

REUNIÓN TÉCNICA

ICAN TRIATHLON
GANDIA 2020

17 OCTUBRE, 2020



Ican TRIATHLON

FULL & HALF ICAN GANDIA
October 17, 2020 GANDIA - SPAIN

www.icantriathlon.com

¡ BIENVENIDOS A GANDIA!

PRESENTACIONES



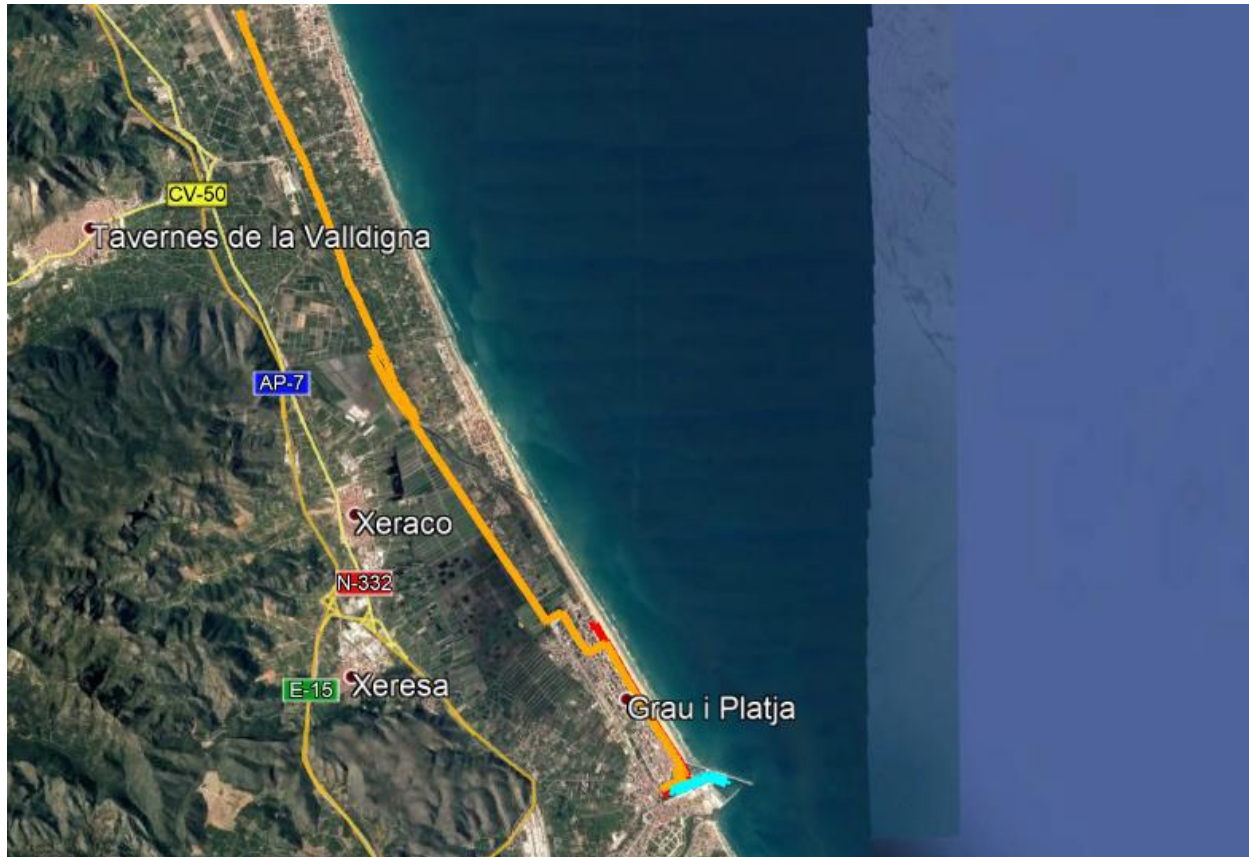
- **Águeda Soria, Delegada Técnica**
- **Carolina García, Juez Árbitro**
- **Alejandro Gómez, Director de carrera**

- Águeda Soria, Delegada técnica
- Arturo Navarro, Representante FTCV
- José Luis Juan, Representante FTCV

SERVICIOS

- **Guardarropa: no disponible**
- **Servicio de fisioterapia: no disponible**
- **Servicio mecánico sólo en control de material (entrada área de transición)**
- **Duchas: no disponible**





HORARIOS

MIÉRCOLES, 14 OCTOBRE

- 17:30h Briefing in English
- 18:30h Reunión técnica en castellano

HORARIOS

VIERNES, 16 OCTOBRE

- 16:00-20:00h Recogida de dorsales y bolsa del corredor
- 16:00h a 20:00h Servicio mecánico

HORARIOS

SÁBADO, 17 OCTOBRE

06:30 - 07:45 Entrega dorsales

06:45 - 07:45h Apertura área transición

**06:45 - 07:45h Servicio mecánico de bicicletas: Área transición
(pre-carrera)**

7:45h Cámara llamadas HALF

8:00h SALIDA HALF ICAN

8:10h Cámara llamadas FULL

8:20h SALIDA FULL ICAN

13:00h Entrega premios HALF ICAN GANDIA 2020 (3 primer@s)

HORARIOS

SÁBADO, 17 OCTOBRE

17:00h Cierre control ciclismo

17:00h Entrega premios 3 primeros masculinos FULL

21:00h Entrega premios 3 primeras féminas FULL

13:00h - 23:30h Check-out

23:45h Cierre control de prueba

HORARIOS

DOMINGO, 18 OCTOBER

10:30 - 12:00h Recogida medallas GGEE (carpa zona meta)

RECOGIDA DORSALES Y BOLSAS

- La recogida se realizara el **VIERNES** y **SABADO** en la zona de meta. Paseo Marítimo de Gandía
- Bolsas de “Special needs” se dejarán en el área de transición el sábado

