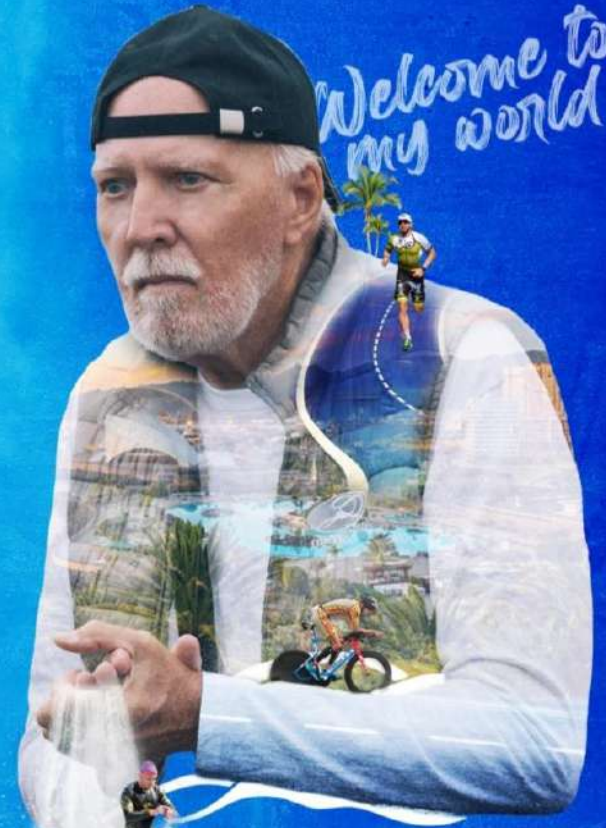


# REUNIÓN TÉCNICA



12 | MARZO | 2023

Welcome to  
my world



# OCEANILAVA

BY KENNETH GASQUE

SANTACRUZ | TENERIFE



MODALIDAD:

Triatlón Olímpico

Triatlón Media distancia ( half )

Triatlón Sprint (Paratriatlón)

DISTANCIA SPRINT: PERMITIDO EL DRAFTING NO SE PERMITEN ACOPLES

900 metros Natación

20 Km Ciclismo

4,5 km carrera a pie

DISTANCIA OLÍMPICA: PERMITIDO EL DRAFTING no se permiten acoples

1500 metros Natación

39 km Ciclismo

10,2 km carrera a pie

DISTANCIA HALF: NO PERMITIDO EL DRAFTING se permiten acoples

1900 metros natación

80 km ciclismo

19 km carrera a pie

Delegado Técnico: Alejandra Rippa

Juez Árbitro: Mikal Rodriguez

Responsable de Oficiales: Artemi Morera

Director de Carrera: Francisco González

Delegado Técnico: Alejandra Rippa

Director de Carrera: Francisco González

Representante FECANTRI: (a nombrar el día de a prueba)

## **RECOGIDA DE DORSALES :** **Centro comercial Nivaria**

- 10 de marzo de 17 a 20 horas
- 11 de marzo de 11 a 14 horas y de 17 a 20 horas
- 11 de marzo 19 horas REUNIÓN TÉCNICA

**SALIDA DEL HALF Y PARATRIATLON:** 8:30 horas  
**SALIDA DEL OLÍMPICO:** 14 horas

## **DISTANCIA HALF:**

6:30 a 8:00 horas Control de material ( presentar DNI O licencia federativa)

8:15 horas Cámara de llamada

8:30 horas Salida Masculina

8:35 horas aprox. Salida femenina.

