

## COMUNICADO 1 - La Pineda, 25 SET 2022

### TRIATLÓ SPRINT-CROS LA PINEDA PLATJA

#### ESP

Hola a todos.

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

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

#### ATENCIÓN: LLUVIAS DURANTE EL FIN DE SEMANA

- Parece ser que tendremos una meteorología complicada este fin de semana. Estamos pendientes de su evolución y cualquier información importante al respecto os la haremos llegar en un segundo comunicado y colgaremos en la web. Revisar la carpeta SPAM y refrescar la web el domingo antes de venir al evento.
- Ahora mismo hay posibilidad de que no tengamos lluvia durante la carrera, pero sí habrá llovido tanto el viernes como el sábado, por lo que tened presente que habrá charcos y en el Parc de la Torre d'en Dolça puede haber zonas con barro!! Y una parte de la zona de hierba del Running puede tener charcos de agua también.

#### PROGRAMA

DOMINGO, 25 de Septiembre de 2022

Lugar: Zona Deportiva de Playa; final norte Paseo Pau Casals, s/n; c/ Amadeu Vives (Parc dels Prats)

La Pineda Playa 43481

#### DISTANCIA TRIATLÓN-CROS SPRINT (500M + 14K + 4K)

- Entrega dorsales: 7:15h a 8:30h
- Nuevas inscripciones: DE 7:05h a 7:15h
- Apertura de boxes: 7:30h
- Cierre boxes Triatló-Cros Sprint: 8:45h
- Briefing: 15 minutos antes de la salida
- 1ª Salida TRIATLÓN-CROS SPRINT: **9:00h**
  - Hombres: federados/No federados
- 2ª salida TRIATLÓN-CROS SPRINT: **9:03h**
  - Mujeres: federadas/no federadas
  - Equipos Relevos
- Cierre de meta 10:45h
- Apertura de boxes para recoger el material: con el fin del sector BTT del último corredor/a (10:15h aprox)
- Entrega de premios y sorteo de material: A partir 11h

#### VERIFICACIONES ADMINISTRATIVAS – RECOGIDA DE DORSALES - DOCUMENTACIÓN

-**Sábado 24 de Septiembre**: Los dorsales se podrán recoger en la tienda **DECATHLON VILA-SECA** en el siguiente horario:

- Tarde: 16h a 18h

## COMUNICADO 1 - La Pineda, 25 SET 2022

### TRIATLÓ SPRINT-CROS LA PINEDA PLATJA

**-Domingo 25 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). Les pedimos que acudan a recoger su dorsal el día de la carrera con un mínimo de 1h de antelación respecto su hora de salida.

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

Os entregaremos:

- DORSAL PECHO (DEBEN TRAER 4 imperdibles O SISTEMA DE SUJECIÓN): VERDES INDIVIDUAL / NEGROS RELEVOS. (No hay que devolver).
- DORSAL BTT (no hay que devolver)
- CHIP PARA PONER EN EL TOBILLO MARCA RUNÁTICA (NO SIRVE OTRO SISTEMA DE CHIP). **HAY QUE DEVOLVER AL LLEGAR A META.** / EL CHIP YA TRAE VELCRO INTEGRADO DESINFECTADO PREVIAMENTE. CADA CHIP NO DEVUELTO SE COBRARÁ A 10€ POR SU PÉRDIDA. Los corredores que no vayan a correr, que no recojan el chip. El chip se entrega al entrar en la zona de Boxes el mismo domingo por la mañana.
- LA BOLSA DEL CORREDOR SE ENTREGA AL RECOGER EL DORSAL. QUIEN TENGA QUE RECOGER LA BOLSA DE ALGUN PARTICIPANTE QUE NO HA ASISTIDO AL EVENTO, TENDRÁ QUE PRESENTAR SU DNI (ORIGINAL, COPIA O FOTO).
- EQUIPOS RELEVOS: El capitán/ana podrá recoger todo el material del equipo.