RECORRIDO HALF



Natación: 1 vuelta de 1900 m

Ciclismo: 3 vueltas de 30 km

Carrera: 3 vueltas de 7 km

RECORRIDO FULL



Natación: 2 vueltas de 1900 m

Ciclismo: 6 vueltas de 30 km

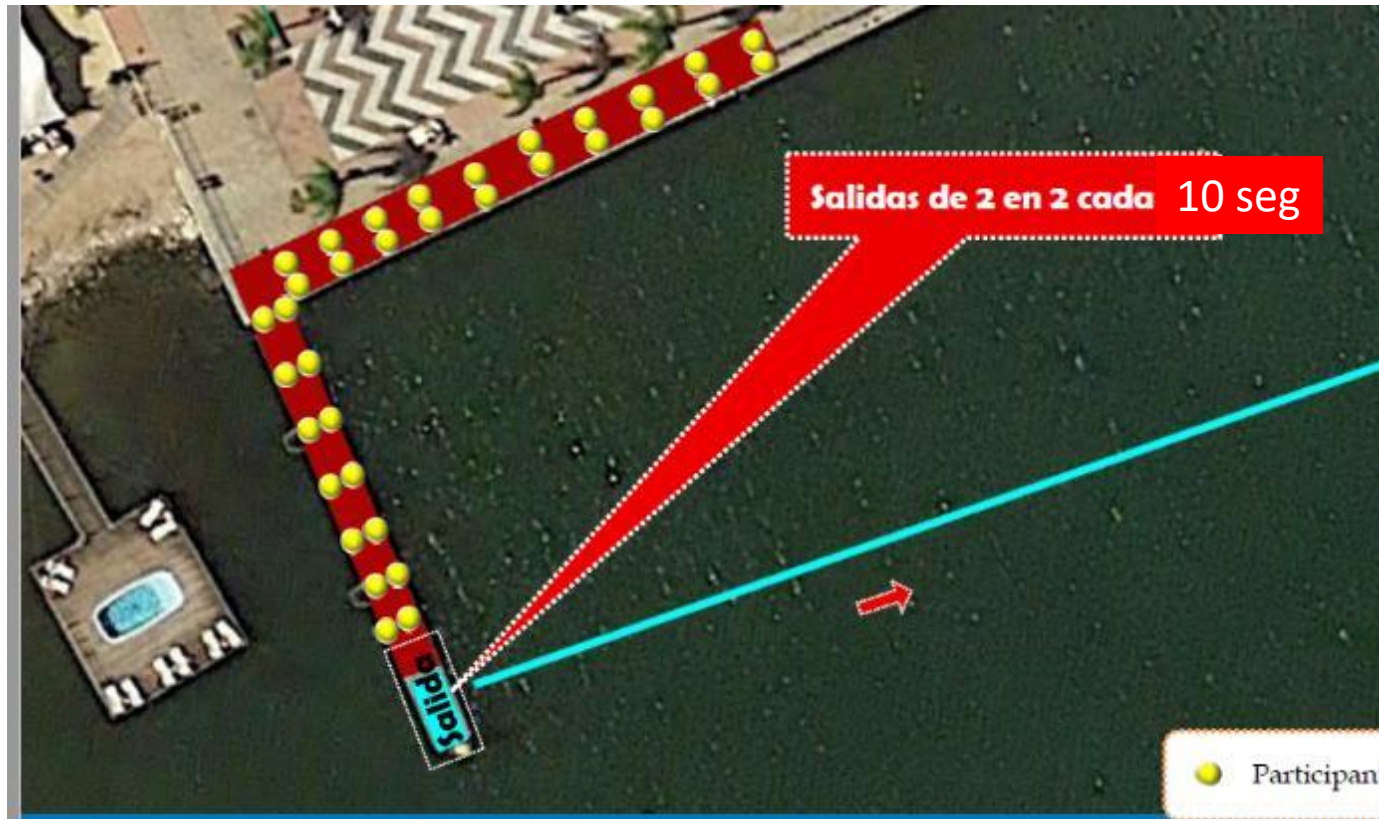
Carrera: 6 vueltas de 7 km

NATACIÓN - ROLLING START

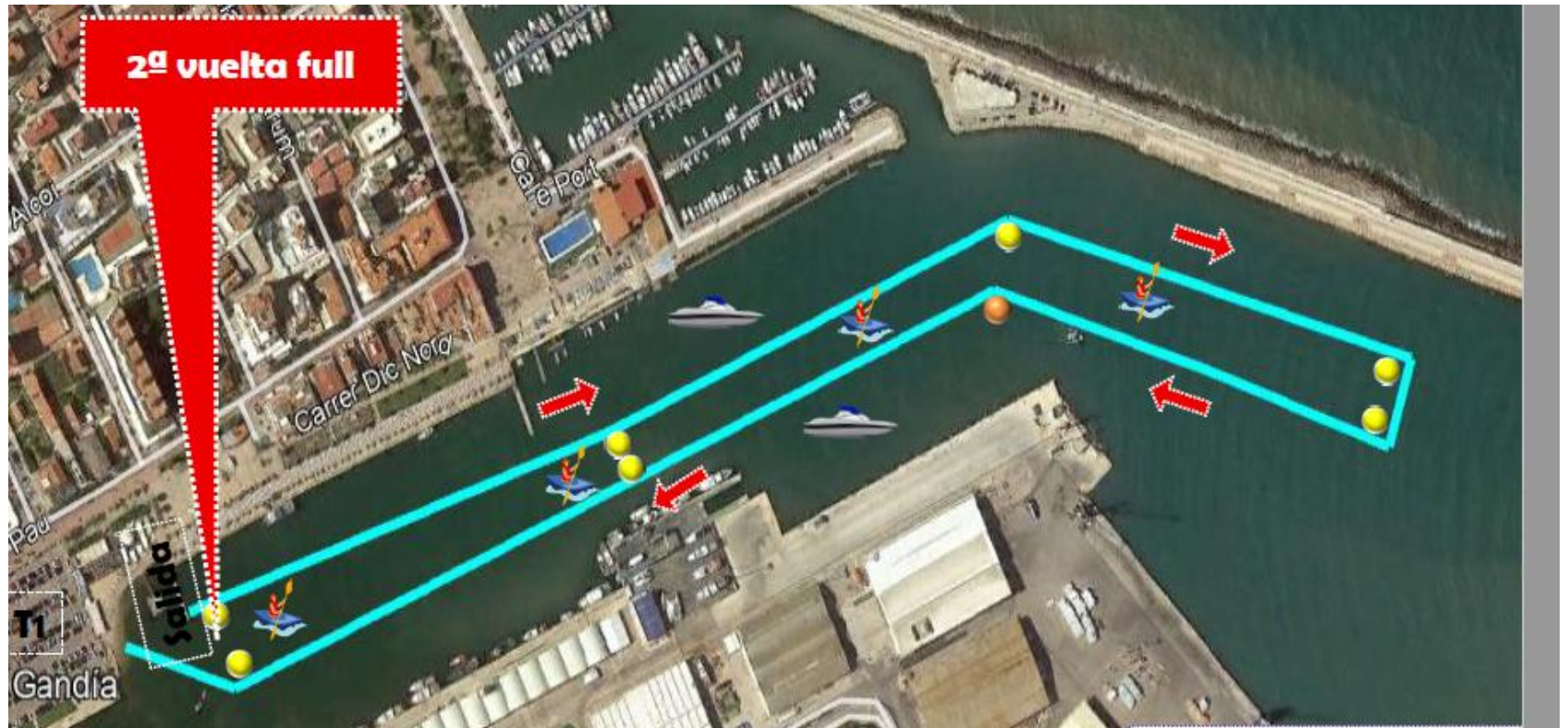


- 1 vuelta HALF
- 2 vueltas FULL
- Temperatura del agua **pdte** \varnothing C
- Neopreno **pdte**
- Sistema de salida: Desde pantalán
- Boya amarilla -----→ dejar a derecha
- Boya naranja -----→ dejar a izquierda

NATACIÓN



NATACIÓN



ÁREA DE TRANSICIÓN



