INDICE Y CONTENIDOS

REGLAMENTO DE COMPETICIÓN **3**

1 REGLAS GENERALES **3**

1.1 DEFINICIÓN 3
1.2 DISTANCIAS 4
1.3 PARTICIPANTES 4
1.4 CATEGORÍAS 4
1.5 EQUIPOS 5

2 REGLAS GENERALES PARA LOS PARTICIPANTES **5**

2.1 RESPONSABILIDAD GENERAL 5
2.2 EQUIPACIONES Y DORSALES 6
2.3 CONDUCTA DE LOS PARTICIPANTES 7
2.4 APOYOS O AYUDAS EXTERIORES 7
2.5 DOPAJE 7

3 SUPERVISIÓN Y CONTROL **7**

3.1 PERSONAL 7
3.2 CRONOMETRAJE 9
3.3 JUECES 10
3.4 SANCIONES 10
3.5 COMITÉ DE APELACIÓN 12
3.6 APELACIONES Y RECLAMACIONES 12

4 ÁREAS DE TRANSICIÓN **13**

4.1 DISEÑO 13
4.2 ACCESO 13
4.3 CONTROL DE MATERIAL 14
4.4 USO DEL ÁREA Y TRÁFICO 14
4.5 SEGURIDAD 14

5 NATACIÓN **15**

5.1 RECORRIDOS 15
5.2 TEMPERATURA DEL AGUA 15
5.3 EQUIPAMIENTO 16
5.4 ESTILO 16
5.5 PRECAUCIONES DE SEGURIDAD 17
5.6 SALIDA 17
5.7 DESARROLLO 17

6 CICLISMO **18**

6.1 RECORRIDOS 18
6.2 EQUIPAMIENTO 18
6.3 NORMAS DE TRÁFICO 19
6.4 DESARROLLO DEL CICLISMO 20

7 CARRERA A PIE **20**

7.1 RECORRIDOS 20
7.2 EQUIPAMIENTO 21
7.3 SALIDA 21

7.4 DESARROLLO 21
7.5 LLEGADA 21

8 ESQUÍ DE FONDO 22

8.1 RECORRIDOS 22
8.2 EQUIPAMIENTO 22
8.3 DESARROLLO 22
8.4 LLEGADA 23
8.5 PRECAUCIONES DE SEGURIDAD 23

9 PIRAGÜISMO 23

9.1 RECORRIDOS 23
9.2 EQUIPAMIENTO 24
9.3 DESARROLLO 24
9.4 PRECAUCIONES DE SEGURIDAD 24

10 BICICLETA DE MONTAÑA 25

10.1 RECORRIDOS 25
10.2 EQUIPAMIENTO 25
10.3 DESARROLLO 26
10.4 PRECAUCIONES DE SEGURIDAD 26
10.5 ANEXO 1 - REGLAMENTO DE CATEGORÍAS MENORES 27
10.6 ANEXO 2 - APÉNDICE AL REGLAMENTO DE COMPETICIONES RELATIVO A LA COMPETICIÓN DE ACUATLÓN 29
10.7 ANEXO 3 - APÉNDICE AL REGLAMENTO DE COMPETICIONES RELATIVO A LA COMPETICIÓN DE CONTRARRELOJ POR EQUIPOS. APLICABLE PARA DUATLÓN Y TRIATLÓN 30

REGLAMENTO DE COMPETICIÓN

1 REGLAS GENERALES

El presente reglamento de competición se aplicará en competiciones de triatlón, duatlón, triatlón de invierno, duatlón de montaña, cuadriatlón, triatlón de montaña y acuatlón celebradas en España y aprobadas por la Federación Española de Triatlón.

1.1 DEFINICIÓN

A TRIATLON:

1.1.1 El Triatlón es un deporte combinado y de resistencia, en el cual el participante realiza tres pruebas. Éstas son: natación, ciclismo y carrera a pie. El orden es el señalado y el cronómetro no se para durante todo el tiempo que dure la competición.

B OTRAS MODALIDADES RECONOCIDAS POR LA ITU:

1.1.2 El Duatlón es un deporte combinado y de resistencia, en el cual el participante realiza dos pruebas en tres segmentos. Éstos son: carrera a pie, ciclismo y carrera a pie. El orden es el señalado y el cronómetro no se para durante todo el tiempo que dure la competición.

1.1.3 El Triatlón de Invierno es un deporte combinado y de resistencia, en el cual el participante realiza tres pruebas. Éstas son: carrera a pie, ciclismo y esquí de fondo. El orden es el señalado y el cronómetro no se para durante todo el tiempo que dure la competición.

1.1.4 El Acuatlón es un deporte combinado y de resistencia en el cual el participante realiza dos pruebas en tres segmentos. Esta son: carrera a pie, natación y carrera a pie. El orden es el señalado y el cronómetro no se para durante todo el tiempo que dure la competición.

C OTRAS MODALIDADES NO RECONOCIDADS POR LA ITU:

1.1.5 El Triatlón de Montaña es un deporte combinado y de resistencia, en el cual el participante realiza tres pruebas. Éstos son: natación, ciclismo todo terreno y carrera a pie. El orden es el señalado y el cronómetro no se para durante todo el tiempo que dure la competición.

1.1.6 El Duatlón de Montaña es un deporte combinado y de resistencia, en el cual el participante realiza dos pruebas en tres segmentos. Éstos son: carrera a pie, ciclismo todo terreno y carrera a pie. El orden es el señalado y el cronómetro no se para durante todo el tiempo que dure la competición.

1.1.7 El Cuadriatlón es un deporte combinado y de resistencia, en el cual el participante realiza cuatro pruebas. Éstos son: natación, piragüismo, ciclismo, carrera a pie. El orden es el señalado y el cronómetro no se para durante todo el tiempo que dure la competición.

1.2 DISTANCIAS

1.2.1 Se establecen las siguientes categorías de competiciones en función de las distancias:

Distancia	Sprint	Corta	Larga
Triatlón	0,75-20-5	1,5-40-10	3,5-120-30
Duatlón	5-20-2,5	10-40-5	14-60-7
Triatlón de invierno		10-25-10	15-40-15
Triatlón de Montaña	0.750-10-4	1.5-20-8	
Duatlón de Montaña		6-20-3	12-40-6
Cuadriatlón		2,5-10-50-10	5-20-100-20

Las distancias del acuatlón son 2.5-1-2.5.

1.2.2 Todas las distancias se expresan en kilómetros

1.3 PARTICIPANTES

1.3.1 En las competiciones aprobadas por la Federación Española de Triatlón pueden participar los deportistas que se encuentren en posesión de la Licencia Federativa expedida por la Federación Española o cualquier otra Federación que esté adscrita a la I.T.U.

1.3.2 Los atletas que estén bajo suspensión impuesta por la Federación Española de Triatlón, o por el organismo nacional de Triatlón de su país, y los que estén en la Lista Negra de la ONU, no están autorizados a competir en competiciones aprobadas por la Federación Española de Triatlón.

1.4 CATEGORÍAS

1.4.1 Se establece una categoría absoluta masculina y otra femenina.

1.4.2 Además de la categoría absoluta, a la que pertenecen todos los participantes, éstos podrán pertenecer a los siguientes grupos de edad, según sus edades e independientemente de su sexo:

1.4.3

15/16 años:	Juveniles
17/19 años:	Júnior
20/23 años:	sub. 23
40/49 años:	Veteranos 1
50/59 años:	Veteranos 2
60 o más años:	Veteranos 3

Cuando en una competición no haya categoría Júnior, estos se encuadrarán en la sub. 23 en los casos en los que la distancia lo permita.

1.4.4. La categoría de edad estará determinada por la edad del participante el 31 de diciembre del año en que se celebre la competición.

1.4.5. En las competiciones de grupos de edad se podrán establecer otros grupos diferentes a los contemplados en este reglamento. Las Categorías Menores se regirán por el Reglamento Anexo.

1.4.6. Se podrán organizar campeonatos y competiciones oficiales para las siguientes categorías, y sobre las siguientes distancias:

Juveniles:	Distancias menores que la corta
Júnior de primer año:	Distancias menores que la corta
Júnior de segundo y tercer año:	Distancias menores que la larga

Los participantes de cualquier grupo de edad pueden participar en cualquier campeonato o competición oficial siempre que la distancia sobre la que se disputa sea compatible con las máximas impuestas en esta regla.

