima	Obligatorio debajo de
750 m.	20,0°	30'	14,0°
1500 m.	20,0°	1h 00'	14,0°

Competiciones de Grupos de Edad y aquellas donde compitan Elite y Sub23 conjuntamente con Grupos de Edad

Distancia	Prohibido a partir de:	Estancia Máxima	Obligatorio debajo de
Hasta 1500	22,0°	1 h. 10'	14,0°
1501 – 3000	23,0°	1 h. 40'	15,0°
3001 – 4000	24,0°	2 h. 15'	16,0°

Los triatletas de 50 o más años les está permitido participar con el traje isotérmico sea cual fuese la temperatura del agua.

5.2.2. Con el fin de garantizar la seguridad de los participantes, cuando sea obligatorio el traje isotérmico se establecen los siguientes límites de longitud y permanencia en el agua:

Temperatura	Longitud Máxima	Tiempo de Estancia
16,0° a 16,9°	4.000 m.	2 h. 15'
15,0° a 15,9°	3.000 m.	1 h. 40'
14,0° a 14,9°	2.000 m.	1 h. 10'
13,0° a 13,9°	1.000 m.	35'

Si la temperatura del agua es inferior a 13 °C, no se podrá celebrar la prueba de natación.

5.2.3. La temperatura del agua se mide en varios puntos del recorrido y a una profundidad de 50 cm. La medición oficial se tomará 1 hora antes de la salida, y será llevada a cabo por un juez u oficial. La temperatura oficial será la más baja de las registradas.

5.2.4. El Delegado Técnico podrá autorizar u obligar el traje isotérmico atendiendo a razones de seguridad, independientemente de la temperatura del agua.

5.3. INDUMENTARIA

5.3.1. La indumentaria obligatoria para el segmento de natación consiste en:

- Prenda que cubra el cuerpo adecuadamente.
- Gorro con el número de dorsal, suministrado por la organización.
- Traje isotérmico, cuando las circunstancias de temperatura del agua así lo exijan.
- No está permitido: Traje isotérmico que exceda los 5 mm de grosor. El uso de una única parte inferior de neopreno o cualquier elemento de neopreno. El uso de guantes o calcetines, palas, manoplas, aletas o tubos respiratorios

5.4. ESTILO

5.4.1 El participante puede nadar en el estilo que desee. Está permitido caminar o correr por el fondo, al principio y al final, pero sólo antes y/o después de la señal (boya, embarcación, etc.) que indica el punto donde se marca la medición oficial. También se permite pararse donde se haga pie, o junto a las corcheras o boyas colocadas a lo largo del recorrido, pero no está permitido utilizar estos elementos para progresar. La sanción por infringir esta norma es la descalificación.

5.5. PRECAUCIONES DE SEGURIDAD

5.5.1. Los jueces y oficiales de la prueba, el delegado médico y sus asistentes de seguridad tienen capacidad para ordenar la retirada de un participante durante el segmento de natación, por razones de seguridad o cuando el tiempo límite haya sido superado. No obstante, los participantes son responsables de su actuación y de las consecuencias de ésta durante este segmento.

5.6. SALIDA

5.6.1. Las mujeres tendrán una salida exclusiva para ellas y separada de cualquiera de las salidas masculinas, como mínimo, en 15 minutos si la prueba es de distancia sprint, 20 minutos en caso de pruebas de distancia corta u olímpica y de 30 minutos en pruebas más largas.

5.6.2. La zona de salida debe ser amplia y tener capacidad suficiente para todos los participantes.

5.6.3. El organizador delimitará una zona de calentamiento dentro del agua, que necesariamente deberá estar separada de la zona de competición.

5.6.4. Para acceder a la zona de competición, los participantes deberán pasar por una zona donde se realizará un recuento y/o alineación de los mismos. Esta zona estará situada fuera del agua, sólo podrá ser abandonada hacia la salida y bajo las indicaciones de los oficiales.

5.6.5. Una línea de presalida estará situada al menos 1 metro detrás de la línea de salida. La línea de salida estará marcada en el suelo. Ningún participante podrá tocar ni sobrepasar esta línea hasta el momento en que se de la salida. La elección o asignación de posición de salida seguirá el mismo orden que el utilizado para la asignación de dorsales. En las salidas desde playa y si existen más triatletas que pasillos de salida éstos podrán situarse en filas posteriores.

5.6.6. La salida, sea cual sea el segmento inicial, debe ser hacia adelante, no pudiendo iniciar la competición desde una posición diferente a la asignada

5.6.7. El procedimiento de salida será.

- a. Los triatletas elegirán u ocuparán sus posiciones tras la línea de presalida.
- b. Una vez todos los triatletas están en la salida, el oficial de presalida dirá "A sus puestos" y entonces los triatletas avanzarán un paso hacia delante sin pisar ni sobrepasar la línea de salida.
- c. En los cinco segundos siguientes el oficial de salida emitirá la señal acústica que indica la salida.

5.6.8. Salidas irregulares. El/los triatletas que se desvíen del protocolo indicado en este punto 5.6.7 (el apartado anterior) serán detenidos por espacio de 20 segundos en la primera transición.

5.6.9. Salidas nulas. En el caso de que la salida sea nula, los triatletas deberán volver a la posición asignada o elegida en principio

5.7. DESARROLLO

5.7.1 No hacer los recorridos marcados es motivo de descalificación aunque no suponga un recorte en distancia de los mismos.

6. CICLISMO EN CARRETERA

6.1 RECORRIDOS

6.1.1. El segmento ciclista puede ser llevado a cabo conforme a dos modalidades diferentes:

- a. No está permitido ir a rueda. En este caso serán de aplicación todas las reglas de este apartado.
- b. Sí está permitido ir a rueda. En este caso no será de aplicación la regla 6.4.2., incluida en el apartado "desarrollo del ciclismo".

