

# COMUNICADO 1

## TRIATLÓN-CROS / SPRINT-CROS LA PINEDA PLATJA

La Pineda, 15 septiembre 2019

### ESP

Hola a todos.

Una edición más, os traemos la Triatlón-Cros La Pineda Playa

Os enviamos este comunicado para daros una información que creemos es útil.

### PROGRAMA

DOMINGO, 15 de septiembre de 2018

Lugar: Zona Deportiva de Playa; final norte Paseo Pau Casals, s / n .; c / Amadeu Vives

La Pineda Playa 43481

#### **DISTANCIA TRIATLÓN-CROS (1.000m + 18K + 8K)**

- Entrega dorsales: 7:00 a 8.00h
- Nuevas inscripciones: 7.00 a 7: 15h (si quedan dorsales)
- Apertura de boxes: 7:10h
- Cierre boxes Triatlón-Cros: 8: 10h
- Briefing: 15m antes de cada salida en la zona de meta
- Salida TRIATLÓN-CROS HOMBRES: 8:30
- Salida TRIATLÓN-CROS MUJERES Y RELEVOS: 8:32
- Cierre de meta 11.15h
- Apertura de boxes para recoger el material: con la meta del último corredor (11.00h aprox)
- Entrega premios y sorteo material: 12h \*

#### **DISTANCIA TRIATLÓN-CROS SPRINT (500M + 12K + 4K)**

- Entrega dorsales: 8:00 a 9:30
- Nuevas inscripciones: 8.00 a 8: 15h (si quedan dorsales)
- Apertura de boxes: 9:15h
- Cierre boxes Triatlón-Cros Sprint: 10:15h
- Briefing: 15m antes de cada salida en la zona de meta
- Salida TRIATLÓN-CROS SPRINT HOMBRES: 10:30
- Salida TRIATLÓN-CROS SPRINT MUJERES + RELEVOS: 10:32
- Cierre de meta 12.15h
- Apertura de boxes para recoger el material: con la meta del último corredor (12.15h aprox)
- Entrega de premios y sorteo de material: 12h \*
- Apertura AQUOPOLIS para duchas y acceso libre con pulsera (entrega en meta): 11h.

# COMUNICADO 1

## TRIATLÓ-CROS / SPRINT-CROS LA PINEDA PLATJA

La Pineda, 15 septiembre 2019

### VERIFICACIONES ADMINISTRATIVAS – RECOGIDA DE DORSALES

**-Sábado 14 de septiembre:** Los dorsales se podrán recoger en la tienda DECATHLON VILA-SECA en el siguiente horario:

- Mañana: 9.30 a 11.30h

**-Domingo 15 de septiembre:** en la zona de meta según programa (punto anterior).

Para recoger el dorsal necesita la siguiente documentación. En caso de recoger el dorsal de otra persona a presentar la misma documentación (original, copia o fotografía telf). Por favor, tenga en cuenta y respetar los horarios establecidos y acercaos a las verificaciones administrativas con la siguiente documentación:

- DNI
- LICENCIA FEDERATIVA (quien tenga licencia): Triatlón o FEED D o E

Os entregaremos:

- DORSAL PIT (DEBEN TRAER 4 imperdibles O SISTEMA DE SUJECIÓN)
- DORSAL BTT (A DEVOLVER AL QUITAR LA BICICLETA DE BOXES)
- CHIP PARA PONER EN EL TOBILLO MARCA NOVOTIMING (NO SIRVE OTRO SISTEMA DE CHIP). NO HAY DEVOLVER. QUIEN NO EN TENGA CINTA NEOPRENO CHIP PROPIA, PODRÁ ADQUIRIR UNA A PRECIO DE 3,50 €
- BOLSA DEL CORREDOR: Visera y camiseta Técnica.

### ASPECTOS TÉCNICOS (revisad los mapas de la web así como los que estén en secretaría)

#### NATACIÓN

- Circuito de 1.000m
- Circuito de 1.000m. En un circuito donde se han de dejar la boya verde a la izquierda, nadar por debajo de las boyas (zona bañistas) amarillas y dejar a la izquierda también la boya roja para salir por el canal en la playa. El circuito de la SPRINT CROS tiene un recorte de 500m sobre el circuito de 1.000.
- Al salir del agua tendrá 2 duchas y un WC.
- La temperatura del agua será de 24°C y la del exterior en el momento de la salida del agua sobre los 24°C y subiendo rápidamente hasta los 27°C. El mar tendrá algo de oleaje de levante con olas de 0.5m mínimo.
- Por razones de temperatura queda descartado el uso de neopreno para menores de 50años. En caso de advertencia de medusas (o por cualquier otro motivo que la organización estime) sí sería opcional, y os lo notificaríamos a partir de las 7.30h del domingo 15 vía megafonía y en la zona de secretaría de carrera.