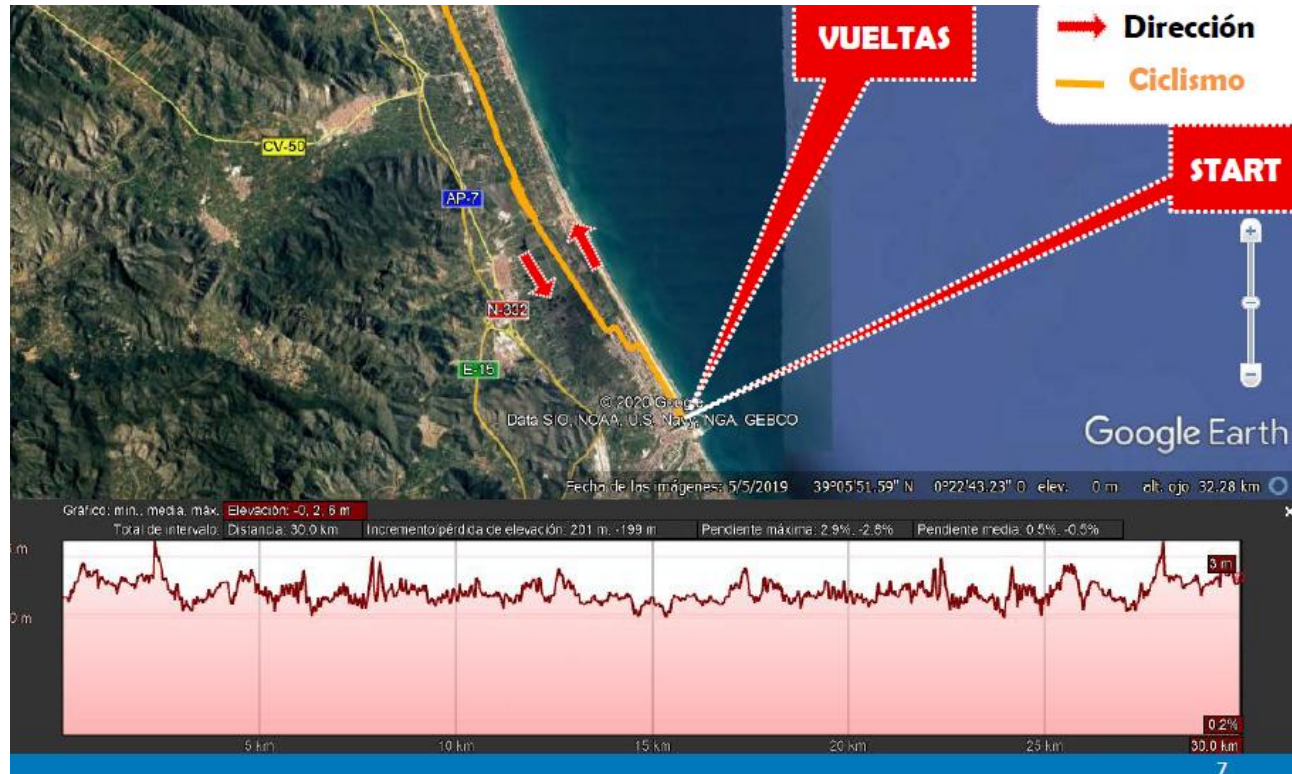
- Soportes barra tradicional
- Casco sobre la bici enT1
- Línea de montaje al final de la transición

TRANSICIÓN 1



- 3 vueltas HALF
- 6 vueltas FULL
- Llano y muy rápido
- Avituallamientos al final de vuelta (después de AP)

CICLISMO



CICLISMO



CICLISMO



CICLISMO



CICLISMO



CICLISMO



CICLISMO



AVITUALLAMIENTO CICLISMO

Cada 30 km

- Agua
- COLA
- ISO
- GEL **226ERS**
- BARRA **226ERS**
- PLÁTANO

CICLISMO - DRAFTING

Distancia legal:
12m entre bicis, de rueda frontal a rueda trasera
25 seg para adelantar