6.2. EQUIPAMIENTO

6.2.1. El equipamiento obligatorio para el segmento ciclista consiste en:

- a. Prenda o prendas que cubran el cuerpo adecuadamente
- b. Bicicleta conforme a las especificaciones del presente reglamento
- c. Casco rígido conforme a las especificaciones del presente reglamento
- d. Número de dorsal en la bicicleta, visible en lectura horizontal desde la izquierda

6.2.2. Los participantes son responsables personalmente de que su equipo esté en condiciones reglamentariamente satisfactorias al comienzo de la prueba. Dentro del equipamiento se incluye el material de reparaciones y recambios, que sólo podrá ser transportado por el participante, y sólo durante la prueba.

6.2.3. Se puede utilizar cualquier tipo de bicicleta que cumpla las siguientes especificaciones:

- a. No más de 2 m. de longitud ni más de 75 cm de anchura.
- b. La distancia mínima desde el suelo al eje pedalier será de 24 cm.
- c. La línea imaginaria vertical que pase por la parte delantera del sillín deberá pasar entre 5 cm. por delante y 15 cm. por detrás del eje pedalier. Esta especificación no podrá ser modificada durante la competición.
- d. La distancia entre el eje pedalier y el centro de la rueda trasera será de entre 54 y 65 cm. Se podrán hacer excepciones para las bicicletas de corredores muy altos o muy bajos.
- e. No se permite el uso de carenados.

- f. No se permite utilizar ruedas con mecanismos que faciliten su aceleración. A esos efectos, el interior de las ruedas lenticulares opacas deberá ser fácilmente inspeccionable por un juez u oficial.
- g.
 - i. En las pruebas en las que no esté permitido ir a rueda, los manillares podrán montar un acople. El acople podrá ser de una o dos piezas. Sobre el acople podrán montarse pantallas de pulsómetros, cuentakilómetros o controladores similares; sistemas de hidratación, palancas de cambio u otros sistemas de cambio sin palancas.
 - II. En las pruebas en las que esté permitido ir a rueda, el manillar deberá ser de curva tradicional en bicicletas de carretera o recto en bicicletas de montaña y podrá ir provisto de un acople que no podrá sobrepasar el plano vertical que determinan los extremos anteriores de las manetas de freno. Las manetas de freno estarán montadas en el manillar y no en el acople. El acople podrá ser de una o dos piezas que deberán estar unidas por una pieza rígida en el caso de que las dos piezas no estén curvadas una hacia la otra. Sobre el acople podrán montarse pantallas de pulsómetros, cuentakilómetros o controladores similares y cambios del sistema "grip-shift". En la parte interior del acople podrán colocarse sistemas de hidratación.
- h. Cada rueda deberá contar con un freno.

6.2.4. El uso de casco rígido, correctamente abrochado, es obligatorio desde antes de coger la bicicleta hasta después de dejarla en la zona de transición. Esto incluye, por tanto, todo el segmento de ciclismo y los recorridos por las áreas de transición en posesión de la bicicleta. La sanción por violar esta norma es la eliminación, salvo en los recorridos por las áreas de transición en posesión de la bicicleta en que se penalizará con la advertencia y si no rectifica, la descalificación. El circular en bicicleta sin el casco correctamente abrochado desde el día antes de la competición hasta el inicio de la misma, puede ser advertido por los jueces y oficiales con una tarjeta amarilla, acumulable a las que se puedan mostrar durante la competición. Estarán permitidos todos los cascos que cuenten con una certificación de seguridad para su uso ciclista.

6.2.5. Otros equipamientos. Los recipientes que contengan comida o bebida para ser transportados por los participantes no podrán ser de materiales frágiles (vidrio, barro, etc.). No está permitido el uso de auriculares o teléfonos móviles.

6.3. NORMAS DE TRÁFICO

6.3.1. Debe existir una autorización y un control absoluto de la competición por parte de las autoridades de tráfico. Los participantes tendrán la máxima preferencia, pero tienen la obligación de respetar todas las normas de tráfico si el circuito no ha sido totalmente cerrado. La penalización por no obedecer estas normas es la descalificación.

6.3.2. El organizador, de acuerdo con el delegado técnico, podrá decidir la circulación según normas especiales, tales como giros, circulación por la izquierda, etc.

6.4. DESARROLLO DEL CICLISMO

6.4.1. No está permitido recibir ayuda exterior ni de otro participante durante el transcurso de la competición, excepto avituallamiento. La sanción por violar esta norma es la descalificación.

6.4.2. En las competiciones en las que no esté permitido ir a rueda, no está permitido aprovechar la estela de otro competidor o de un vehículo durante el segmento ciclista. Se considerará que un participante está infringiendo esa norma cuando se encuentre en algún lugar dentro del rectángulo delimitado por 7 m. de largo y 3 m. de ancho, tomando como referencia la rueda trasera de la bicicleta. Este área se conoce como zona de drafting. Un triatleta puede entrar en la zona de drafting para adelantar al triatleta que le precede. Para efectuar esa maniobra tiene 15 segundos. Si pasado ese tiempo no se ha producido el adelantamiento, el triatleta ha infringido la norma 6.4.4 de no ir a rueda

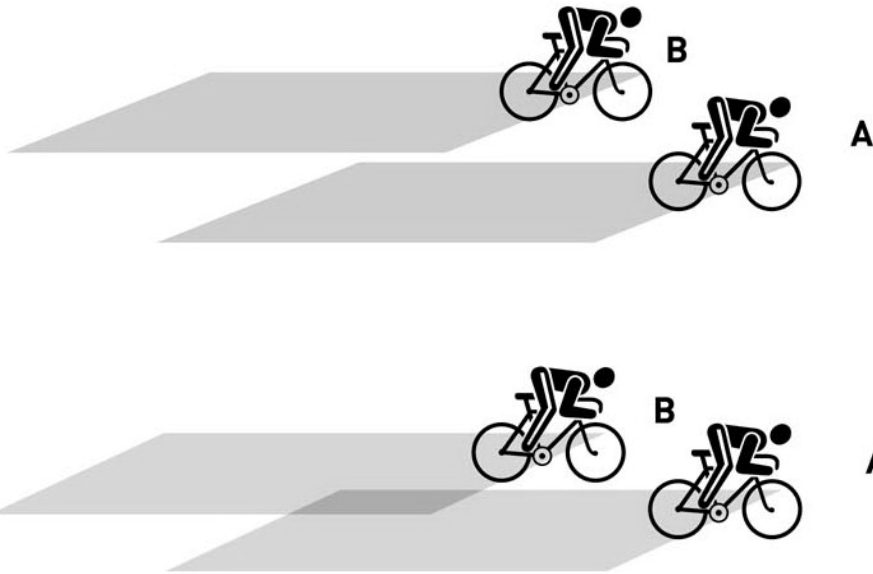


Distancia de la zona de drafting para todos los participantes

Un triatleta puede entrar en la zona de drafting de otro triatleta, sujeto a la decisión de los jueces y oficiales, en las siguientes circunstancias:

- Si adelanta antes de 15 segundos
- Por razones de seguridad
- En un avituallamiento
- A la entrada o salida del área de transición
- En giros pronunciados
- Otras razones de seguridad determinadas por los jueces y oficiales

Un triatleta que es alcanzado, debe abandonar inmediatamente la zona de drafting del triatleta que le esta adelantando

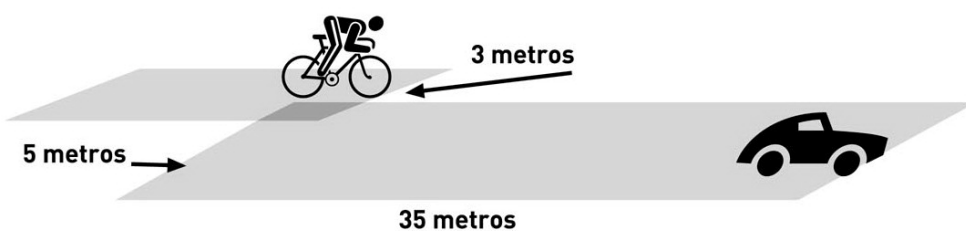


B está alcanzando a A, y B está ahora en la zona de drafting de A



A y B mantienen la adecuada separación. C no está intentando pasar a B, y está en su zona de drafting
A y B no están haciendo drafting

En el caso de vehículos, el rectángulo es de 35 m. de longitud y de 2,5 m a cada lado. Las personas que circulen en una moto, deberán hacerlo siempre con el casco apropiado



6.4.3. En las competiciones en que sí esté permitido ir a rueda, no está permitido aprovechar la estela de un participante de diferente sexo. Tampoco está permitido ir a rueda para aquellos triatletas que circulando en el mismo grupo, no se encuentren en la misma vuelta del segmento ciclista.

- 6.4.4. Ir a rueda cuando no está permitido será sancionado con una tarjeta amarilla. Una segunda tarjeta amarilla por esa o cualquier otra circunstancia supondrá la descalificación
- 6.4.5. No hacer los recorridos marcados es motivo de descalificación aunque no suponga un recorte de distancia de los mismos.
- 6.4.6. El Delegado Técnico con el visto bueno del Organizador estará autorizado a poner en vigor la norma de eliminar a todos los corredores que en el segmento ciclista sean doblados, cuando por el número de vueltas y/o carácter elitista de la prueba así se considere. Esta circunstancia se deberá hacer pública en todas las circulares, trípticos y medios de difusión de la prueba con el tiempo suficiente para que pueda ser conocido por el mayor número de participantes.
- 6.4.7. En las carreras en las que se establezca que el corredor doblado es eliminado, este deberá abandonar la competición cuando así le sea indicado por los jueces y oficiales.

7. CARRERA A PIE

7.1. RECORRIDOS

- 7.1.1. El recorrido debe discurrir por carreteras, calles o caminos sobre superficie firme.
- 7.1.2. En las modalidades de cros, al menos el 60 % del segmento debe discurrir por terreno abierto, accidentado y no asfaltado (praderas, senderos, campo a través).

7.2. INDUMENTARIA

- 7.2.1. La indumentaria obligatoria para el segmento de carrera a pie consiste en:
 - a. Prendas que cubran adecuadamente el cuerpo.
 - b. Un dorsal, suministrado por la organización, que debe ser totalmente visible por delante del participante.
 - c. Cualquier otro elemento que el organizador, de acuerdo con el Delegado Técnico, considere oportuno (muñequeras, doble dorsal, etc.)
- 7.2.2. Está prohibido utilizar el casco durante el segmento de carrera a pie

7.3. SALIDA

En las competiciones que comiencen con un segmento de carrera a pie, deberán observarse las siguientes normas:

- 7.3.1. Se deben programar dos salidas separadas, una femenina y una masculina, separadas como mínimo con los decalajes indicados en el punto 5.6.1
- 7.3.2. La zona de salida debe ser amplia y tener capacidad suficiente para todos los participantes. Debe tener una anchura mínima de 5 m., y una longitud, sin curvas, de al menos 200 m.
- 7.3.3. El organizador delimitará una zona de calentamiento, que necesariamente deberá estar separada de la zona de competición.
- 7.3.3. Para acceder a la zona de competición, los participantes deberán pasar por una zona donde se realizará un recuento o alineación de los mismos. Esta zona sólo podrá ser abandonada hacia la salida, y sólo bajo las indicaciones de los jueces y oficiales.
- 7.3.4. La línea de salida estará delimitada por una línea marcada en el suelo. Ningún participante podrá pisar ni sobrepasar esta línea hasta el momento en que la salida sea dada. La salida debe ser hacia adelante, no pudiendo iniciar la competición desde una posición diferente a la asignada.
- 7.3.5. El procedimiento de salida será:
 - a. Los triatletas elegirán u ocuparán sus posiciones tras la línea de presalida.
 - b. Una vez todos los triatletas están en la salida, el oficial de presalida dirá "A sus puestos" y entonces los triatletas avanzarán un paso hacia adelante sin pisar ni sobrepasar la línea de salida.
 - c. En los cinco segundos siguientes el oficial de salida emitirá la señal acústica que indica la salida.
- 7.3.6. Salidas irregulares. El/los triatletas que se desvíen del protocolo indicado en el punto 7.3.5 serán detenidos por espacio de 20 segundos en la primera transición.
- 7.3.7. Salidas nulas. En el caso de que la salida sea nula, los triatletas deberán volver a la posición asignada o elegida en principio

7.4. DESARROLLO

- 7.4.1 No hacer los recorridos marcados es motivo de descalificación aunque no suponga un recorte en distancia de los mismos.