## **PARATRIATLON:**

6:30 a 8:00 horas Control de material (presentar DNI o licencia federativa)

8:15 horas Cámara de llamada

8:40 Salida

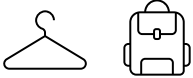
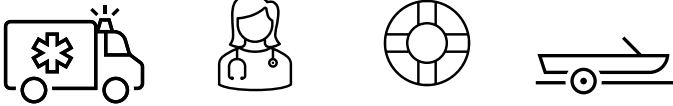



## **DISTANCIA OLÍMPICA:**

12:00 a 13:30 horas Control de material (presentar DNI o licencia federativa)

13:45 horas Cámara de llamadas

14:00 horas Salida Masculina

14:05 horas Salida Femenina

- Guardarropa 
- Servicios médicos   
• Y sanitarios
- Avituallamientos:   
-salida del agua  
-Carrera a pie: giro y zona de Meta
- Baños en zona de transición y en meta 
- Policía local, Protección civil y voluntarios 



SANTACRUZ | TENERIFE

# AVITUALLAMIENTOS

REFRESHMENT POINTS



AGUA  
WATER



SOLO  
ONLY IN



AGUA  
WATER



ISOTÓNICO  
ISOTONIC



PLÁTANO  
BANANA



GELES  
GELS



AGUA  
WATER



ISOTÓNICO  
ISOTONIC



FRUTA  
FRUIT



GELES  
GELS

12 MAR  
2023

← SANTA CRUZ-TENERIFE [#OceanLavaexperience](#)



## PRUEBA :

### Natación:

- 2 vueltas 900 metros HALF
- 1 vuelta 900 metros PARATRIATLON
- 2 vueltas 750 metros OLÍMPICO

### Ciclismo

- 5 vueltas de 16 km HALF
- 1 vuelta de 10 km PARATRIATLON
- 3 vueltas de 13 km OLÍMPICO

### Carrera a pie:

- 3 vueltas y  $\frac{3}{4}$  HALF
- 2 vueltas y  $\frac{3}{4}$  PARATRIATLON
- 2 vueltas y  $\frac{3}{4}$  OLÍMPICO

Se realiza en el Área de Transición (AT)

- DNI / Pasaporte / Licencia
- Revisión de uniformidad
- Revisión de dorsales
- Revisión de bicicleta, gorro, casco.

**Deberás presentarte con DNI O LICENCIA en la mano, dorsales colocados, visibles y el casco abrochado.**

- Cámara de llamadas 15 minutos antes de la salida

Los oficiales colocan a los atletas en la línea de salida

Atletas en posición:

- La salida se dará en cualquier momento una vez el juez de salida diga «A sus puestos»
- Se utilizará bocina de gas.



Si un deportista sale antes de la indicación de inicio de competición, éste recibirá una penalización en la **T1**

- La Natación se realiza en el muelle del Club Náutico.
- Los triatletas irán nadando hasta la zona indicada, donde se alinearán para el pistoletazo de salida.
- Luego de completar las vueltas se dirigirán a la rampa por donde accedieron al agua girando a la izquierda y continuando por la zona indicada hacia la zona de transición.



SANTACRUZ | TENERIFE



**OLÍMPICO**  
**1500 M**

2 VUELTAS

TIEMPO DE CORTE 15:00H

FRENTE AL CLUB NÁUTICO  
SANTA CRUZ DE TENERIFE

12 | MAR | 2023

# NATACIÓN OLÍMPICO

- Todas las boyas serán naranjas.
- Las de amarillo serán boyas pequeñas de orientación.
- Todas las boyas se dejan a la izquierda
- 2 vueltas



**HALF**  
**1900 M**  
2 VUELTAS  
TIEMPO DE CORTE 9:45H

FRENTE AL CLUB NÁUTICO  
SANTA CRUZ DE TENERIFE

12 | MAR | 2023

# NATACIÓN HALF

- Todas las boyas serán naranjas.
- Las de amarillo serán boyas pequeñas de orientación.
- Todas las boyas se dejan a la izquierda
- 2 vueltas



SANTACRUZ | TENERIFE



**PARATRIATLÓN**

**750 M**

1 VUELTAS

FRENTE AL CLUB NÁUTICO  
SANTA CRUZ DE TENERIFE

12 | MAR | 2023

# NATACIÓN PARATRIATLON

- Todas las boyas serán naranjas.
- Las de amarillo serán boyas pequeñas de orientación.
- Todas las boyas se dejan a la izquierda
- 1 vuelta