1.5 EQUIPOS

1.5.1. Cuando una prueba incluya una clasificación por equipos:

a. Si se trata de una Competición de Clubes, todos los integrantes de dicho club formarán parte automáticamente del mismo.

b. Si es una Competición por Autonomías, el número máximo de componentes vendrá determinado en el Reglamento del Campeonato de España por Autonomías.

c. Si se trata de la Competición de Contra-reloj por equipos se tendrá en cuenta el Reglamento de dicha competición.

d. Los equipos pueden estar formados por deportistas de cualquier edad, siempre que las distancias sean compatibles con la edad del participante.

1.5.2. La suma de tiempos de los tres mejores clasificados de un equipo proporcionará el resultado final en la clasificación por equipos. En ésta sólo aparecerán los equipos con un mínimo de tres participantes en línea de meta.

Habrá una clasificación diferente para equipos masculinos y femeninos.

1.5.3. En los Campeonatos de España por Autonomías no se permitirá la inclusión de ningún extranjero en los componentes de los equipos.

En las competiciones por equipos/clubes se permite la participación de extranjeros, no obstante sólo podrá puntuar por el mismo, UNO.

2 REGLAS GENERALES PARA LOS PARTICIPANTES

2.1 RESPONSABILIDAD GENERAL

2.1.1. Es responsabilidad del participante estar bien preparado para la prueba. Es decir, gozar de buena salud física en general, así como tener un nivel aceptable de preparación. La posesión de la licencia federativa no asegura ni cubre esta responsabilidad.

2.1.2. El participante tiene la obligación de conocer y respetar estas reglas de competición, así como las normas de circulación y las instrucciones de los responsables de cada prueba. También es obligación del participante el conocimiento de los recorridos, para lo cual éstos deberán estar marcados claramente al menos 24 horas antes del comienzo de la competición. En los Campeonatos de España 48 horas.

2.1.3. El participante tiene que estar en posesión de la licencia en vigor expedida por la Federación Española de Triatlón. Esta licencia será requerida para el acceso al área de transición o en cualquier otro momento que el organizador o el Juez General de la Competición estimen oportuno.

El organizador deberá indicar en la información de la prueba la obligatoriedad de presentar la licencia, así como el momento en que ésta será requerida.

2.2 EQUIPACIONES Y DORSALES

2.2.1. El participante es responsable de su propio equipo y ha de comprobar que sus características se ajusten al presente reglamento. Además, deberá utilizar, sin modificar, todos los dorsales y elementos de identificación proporcionados por el organizador y aprobados por el Delegado Técnico. La sanción por no cumplir esta regla es la descalificación.

2.2.2. En las pruebas de triatlón, cuadriatlón y acuatlón, el organizador deberá disponer de personal encargado de marcar el número de dorsal en el cuerpo de los participantes. Este marcaje se realizará, al menos, en un brazo y en la pierna izquierda, de forma que los marcajes sean visibles en los segmentos de ciclismo y carrera a pie.

2.2.3. El dorsal para el tronco deberá ser completamente visible desde atrás, en los segmentos ciclistas y desde delante en la carrera a pie, esquí de fondo y piragüismo. Además los dorsales de bicicleta, piragua y todos los que el organizador y/o el delegado técnico establezcan, deberá ajustarse a las indicaciones de la prueba.

a. En las pruebas de duatlón y duatlón de montaña, será obligatorio llevar los dorsales sujetos por sus cuatro esquinas.

b. El dorsal no debe ser cortado, doblado o escondido.

c. Los dorsales deberán colocarse de modo que sean perfectamente visibles durante toda la competición.

d. La sanción para las infracciones a estos apartados será la advertencia y si no se rectifica, la descalificación.

2.2.4. El dorsal aportado por el organizador no debe exceder los 400 cm_2, y el número debe ocupar, al menos, 180 cm_2. Debe estar confeccionado de material que no se deteriore con el agua. El delegado técnico, de acuerdo con el organizador, puede decidir el uso de algún otro elemento de identificación, si las condiciones de control de la prueba lo requieren.

2.2.5. Los participantes no podrán competir con el torso desnudo, excepto en el segmento de natación. En todo momento la parte inferior del tronco habrá de estar adecuadamente cubierta. La sanción por no cumplir estar normas es la advertencia. El participante, entonces, deberá parar hasta que corrija el defecto. Si la rectificación no se produce, la sanción será la descalificación.

2.2.6. La publicidad está permitida, tanto en el equipamiento como en el competidor, siempre que no interfiera las labores de identificación o control de los miembros de la organización o de los jueces.

2.3 CONDUCTA DE LOS PARTICIPANTES

2.3.1. El participante está obligado a respetar las normas de comportamiento establecidas en este reglamento. Las faltas con una gravedad determinada serán sancionadas conforme al reglamento de disciplina deportiva.

2.3.2. El participante que abandona la competición está obligado a quitarse el dorsal y comunicar a los jueces su abandono. La infracción a esta regla se castigará conforme al reglamento de disciplina deportiva.

2.3.3. En todo momento el participante está obligado a respetar el medio ambiente de la zona en que se celebra la competición, no abandonando ni arrojando objetos, ni actuando de forma agresiva con el entorno. La sanción por violar esta norma es la advertencia.

2.4 APOYOS O AYUDAS EXTERIORES

2.4.1. Los participantes no pueden recibir ningún tipo de ayuda, ni externa ni entre sí, al margen de la establecida, y en las zonas determinadas, por la organización. En las pruebas de distancia larga, esta ayuda podrá ser proporcionada por los asistentes del participante, pero siempre dentro de las zonas establecidas. El incumplimiento de esta norma será sancionado con la descalificación del participante que ha recibido la ayuda.

2.4.2. Los participantes no pueden ser acompañados ni apoyados desde embarcaciones, vehículos o a pie. Si esto se produce, el participante será advertido. Si la situación no es rectificada, la sanción es la descalificación. Los ayudantes o entrenadores podrán dar sus consejos e informaciones situándose a los lados del recorrido, y permaneciendo quietos al paso de los participantes.

2.4.3. El personal acreditado para el acceso a los circuitos y para el uso de los vehículos, no podrá hacer uso de éstos para dar apoyo externo o instrucciones a los participantes.

2.5 DOPAJE

2.5.1. El dopaje está prohibido. En todo lo relacionado con el dopaje, se seguirán las reglas antidopaje de la Comisión Antidopaje de la Federación Española de Triatlón.

3 SUPERVISIÓN Y CONTROL

3.1 PERSONAL

3.1.1. Delegado Médico de la competición. Será nombrado por la Federación correspondiente a la categoría de la prueba en función del ámbito de la misma. Las funciones serán las siguientes:

a. Representar al comité médico nacional en la competición.

b. Supervisar el control antidopaje. Para ello solicitará del organizador de la prueba la siguiente información:

- Médico encargado del control.
- Técnicos asistentes.
- Ayudantes.
- Plano de disposición del área de control antidopaje.

c. Decidir la retirada de un participante, en función de la gravedad de las lesiones apreciadas.

El Médico de la prueba será aportado por el organizador y es el encargado de atender los casos que durante la prueba se produzcan (desfallecimientos, caídas, accidentes, etc.)

3.1.2. Delegado Técnico de la competición. En todas las competiciones habrá un delegado técnico, que será de los nombrados con esa categoría por la Federación competente según el carácter y ámbito de la competición.

Las funciones del delegado técnico son las siguientes:

a. Representar a la Federación correspondiente, en asuntos técnicos, en la competición.

b. Recibir información descriptiva de la prueba por parte del organizador, visitar sobre el terreno los circuitos propuestos para la competición, y repasar con aquél todos los detalles.

c. Inspeccionar los planos de recorridos, difusión de la competición, descripciones de los segmentos. Esta inspección deberá realizarse, como muy tarde, un mes antes de la celebración de la prueba.

d. Realizar la inspección final de la competición, en los dos o tres días previos a la misma.

e. Enviar un informe al colegio de jueces correspondiente.

f. Comprobar que todos los extremos de la competición se ajustan al presente reglamento. En caso contrario, el delegado técnico está autorizado para ordenar al organizador la reestructuración de la prueba.

g. Formar parte del comité de apelación de la prueba y emitir el acta final.

h. Autorizar la obligatoriedad de normas no escritas en este reglamento. Por ejemplo, el uso de muñequeras, pegatinas en el casco, etc.

i. Elevar un informe posterior a la prueba, que será enviado, como mínimo, al organizador a la federación correspondiente.

j. Acompañar al Juez General de la competición en la última inspección, informarle de todos los aspectos específicos de la prueba, y entregarle la autoridad técnica y reglamentaria al inicio de la misma.

k. Resolver cualquier circunstancia no prevista en este reglamento que surja durante todas las fases previas y durante la celebración de una competición.