7.4.2 Los participantes no podrán ser acompañados durante este segmento. La sanción por violar esta norma es la advertencia y si no rectifica, la descalificación.

7.5. LLEGADA

7.5.1. La línea de meta debe ser firme, limpia y claramente marcada. Deberá estar precedida de una recta de al menos 50 m. de longitud y con una anchura de al menos 2 m.

7.5.2. A ambos lados de la línea de meta se situará un par de postes de al menos 1,5 m de altura, que serán utilizados por los jueces y oficiales para la toma de tiempos.

7.5.3. La cinta de meta será sujeta a ambos extremos por los jueces y oficiales de llegada, quienes decidirán el orden de entrada en meta

7.5.4. Un participante habrá finalizado la competición cuando cualquier parte del torso, sin incluir la cabeza, cuello, hombros, brazos o piernas, cruce la línea de meta

8. BICICLETA DE MONTAÑA

8.1. RECORRIDOS

8.1.1. Los recorridos se realizarán por caminos y sendas con una ciclabilidad mínima del 90%. La superficie de asfalto no podrá superar el 20% del total.

8.2. EQUIPAMIENTO

8.2.1. El equipamiento obligatorio para el segmento de bicicleta todo terreno consiste en:

- a. Prendas que cubran el cuerpo adecuadamente.
- b. Casco rígido conforme a las especificaciones de este reglamento.
- c. Una placa rígida con el número de dorsal, que será colocada en la parte delantera de la bicicleta, sujeta al menos por dos puntos mediante abrazaderas. El tamaño aproximado de la placa será de 19 x 19 cm. (con una tolerancia de 1cm). La placa y las abrazaderas serán aportadas por el organizador.

8.2.2. Se puede utilizar cualquier tipo de bicicleta que cumpla las siguientes especificaciones:

- a. No más de 2,10 m. de longitud ni más de 75 cm de anchura.
- b. La distancia mínima desde el suelo al eje pedalier será de 24 cm.
- c. La línea imaginaria vertical que pase por la parte delantera del sillín deberá pasar entre 5 cm. por delante y 15 cm. por detrás del eje pedalier. Esta especificación no podrá ser modificada durante la competición.
- d. La distancia entre el eje pedalier y el centro de la rueda trasera será de entre 54 y 65 cm. Se podrán hacer excepciones para las bicicletas de corredores muy altos o muy bajos.
- e. No se permite el uso de carenados.
- f. No se permite utilizar ruedas con mecanismos que facilitan su aceleración. A esos efectos, el interior de las ruedas lenticulares opacas deberá ser fácilmente inspeccionable por un juez u oficial.
- g. Excepto las manetas de los frenos, ningún otro dispositivo podrá sobresalir por delante del acople o acoples. Éstos deberán tener, además, las puntas correctamente taponadas y protegidas.
- h. Cada rueda deberá contar con un freno.
- i. Las ruedas serán de 650 mm de diámetro.

8.2.3. Las reglas 6.2.2., 6.2.4. y 6.2.5., relativas al equipamiento para el segmento de ciclismo, son válidas también para este apartado.

8.3. DESARROLLO

8.3.1. La totalidad del recorrido debe ser cubierta con la bicicleta, hasta la entrada en el área de transición.

8.3.2. En caso de avería o caída, el participante se retirará a un lado del recorrido hasta que se reincorpore a la competición.

8.3.3. En los segmentos con bicicleta de montaña está permitido el drafting

ANEXO 1 – TRIATLON DE INVIERNO

DEFINICIÓN

El triatlón de invierno como modalidad, consta de tres segmentos; carrera a pie, ciclismo BTT y esquí de fondo

DISTANCIAS

	Carrera	Ciclismo	Esquí de Fondo
Sprint	3 a 4 Km.	5 a 6 Km.	5 a 6 Km.
Corta	7 a 9 Km.	12 a 14 Km.	10 a 12 Km.
Equipos (x3)	2 a 3 Km.	4 a 5 Km.	3 a 4 Km.

ENTRENAMIENTOS OFICIALES

- Los entrenamientos oficiales serán programados y dirigidos por el Delegado Técnico y el Director de Competición. Directores técnicos, entrenadores y triatletas, podrán asistir a estos entrenamientos
- No está permitido entrenar o reconocer circuitos durante el desarrollo de las competiciones
-

CARRERA A PIE

- En el caso de carreras élite separadas de grupos de edad, las zapatillas de correr, son obligatorias para la carrera élite
- Se permite correr con zapatillas de clavos
- No está permitido llevar el casco durante la carrera a pie

CICLISMO BTT

- Las especificaciones de la bicicleta de montaña son las mismas que se definen en el artículo 8.2.2
- El segmento ciclista del Triatlón de Invierno se desarrolla en un recorrido campo a través sobre nieve en al menos un 80% del mismo
- Los triatletas pueden empujar o llevar la bicicleta a lo largo del recorrido
- El drafting está permitido
- Los participantes no pueden recibir ningún tipo de ayuda externa, ni entre ellos, excepto avituallamiento, al margen de la establecida, y en las zonas determinadas, por la organización
- En el caso de carreras élite separadas de grupos de edad, las zapatillas de ciclismo, son obligatorias para la carrera élite