Zona drafting vehículos: 35 m



- No está permitido el drafting
- En caso de tarjeta azul, debes parar en el siguiente área de penalización

ZONAS DRAFTING

Diagram 1 Distance of Drafting Zone for ALL Competitors

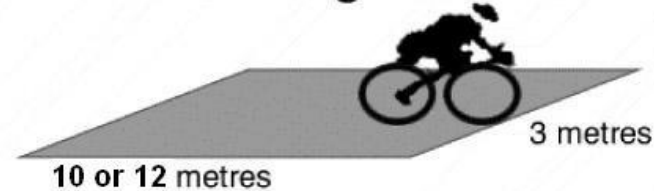
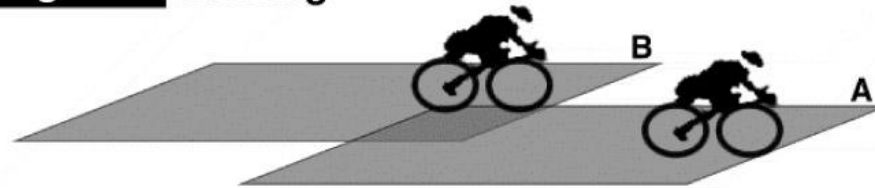
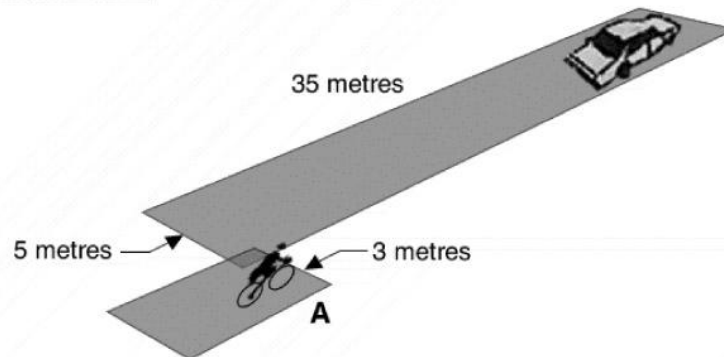


Diagram 2 Drafting



A has overtaken **B** and **B** is now drafting the lead cyclist **A**. **B** must drop out of **A**'s draft zone before attempting to repass **A**. **A** must move to the Left Hand Side of the road when safe otherwise **A** can be called for blocking. **B** can only overtake **A** on **A**'s Right Hand Side.

Diagram 5 Vehicle Draft Zone



A is travelling at the same speed as the vehicle. **A** is drafting. **A** must move to the Left Hand Side of the road otherwise **A** can also be called for blocking.

NOTIFICACIÓN DE TARJETAS

Al final de vuelta

- Que debes saber:

El oficial:

- Silvará con silvato
- Mostrará la tarjeta **AZUL**
- Dirá tu número
- Te notificará la tarjeta
- Si se le muestra una tarjeta **ROJA**, has sido descalificado



- **HALF y FULL: 5 min en AP**

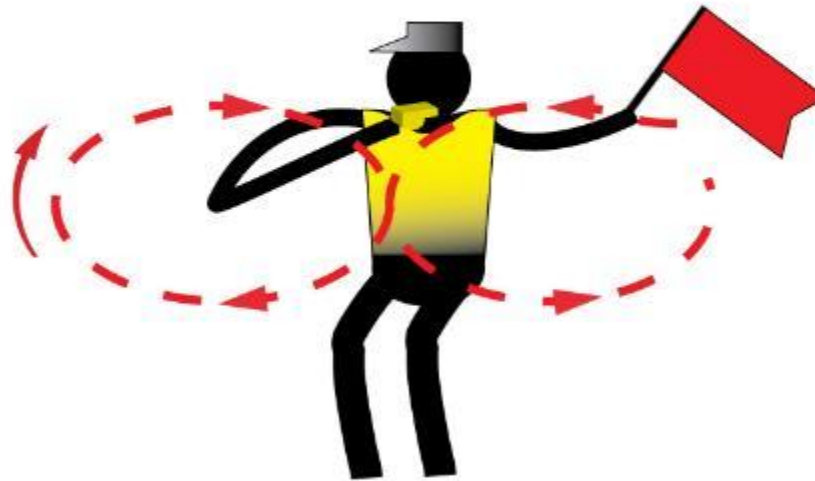
El atleta es responsable de parar en la siguiente área de penalización. De no hacerlo, será descalificado

Las tarjetas son acumulativas. 3 tarjetas azules será descalificación (solo para distancia FULL)