3.1.3. Juez general de la competición. En toda prueba deberá haber un Juez General de la misma, designado por el Colegio de Jueces de la federación correspondiente. Dicho juez deberá tener la categoría, como mínimo, de juez nacional. Además, en las pruebas nacionales o internacionales, el Colegio Nacional de Jueces podrá designar otros dos jueces más, ambos de categoría nacional.

Las funciones del Juez General serán las siguientes:

a. Inspeccionar el recorrido de las pruebas, junto con el delegado técnico y, en su caso, los demás jueces.

b. Dirigir a los demás jueces, cuentavueltas y demás personal ayudante aportado por la organización; asignarles sus cometidos e instruirles sobre ellos. El Juez General tiene autoridad total sobre todos los demás jueces.

c. Repasar la organización, desarrollo y resultados de la competición, en colaboración con el Delegado Técnico y el resto de los jueces, tras finalizar ésta.

d. Remitir un informe al Colegio de Jueces correspondiente, a la federación de la comunidad donde se celebra la competición, y al organizador.

e. Ratificar, en su caso, las sanciones habidas durante la prueba, y hacerlas oficiales.

f. Informar a la Federación o federaciones correspondientes de las actitudes de indisciplina habidas, con el fin de establecer las medidas oportunas.

g. Aprobar los resultados finales, y hacerlos oficiales, con la reserva de las pruebas de dopaje.

h. Resolver cualquier circunstancia no prevista en este reglamento que surja durante la celebración de una competición.

3.2 CRONOMETRAJE

3.2.1. A.- El tiempo total de cada participante es el que se cuenta desde el momento de dar la salida hasta que se traspasa totalmente la línea de meta, al terminar el último segmento. El tiempo empleado en transiciones y reparaciones forma parte del tiempo total.

B.- los jueces tienen la obligación de tomar los tiempos parciales. Éstos se tomarán de la siguiente manera:

1. Primer segmento: desde la salida hasta el final del mismo.

2. Segundo segmento: desde el final del primer segmento hasta el inicio del tercero. Es decir, incluye las dos transiciones. En la modalidad de cuadriatlón, el segundo segmento terminará al terminar la piragua. Es decir, incluye sólo la transición natación-piragüismo. En esta modalidad, el tercer tiempo parcial incluye la segunda y la tercera transiciones.

3. Último segmento: desde su inicio hasta el final de la prueba. En la modalidad de cuadriatlón el tercer y cuarto segmentos se tomarán como el segundo y tercero de un triatlón.

C.- El tiempo final se determinará cuando el tronco del participante alcance la vertical de la línea de llegada.

D.- En caso de llegada al sprint y si no se cuenta con medios técnicos de determinación del ganador, será la decisión del juez de llegada la que determine el ganador.

En el caso de pruebas con cronometrajes automáticos, el Delegado Técnico informará con anterioridad al Juez General para la disposición de los jueces necesarios y para validar los resultados que se den mediante este sistema. No obstante debería

duplicarse al menos el cronometraje final por parte del Colegio de Jueces responsable de la prueba.

3.3 JUECES.

3.3.1. En toda prueba deberá haber jueces facilitados por la federación anfitriona. Las funciones de los jueces serán las siguientes:

a. Vigilar que se cumpla el presente reglamento durante la celebración de una competición.

b. Señalar las faltas e imponer las sanciones correspondientes, con objetividad e imparcialidad.

c. Dar parte por escrito al Juez General de la Competición de las sanciones impuestas.

d. Realizar el cronometraje oficial de la competición.

e. Estar a las órdenes del Juez General de la Competición.

3.4 SANCIONES

3.4.1. El incumplimiento, por parte de un participante, de las normas de competición contempladas en este reglamento, o de las indicaciones de los jueces, será motivo de sanción.

3.4.2. Las sanciones por infringir las normas son las siguientes:

a. Advertencia.
b. Descalificación.
c. Eliminación.

Cada sanción debe identificarse con la descripción del hecho, una referencia concreta a la regla infringida y al número de dorsal del participante infractor.

3.4.3. Los jueces de la competición y el comité de apelación, son las únicas personas o entidades autorizadas para imponer las sanciones.

3.4.4. La advertencia es la sanción para las faltas más leves. Se usará en los siguientes casos:

a. Cuando la violación de una norma no sea intencionada, y/o no suponga una situación de peligro para el participante o para terceras personas, y pueda ser corregida después de la advertencia.

Ejemplos de esta circunstancia serían: dorsales no visibles en su totalidad; no respetar las indicaciones de los jueces; usar indebidamente el espacio personal en el área de transición; calentar en una zona no permitida para ello; ir acompañado de alguna persona o vehículo ajeno a la competición; quitarse el gorro de natación antes de la zona indicada para ello; abandonar pertenencias en los boxes, fuera del espacio destinado al propio participante.

b. En cualquier otra circunstancia que, a criterio del juez, sea merecedora de esta sanción.

La advertencia se señalará al infractor mostrándole una tarjeta amarilla y pronunciando en voz alta su número de dorsal.

3.4.5. La descalificación es la sanción para las faltas graves, que afecten a la seguridad, la igualdad o el resultado, y/o no puedan ser corregidas.

El participante que haya sido sancionado con una descalificación está autorizado a continuar en la competición, y tiene derecho a interponer una apelación al final de la misma.

La descalificación será aplicada en los siguientes casos:

a. Cuando la infracción es intencionada. Por ejemplo: no portar alguno de los dorsales suministrados por la organización; sobrepasar la línea de salida antes de producirse ésta; no llevar el casco o llevarlo incorrectamente abrochado fuera de los boxes: no hacer los recorridos marcados.

b. Cuando la infracción genera o ha generado una situación de peligro. Por ejemplo, transportar avituallamiento en recipientes de vidrio; no respetar las normas de tráfico o las impuestas por el organizador.

c. Cuando el participante no corrige la infracción a una norma advertida por un juez, o incumple una orden dada por éste.

d. Cuando una infracción no pueda ser corregida, especialmente si ésta afecta o puede afectar a la seguridad, a la igualdad entre los participantes o al resultado final de la prueba.

e. Cuando un participante utilice ayudas artificiales no permitidas o reciba ayudas externas.

f. Cuando, en una misma competición, un participante cometa por segunda vez una infracción merecedora de advertencia.

g. En cualquier otra circunstancia que, a criterio del juez, sea merecedora de esta sanción.

La descalificación se señalará al infractor mostrándole una tarjeta roja y diciendo en voz alta su número de dorsal.

3.4.6. La eliminación se aplicará ante infracciones de especial gravedad, que puedan alterar las condiciones de seguridad y/o los resultados de una competición. El participante sancionado con una eliminación no está autorizado a continuar en competición. En caso de hacerlo, todas las responsabilidades en que pudiera incurrir con su actitud serán exclusivamente suyas, sin perjuicio de las sanciones disciplinarias a que hubiera lugar.

La eliminación se usará en los siguientes casos:

a. Cuando un participante haga, intencionadamente, cualquier gesto o movimiento que interfiera la progresión de otro participante.

b. Ante cualquier circunstancia de falta de respeto o violencia contra otro participante, o contra un juez, miembro de la organización o del público.

c. Cuando el participante haya falseado cualquiera de sus datos personales al inscribirse en una competición.

d. En caso de resultar positivo un análisis antidopaje.

e. En cualquier otra circunstancia que, a criterio del juez, sea merecedora de esta sanción.

La eliminación se mostrará al infractor mostrándole una tarjeta roja y diciendo en voz alta su número de dorsal.

3.4.7. En todos los casos de sanciones, los jueces que impongan las mismas deberán informar por escrito al Juez General de la Competición lo antes posible.

3.4.8. No es necesario que las sanciones sean impuestas por el mismo juez.

3.4.9. El incumplimiento de las normas referidas al material podrá ser sancionado:

a. No permitiendo la entrada a la zona de transición si se detecta en el control de material, pudiendo rectificarse y pasando de nuevo el control.

b. Con la descalificación si se detecta durante el transcurso de la competición o al finalizar la misma.

3.4.10. El Juez General de la Competición publicará la lista de descalificados como máximo quince minutos después de la entrada en meta del último participante. En la lista se reflejará la hora de publicación, a partir de la cual los participantes dispondrán de una hora para realizar las reclamaciones que consideren oportunas.

3.5 COMITÉ DE APELACIÓN

3.5.1. En toda competición deberá existir un comité de apelación. El lugar y la hora de reunión de sus miembros, así como los nombres de sus componentes, serán anunciados antes del inicio de la competición.