ESQUI DE FONDO

- El equipamiento obligatorio para el segmento de esquí de fondo consiste en:
 - Un par de esquíes de fondo, más largos que la estatura del participante, y el calzado adecuado para su uso. Los esquíes serán marcados por la organización para garantizar que no son sustituidos por otros durante el segmento.
 - Un par de bastones, más cortos que la estatura del participante.
 - Un dorsal, proporcionado por la organización, totalmente visible desde delante del participante.
 - Prendas que cubran el cuerpo adecuadamente.
- El segmento de esquí de fondo no se podrá celebrar a temperaturas inferiores a 20 grados bajo cero.
- No está permitido ponerse los esquís en el área de transición
- El inicio del segmento de esquí de fondo debe estar claramente marcado
- El estilo a utilizar es libre. Los participantes están obligados a seguir la traza del estilo adoptado, respetando las del otro estilo, aunque se permite el cambio de un estilo a otro. La sanción por no respetar las trazas del estilo no utilizado será la advertencia y en caso de no corregir, la descalificación.
- La totalidad del recorrido debe ser cubierta con los esquíes calzados.
- El esquiador alcanzado o doblado está obligado a ceder el paso al que llega por detrás, dejando libre la traza o incluso deteniéndose. Esta regla no será válida en los últimos 200 m. de competición.
- Los triatletas no pueden recibir ningún tipo de ayuda externa, ni entre ellos, excepto avituallamiento, al margen de la establecida, y en las zonas determinadas, por la organización
- Los triatletas pueden cambiar bastones durante la competición
- Ciertas zonas pueden tener restricciones al estilo libre o clásico

- k. No está permitido llevar el casco del segmento ciclista; sin embargo y debido al efecto de las bajas temperaturas, está permitido llevar un casco durante el segmento de esquí de fondo. Este casco debe ser diferente al casco del segmento ciclista
- l. En los últimos 30-50 m. antes de la línea de meta, no está permitido el estilo libre y se debe utilizar el estilo clásico, por lo que los últimos metros deben estar acondicionados para el uso de ese estilo
- m. En el caso de carreras élite separadas de grupos de edad, las zapatillas de esquí, son obligatorias para la carrera élite

AREA DE TRANSICION

- a. Los triatletas deben usar su área asignada
- b. No se debe impedir la progresión de otros triatletas en el área de transición
- c. Los triatletas no deben interferir con el equipamiento de otros triatletas
- d. Los triatletas deben montar y desmontar de la bicicleta en las áreas o líneas designadas al efecto
- e. En el área de transición, los oficiales pueden asistir a los triatletas recogiendo y colocando sus bicicletas, y entregándoles su equipamiento. Este servicio debe ser el mismo para todos los triatletas
- f. Está prohibido esquiar en el área de transición

LLEGADA

- a. La línea de meta debe ser firme, limpia y claramente marcada. Deberá estar precedida de una recta de al menos 50 m. de longitud y con una anchura de al menos 2 m. Esta nunca podrá estar situada en un descenso.
- b. A ambos lados de la línea de meta se situará un par de postes de al menos 1,5 m de altura, que serán utilizados por los jueces y oficiales para la toma de tiempos.
- c. Un triatleta habrá finalizado la competición cuando la punta de la bota, cruza la línea de meta

ANEXO 2 - REGLAMENTO DE ACUATLÓN

DEFINICIÓN

El acuatlón es una competición en tres segmentos, que son: carrera a pie, natación y carrera a pie.

DISTANCIAS

	Carrera	Natación	Carrera
Sprint	2,5 Km.	1 Km.	2,5 Km.
Corta	5 Km.	2 Km.	5 Km.

No se podrá competir en los segmentos de carrera a pie con el gorro y las gafas de nadar puestas

INDICACIONES PARA ORGANIZADORES Y DELEGADOS TECNICOS

La importancia del área de transición es enorme. El diseño ideal debe tener forma de uno o dos pasillos largos (de al menos tres metros de ancho), con espacios para los triatletas a ambos lados de los pasillos de 1 m. x 1 m. Se deben evitar, en lo posible los diseños cuadrados con muchos pasillos cortos, en aras de la claridad y sencillez.

La natación, debe comenzar lo más cerca posible de la salida del área de transición y el final debe estar cerca de la entrada al área de transición.

Debido a lo corto de la competición (menos de media hora), no deberían hacerse series de más de 200 personas.

Hay que Separar totalmente los hombres de las mujeres y en el Campeonato de España programar semifinales y final.

ANEXO 3 – REGLAMENTO DE CONTRARRELOJ POR EQUIPOS PARA DUATLÓN Y TRIATLÓN

DEFINICIÓN.

Es una competición por equipos derivada de la contrarreloj por equipos del ciclismo.

FORMATO

Contrarreloj con salida individualizada para cada equipo.

El circuito ciclista debe ser exigente pero no demasiado técnico. Los recorridos deben estar totalmente cerrados al tráfico.

EQUIPOS

Los equipos estarán compuestos por un máximo de seis y un mínimo de cuatro personas del mismo sexo y del mismo club.

Se podrán combinar dentro del mismo equipo triatletas/duatletas de las categorías de edad que podrían tomar parte en una competición individual sobre la misma distancia.

Cada equipo podrá contar entre sus componentes con un extranjero como máximo.

Los equipos deben llevar durante toda la competición un uniforme que comprenda al menos la prenda que cubra el tronco. Dicha prenda deberá ser de los mismos colores para todos los miembros del equipo.

Los equipos se inscribirán en las pruebas aportando su licencia federativa, la de los componentes del equipo y la del técnico en caso de contar con él.

En este momento se podrán incluir hasta ocho nombres en cada equipo; una hora antes del inicio de la competición se confirmarán los nombres de los que competirán. De no hacerse así se considerarán los primeros de los indicados en la inscripción.

DISTANCIAS

Triatlón o duatlón sobre distancia sprint.

SALIDA

Los intervalos de salida podrán variar entre uno y cinco minutos, pueden ser mayores en los últimos equipos en tomar la salida y serán fijados por el delegado técnico.

El orden de salida será el inverso al obtenido en la anterior competición del mismo tipo. En el caso de primeras ediciones, serán los resultados de la última clasificación por equipos en una competición de categoría similar. Para los equipos no clasificados en esas competiciones precedentes su orden será anterior a los demás y decidido por sorteo.

Un mismo club puede presentar más de un equipo. Los equipos B tomarán la salida antes que todos los equipos A. Los C antes que todos los B y así sucesivamente. El orden de salida resultante podrá ser modificado por el delegado técnico, para evitar que dos equipos del mismo club tomen la salida en orden sucesivo.

Los equipos se presentarán en la zona de presalida cinco minutos antes de la hora de salida asignada. Cada equipo tomará la salida en conjunto y al completo, no permitiéndose la salida de triatletas/duatletas descolgados. Los equipos que tomen la salida con retraso, deberán esperar a que el juez u oficial de salida les permita iniciar la competición, nunca a menos de treinta segundos del equipo anterior y su tiempo de salida será el que tenían asignado, no el real.