#### MATERIAL OBLIGATORIO

- Como **material obligatorio** para el evento, a parte del propio de la disciplina y lo que marque el reglamento, tenéis que añadir:
  - **Gafas de natación** para proteger los ojos en sector natación.
  - **Gorro de natación (sólo si la organización os lo entrega previamente)**
  - **Bicicleta BTT. Las bicicletas de ciclocrós están permitidas, aunque se requiere mayor nivel técnico para la zona del Parc Torre en Dolça.**

#### GESTIÓN DE SALIDAS

- Hay dos cajones. Cada cajón tiene sus gorros de natación de acceso proporcionados por la organización:
  - El Primer cajón es para los hombres individuales inscritos como no federados. **Salida a las 9h.**
    - Hombres federados.
    - Hombre no federados
  - El segundo cajón es para las mujeres individuales (federadas y no federadas) y equipos de relevos. **Salida a las 9:03h.**
    - Mujeres
    - Equipos relevos

## COMUNICADO 1 - La Pineda, 25 SET 2022

### TRIATLÓ SPRINT-CROS LA PINEDA PLATJA

- En caso que la salida se vea retrasada por motivos de seguridad, todos los cajones acumularán el mismo retraso.

#### ASPECTOS TÉCNICOS (revisad los mapas de la web)

##### NATACIÓN

- Circuito de 560m nadando más transición de 250m corriendo.
- Es un circuito donde se ha de salir por el carril de navegación, dejar la boya ROJA a la derecha (pasando por la izquierda), y una vez en la boya AMARILLA, dejar esta también a la derecha (pasar por su izquierda) y seguir la playa, dejando el carril de navegación a vuestra derecha.
- La temperatura del agua será de 26°C y la del exterior en el momento de la salida del agua sobre los 15°C y subiendo rápidamente hasta los 23°C. El mar tendrá algo de oleaje débil.
- Por razones de temperatura queda descartado el uso de neopreno para menores de 50 años. 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 25 vía megafonía.



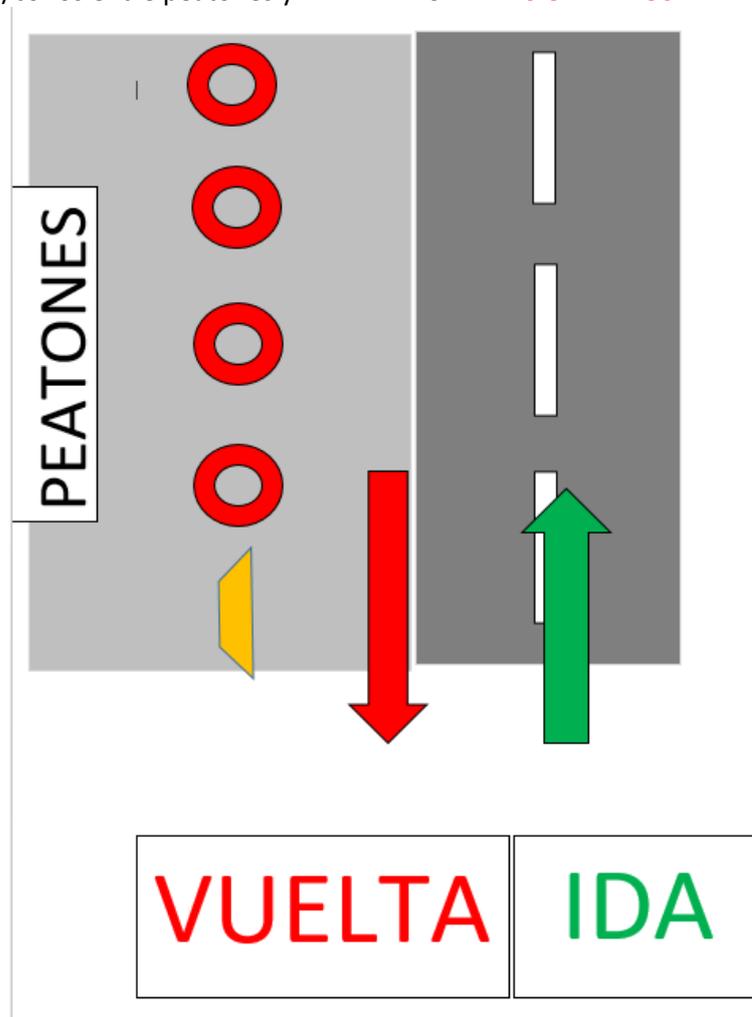
## COMUNICADO 1 - La Pineda, 25 SET 2022