# COMUNICADO 1

## TRIATLÓ-CROS / SPRINT-CROS LA PINEDA PLATJA

La Pineda, 15 septiembre 2019



### BTT

- CIRCUITO PARC TORRE EN DOLÇA
- Desde la salida de Boxes y durante el primer 1,5km se va por asfalto y carril bici. La primera parte hasta el carril bici no esta conificada, en caso de coincidir corredores en direcciones opuestas, ir siempre por la derecha. Una vez llegados a al carril bici, hay que ir obligatoriamente por él. En principio no debe coincidir ciclistas de subida y de bajada. En caso de que así sea, utilizar siempre el carril derecho del carril bici. NO ocupar la acera RESERVADA PARA peatones. Tendrá una separación con vallas o cono entre peatones y CICLISTAS.
- A partir de la rotonda a 1,5km, se va por pista de tierra durante 1,5km hasta el Parque Torre en Dolça. Doble dirección, ir siempre por la derecha. En esta parte si podéis coincidir. Ir con precaución.
- Torre en Dolça: circuito divertido de 6 kms. Según la modalidad se hace una o dos vueltas a esta parte. Circuito de tierra que combina, pista, sendero, subidas y bajadas suaves. Hay que seguir el encintado y las flechas de dirección. 3 zonas de control de dorsal. Seguir siempre el recorrido por el camino marcado!!
- Una vez terminadas las vueltas en el Parque de la Torre en Dolça, deshacer el camino hasta la zona de boxes por la pista de tierra y el carril bici.
- Circuito ciclable en todo momento.
- Seguridad: el circuito estará cerrado al tráfico, pero no deja de ser un circuito urbano, por lo que será obligatorio llevar en todo momento una velocidad adecuada al nivel técnico de cada corredor, con el fin de evitar los posibles obstáculos previstos o imprevistos. También hay que tener precaución a los peatones por si cruzan el recorrido, a pesar de estar cerrado el circuito de mountain bike.
- Distancias:

# COMUNICADO 1

## TRIATLÓ-CROS / SPRINT-CROS LA PINEDA PLATJA

La Pineda, 15 septiembre 2019

- Triatlón-Cros: 18km (3kms + 2x6kms + 3kms)
- Triatlón Cros Sprint: 12km (3kms + 1x6kms + 3kms)



### RUNNING

- Recorrido 2.000 metros (1km ida + 1km vuelta)
- TRIATLÓN CROS: 4 VUELTAS (8.000Mm)
- TRIATLÓN CROS SPRINT: 2 VUELTAS (4.000m)



# COMUNICADO 1

## TRIATLÓ-CROS / SPRINT-CROS LA PINEDA PLATJA

La Pineda, 15 septiembre 2019

- En el sector de BTT tenéis que ir con los dos chips, por lo que EL DORSAL DE PECHO lo tenéis que llevar puesto en éste sector.
- RELEVOS: El TESTIGO para hacer el relevo será el dorsal/chip.
  - De Natación a BTT os tenéis que pasar LA CINTA DE NEOPRENO CON EL CHIP DE PIÉ y el corredor que esta esperando ya puede llevar puesto el dorsal de pecho.
  - De BTT a RUN os tenéis que pasar el DORSAL DE PECHO (se recomienda porta dorsales de cintura!)



### COLABORADORES

Os pasamos la información meteorológica:

- Las duchas las tendrá dentro el complejo **AQUOPOLIS**. En meta os ponemos una pulsera con la que puedas entrar (Entrada libre el resto del día). A partir de las 11h.
- En la web de la carrera, de forma digital pulsando el banner **AQUUM**, puedes encontrar entradas 2x1 SPA **AQUUM**, situado a 200m de la zona de meta. Ideal para relajarse después de la carrera. También tendrá vale 2x1 en la bolsa del corredor.
- OFERTA **VISPORT**: En la web tienes un banner con la oferta de gafes técnicas de calidad con la confianza de La Creu Blanca (Reus).
- RETURN TO PLAY: NUESTROS fisios os hacen una oferta para recuperar las piernas los días posteriores a la carrera en su centro de Reus. Sesión por 25€. Reserva plaza en 661 647 544

**Buena carrera a todos !!**