

III Triatlón por Relevos Mixtos
Ciudad del amor. Cto. Aragón de
Triatlón por Relevos

ÍNDICE

1. Diseño de los recorridos.....	Pag3
2. 2º Triatlón por relevos mixtos Ciudad de Teruel. CTO. de Aragón de Triatlón por Relevos.....	Pag4
2.1.- Plano general.....	Pag4
2.2.- Primer segmento. Natación.....	Pag 5
2.3.- Segundo segmento. Ciclismo.....	Pag 7
2.4.- Tercer segmento. Carrera a pie.....	Pag15
3. Meta.....	Pag20

1. Diseño de los recorridos

El Triatlón es un deporte combinado y de resistencia en el cual el atleta realiza tres disciplinas en tres segmentos: natación, ciclismo y carrera a pie. El orden es el señalado y el cronómetro no se para durante el tiempo que dure la competición.

Descripción de segmentos:

- El primer segmento natación. Distancia: 300 m. Se realizará siguiendo un recorrido en forma triangular. Los accesos de entrada y salida están pavimentados y son óptimos para el desarrollo de este tipo de prueba llegando a la transición sin pérdida de tiempo y con seguridad en todo momento para el deportista.
- El segundo segmento es el de ciclismo. Distancia: 7km. Se realizará por carretera asfaltada. Empieza con una pequeña subida de 500m para incorporarse a un circuito circular de 6km en el cual se dará una vuelta. Posteriormente se descenderá por el mismo tramo de 500m por el cual se accedió hasta llegar de nuevo a la transición.
- El tercer segmento es el correspondiente a la carrera a pie. Distancia: 1,5km. El trazado es circular y se disputará por un tramo asfaltado y parte por camino de tierra. La llegada será en el lugar de la transición, donde se dará lugar el relevo al siguiente miembro del equipo y donde se encuentra la meta.

2. III Triatlón por relevos mixtos Teruel Ciudad del Amor. CTO. de Aragón de Triatlón por Relevos

2.1 Plano general



-  **Transición**
-  **Segmento natación**
-  **Segmento ciclismo**
-  **Segmento carrera pie**

2.2. Primer segmento. Natación

Distancia: 300 m.

Se colocarán boyas para señalar los giros formando un recorrido triangular en el agua. Los deportistas deberán salvarlas por su parte externa. El recorrido se realizará en 1 sola vuelta.

Vista general



El acceso al agua está precedido por una rampa hormigonada que llega a una pequeña playa de canto rodado. Desde aquí, hasta la salida, los triatletas deberán desplazarse a nado.



Se disponen de accesos de entrada y salida adecuados



1. Acceso a la transición



2. Salida hacia la zona de transición

2.3. Segundo segmento. Ciclismo

Distancia: 7 km. En una sola vuelta.

Se saldrá desde la transición por una pendiente de aproximadamente 500 metros hasta un carril de aceleración por el cual accederemos a un circuito circular de 6km al que habrá que dar una vuelta. Una vez concluida esa vuelta se volverá a la transición por la misma carretera por la que se ha accedido. Se dividirá la calzada con conos de separación entre el carril de ida y de vuelta durante todo el tramo de ciclismo, y existirá personal auxiliar en la zona de giro. Queda terminantemente prohibido invadir el carril contrario en los adelantamientos. Se sancionará con la descalificación. Los participantes deberán ir siempre por la derecha de la calzada.

Vista general



3. Vista general

Vista por tramos



4. Tramo de subida



5. Tramo central



6. Tramo final y giro



Al salir de la transición tomaremos la carretera asfaltada en dirección al municipio de San Blas. La Flecha roja indica la dirección a seguir, mientras que la cruz indica un cruce.



Se continuara por la carretera durante aproximadamente 0'5 km con tendencia ascendente.



Seguiremos siempre por la carretera asfaltada.



Todos los cruces de caminos estarán señalizados y permanecerán cortados durante el transcurso de la prueba.





Desde este punto ya visualizaremos el lugar donde se produce el cambio de sentido. Es un tramo en descenso, por lo que se aconseja a los competidores que vayan con precaución.



Este es el punto nombrado anteriormente. También habrá un controlador auxiliar para cortar el tráfico.

2.4. Tercer segmento. Carrera a pie

Distancia: 1.500 m

En una vuelta por terreno técnico de tierra. Existirá un punto de avituallamiento líquido a unos 250m del inicio. Estará señalizado. Existirá personal auxiliar habilitado en la zona de giro.

Vista general





Una vez dejada la bicicleta, nos dirigiremos hacia la presa del pantano.



Giramos a la derecha y atravesamos la presa.



Se cruzara la presa con precaución y por la parte derecha de la misma, ya que es posible que haya corredores en sentido contrario.



Al llegar al final de la presa se tomara el giro hacia la derecha para continuar la carrera.



A continuación subiremos por un camino de tierra hasta llegar a un tramo con hormigón rallado.



Tomaremos una curva de 180 grados para seguir subiendo.



Continuaremos por un camino de tierra hasta llegar a una curva a la derecha desde donde se puede ver ya el avituallamiento líquido.



En este punto veremos un depósito de agua, que dejaremos a nuestra derecha.



Junto al depósito de agua encontraremos un cono de giro con personal voluntario.

La vuelta se realiza por el mismo camino por el que se ha ascendido. El camino estará conchado, hay que circular siempre por la derecha.

En la zona de transición existirá una zona habilitada para dar el relevo al siguiente relevista. Solo el cuarto o último relevista será el que entre en la zona de meta.

3. Meta

