

# **Normativa de Triatlón y sus modalidades en los Juegos Deportivos de La Rioja**



**Delegación Riojana de Triatlón**



**2011-2012**

**Delegación Riojana de Triatlón**

**Club Rioja Triatlón**



# Índice:

<b>1</b>	<b><u>INTRODUCCIÓN.</u></b>	<b>3</b>
1.1	OBJETIVOS	3
1.2	MODALIDADES	3
1.3	CATEGORÍAS	4
1.4	DISTANCIAS	4
<b>2</b>	<b><u>CALENDARIO DE PRUEBAS.</u></b>	<b>5</b>
2.1	FECHAS Y DISTANCIAS.	5
2.1.1	TRIATLÓN ESCOLAR DE BAÑOS.	5
2.1.2	DUATLÓN DE GALILEA.	6
2.1.3	TRIATLÓN DE LOGROÑO.	6
2.1.4	TRIATLÓN DE EL RASILLO.	7
<b>3</b>	<b><u>INSCRIPCIONES.</u></b>	<b>7</b>
<b>4</b>	<b><u>CLASIFICACIONES Y MEDALLAS</u></b>	<b>8</b>
<b>5</b>	<b><u>TRANSPORTE DE ESCOLARES.</u></b>	<b>8</b>
<b>6</b>	<b><u>NORMAS DE LA COMPETICIÓN.</u></b>	<b>8</b>
<b>7</b>	<b><u>EQUIPAMIENTO PERMITIDO DURANTE LAS PRUEBAS.</u></b>	<b>9</b>



## 1 Introducción.

El siguiente proyecto ha sido creado por la Delegación Riojana de Triatlón para incluir el triatlón dentro de los Juegos Deportivos de la Rioja.

Este proyecto lo hemos realizado junto con el Club Renedo Metal Rioja Triatlón. Actualmente es el único club riojano que organiza pruebas en nuestra comunidad.

El objetivo principal es seguir promocionando el triatlón. En este caso entre los escolares de La Rioja.

Actualmente la Delegación colabora con el Club Renedo Metal Rioja Triatlón en la organización de pruebas para deportistas federados y populares. De igual manera, se han preparado distintas pruebas de promoción para niñ@s.

La intención de la Delegación es fomentar la creación de escuelas de triatlón en los diferentes clubs riojanos partiendo de los niñ@s que puedan acercarse a las competiciones de los Juegos Deportivos.

### 1.1 Objetivos

Los objetivos son:

- Promocionar el triatlón entre los escolares de La Rioja
- Crear cantera para la participación en campeonatos nacionales por autonomías.
- Favorecer la formación de escuelas de triatlón.
- Atraer deportistas jóvenes de otras especialidades afines al triatlón que no estén practicando tal disciplina.

### 1.2 Modalidades

El triatlón se compone de las siguientes modalidades:

<b>NOMBRE</b>	<b>ORDEN ESPECIALIDAD</b>
Duatlón	Carrera/Ciclismo/Carrera
Duatlón Cross	Carrera/BTT/Carrera
Triatlón	Natación/Ciclismo/Carrera
Triatlón de Invierno	Atletismo/Ciclismo/Esquí de fondo
Triatlón de montaña	Natación/BTT/Carrera
Cuadriatlón	Natación/Piragüa/Ciclismo/Esquí
Acuatlón	Carrera/Natación/Carrera



Durante este el 2011-2012 las modalidades serán:

NOMBRE	ORDEN ESPECIALIDAD
Duatlón	Carrera/Ciclismo/Carrera
Acuatlón	Carrera/Natación/Carrera
Triatlón	Natación/Ciclismo/Carrera

### 1.3 Categorías

Las categorías quedan establecidas de la siguiente manera, en función del año de nacimiento:

Categoría	AÑO DE NACIMIENTO
Prebenjamín	2004 / 2005
Benjamín	2002 / 2003
Alevín	2000 / 2001
Infantil	1998 / 1999
Cadete	1996 / 1997
Junior	1993 / 1994 / 1995

Se podrán establecer categorías inferiores a Prebenjamín si hubiera niñ@s interesados y los padres o voluntarios les prestan ayuda complementaria, pero en ningún caso estarán incluidas dentro del programa de JJ.DD. y **NO** tendrán acceso al seguro gratuito de JJ.DD.