# ÁREA DE TRANSICIÓN

- El deportista podrá usar exclusivamente el espacio marcado con su número de dorsal
- Sólo está permitido dejar en el espacio asignado en el AT el material que vaya a ser usado durante la competición
- El material ya utilizado durante la competición, se depositará dentro de la cesta colocada en el espacio del deportista.
- Está prohibido dejar toallas, mochilas, calzado no apto etc. En el caso de encontrar algo se les retirará y será entregado al guardarropa con su número de dorsal.
- El casco se colocará desabrochado en la bicicleta

1. Vamos a acceder al box por la parte trasera por una acera perfectamente señalizada en el caso del HALF.
2. En el caso del OLÍMPICO iremos por la acera y giraremos a la derecha para acceder al área de transición o box .

- Saldremos de la transición donde se montaran luego de la LINEA DE MONTAJE ( VERDE)
- Una vez montados nos dirigimos por la avenida hacia Las Teresitas donde encontraremos el giro a la altura del Oceanográfico.
- SIEMPRE CIRCULAREMOS POR EL LADO DERECHO para dejar el paso a los que tengan que adelantar.
- Tener en cuenta que tendremos una vía de ida y la otra de vuelta.
- Circularemos una vez realizado el giro hacia el otro lado hasta el siguiente giro ( altura del depósito municipal) en el HALF y antes del túnel para el OLIMPICO para completar el número de vueltas correspondientes para cada distancia.
- Al finalizar nos dirigimos a la zona de transición donde encontraremos la línea de desmontaje (ROJA)



# CICLISMO OLÍMPICO

---

3 VUELTAS



**OLÍMPICO**  
**40 KM**  
3 VUELTAS

TIEMPO DE CORTE 16:30H

**AV. ANAGA**  
SANTA CRUZ DE TENERIFE

12 | MAR | 2023



**HALF**

**90 KM**

5 VUELTAS

TIEMPO DE CORTE 14:00H

**AV. ANAGA**  
SANTA CRUZ DE TENERIFE

12 | MAR | 2023

# CICLISMO HALF

- 5 VUELTAS



**PARATRIATLÓN**

**10 KM**  
1 VUELTAS

**AV. ANAGA**  
SANTA CRUZ DE TENERIFE

12 | MAR | 2023

# CICLISMO PARATRIATLON

- 1 VUELTA

Una vez finalizado el segmento de ciclismo nos dirigimos al área de transición

Encontraremos el pasillo de compensación a la izquierda donde continuaremos hasta el final para realizar la transición y saldremos por la parte delantera del box.

# CARRERA A PIE

Salimos del box hacia la izquierda dirigiéndonos a la acera donde encontraremos el carril bici .

A unos metros tenemos el AVITUALLAMIENTO líquido y el ESPECIAL.

La carrera se realiza por toda la avenida hasta el depósito municipal en el caso del HALF y hasta Hacienda o Rotonda para el OLÍMPICO.

Una vez finalizada las vueltas correspondientes nos dirigiremos a Meta.





SANTACRUZ | TENERIFE



**OLÍMPICO**

**10 KM**

3 VUELTAS

TIEMPO DE CORTE 18:00H

**AV. ANAGA**

SANTA CRUZ DE TENERIFE

12 | MAR | 2023

# CARRERA A PIE OLÍMPICO

2 VUELTAS Y 3/4



# CARRERA A PIE HALF

- 3 VUELTAS Y  $\frac{3}{4}$



SANTACRUZ | TENERIFE

PARATRIATLÓN

**5 KM**  
5 VUELTAS

AV. ANAGA  
SANTA CRUZ DE TENERIFE

12 | MAR | 2023

# CARRERA A PIE PARATRIATLON

- 2 VUELTAS y 3/4

1. Una vez completa la última vuelta de carrera a pie nos dirigiremos a la meta SIEMPRE CON EL DORSAL VISIBLE.
2. El arco se encontrará ubicado en la explanada o Alameda.
3. No está permitido entrar a meta acompañado
4. No está permitido entrar con el torso descubierto.

**FELICIDADES FINISHER!!!!**

¡¡BUENA SUERTE!!