El comité de apelación consta de:

a. Un representante técnico de la Federación Española de Triatlón, o de la Federación anfitriona de la competición.

b. El delegado técnico de la competición, que será el presidente.

c. Un representante técnico de la federación territorial de la Comunidad donde se celebre la competición, o un representante técnico de los clubes inscritos, escogido por sorteo.

3.5.2. El Juez General de la Competición y los jueces involucrados en las sanciones que se discuten, deberán estar localizables para poder ser consultados por este comité.

3.5.3. Si algún miembro del comité de apelación tiene vínculos de cualquier naturaleza con alguna de las partes implicadas, no podrá tomar parte en el proceso. Si más de uno de los miembros del comité estuviera en ese caso, se deberá nombrar otro comité.

3.6 APELACIONES Y RECLAMACIONES

3.6.1. Se podrán hacer apelaciones y reclamaciones contra las listas de salida, las clasificaciones provisionales, la conducta de otro participante o de otros involucrados en una infracción, irregularidades en la organización de la competición, decisiones de los jueces. Las apelaciones podrán ser realizadas por el participante y/o por los técnicos de los clubes inscritos.

3.6.2. Los participantes podrán hacer sus apelaciones:

a. En la hora anterior a la celebración de la reunión informativa.

b. En la media hora siguiente a la publicación de la lista de descalificados y las clasificaciones provisionales.

3.6.3. Las protestas serán formuladas por escrito y entregadas al Juez General de la prueba, junto con una fianza de importe igual a la mitad de la inscripción, con un mínimo de 6 Euros, quien a la vista de las alegaciones presentadas, rectificará (dando por nula la sanción impuesta) o se ratificará en al misma, entregando en este segundo caso dicha reclamación al Comité de Apelación para que sea éste quien resuelva el caso. En los supuestos en que el Juez General anule la sanción o sea Comité de Apelación quien resuelva a favor del recurrente, le será devuelto el importe de la fianza depositada.

3.6.4. Tras recibir la apelación, El presidente del comité se reunirá con el resto de los miembros e intentará escuchar a todas las partes implicadas y estudiar las pruebas aportadas. Si el que realiza la apelación no pudiera estar presente, sus argumentos pueden ser dejados por escrito al presentar el escrito de apelación. El incumplimiento de esta norma puede invalidar la apelación.

3.6.5. Habiendo escuchado todas las posibles evidencias, el comité se retirará a considerar su veredicto, que será final e irrevocable. La decisión será dada al denunciante primero verbalmente y después por escrito, en las siguientes 24 horas.

4 ÁREAS DE TRANSICIÓN

4.1 DISEÑO

4.1.1. Las áreas de transición deben estar limpias, situadas en terreno firme y claramente delimitadas. Deben estar diseñadas de forma que ningún participante pueda obtener ventaja en la transición. La entrada y la salida deben estar separadas, preferentemente en extremos opuestos del área. Se debe evitar el cruce entre participantes. También deben existir dos zonas cerradas para que los participantes puedan hacer uso de ellas si desean desnudarse.

4.1.2. Si el segmento de natación se realiza en el mar, debe haber duchas de agua dulce a la salida de dicho segmento.

4.1.3. El área de transición posterior a un segmento ciclista no puede estar situada después de un descenso pronunciado.

4.1.4. En las proximidades del área de transición, pero nunca en su interior, debe haber disponibilidad de comida, bebida, puesto de primeros auxilios y servicios higiénicos. Los puestos correspondientes serán controlados por personal de la organización.

4.1.5. En el área de transición, el espacio destinado para cada participante debe situarse según un orden numérico lógico. El número de cada participante estará claramente marcado en su sitio reservado.

4.2 ACCESO

4.2.1. Sólo los jueces, el personal responsable de la organización, los técnicos de los clubes, hasta el comienzo de la competición, y los participantes que hayan acreditado su condición de tales podrán estar en estas áreas. Los técnicos, no obstante, no podrán estar en estas áreas durante el tiempo que dure la competición.

4.2.2. Todos los participantes deberán identificarse adecuadamente para tomar parte en una competición. Esta identificación se efectuará, cuando sea requerida por el organizador, el delegado técnico o los jueces, mediante la licencia federativa en vigor, acompañada de un documento oficial con foto (DNI, pasaporte, etc.). En caso de no poseer la licencia, el participante deberá acreditar su condición de federado con un justificante de la Federación Española de Triatlón o de la Territorial, acompañado de un documento oficial con foto.

El organizador debe indicar en la información de la prueba el momento y la forma de solicitar la identificación de los participantes.

4.3 CONTROL DE MATERIAL

4.3.1. Todos los participantes deberán pasar el control de material antes de la competición. Este control será realizado por los jueces a la entrada del área de transición.

4.3.2. Los jueces observarán, en el control de material:

a. Las condiciones reglamentarias y de seguridad del traje isotérmico, cuando esté permitido o sea obligatorio; del material de ciclismo, especialmente bicicleta y casco; del material de esquí de fondo y sus posibles recambios; del material de piragüismo, especialmente piragua y chaleco salvavidas.

b. La posesión y correcta colocación de todos los dorsales que el organizador el delegado técnico consideren oportunos, previa publicidad de su obligatoriedad.

4.4 USO DEL ÁREA Y TRÁFICO

4.4.1. Cada participante podrá usar exclusivamente el espacio marcado con su número de dorsal, así como los pasillos de acceso y salida del mismo.

4.4.2. Está prohibido circular en bicicleta por las áreas de transición.

4.4.3. Todos los participantes deberán circular por las áreas de transición conforme al tráfico establecido por el organizador.

4.4.4. El personal de la organización podrá, previo acuerdo del organizador y el delegado técnico, entregar y/o recoger la bicicleta y el material en la zona de transición. Esta ayuda, si existe, será igual para todos los participantes.

4.4.5. La sanción por infringir cualquiera de las normas de este apartado es la advertencia.

4.5 SEGURIDAD

4.5.1. En todas las áreas de transición habrá al menos una ambulancia y un puesto de primeros auxilios.

5 NATACIÓN

5.1 RECORRIDOS

5.1.1. El segmento de natación tendrá lugar en aguas abiertas. En casos excepcionales el Delegado Técnico podrá autorizar su celebración en piscina. La prueba de natación de un Campeonato de España deberá celebrarse siempre en aguas abiertas.

5.1.2. El organizador deberá incluir en la información de la prueba, al menos, las siguientes informaciones: distancia a recorrer, tipo de escenario, corrientes, oleajes, profundidad, temperatura del agua previsible en la fecha de la competición.

5.1.3. Si existe una corriente uniforme en el sentido en que se nada, la distancia del segmento deberá ser alargada conforme a las indicaciones del Delegado Técnico. No está permitido nadar con una corriente favorable de más de 2 nudos. Tampoco se podrá nadar contra una corriente de más de 0,3 nudos.

(Un nudo equivale a 1.852 m./h.).

5.1.4. El trazado del segmento se realizará de forma que evite las aglomeraciones, especialmente en la salida y en los cambios de dirección. No podrá haber un cambio de dirección, al menos, en los primeros 250 m.

5.1.5. El recorrido se marcará, como mínimo, cada 100 metros, con boyas de colores brillantes, con una altura de, al menos, 1,5 m sobre la superficie.

5.1.6. El primer nadador deberá ir precedido de una embarcación no motorizada, a una distancia mínima de 25 m.

5.1.7. La medición oficial del recorrido se efectuará desde el punto en que se debe comenzar a nadar hasta el punto en el que se permite caminar para salir del agua. Ambos puntos deben estar señalizados también con boyas.

5.1.8. La profundidad del agua durante todo el recorrido deberá ser de, como mínimo, 1 metro.

5.1.9. El Delegado Técnico podrá autorizar la celebración del segmento en dos vueltas, separadas por un recorrido por la playa. Este recorrido no podrá ser mayor de 100 m.

5.2 TEMPERATURA DEL AGUA

5.2.1. El uso de traje isotérmico puede ser obligatorio, permitido o prohibido, en función de la distancia (en metros) y la temperatura del agua (en ºC) expresadas en la siguiente tabla:

Distancia	Obligatorio	Permitido	Prohibido
Hasta 1500	13- 15,9	16,0-21,9	desde 22,0
Hasta 2500	13- 16,9	17,0-22,9	desde 23,0
Desde 2500	13- 17,9	18,0-23,9	desde 24,0

Los triatletas de 50 o más años les está permitido participar con el traje isotérmico sea cual fuese la temperatura del agua.