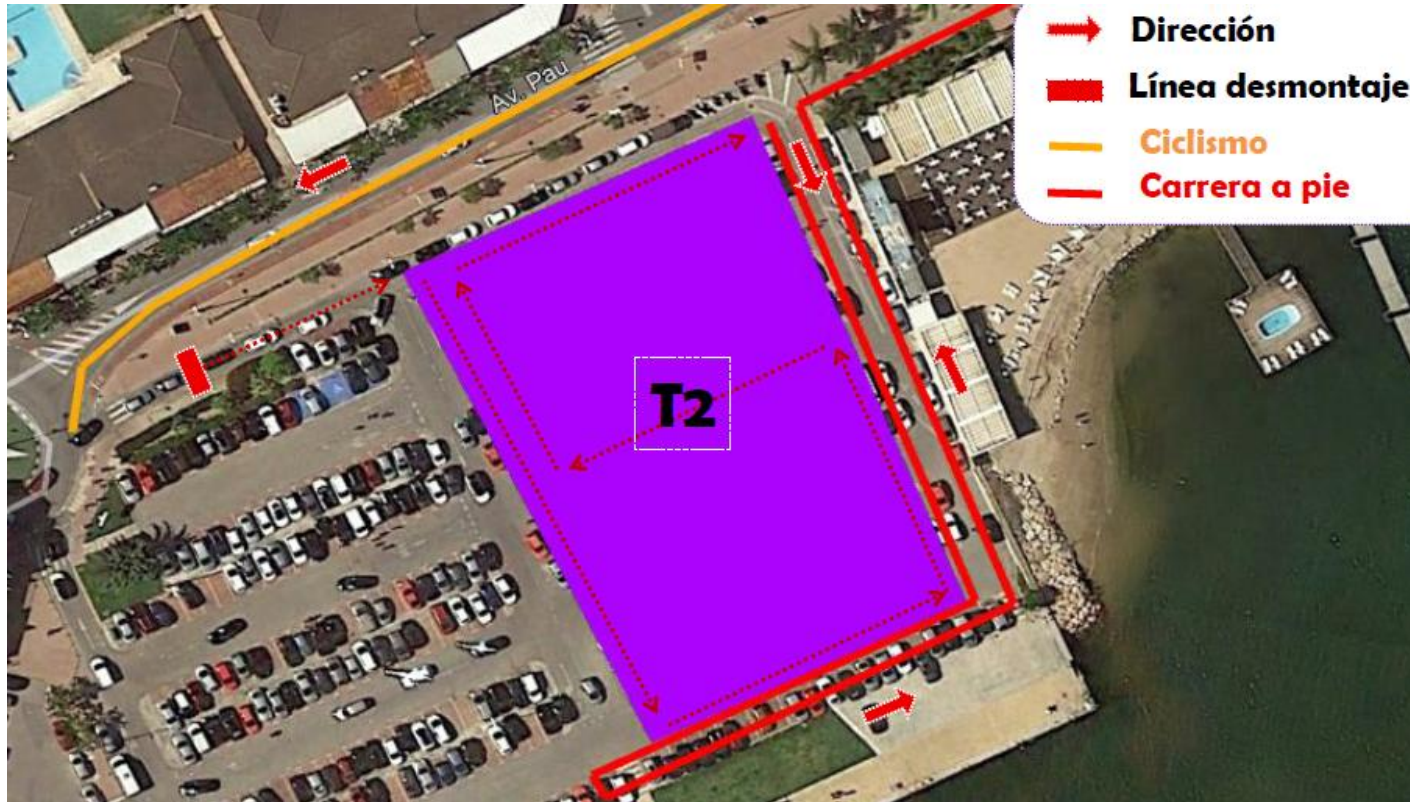
- Los deportistas deben mantenerse a un lado del recorrido sin crear una situación de peligro para otros deportistas.
- La situación de bloqueo se produce cuando un deportista no puede adelantar al deportista que le precede, porque se encuentra en el recorrido obstruyendo el posible adelantamiento de otros deportistas.
- Un deportista que genere una situación de bloqueo será sancionado con una tarjeta amarilla. Dicha sanción se cumplirá en la siguiente área de penalización (“para y sigue”)

PRECAUCIÓN

En caso de ver a los voluntarios con silbato y bandera roja



TRANSICIÓN 2



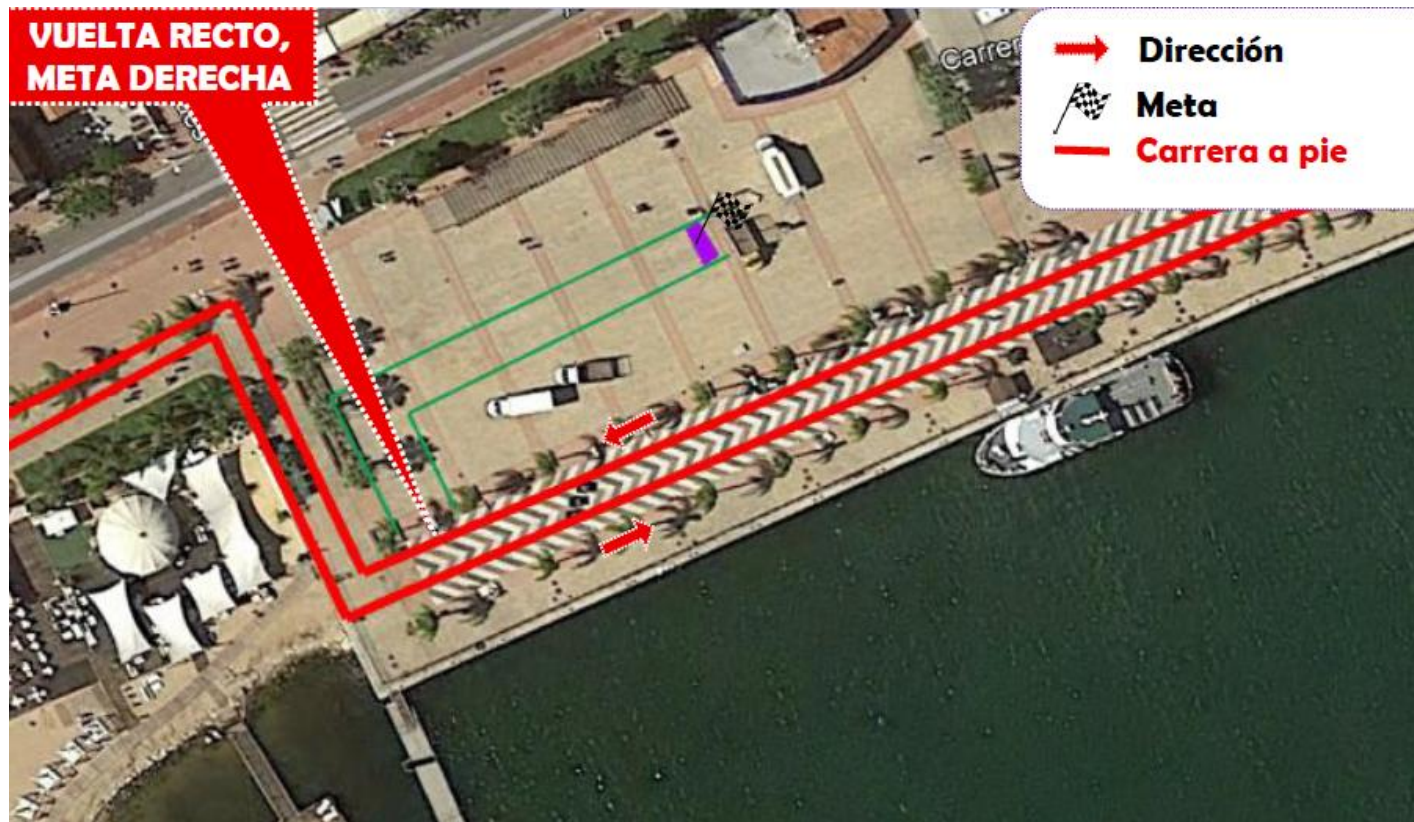
CARRERA A PIE

- 3 vueltas HALF
- 6 vueltas FULL
- Avituallamientos cada 3,5 km aprox
2 avituallamientos HALF & FULL