SEGMENTO DE NATACIÓN

Los componentes de un equipo pueden ayudarse entre sí (por ejemplo, empujando, tirando o cargando con un compañero), siempre por sus propios medios y sin el uso de ayudas exteriores. (canoas, embarcaciones, etc.)

SEGMENTO CICLISTA

El equipamiento a utilizar será el mismo que el de las competiciones en las que no se pueda ir a rueda. Está permitido el ir a rueda entre los componentes del mismo equipo.

Si un equipo alcanza a otro, no puede situarse a la estela, ni delante del equipo alcanzado. Durante los adelantamientos, los equipos mantendrán una distancia lateral de dos metros. Un kilómetro después del adelantamiento, el equipo adelantado deberá retrasarse hasta una distancia de 25 metros detrás del equipo que le ha superado. El equipo que intentando adelantar, no lo consiga deberá retrasarse también 25 metros. Si es necesario un juez u oficial puede obligar a mantener esas distancias. Los triatletas/duatletas descolgados de su equipo no podrán ir a la estela ni preceder a ningún otro equipo o triatleta/duatleta descolgado.

Los componentes de un equipo pueden ayudarse entre sí, (por ejemplo, con las reparaciones, avituallamiento, empujando, etc.), pero sin la ayuda de elementos externos a la competición.

Los triatletas/duatletas descalificados o retirados abandonaran la competición inmediatamente.

CARRERA A PIE

Los componentes de equipo pueden ayudarse entre sí únicamente empujando a un compañero.

No están permitidas las ayudas exteriores al equipo (bicicletas, patines, etc.), los técnicos podrán dar indicaciones desde el margen del recorrido y sin moverse.

Si algún componente de un equipo se encuentra retrasado en más de 30 segundos de su equipo, podrá ser obligado por los jueces y oficiales a retirarse de la competición

ÁREAS DE TRANSICIÓN

Las áreas de transición, contarán con pasillos de cinco metros de anchura, y cada equipo tendrá un espacio reservado de 1,5 x 5 metros.

Los competidores que no completen el recorrido, no podrán acceder al área de transición en tanto su equipo no haya llegado a la meta.

El área de transición incluirá una zona de espera, diez metros antes de la puerta de salida, en la que los triatletas/duatletas podrán esperar a otros componentes de su equipo. Los equipos podrán salir del área de transición cuando estén presentes al menos cuatro de sus componentes en la zona de espera. El quinto y sexto componente tendrán un margen de 30 segundos para abandonar la zona de transición. Pasado este tiempo no podrán continuar en competición.

TOMA DE TIEMPOS

El tiempo del equipo será el del cuarto duatleta/triatleta que traspase la línea de meta. Los tiempos intermedios se tomarán también sobre el cuarto miembro del equipo en ese punto.

En la meta, los componentes de un mismo equipo no podrán estar distanciados en más de 30 segundos.

ANEXO 4 – COMPETICION POR EQUIPOS

FORMATO

En la competición por equipos, cada componente del equipo completará un Triatlón, Duatlón o Triatlón de Invierno, haciendo en primer lugar el primer segmento cada uno de los componentes del equipo, luego el segundo segmento, y por último el tercero. Un equipo se compondrá de tres atletas

EQUIPOS

Los equipos deben llevar durante la toda la competición el uniforme de club que será el mismo para todos los integrantes del equipo

Cada participante deberá llevar los dorsales aportados por la organización y aquellos números o identificaciones para el cuerpo

Cada equipo designará un capitán, y no está permitida la presencia de entrenadores en los recorridos, excepto en las zonas habilitadas para ellos

DISTANCIAS

Triatlón	Natación 3x300 m.	Ciclismo 3x8 km.	Carrera 3x2 km.
Duatlón	Carrera 3x2 km.	Ciclismo 3x7 km.	Carrera 3x1 km.
Triatlón de Invierno	Carrera 3x1,5 km.	Ciclismo BTT 3x2 km.	Esquí de fondo 3x2 km.

RELEVOS

El relevo se dará en las zonas habilitadas al efecto, que ocupará al menos un espacio de 20 m. de largo por 5 m. de ancho

El relevo se efectúa en la zona asignada, cuando el atleta que va a dar el relevo toca con su mano alguna parte del cuerpo del atleta que va a iniciar la competición. En el caso de que la forma de efectuar el relevo no se ajuste al reglamento, los dos atletas serán llamados a la zona de cambio para que efectúen el relevo de la forma correcta

El segundo y tercer relevo, se hará en la zona habilitada, y los atletas se colocarán en el mismo orden en el cual el relevo precedente se encuentre a 200 metros de la zona de cambio, y bajo las órdenes del oficial designado

Los atletas que dejen el relevo deben abandonar la zona de cambio inmediatamente, para no impedir la progresión de los atletas que están llegando a efectuar el relevo

TOMA DE TIEMPOS

La toma de tiempos se efectuará para cada uno de los relevos, que lo darán los dos primeros integrantes del equipo, y el tiempo de meta que lo dará el tercero

El tiempo total, es el tiempo del equipo, que va desde el inicio con el primer atleta, hasta que el tercero cruza la línea de meta. El orden en el que los atletas finalizan el último relevo, es el que da la clasificación final de la competición

ANEXO 5 - PIRAGÜISMO

Este anexo es de aplicación para el segmento de piragüismo en las competiciones de cuatriatlón

EQUIPAMIENTO

- a. El equipamiento obligatorio para el segmento de piragüismo consiste en:
 - i. Prenda que cubra el cuerpo adecuadamente.
 - ii. Una piragua conforme a las especificaciones de este reglamento.
 - iii. Una pala de piragüismo.
 - iv. Un dorsal adhesivo para la piragua, proporcionado por la organización.
- b. La piragua utilizada deberá cumplir las siguientes especificaciones:
 - i. Deberá estar dotada de un par de flotadores en su interior uno a proa y otro a popa, para garantizar su flotabilidad en caso de vuelco.
 - ii. El casco de la piragua deberá ser totalmente estanco.
- c. El chaleco salvavidas es incompatible con el cubrebañera.