5.2.2. Con el fin de garantizar la seguridad de los participantes, cuando sea obligatorio el traje isotérmico se establecen los siguientes límites de longitud y permanencia en el agua:

Temperatura	Longitud máxima	Tiempo de estancia
16,0 - 16,9	4.000 m.	2h. 15’
15,0 - 15,9	3.000 m.	1h 40’
14,0 - 14,9	2.000 m.	1h 10’
13,0 -13,9	1.000 m.	35’

Si la temperatura del agua es inferior a 13 ºC, no se podrá celebrar la prueba de natación.

5.2.3. La temperatura del agua se mide en varios puntos del recorrido y a una profundidad de 50 cm. La medición oficial se tomará entre 1 y 3 horas antes de la salida, y será llevada a cabo por un juez. La temperatura oficial será la más baja de las registradas. El organizador es responsable de una medición previa de la temperatura, con el fin de estar preparado para un acortamiento del recorrido.

5.2.4. El Delegado Técnico podrá autorizar u obligar el traje isotérmico atendiendo a razones de seguridad, independientemente de la temperatura del agua.

5.3 EQUIPAMIENTO

5.3.1. El equipamiento obligatorio para el segmento de natación consiste en:

a. Prenda que cubra el cuerpo adecuadamente.
b. Gorro con el número de dorsal, suministrado por la organización.
c. Traje isotérmico, cuando las circunstancias de temperatura del agua así lo exijan.

El traje isotérmico debe consistir en no más de tres partes separadas. Cuando sea de varias piezas, la zona de superposición, con el participante colocado de pie, no debe superar los 5 cm. No se permite el uso de una parte inferior pantalón) de neopreno, ni el uso de guantes o calcetines.

Todos los cierres del traje deberán ser muy ajustados, las costuras soldadas o pegadas, y las partes metálicas estarán protegidas para evitar daños a otros participantes.

El grosor del neopreno no podrá superar los 5 mm. en ninguna parte del traje. El grosor del tronco y el de las extremidades debe ser uniforme, y el de las extremidades nunca mayor que el del tronco.

5.3.2. El uso de cualquier elemento de neopreno cuando se decrete la prohibición del traje isotérmico, está prohibido, y supondrá la descalificación.

5.3.3. Las ayudas artificiales, tales como el uso de palas, manoplas, aletas, tubos respiratorios, etc., no están permitidas. Las manos y pies deben ir descubiertos. La sanción por la infracción de esta regla es la descalificación. Las gafas de natación están permitidas.

5.4 ESTILO

5.4.1 El participante puede nadar en el estilo que desee. Está permitido caminar o correr por el fondo, al principio y al final, pero sólo antes y/o después de las boyas que marcan la medición oficial. También se permite pararse donde se haga pie, o junto a las corcheras o boyas colocadas a lo largo del recorrido, pero no está permitido utilizar estos elementos para progresar. La sanción por infringir esta norma es la descalificación.

5.5 PRECAUCIONES DE SEGURIDAD

5.5.1. El organizador deberá tomar las siguientes precauciones de seguridad:

a. Registro de participantes antes y después del segmento.
b. Seguimiento con embarcaciones a lo largo del recorrido, en una proporción mínima de una embarcación por cada 50 participantes. Disponibilidad alguna de ellas con motor.
c. Socorristas.
d. Ambulancia.
e. Puesto de primeros auxilios y tiendas para el recalentamiento.

5.5.2. El personal asignado para la seguridad no estará alejado nunca más de 100 m. de los participantes.

5.5.3. Los jueces de la prueba, el delegado médico y sus asistentes de seguridad tienen capacidad para ordenar la retirada de un participante durante el segmento de natación, por razones de seguridad o cuando el tiempo límite haya sido superado. No obstante, los participantes son responsables de su actuación y de las consecuencias de ésta durante este segmento.

5.6 SALIDA

5.6.1. La zona de salida debe ser amplia y tener capacidad suficiente para todos los participantes.

5.6.2. El organizador delimitará una zona de calentamiento dentro del agua, que necesariamente deberá estar separada de la zona de competición.

5.6.3. Para acceder a la zona de competición, los participantes deberán pasar por una zona donde se realizará un recuento de los mismos. Esta zona estará situada fuera del agua, sólo podrá ser abandonada hacia la salida, y sólo bajo las indicaciones de los jueces.

5.6.4. La línea de salida estará delimitada por un elemento lineal físico, que será levantado por los jueces en el momento de producirse ésta. Ningún participante podrá tocar ni sobrepasar esta línea hasta el momento en que la salida sea dada. La sanción por infringir esta norma es la descalificación.

5.6.5. Las voces de salida serán:

a. “¡Atención, triatletas / cuadriatletas!”. Significa que en algún momento dentro del siguiente minuto se dará la salida.

b. “¡Ya!”. Es la voz efectiva de salida. Esa voz podrá ser sustituida por una señal acústica.

5.7 DESARROLLO

5.7.1 No hacer los recorridos marcados es motivo de descalificación aunque no suponga un recorte en distancia de los mismos.

6 CICLISMO

6.1 RECORRIDOS

6.1.1. El segmento ciclista puede ser llevado a cabo conforme a dos modalidades diferentes:

a. No está permitido ir a rueda. En este caso serán de aplicación todas las reglas de este apartado.

b. Sí está permitido ir a rueda. En este caso no será de aplicación la regla 6.4.2., incluida en el apartado "DESARROLLO DEL CICLISMO".

6.1.2. El organizador deberá incluir en la información de la prueba, al menos, las siguientes informaciones: modalidad del segmento ciclista (es decir, si se permite o no ir a rueda), distancias, desniveles acumulados y máximos de ascenso y descenso, recorridos, cruce de localidades, etc.

6.1.3. El recorrido debe hacerse por calles y carreteras sobre superficies duras (asfalto). La arena y grava serán barridas, especialmente en las curvas. Si el recorrido es abierto, todos los cruces deberán estar controlados y marcados con señales que digan: "Atención: carrera". También se pondrá este cartel en la parte trasera de los coches autorizados a seguir la competición.

6.1.4. Todos los giros y maniobras que puedan crear confusión deberán marcarse en el firme con pintura, con una antelación de, al menos, 100 m, y deberá confirmarse la dirección correcta 15 m. después de la maniobra. Además, todos los giros a la izquierda y otros que el Delegado Técnico estime oportuno, deberán ser cubiertos por personal responsable de la organización.

También se deben marcar todos los obstáculos tales como baches importantes, obras, etc.

La distancia estará marcada claramente cada 5 km.

6.1.5. Todos los marcajes y señalizaciones deberán ser hechos efectivos, al menos, 48 h. antes del inicio de la competición.

6.1.6. La salida debe hacerse sobre superficie firme, evitando las superficies que se vuelvan resbaladizas con la lluvia.

6.2 EQUIPAMIENTO

6.2.1. El equipamiento obligatorio para el segmento ciclista consiste en:

a) Prenda o prendas que cubran el cuerpo adecuadamente.
b) Bicicleta conforme a las especificaciones del presente reglamento.
c) Casco rígido conforme a las especificaciones del presente reglamento
d) Número de dorsal en la bicicleta, visible en lectura horizontal desde la izquierda, y en el tronco, totalmente visible desde la espalda del participante.

6.2.2. Los participantes son responsables personalmente de que su equipo esté en condiciones reglamentariamente satisfactorias al comienzo de la prueba. dentro del equipamiento se incluye el material de reparaciones y recambios, que sólo podrá ser transportado por el participante, y sólo durante la prueba.

6.2.3. Se puede utilizar cualquier tipo de bicicleta que cumpla las siguientes especificaciones:

a. No más de 2 m. de longitud ni más de 75 cm de anchura.
b. La distancia mínima desde el suelo al eje pedalier será de 24 cm.
c. La línea imaginaria vertical que pase por la parte delantera del sillín deberá pasar entre 5 cm. por delante y 15 cm. por detrás del eje pedalier. Esta especificación no podrá ser modificada durante la competición.
d. La distancia entre el eje pedalier y el centro de la rueda trasera será de entre 54 y 65 cm. Se podrán hacer excepciones para las bicicletas de corredores muy altos o muy bajos.
e. No se permite el uso de carenados.
f. No se permite utilizar ruedas con mecanismos que faciliten su aceleración. A esos efectos, el interior de las ruedas lenticulares opacas deberá ser fácilmente inspeccionable por un juez.
g. 1. En las pruebas en las que no esté permitido ir a rueda, los manillares podrán montar un acople. El acople podrá ser de una o dos piezas. Sobre el acople podrán montarse pantallas de pulsómetros, cuentakilómetros o controladores similares; sistemas de hidratación, palancas de cambio u otros sistemas de cambio sin palancas.