CARRERA A PIE



FULL & HALF ICAN GANDIA



CARRERA A PIE



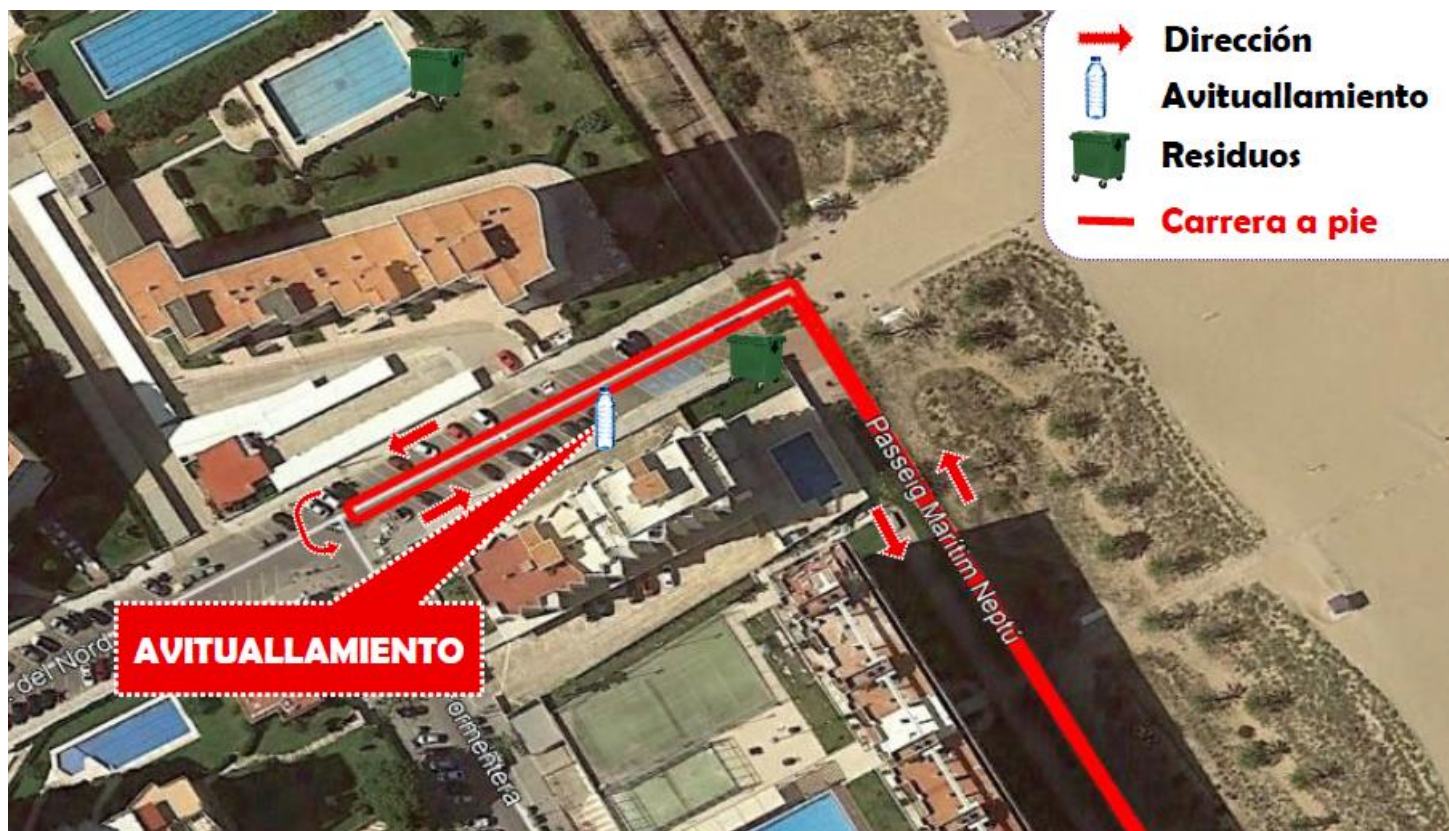
FULL & HALF ICAN GANDIA



CARRERA A PIE



FULL & HALF ICAN GANDIA

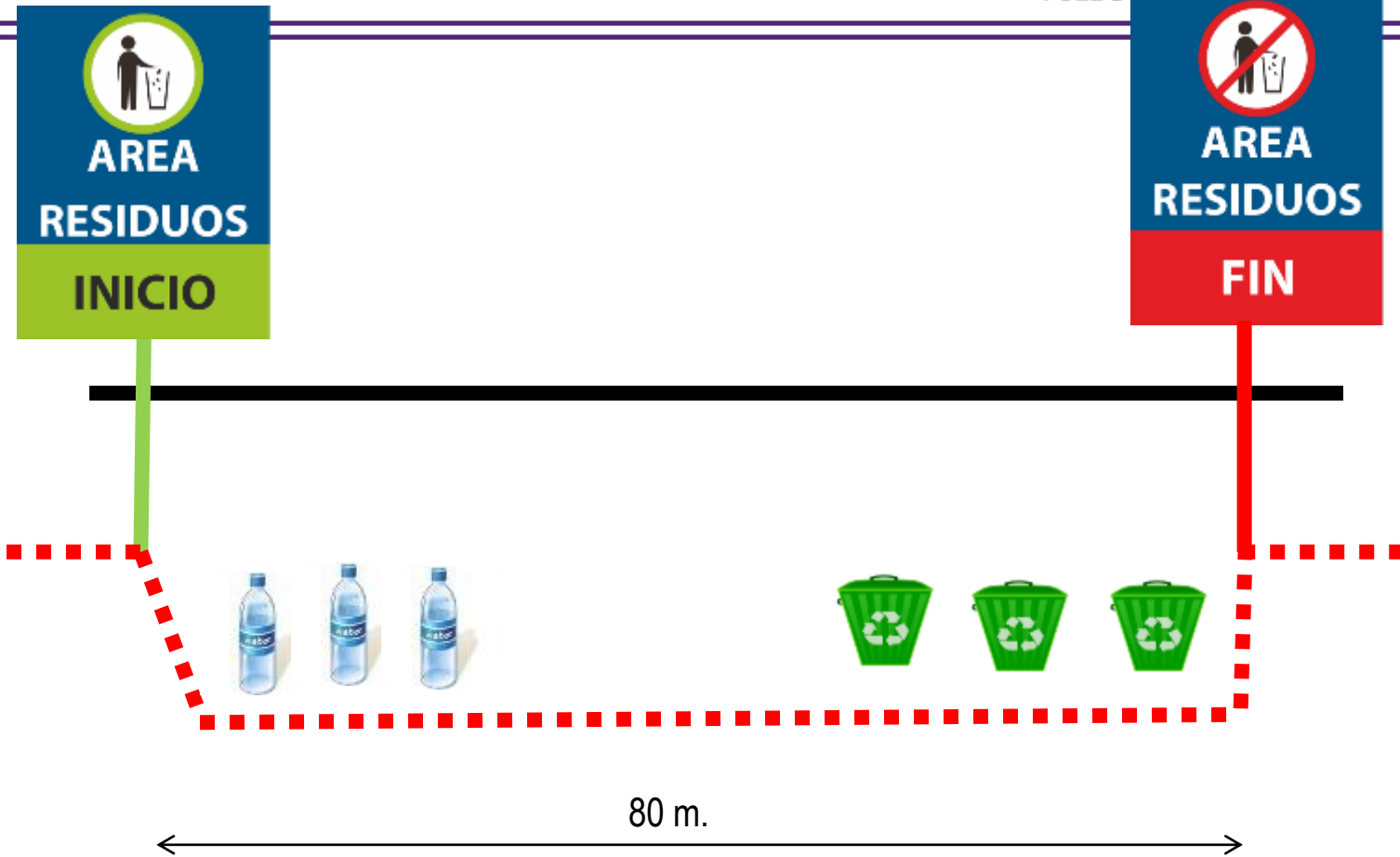


AVITUALLAMIENTOS CARRERA

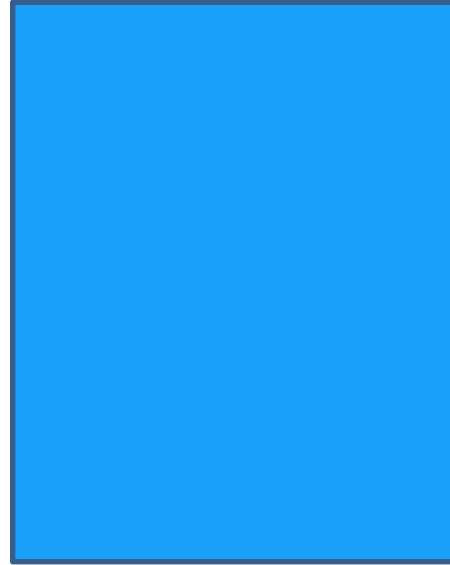
- AGUA
- COLA
- ISOTÓNICO

- Cada 3,5 kms aprox.
 - GEL **226ERS**
 - BARRITAS **226ERS**
 - PLÁTANO / NARANJA
 - FRUTOS SECOS

ZONA DE RESIDUOS



BOLSAS DE TRANSICIÓN Y SPECIAL NEEDS - FULL



SPECIAL NEED

TIEMPOS DE CORTE

HALF:

Natación:	1 H
Natación + ciclismo:	4,5 H
Natación + ciclismo + carrera:	7,5 H

CORTE META HALF 15:55 H

FULL:

Natación :	2 H
Natación + ciclismo (+lejano):	7:30 H
Natación + ciclismo :	8:30 H
Natación + ciclismo + carrera :	15 H

CORTE META FULL 23:45 H

RETIRADOS DURANTE LA COMPETICIÓN



En caso de no poder estar en línea de salida o retirarte en cualquier momento de la competición, informa a OFICIALES/JUECES.

Si se activa el protocolo de emergencias para tu búsqueda, los gastos ocasionados te podrían ser cargados.

PLAN PREVENTIVO COVID-19



Entrega de dorsales

- Se habilitarán horarios de recogida el viernes por la tarde y sábado por la mañana.
- En la medida de lo posible se ruega no venir a última hora para evitar aglomeraciones.
- Se implanta el sistema de recogida de dorsal con QR.

PLAN PREVENTIVO COVID-19



Área de transición

- Obligatorio acceder con mascarilla puesta.
- Se tomará la temperatura en día que metemos la bicicleta. En caso de indicios de fiebre, los servicios sanitarios de la prueba determinarán si puede competir
- Mantendremos la distancia de 1,5 metros en la cola.
- Se implanta el sistema de control de material con QR.
- Los pasillos serán de 5 metros y habrá 2 participantes por barra a cada lado.
- Al no haber guardarropa, la bolsa/mochila del participante se depositará al lado de la bicicleta siendo obligatorio ponerle la pegatina con el número de dorsal.
- Se elimina la moqueta para evitar reservorios de la infección

PLAN PREVENTIVO COVID-19



Cámara de llamadas

- Todo participante deberá llevar mascarilla puesta de manera obligatoria.
- Justo antes de tirarse al agua se habilitará una zona para desecharla.
- Será más espaciada para poder guardar la distancia de seguridad.
- Salidas Rolling start de 2 en 2 cada 10 segundos.