DESARROLLO

- a. El tipo de piragua y el estilo a utilizar serán libres, mientras se ajusten al presente reglamento.
- b. La totalidad del recorrido debe ser cubierta en la piragua.

PRECAUCIONES DE SEGURIDAD

- a. Los jueces y oficiales de la prueba, el delegado médico y sus asistentes de seguridad tienen capacidad para ordenar la retirada de un participante durante el segmento de piragüismo, por razones de seguridad o cuando el tiempo límite haya sido superado. No obstante, los participantes son responsables de su actuación y de las consecuencias de ésta durante este segmento.

ANEXO 6 - REGLAMENTO DE CATEGORÍAS EN EDAD ESCOLAR

CATEGORÍAS

Las categorías quedan establecidas de la siguiente manera, según los años cumplidos a fecha 31 de Diciembre:

PRE-BENJAMIN	7 a 8 años
BENJAMIN	9 a 10 años
ALEVIN	11 a 12 años
INFANTIL	13 a 14 años
CADETE	15 a 16 años

Las categorías de benjamín y pre-benjamín no las contemplará la Federación Española como tal, se escribe a modo orientativo para que aquellas Federaciones que estén trabajando con estas categorías, unifiquen sus criterios.

COMPETICIONES Y DISTANCIAS

Distancias para estas categorías según la especialidad:

DUATLÓN

	1º Segmento	2º Segmento	3º Segmento
Pre-benjamín	250	1.000	125
Benjamín	500	2.000	250
Alevín	1.000	4.000	500
Infantil	2.000	8.000	1.000

ACUATLÓN

	1º Segmento	2º Segmento	3º Segmento
Pre-benjamín	125	50	125
Benjamín	250	100	250
Alevín	500	200	500
Infantil	1.000	400	1.000

TRIATLÓN

	1º Segmento	2º Segmento	3º Segmento
Pre-benjamín	50	1.000	250
Benjamín	100	2.000	500
Alevín	200	4.000	1.000
Infantil	400	8.000	2.000

Se propondrán unas distancias adaptadas para los Juegos Deportivos Escolares o similar, más pequeñas (sustituir por 'cortas') para promocionar el Triatlón y enganchar a los niños/as.

Las Federaciones Territoriales podrán organizar pruebas y encuentros para las categorías benjamín y pre-benjamín, pero siguiendo los criterios de edad y distancia que la Federación Española dispone en el reglamento.

TRIATLÓN Y DUATLÓN - Categorías Alevín e Infantil

No existirá Campeonato de España de la categoría.

Las Competiciones de carácter estatal que se celebren, recibirán el nombre de Encuentros y deberán regirse por los siguientes criterios:

- En los Encuentros deberán primar las actividades de natación y habilidades en bicicleta sobre todas las demás posibilidades.
- Las pruebas que se realicen en estos encuentros serán combinadas primando los acuatlones y multitransiciones.

- c. Las distancias se establecerán sobre la base de que la prueba de natación dure al menos el 150% del tiempo que dure la carrera.
- d. No existirá clasificación individual de las pruebas combinadas en ninguna categoría.
- e. Sólo habrá clasificación por equipos, en la que sumarán los tres mejores chicos y las tres mejores chicas de cada equipo.
- f. Sí podrá existir clasificación individual de todas aquellas pruebas que no impliquen rendimiento físico exclusivamente (pruebas de habilidad, gymkhanas, etc.)
- g. El resto de organización de pruebas dependerá de la capacidad y posibilidad del organizador del Encuentro.
- h. Queda prohibido el uso de cualquier tipo de acople.
- i. En las pruebas que se lleve a cabo la prueba de ciclismo, es condición indispensable que el circuito esté completamente cerrado al tráfico.
- j. El drafting estará permitido.
- k. Recomendación del uso de guantes en el segmento de ciclismo, para la seguridad de los participantes.
- l. Los desarrollos máximos permitidos en estas categorías serán los siguientes:
 - Infantil: 48 x 16
 - Alevín: 46 x 16
- m. Se autorizarán desarrollos mayores debidamente bloqueados
- n. No estará permitido el traje de neopreno en estas categorías. Quedará estipulado que una vez que la temperatura exija traje de neopreno obligatorio (a partir de los 19 grados) no podrá celebrarse el triatlón, pudiéndose cambiar por otra prueba (Duatlón)
- o. El gorro de natación estará permitido en el segmento de carrera a pie en los acuatlones.

TRIATLÓN - Categoría Cadete

Existirá Campeonato de España de la categoría.

El Campeonato de España se desarrollará con drafting y en circuito cerrado obligatoriamente.

Las bicicletas con las que se podrá participar en esta prueba no llevarán un piñón de menos de 14 dientes ni un plato con más de 52 dientes. Los participantes llevarán el plato y el piñón de su bicicleta limpios para que sea visible la marca troquelada del número de dientes. No se permiten desarrollos bloqueados

Queda prohibido el uso de cualquier tipo de acople.