   2. En las pruebas en las que esté permitido ir a rueda, el manillar deberá ser de curva tradicional en bicicletas de carretera o recto en bicicletas de montaña y podrá ir provisto de un acople que no podrá sobrepasar el plano vertical que determinan los extremos anteriores de las manetas de freno. Las manetas de freno estarán montadas en el manillar y no en el acople. El acople podrá ser de una o dos piezas que deberán estar unidas por una pieza rígida en el caso de que las dos piezas no estén curvadas una hacia la otra. Sobre el acople podrán montarse pantallas de pulsómetros, cuentakilómetros o controladores similares y cambios del sistema “grip-shift”. En la parte interior del acople podrán colocarse sistemas de hidratación.

h. Cada rueda deberá contar con un freno.

6.2.4. El uso de casco rígido, correctamente abrochado, es obligatorio desde antes de coger la bicicleta hasta después de dejarla en la zona de transición. Esto incluye, por tanto, todo el segmento de ciclismo y los recorridos por las áreas de transición en posesión de la bicicleta. La penalización por violar esta norma es la advertencia, salvo en los recorridos por las áreas de transición en posesión de la bicicleta en que se penalizará con la advertencia y si no rectifica, la descalificación. Los cascos deben cumplir las siguientes especificaciones:

a. Carcasa rígida, de una sola pieza y superficie deslizante.
b. Cierre de seguridad.
c. Las correas no pueden ser elásticas, y deben ir unidas a la carcasa en, al menos, tres puntos.
d. Deben cubrir los parietales.

6.2.5. Otros equipamientos. Los recipientes que contengan comida o bebida para ser transportados por los participantes no podrán ser de materiales frágiles (vidrio, barro, etc.).

6.2.6. La sanción por violar cualquiera de las reglas del presente apartado es la descalificación.

6.3 NORMAS DE TRÁFICO

6.3.1. Debe existir una autorización y un control absoluto de la competición por parte de las autoridades de tráfico. Los participantes tendrán la máxima preferencia, pero tienen la obligación de respetar todas las normas de tráfico si el circuito no ha sido totalmente cerrado. La penalización por no obedecer estas normas es la descalificación.

6.3.2. El organizador, de acuerdo con el delegado técnico, podrá decidir la circulación según normas especiales, tales como giros, circulación por la izquierda, etc.

6.4 DESARROLLO DEL CICLISMO

6.4.1. No está permitido recibir ayuda exterior ni de otro participante durante el transcurso de la competición. La sanción por violar esta norma es la descalificación.

6.4.2. Esta regla se aplicará a las competiciones en las que no esté permitido ir a rueda: No está permitido aprovechar la estela de otro competidor o de un vehículo durante el segmento ciclista. Se considerará que un participante está infringiendo esa norma cuando se encuentre a menos de 10 m. por detrás o 1,5 m. a un lado de otro participante, o en algún lugar dentro del rectángulo delimitado por estas distancias. En el caso de vehículos, el rectángulo es de 35 m. de longitud y de 2,5 m a cada lado. La sanción por violar esta norma será:

"Para y sigue". Esta sanción significa que el participante debe detenerse totalmente, apoyar ambos pies en el suelo y esperar que el juez correspondiente le autorice a continuar en competición. Esta autorización deberá producirse antes de los 30" siguientes a apoyar ambos pies en el suelo.

6.4.3. En las competiciones en que sí esté permitido ir a rueda, no está permitido aprovechar la estela de un participante de diferente sexo.

6.4.4. No hacer los recorridos marcados es motivo de descalificación aunque no suponga un recorte de distancia de los mismos.

6.4.5. En las pruebas en las que el segmento ciclista esté formado por varias vueltas a un mismo circuito, los corredores con vuelta perdida no podrán beneficiarse del sistema cuando esté permitido "ir a rueda" con respecto a los corredores que se encuentren en vuelta distinta.

6.4.6. El Delegado Técnico con el visto bueno del Organizador estará autorizado a poner en vigor la norma de eliminar a todos los corredores que en el segmento ciclista sean doblados, cuando por el número de vueltas y/o carácter elitista de la prueba así se considere.

Esta circunstancia se deberá hacer pública en todas las circulares, trípticos y medios de difusión de la prueba con el tiempo suficiente para que pueda ser conocido por todos los posibles participantes.

7 CARRERA A PIE

7.1 RECORRIDOS

7.1.1. El recorrido debe discurrir por carreteras, calles o caminos sobre superficie firme. Se evitarán los ascensos y descensos pronunciados, y las escaleras en sentido descendente. El recorrido estará escrupulosamente medido y marcado cada kilómetro. Antes y después de cada maniobra, deberá haber indicaciones claras, en el suelo o en paneles verticales.

7.1.2. En las modalidades de montaña, al menos el 60 % del segmento debe discurrir por terreno abierto, accidentado y no asfaltado (praderas, senderos, campo a través).

7.1.3. El organizador deberá incluir en la información de la prueba: distancias, desniveles positivos y negativos totales, perfil del recorrido, número de vueltas al circuito, si fuese preciso dar más de una, tipo de firme, porcentaje de asfalto, etc.

7.2 EQUIPAMIENTO

7.2.1. El equipamiento obligatorio para el segmento de carrera a pie consiste en:

a. Prendas que cubran adecuadamente el cuerpo.
b. Un dorsal, suministrado por la organización, que debe ser totalmente visible por delante del participante.
c. Cualquier otro elemento que el organizador, de acuerdo con el Delegado Técnico, considere oportuno (muñequeras, doble dorsal, etc.)

7.3 SALIDA

En las competiciones que comiencen con un segmento de carrera a pie, deberán observarse las siguientes normas:

7.3.1. La zona de salida debe ser amplia y tener capacidad suficiente para todos los participantes. Debe tener una anchura mínima de 5 m., y una longitud, sin curvas, de al menos 200 m.

7.3.2. El organizador delimitará una zona de calentamiento, que necesariamente deberá estar separada de la zona de competición.

7.3.3. Para acceder a la zona de competición, los participantes deberán pasar por una zona donde se realizará un recuento de los mismos. Esta zona sólo podrá ser abandonada hacia la salida, y sólo bajo las indicaciones de los jueces.

7.3.4. La línea de salida estará delimitada por una línea marcada en el suelo. Ningún participante podrá pisar ni sobrepasar esta línea hasta el momento en que la salida sea dada. La sanción por infringir esta norma es la descalificación.

7.3.5. Las voces de salida serán:

a. “¡Atención, duatletas / triatletas!”. Significa que en algún momento dentro del siguiente minuto se dará la salida.
b. “¡Ya!”. Es la voz efectiva de salida. Esta voz podrá ser sustituida por una señal acústica.

7.4 DESARROLLO

7.4.1 No hacer los recorridos marcados es motivo de descalificación aunque no suponga un recorte en distancia de los mismos.

7.4.2 Los participantes no podrán ser acompañados durante este segmento. La sanción por violar esta norma es la advertencia y si no rectifica, la descalificación.

7.5 LLEGADA

7.5.1. La línea de meta debe ser firme, limpia y claramente marcada. Deberá estar precedida de una recta de al menos 50 m. de longitud y con una anchura de al menos 2 m. Esta nunca podrá estar situada en un descenso.

7.5.2. A ambos lados de la línea de meta se situará un par de postes de al menos 1,5 m de altura, que serán utilizados por los jueces para la toma de tiempos.

7.5.3. Después de la meta deberá haber una zona de acceso restringido a participantes, técnicos de los clubes y personal autorizado. En esta zona deberá haber disponibilidad de avituallamiento sólido y líquido.

7.5.4. En el área de llegada, o en sus proximidades, deberá haber disponibilidad de:

a. Ambulancia.
b. Avituallamiento sólido y líquido. El agua será obligatoria.
c. Vestuarios con duchas.
d. Servicios higiénicos.
e. Oficina de secretaría para gestionar los resultados.

8 ESQUÍ DE FONDO

8.1 RECORRIDOS

8.1.1. El recorrido para el segmento de esquí de fondo se trazará sobre superficies onduladas. Siempre que sea posible, la pista deberá ser acondicionada para los estilos clásico y patinador.

8.1.2. El organizador deberá incluir en la información de la prueba: distancias, desniveles máximos y acumulados a superar, tanto en ascenso como en descenso, número de vueltas al circuito, etc.