### TRIATLÓ SPRINT-CROS LA PINEDA PLATJA

#### BTT

##### • CIRCUITO PARC TORRE D'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 está conificada, en caso de coincidir corredores en direcciones opuestas, id siempre por la derecha.
- Una vez llegados a al carril bici, éste esta conificado: la separación entre **zona de carrera y peatones**.
- Ir siempre por la zona de competición que es la zona del carril bici. Es un carril de 4 metros de ancho. En principio no debe coincidir triatletas de subida y de bajada. En caso de que así sea, id con precaución y tened aún más precaución en los adelantamientos. **NO ocupar la acera RESERVADA PARA peatones**. Tendrá una separación con vallas/conos entre peatones y TRIATLETAS. **ATENCIÓN EN LOS ADELANTAMIENTOS!!**



- 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, id siempre por la derecha. En esta parte si podéis coincidir. Id con precaución.
- Torre d'en Dolça: circuito divertido de 4 km en el que dais 2 vueltas. 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. Seguid siempre el recorrido por el camino marcado!! En caso que os despistéis, volved atrás y entrad en el circuito en el lugar de despiste.

## COMUNICADO 1 - La Pineda, 25 SET 2022

### TRIATLÓ SPRINT-CROS LA PINEDA PLATJA

**ATENCIÓN:** Según la previsión meteorológica del viernes y sábado (48h antes), puede haber grandes cantidades de agua en el circuito en **forma de charco de agua o barro**. Llevad siempre un ritmo acorde a vuestro nivel para superar obstáculos en el terreno.

- Una vez terminadas las 2 vueltas en el Parque de la Torre d'en Dolça, deshaced 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:
  - Triatlón Cros Sprint: 14km (3km + 2x4km + 3km)



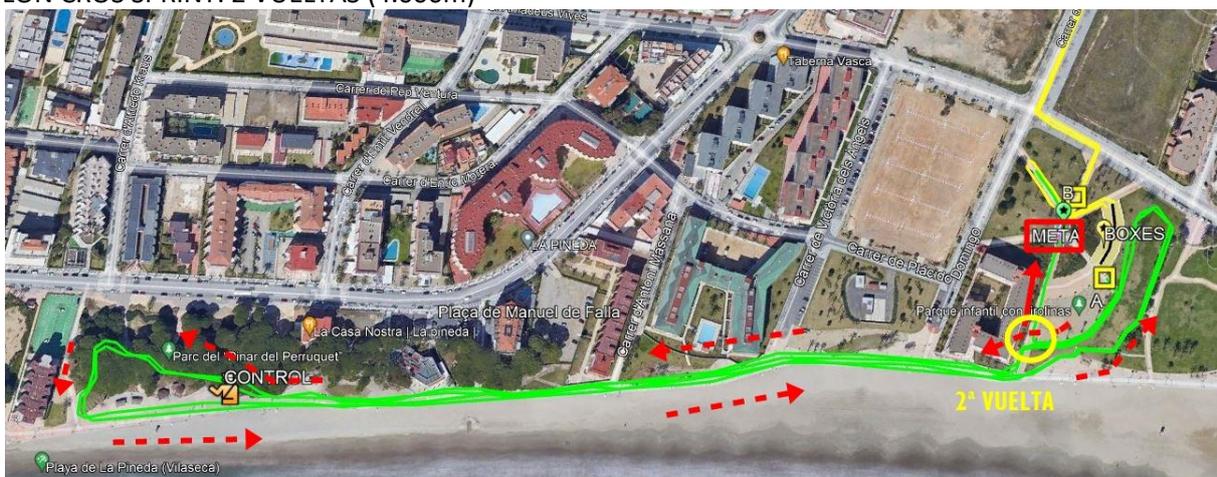
## COMUNICADO 1 - La Pineda, 25 SET 2022