DUATLÓN – Categoría Cadete

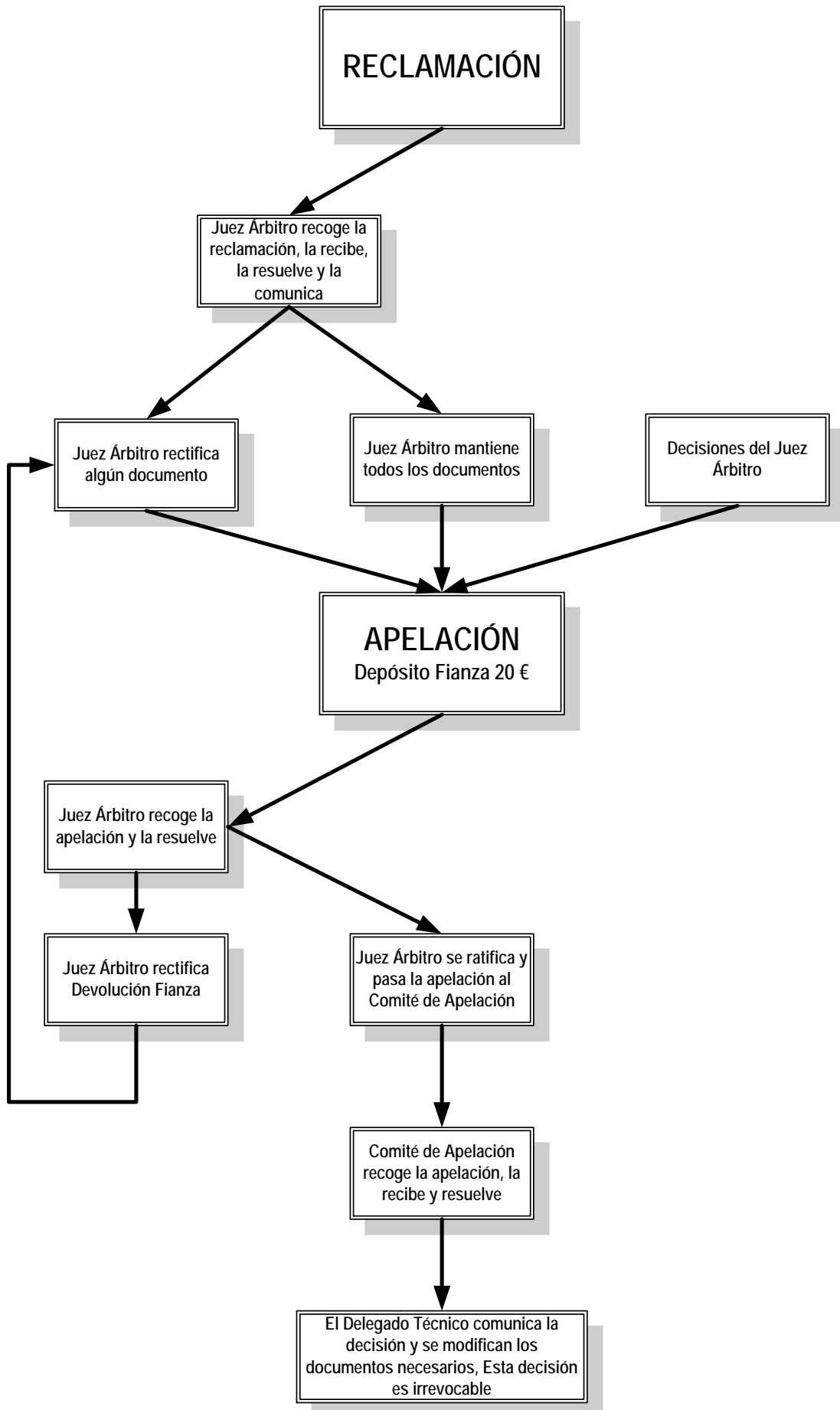
Existirá Campeonato de España de la Categoría.

Se permitirá el "drafting" en todas las carreras de la categoría si es voluntad del organizador.

El Campeonato de España se desarrollará con "drafting" y en circuito cerrado obligatoriamente.

Las bicicletas con las que se podrá participar en esta prueba no llevarán un piñón de menos de 14 dientes ni un plato con más de 52 dientes. Los participantes llevarán el plato y el piñón de su bicicleta limpios para que sea visible la marca troquelada del número de dientes. No se permiten desarrollos bloqueados

Queda prohibido el uso de cualquier tipo de acople.



Escrito de Reclamación (Parte 1)

Para ser cumplimentado por la persona que presenta la reclamación y entregada al Juez Arbitro

Competición		Fecha	
Lugar		Hora	
Nombre		Club	
		Dorsal	

Una reclamación es una protesta formal contra la conducta de un participante u oficial de carrera, contra las condiciones de la competición, o los resultados y listas de salida.

Selecciona el motivo de la reclamación

- | | |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> Irregularidades en la organización | <input type="checkbox"/> Conducta de un participante u oficial de carrera |
| <input type="checkbox"/> Listas de salida | <input type="checkbox"/> Resultados |

Testigos (si son necesarios)

Infracción		Hora	
------------	--	------	--

Descripción de la reclamación (se puede dibujar un esquema)

--

¿Hay alguien más involucrado?

--

Descripción de los hechos (si es necesario)

--

Firma de la persona que presenta la reclamación

--

Escrito de Reclamación (Parte 2)

Para ser cumplimentado por el Juez Arbitro

Hora de entrega al Juez Arbitro	
---------------------------------	--

Versión de la persona que presenta la reclamación

--

Versión de la persona contra la que se presenta la reclamación, si existe.

--

Versión de los Jueces y Oficiales de carrera

--

Decisión del Juez Árbitro

	Firma Juez Árbitro
--	--------------------

Escrito de Apelación (Parte 1)

Para ser cumplimentado por la persona que presenta la apelación

Competición		Fecha	
Lugar		Hora	
Nombre		Club	
		Dorsal	

Las apelaciones deben ser firmadas por la persona que la presenta, y entregada al Juez Arbitro. Una apelación es la petición de revisión de una decisión tomada por el Juez Arbitro. La apelación será estudiada por el Comité de Apelación en el caso de que el Juez Arbitro se ratifique en su decisión, bajo la aportación de una fianza de la mitad del importe de la inscripción, con un mínimo de 20 €.

Testigos

Infracción		Hora	
------------	--	------	--

Decisión que se apela

--

Argumentación

--

Solicitud de rectificación

--

Firma de la persona que presenta la reclamación

--

Escrito de Apelación (Parte 2)

Para ser cumplimentado por el Delegado Técnico

Hora de entrega al Juez Árbitro	
---------------------------------	--

Fianza depositada: Si No

Decisión del Juez Árbitro

	Firma Juez Árbitro
--	--------------------

Si el Juez Árbitro se ratifica en sus decisiones anteriores, se traslada esta Apelación al comité de Apelación, a través del Delegado Técnico.

Composición del Comité de Apelación

Resolución del Comité de Apelación

--

Fecha y hora de recepción de la apelación	Firma del Presidente Comité de Apelación
Fecha y hora de resolución de la apelación	