8.1.3. La señalización del recorrido debe hacerse con elementos de colores vivos y que no sean peligrosos en caso de caída sobre ellos. Estos elementos deberán estar lo suficientemente próximos como para ser visibles en caso de niebla. La distancia debe señalizarse, como mínimo, cada dos kilómetros. En el último kilómetro deben señalizarse, además, los últimos 200 m.

8.1.4. Los pasos de carreteras deben ser cubiertos con nieve y controlados por un miembro de la organización.

8.2 EQUIPAMIENTO

8.1.1. El equipamiento obligatorio para el segmento de esquí de fondo consiste en:

a. Un par de esquíes de fondo, más largos que la estatura del participante, y el calzado adecuado para su uso. Los esquíes serán marcados por la organización para garantizar que no son sustituidos por otros durante el segmento.
b. Un par de bastones, más cortos que la estatura del participante.
c. Un dorsal, proporcionado por la organización, totalmente visible desde delante del participante.

8.3 DESARROLLO

8.3.1. El estilo a utilizar es libre. Los participantes están obligados a seguir la traza del estilo adoptado, respetando las del otro estilo, aunque se permite el cambio de un estilo a otro. La sanción por no respetar las trazas del estilo no utilizado será la advertencia y en caso de no corregir, la descalificación.

8.3.2. La totalidad del recorrido debe ser cubierta con los esquíes calzados.

8.3.3. El esquiador alcanzado o doblado está obligado a ceder el paso al que llega por detrás, dejando libre la traza o incluso deteniéndose. Éste último debe anunciarse con suficiente antelación. Esta regla no será válida en los últimos 200 m. de competición.

8.3.4. El segmento de esquí de fondo no se podrá celebrar a temperaturas inferiores a 20 grados bajo cero.

8.4 LLEGADA

8.4.1. La línea de meta debe ser firme, limpia y claramente marcada. Deberá estar precedida de una recta de al menos 50 m. de longitud y con una anchura de al menos 2 m. Esta nunca podrá estar situada en un descenso.

8.4.2. A ambos lados de la línea de meta se situará un par de postes de al menos 1,5 m de altura, que serán utilizados por los jueces para la toma de tiempos.

8.4.3. Después de la meta deberá haber una zona de acceso restringido a participantes, técnicos de los clubes y personal autorizado. En esta zona deberá haber disponibilidad de avituallamiento sólido y líquido, alimentos calientes y mantas.

8.5 PRECAUCIONES DE SEGURIDAD

8.5.1. El organizador deberá tomar las siguientes precauciones de seguridad:

a. Disponibilidad de un vehículo motorizado, adaptado para desplazamiento por la nieve, y para el transporte de personas.
b. Socorristas.
c. Ambulancia.
d. Puesto de primeros auxilios y tiendas para el recalentamiento.

8.5.2. Los jueces de la prueba, el delegado médico y sus asistentes de seguridad tienen capacidad para ordenar la retirada de un participante durante el segmento de esquí de fondo, por razones de seguridad o cuando el tiempo límite haya sido superado. No obstante, los participantes son responsables de su actuación y de las consecuencias de ésta durante este segmento.

9 PIRAGÜISMO

9.1 RECORRIDOS

9.1.1. El recorrido de piragüismo se realizará en aguas abiertas, pero las corrientes y las ondulaciones serán moderadas.

9.1.2. El organizador deberá incluir en la información de la prueba: distancias, escenario de la prueba, corrientes, vueltas al circuito, etc.

9.1.3. Si existe una corriente uniforme en el sentido en que se realiza el segmento, la distancia será alargada conforme a las indicaciones del Delegado Técnico.

9.1.4. No permitido realizar el segmento de piragüismo con una corriente favorable de más de 2 nudos. Tampoco se podrá realizar contra una corriente que supere los 0,3 nudos. (Un nudo equivale a 1.852 m/h.).

9.2 EQUIPAMIENTO

9.2.1. El equipamiento obligatorio para el segmento de piragüismo consiste en:

a. Prenda que cubra el cuerpo adecuadamente.
b. Una piragua conforme a las especificaciones de este reglamento.
c. Una pala de piragüismo.
d. (Suprimido este apartado).
e. Un dorsal adhesivo para la piragua, proporcionado por la organización.

9.2.2. La piragua utilizada deberá cumplir las siguientes especificaciones.

a. Deberá estar dotada de un par de flotadores en su interior uno a proa y otro a popa, para garantizar su flotabilidad en caso de vuelco. O bien,

b. El casco de la piragua deberá ser totalmente estanco.

9.2.3. El chaleco salvavidas es incompatible con el cubrebañera.

9.3 DESARROLLO

9.3.1. El tipo de piragua y el estilo a utilizar serán libres, mientras se ajusten al presente reglamento.

9.3.2. La totalidad del recorrido debe ser cubierta en la piragua.

9.4 PRECAUCIONES DE SEGURIDAD

9.4.1. El organizador deberá tomar las siguientes precauciones de seguridad:

a. Registro de participantes antes y después del segmento.
b. Seguimiento con embarcaciones a lo largo de todo el recorrido, en una proporción mínima de una embarcación por cada 50 participantes. Disponibilidad de alguna de ellas con motor.
c. Socorristas.
d. Ambulancia.
e. Puesto de primeros auxilios.

9.4.2. El personal asignado para la seguridad no estará alejado nunca más de 100 m. de los participantes.

9.4.3. Los jueces de la prueba, el delegado médico y sus asistentes de seguridad tienen capacidad para ordenar la retirada de un participante durante el segmento de piragüismo, por razones de seguridad o cuando el tiempo límite haya sido superado. No obstante, los participantes son responsables de su actuación y de las consecuencias de ésta durante este segmento.

10 BICICLETA DE MONTAÑA

10.1 RECORRIDOS

10.1.1. Los recorridos se realizarán por caminos y sendas con una ciclabilidad mínima del 90%. Deberán ser diseñados de forma que la bicicleta de montaña sea la más adecuada para cubrirlos. La superficie de asfalto no podrá superar el 20% del total.

10.1.2. El organizador deberá indicar en la información de la prueba: distancias, desniveles máximos y acumulados a superar, tanto de ascenso como de descenso, número de vueltas al circuito, existencia de circunstancias especiales (barro, etc.)

10.1.3. El recorrido debe señalizarse con elementos de colores vivos.

10.1.4. La señalización del recorrido debe hacerse con elementos de colores vi vos y que no sean peligrosos en caso de caída sobre ellos. Los cruces y puntos conflictivos deben ser balizados para evitar las salidas del circuito, y cubiertos por personal de la organización. La distancia debe señalizarse, como mínimo, cada 3 kilómetros.

10.2 EQUIPAMIENTO

10.2.1. El equipamiento obligatorio para el segmento de bicicleta todo terreno consiste en:

a. Prendas que cubran el cuerpo adecuadamente.
b. Bicicleta conforme a las especificaciones de este reglamento, equipada con ruedas de 650 mm de diámetro.
c. Casco rígido conforme a las especificaciones de este reglamento.
d. Números de dorsal en la bicicleta, perfectamente visible desde delante, y en el tronco, perfectamente visible desde detrás del participante. Estos números serán proporcionados por la organización.

10.2.2. Se puede utilizar cualquier tipo de bicicleta que cumpla las siguientes especificaciones:

a. No más de 2,10 m. de longitud ni más de 75 cm de anchura.
b. La distancia mínima desde el suelo al eje pedalier será de 24 cm.
c. La línea imaginaria vertical que pase por la parte delantera del sillín deberá pasar entre 5 cm. por delante y 15 cm. por detrás del eje pedalier. Esta especificación no podrá ser modificada durante la competición.
d. La distancia entre el eje pedalier y el centro de la rueda trasera será de entre 54 y 65 cm. Se podrán hacer excepciones para las bicicletas de corredores muy altos o muy bajos.
e. No se permite el uso de carenados.
f. No se permite utilizar ruedas con mecanismos que faciliten su aceleración. A esos efectos, el interior de las ruedas lenticulares opacas deberá ser fácilmente inspeccionable por un juez.
g. Excepto las manetas de los frenos, ningún otro dispositivo podrá sobresalir por delante del acople o acoples. Éstos deberán tener, además, las puntas correctamente taponadas y protegidas.
h. Cada rueda deberá contar con un freno.

10.2.3. Las reglas 6.2.2., 6.2.4., 6.2.5. y 6.2.6., relativas al equipamiento para el segmento de ciclismo, son válidas también para este apartado.