### 1.4 Distancias

Se tomarán como referencia para la organización de pruebas, las distancias propuestas por la Federación Española de Triatlón. Puesto que los Cadetes y Junior pueden competir con los adultos, no se proponen distancias para esas categorías. Estas categorías según la especialidad son:

DUATLÓN	1º Segmento	2º Segmento	3º Segmento
Prebenjamín	250 m	1.000 m.	125 m.
Benjamín	500 m.	2.000 m.	250 m.
Alevín	1000 m.	4.000 m.	500 m.
Infantil	2000 m.	8.000 m.	1000 m.



<b>ACUATLÓN</b>	<b>1º Segmento</b>	<b>2º Segmento</b>	<b>3º Segmento</b>
<b>Prebenjamín</b>	<b>125 m.</b>	<b>50 m.</b>	<b>125 m.</b>
<b>Benjamín</b>	250 m.	100 m.	250 m.
<b>Alevín</b>	500 m.	200 m.	500 m.
<b>Infantil</b>	1000 m.	400 m.	1000 m.

<b>TRIATLÓN</b>	<b>1º Segmento</b>	<b>2º Segmento</b>	<b>3º Segmento</b>
<b>Prebenjamín</b>	50 m.	1.000 m.	250 m.
<b>Benjamín</b>	100 m.	2.000 m.	500 m.
<b>Alevín</b>	200 m.	4.000 m.	1.000 m.
<b>Infantil</b>	400 m.	8.000 m.	2.000 m.

Al tratarse del primer año, se podrán proponer unas distancias adaptadas para los Juegos Deportivos Escolares o similar, más pequeñas para promocionar el Triatlón.

Los deportistas cadetes, competirán junto con los adultos si existe esa posibilidad o se harán distancias específicas para ellos.

## 2 Calendario de pruebas.

Durante la temporada 2011-2012 se celebraran 4 pruebas dentro de los Juegos Deportivos si bien, se podrán organizar algunas más fuera de este circuito si la Delegación Riojana de Triatlón lo considera oportuno:

- Triatlón escolar en Baños de Río Tobía.
- Duatlón de Galilea
- Triatlón Logroño ( Pendiente de confirmación)
- Triatlón Rasillo

Estas pruebas, se realizarán el mismo día que las pruebas absolutas para aprovechar las infraestructuras.

### 2.1 Fechas y distancias.

Las pruebas, se celebrarán en las siguientes fechas y horarios:

Prueba Deportiva	Fechas	Horario
Triatlón Baños	3/09/2011	11.30 a 13 h
Duatlón Galilea	24/03/2012	10.30 a 13 h
Triatlón Logroño	Pendiente	11.30 a 13 h
Triatlón El Rasillo	21/07/2012	11.30 a 13 h

#### 2.1.1 Triatlón Escolar de Baños.



Se trata de la segunda edición de esta prueba. Se celebrará durante la mañana del 3 de septiembre de 2011.

El horario de realización serán de 11.00h a 13h y las distancias serán:

Categoría	Años de nacimiento	Distancias a recorrer.
Prebenjamín	2004 / 2005	20m-300m-80m
Benjamín	2002 / 2003	33m-600m-300m
Alevín	2000 / 2001	66m-900m-300m
Infantil	1998 / 1999	99m-1200m-700m

En esta ocasión NO habrá pruebas para las categorías Cadetes ni Juvenil, al no celebrarse prueba de adultos y ser demasiado pequeñas las instalaciones municipales para estas categorías.

En función de los participantes, se podrán modificar estas distancias.

La prueba, se realizará en las instalaciones deportivas municipales del Ayto. de Baños de Río Tobía.

### 2.1.2 Duatlón de Galilea.

En este caso, es la 3ª Edición e igual que las anteriores, durante la mañana tendrán lugar las competiciones para los niños y por la tarde la prueba absoluta.