### TRIATLÓ SPRINT-CROS LA PINEDA PLATJA



#### RUNNING

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



#### AVITUALLAMIENTOS

- En carrera hay un avituallamiento líquido situado a la salida de la prueba de RUNNING: agua embotellada puesta encima de la mesa. Si cogéis una botella, la podéis llevar durante el circuito. Os pedimos que la lancéis en alguna de las muchas papeleras que hay en el paseo.



## COMUNICADO 1 - La Pineda, 25 SET 2022

### TRIATLÓ SPRINT-CROS LA PINEDA PLATJA

< 25 DE SEPTIEMBRE >

MAÑANA  17°

RealFeel® 19° 25/9  
Agradable

RealFeel Shade™ 16°  
Fresco

Nubosidad variable, posibilidad de tormenta

Viento	SO 7 km/h	Precipitaciones	1.3 mm
Ráfagas de viento	24 km/h	Lluvia	1.3 mm
Humedad	83 %	Nubosidad	81 %
Punto de rocío	12°	Visibilidad	9 km
Probabilidad de precipitación	41 %		

#### CONTROL DE CHIP

- Todos los corredores tendréis 1 sólo chip de tobillo con velcro porta chip incluido.
- Se entrega al entrar en boxes y **hay que devolver en la zona del avituallamiento pasada la línea de meta**. Si un corredor no ha de salir, que no recoja el chip. No devolver el chip o hacerlo en mal estado implica un coste de 10€
- RELEVOS:
  - Se entrega:
    - Natación: Gorro color Relevos
    - BTT: una pulsera identificativa para el ciclista + un dorsal de BTT para colocar en la parte delantera.
    - Running: Un dorsal de pecho.
    - TESTIGO: un chip para colocar en el tobillo con velcro incluido. (si se coloca en otro lugar puede dar error en las lecturas)
  - El TESTIGO para hacer el relevo será el chip con velcro.
  - De Natación a BTT os tenéis que pasar LA CINTA DE NEOPRENO CON EL CHIP DE PIÉ. El triatleta de ciclismo puede estar ya preparado con el casco y zapatillas puestas en la zona de relevos (carpa habilitada).

## COMUNICADO 1 - La Pineda, 25 SET 2022

### TRIATLÓ SPRINT-CROS LA PINEDA PLATJA

- De BTT a RUN os tenéis que pasar LA CINTA DE NEOPRENO CON EL CHIP DE PIE. El triatleta de run, puede ya estar preparado con el dorsal de pecho y las zapatillas de running en la zona de relevos.
- **Sólo el corredor de ciclismo** puede entrar en la zona de boxes para coger-dejar la bici.

#### COLABORADORES Y SERVICIOS RESTAURACIÓN

- En la web de la carrera, de forma digital pulsando el banner AQUUM, puedes encontrar descuentos de 3€ en las entradas SPA **AQUUM**, situado a 500m de la zona de meta. Ideal para relajarse después de la carrera.
- **JUMPLAND CAMBRILS**: si deseas completar la jornada con un parque de cuerdas Reserva tu cita en Jumpland, a 15 minutos en coche.
- **ENTRADA DE DÍA A AQUOPOLIS LA PINEDA**. Sólo para el domingo 25 septiembre. Podréis acceder al parque a ducharos o bien acabar de pasar allí el día. La pulsera se entrega al devolver el chip en la zona de meta.
- En la zona de la Triatlón encontraréis varios bar-restaurantes abiertos des de primera hora.

**Buena carrera a tod@s !!**



**Ajuntament  
de Vila-seca**