PLAN PREVENTIVO COVID-19

Avituallamientos:

- Los voluntarios no darán las botellas.
- Habrá avituallamientos espaciados en 200 metros, donde el participante deberá parar a rellenar su botellín o el de la organización previamente entregado en la bolsa del corredor
- El avituallamiento contará con bidones grandes con agua donde el voluntario accionará el grifo para servir. También existe la posibilidad que el participante lleve su propio avituallamiento líquido si no quiere realizar la parada

PLAN PREVENTIVO COVID-19



Meta y avituallamiento post meta

- Se le entregará una mascarilla al participante en la entrada a meta y se deberá poner gel desinfectante.
- Se elimina la zona de post meta como la conocemos hasta ahora.
- El participante al entrar en meta, se le entregará bolsa con avituallamiento (1 half y 2 full) y podrá rellenarse el agua/coca-cola/isotónico que quiera en su vaso particular, debiendo salir lo antes posible para evitar aglomeraciones.
- Se elimina el servicio de masaje y duchas

Lo primero y más importante nada más entrar a meta es ponerse la mascarilla

PLAN PREVENTIVO COVID-19

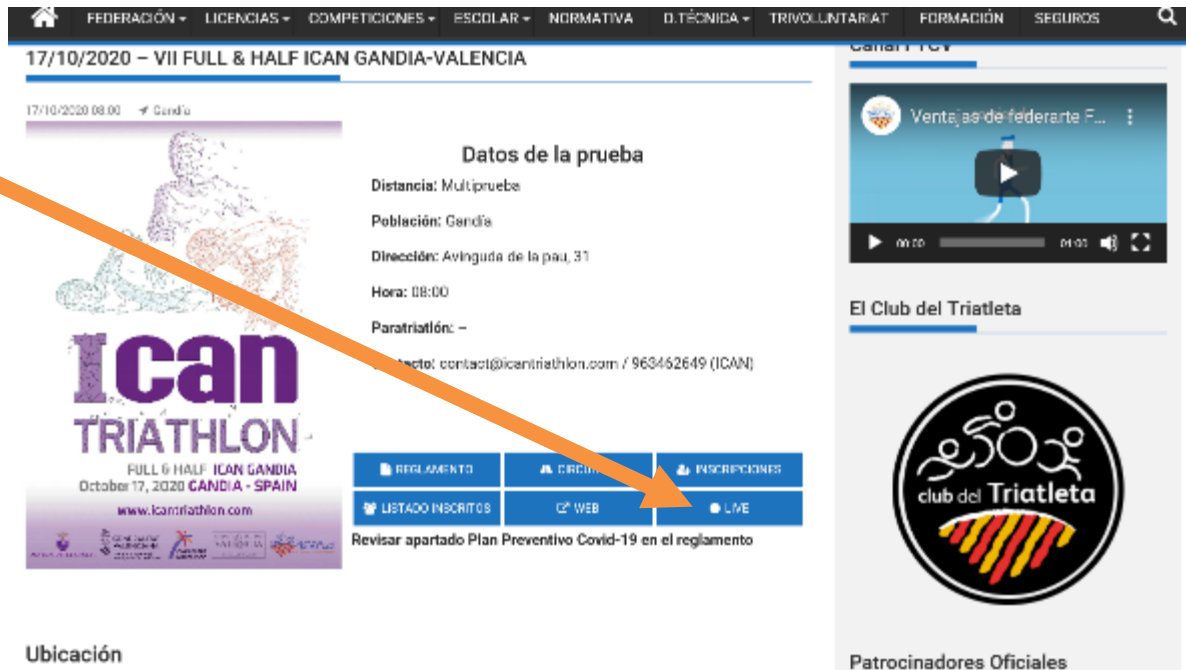


MEDALLAS

- Trofeos para los 3 primeros hombres y mujeres absolutos
- Trofeos para 3 primeros en Campeonato Autonómico LD (FULL)
- Medallas para todos los participantes

SEGUIMIENTO DE LA PRUEBA

<https://www.triatlocv.org/>



FEDERACIÓN LICENCIAS COMPETICIONES ESCOLAR NORMATIVA D. TÉCNICA TRIVOLUNTARIAT FORMACIÓN SEGUROS

17/10/2020 – VII FULL & HALF ICAN GANDIA-VALENCIA

17/10/2020 08:00 Gandia

Datos de la prueba

Distancia: Multiprueba
Población: Gandia
Dirección: Avinguda de la pau, 31
Hora: 08:00
Paratriatlón: –
Contact: contact@icantriathlon.com / 963452649 (ICAN)


[REGLAMENTO](#) [CREM](#) [INSCRIPCIONES](#)
[LISTADO INSCRITOS](#) [2ª WEB](#) [LIVE](#)

Revisar apartado Plan Preventivo Covid-19 en el reglamento

Ubicación

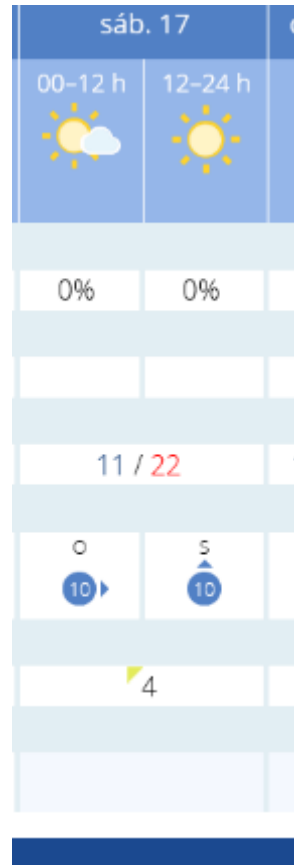
Canal TV
Ventajas de federarte F...
00:00 01:00

El Club del Triatleta



Patrocinadores Oficiales

PREVISIÓN METEO



¡¡ BUENA SUERTE !!