El horario será de 10 a 13 h y las distancias serán:

Categoría	Años de nacimiento	Distancias
Renacuajo	2006 / 2007 / 2008	50m-200m-25m
Pre-benjamín	2004 / 2005	250m-1000m-125m
Benjamín	2002 / 2003	500m-2000m-250m
Alevín	2000 / 2001	1000m-3000m-500m
Infantil	1998 / 1999	1500m-6000m-1000m
Cadete Junto Absolutos	1996 / 1997	5000m-20km-2500m
Junior Junto Absolutos	1993 / 1994 / 1995	5000m-20km-2500m

En función de los participantes, se podrán modificar estas distancias.

Las pruebas, se desarrollarán junto al frontón de Galilea. Salvo las categorías Cadete y Junior que harán el mismo recorrido que los adultos.

### 2.1.3 Triatlón de Logroño.



La prueba esta pensada para realizarse en junio de 2012 y estamos contactando con el Ayto de Logroño para conseguir las autorizaciones.

### 2.1.4 Triatlón de El Rasillo.

También se trata de la 3ª Edición e igual que en las anteriores, durante la mañana tendrán lugar las competiciones para los niños y por la tarde la prueba absoluta.

El horario será de 11.30 a 13 h y las distancias serán:

Categoría	Años de nacimiento	Distancias
Pre-benjamín	2004 / 2005	50m-1200m-400m
Benjamín	2002 / 2003	50m-1200m-400m
Alevín	2000 / 2001	100m-2400m-800m
Infantil	1998 / 1999	100m-2400m-800m
Cadete Junto Absolutos	1996 / 1997	750m-20km-5000m
Junior Junto Absolutos	1993 / 1994 / 1995	750m-20km-5000m

En función de los participantes se podrán modificar estas distancias.

Las pruebas se realizarán en el Club Náutico de El Rasillo.

## 3 Inscripciones.

Habrà dos vías de inscripción:

- Los escolares de La Rioja lo harán siguiendo el procedimiento establecido en la Normativa General de los JJ.DD. 2011-12, enviando sus solicitudes y documentación (copia del DNI o libro de familia de los participantes no inscritos con anterioridad en otros deportes de los JJ.DD.) a la Delegación Riojana de Triatlón vía email a [inscripciones@delegacionriojanadetrialton.es](mailto:inscripciones@delegacionriojanadetrialton.es). La inscripción será gratuita y el plazo de inscripción se cerrará el MIÉRCOLES de la semana anterior a la fecha de la prueba.
- Los que no estén matriculados en algún centro de enseñanza de La Rioja, lo harán dirigiendo un email al club organizador [riojatriatlton@gmail.com](mailto:riojatriatlton@gmail.com) en el que conste su nombre y apellidos, fecha de nacimiento y DNI o documento equivalente. El plazo se cerrará el jueves anterior a la fecha de realización de la pruebas. El precio de la inscripción será de 4€por participante.

No se admitirán inscripciones fuera de los plazos descritos hasta el día la prueba. Ese día, y siempre que queden plazas libres, podrán inscribirse por un



importe de 10€ (Siempre que sea posible la tramitación del seguro para el participante).

## 4 Clasificaciones y medallas

En todas las pruebas existirá jueces para el control de la prueba, tomar los tiempo y elaborar un listado con las clasificaciones.

Se premiará a los tres primeros clasificados, tanto en categoría masculina como femenina, con medallas en función de su puesto. El resto de clasificados tendrá un diploma conmemorativo.

## 5 Transporte de escolares.

Los participantes de los JJ.DD., tendrán opción a solicitar apoyo de transporte para asistir al evento. Para ello, siguiendo la normativa de transporte, los Centros deberán enviar su solicitud a la Delegación Riojana de Triatlón antes del **MIÉRCOLES** de la semana anterior a la fecha de realización de la prueba. La Delegación Riojana de Triatlón, comunicará a la D.G.D. las necesidades de transporte, teniendo como límite las 12h del jueves de la semana anterior a la prueba. El método principal de transporte será el autobús, pero por razones de espacio sólo se podrán llevar hasta 15 bicicletas abordo. Para facilitar su carga y descarga, antes de la recogida deberán desmontar ambas ruedas. A su llegada al lugar de realización de la prueba, serán recibidos por personal que les ayudarán a montar de nuevo las bicicletas.

Excepcionalmente, la organización intentará buscar medios alternativos para los participantes y/o su material, en aquellos casos que presenten dificultades. Por lo tanto, se recomienda a los deportistas que se desplacen por su cuenta.

## 6 Normas de la competición.

- Los atletas deberán:
  - Conocer y respetar el reglamento de competiciones
  - Conocer los recorridos y realizarlos
  - Obedecer las indicaciones de los oficiales
  - Tratar al resto de atletas, oficiales, voluntarios y espectadores con respeto y cortesía
  - Evitar el uso de lenguaje abusivo
  - Si son conscientes de haber infringido una norma, informar a un oficial, y, si es necesario, retirarse de la competición
  - Informar a un oficial si se retiran de la competición y entregarle su dorsal





- Respetar el medioambiente de la zona en la que se celebra la competición, no abandonando ni arrojando objetos, ni actuando de forma agresiva con el entorno
- Podrá utilizar el estilo de natación que desee y caminar o correr por el fondo.
- No estará permitido el traje de neopreno en estas categorías. Quedará estipulado que una vez que la temperatura exija traje de neopreno obligatorio (por debajo de los 19 grados) no podrá celebrarse el triatlón, pudiéndose cambiar por otra competición (Duatlón).
- El uso del casco será obligatorio en las distintas modalidades con ciclismo
- Queda prohibido el uso de cualquier tipo de acople.
- En las competiciones que se lleve a cabo la competición de ciclismo, es condición indispensable que el circuito esté completamente cerrado al tráfico.
- Está permitido ir a rueda. En las categorías desde pre benjamines a infantiles, está permitido ir a rueda entre atletas de diferente sexo, siempre que las salidas masculina y femenina sean conjuntas
- Se permite el uso de bicicleta de montaña
- Los desarrollos máximos permitidos en estas categorías serán los siguientes:
  - Infantil: 48 x 16
  - Alevín: 46 x 16
- Se autorizarán desarrollos mayores debidamente bloqueados
- El gorro de natación estará permitido en el segmento de carrera a pie en los acuatlones.
- En la carrera a pie se podrá pararse, correr o andar.
- En los recorridos a pie o en bicicleta no se podrá llevar el torso desnudo.
- Ayuda externa
  - A la categoría pre benjamín se permite dejar la bicicleta en el suelo en el área de transición, o que se las recoja un voluntario en las mismas condiciones a todos.
  - Ante una avería de la bicicleta en la categoría Alevín y Pre benjamín, se le permite ayuda externa para solucionar la avería.
- El material debe estar en el lugar asignado para cada deportista en el área de transición, antes, durante y después de la competición. Se sancionarán actitudes como tirar el casco en cualquier lugar, además del mal trato del material.
- Ante el comportamiento inadecuado de un padre o acompañante de un niño/a en la competición; con actitud de insultos o que pongan en peligro la seguridad de la competición, se le sancionará al niño/a con tarjeta amarilla y se le informará al infractor de su actitud, que podrá llegar a la descalificación del niño/a en caso de reincidencia.

## **7 Equipamiento permitido durante las pruebas.**



Equipamiento permitido:

- Gorro de natación con el número de dorsal durante todo el desarrollo del segmento de natación. En caso de llevar gorros adicionales, el facilitado por la organización debe ser el que cubra el resto
- Gafas
- Clips para la nariz.
- Mono de triatlón.

Equipamiento no permitido:

- Uso de dispositivos de propulsión artificial (calcetines, perneras, guantes, palas, manoplas, aletas, tubos respiratorios o dispositivos de flotación). En casos excepcionales se podrá utilizar dispositivos de flotación autorizados por los jueces.
- Auriculares
- Teléfonos móviles
- Envases de cristal