10.3 DESARROLLO

10.3.1. La totalidad del recorrido debe ser cubierta con la bicicleta, hasta la entrada en el área de transición.

10.3.2. En caso de avería o caída, el participante se retirará a un lado del recorrido hasta que se reincorpore a la competición.

10.4 PRECAUCIONES DE SEGURIDAD

10.4.1. El organizador deberá tomar las siguientes precauciones de seguridad:

a. Disponibilidad de un vehículo motorizado, adaptado para desplazamiento por el escenario de la competición, y para el transporte de personas.
b. Socorristas.
c. Ambulancia.
d. Puesto de primeros auxilios.

ANEXO 1 - REGLAMENTO DE CATEGORÍAS MENORES

CATEGORÍAS

Las categorías quedarán establecidas para la temporada 2000 de la siguiente manera:

CATEGORÍA AÑO NACIMIENTO O AÑOS QUE CUMPLEN A 31 DE DICIEMBRE.

ALEVÍN.	11-12 años
INFANTIL.	13-14 años
JUVENIL 1 .	15-16-17 años

COMPETICIONES Y DISTANCIAS

TRIATLÓN Y DUATLÓN

• Categorías Alevín e Infantil

- No existirá Campeonato de España de la categoría.

Las Competiciones de carácter estatal que se celebren, recibirán el nombre de Encuentros y deberán regirse por los siguientes criterios:

En los Encuentros deberán primar las actividades de Natación y Habilidades en bicicleta sobre todas las demás posibilidades.

La única prueba combinada que se realizará en los encuentros para la categoría Alevín serán los Aquatlones.

Las distancias se establecerán sobre la base de que la prueba de natación dure al menos el 150% del tiempo que dure la carrera.

Para la categoría de Infantiles se podrá organizar un Triatlón de las siguientes distancias: 600 m - 10 km - 1500 m., siendo condición absolutamente indispensable que el circuito esté completamente cerrado al tráfico.

En la categoría infantil, el máximo desarrollo permitido será de 6.94 m de avance por pedalada. Se autorizarán desarrollos mayores debidamente bloqueados.

No existirá clasificación individual de las pruebas combinadas en ninguna categoría. Sólo habrá clasificación por equipos, en la que sumarán los tres mejores chicos y las tres mejores chicas de cada equipo.

Sí podrá existir clasificación individual de todas aquellas pruebas que no impliquen rendimiento físico exclusivamente (pruebas de habilidad, gymkhanas, etc.)

El resto de organización de pruebas dependerá de la capacidad y posibilidad del organizador del Encuentro.

Queda prohibido el uso de cualquier tipo de acople.

TRIATLÓN

- Categoría Juvenil

Existirá Campeonato de España de la categoría.

La distancia oficial del Campeonato de España será la siguiente:

0.750 km - 20 km - 5 km

El Campeonato de España se desarrollará con "drafting" y en circuito cerrado obligatoriamente.

Las bicicletas con las que se podrá participar en esta prueba no llevarán un piñón de menos de 14 dientes ni un plato con más de 52 dientes. Si la bicicleta tiene rueda de 26 pulgadas, el plato no podrá tener más de 54 dientes. Los participantes llevarán el plato y el piñón de su bici limpios para que sea visible la marca troquelada del número de dientes.

DUATLÓN.

Existirá Campeonato de España de la Categoría.

La distancia oficial del Campeonato de España será la siguiente:

5km - 20 km -2.5km.

Se permitirá el "drafting" en todas las carreras de la categoría si es voluntad del organizador.

El Campeonato de España se desarrollará con "drafting" y en circuito cerrado obligatoriamente.

Las bicicletas con las que se podrá participar en esta prueba no llevarán un piñón de menos de 14 dientes ni un plato con más de 52 dientes. Si la bicicleta tiene rueda de 26 pulgadas, el plato no podrá tener más de 54 dientes. Los participantes llevarán el plato y el piñón de su bici limpios para que sea visible la marca troquelada del número de dientes.

Queda prohibido el uso de cualquier tipo de acople.

ANEXO 2 - APÉNDICE AL REGLAMENTO DE COMPETICIONES RELATIVO A LA COMPETICIÓN DE ACUATLÓN.

DEFINICIÓN.

El acuatlón es una competición en tres segmentos, que son: carrera a pie, natación y carrera a pie.

DISTANCIAS.

Sprint: .5+1+2.5

En esta distancia pueden competir "acuatletas" de las categorías juvenil y mayores.

INDICACIONES PARA ORGANIZADORES Y DELEGADOS TECNICOS

La importancia del área de transición es enorme. El diseño ideal es en forma de uno o dos pasillos largos (de al menos tres metros de ancho), con espacios para los atletas a ambos lados de los pasillos de 1 m. x 1m. Se debe huir, en lo posible, de diseños cuadrados con muchos pasillos cortos, en aras de la claridad y sencillez.

La natación, debe comenzar lo mas cerca posible de la salida del área de transición y el final debe estar cerca de la entrada al área de transición.

Debido a lo corto de la competición (menos de media hora), no deberían hacerse series de mas de 200 personas.

Separar totalmente los hombres de las mujeres y en el Campeonato de España programar semifinales y final.

ANEXO 3 - APÉNDICE AL REGLAMENTO DE COMPETICIONES RELATIVO A LA COMPETICIÓN DE CONTRARRELOJ POR EQUIPOS. APLICABLE PARA DUATLÓN Y TRIATLÓN.

DEFINICIÓN.

Es una competición por equipos derivada de la contrarreloj por equipos del ciclismo.

FORMATO

Contrarreloj con salida individualizada para cada equipo.

El circuito ciclista debe ser exigente pero no demasiado técnico. Los recorridos deben estar totalmente cerrados al tráfico.

MARCAJE.

Los recorridos deben estar claramente marcados con señalización de la distancia al menos cada 250 metros en la natación cada 5 kilómetros en el ciclismo y cada kilómetro en la carrera a pie.

EQUIPOS

Los equipos estarán compuestos por un máximo de cinco personas del mismo sexo y del mismo club.

Se podrán combinar dentro del mismo equipo triatletas/duatletas de las categorías de edad que podrían tomar parte en una competición individual sobre la misma distancia. Cada equipo podrá contar entre sus componentes a un extranjero como máximo.

Los equipos deben llevar durante la toda la competición un uniforme que comprenda al menos la prenda que cubra el tronco.

Los equipos se inscribirán en las pruebas aportando su licencia federativa, la de los componentes del equipo y la del técnico en caso de contar con él. En este momento se podrán incluir hasta ocho nombres en cada equipo; una hora antes del inicio de la competición se confirmarán los nombres de los cinco que competirán. De no hacerse así se considerarán los cinco primeros de los indicados en la inscripción.

DISTANCIAS

Triatlón o duatlón sobre distancia sprint.

SALIDA.

Los intervalos de salida podrán variar entre uno y cinco minutos, pueden ser mayores en los últimos equipos en tomar la salida y serán fijados por el delegado técnico.

El orden de salida será el inverso al obtenido en la anterior competición del mismo tipo. En el caso de primeras ediciones, serán los resultados de la ultima clasificación por equipos en una competición de categoría similar. Para los equipos no clasificados en esas competiciones precedentes su orden será anterior a los demás y decidido por sorteo.

Un mismo club puede presentar mas de un equipo. Los equipos B tomaran la salida antes que todos los equipos A.

Los C antes que todos los B y así sucesivamente.

El orden de salida resultante podrá ser modificado por el delegado técnico, para evitar que dos equipos del mismo club tomen la salida en orden sucesivo.

Los equipos se presentarán en la zona de presalida cinco minutos antes de la hora de salida asignada.

Cada equipo tomará la salida en conjunto y al completo, no permitiéndose la salida de triatletas/duatletas descolgados.

Los equipos que tomen la salida con retraso, deberán esperar a que el juez de salida les permita iniciar la competición, nunca a menos de treinta segundos del equipo anterior y su tiempo de salida será el que tenían asignado, no el real.

SEGMENTO DE NATACIÓN.

Los componentes de un equipo pueden ayudarse entre sí (por ejemplo, empujando, tirando o cargando con un compañero).

No están permitidas las ayudas exteriores al equipo. (canoa, embarcaciones, etc.)

SEGMENTO CICLISTA.

El equipamiento a utilizar será el mismo que el de las competiciones en las que no se pueda ir a rueda.

Está permitido el ir a rueda entre los componentes del mismo equipo.

Si un equipo alcanza a otro, no puede situarse a la estela, ni delante del equipo alcanzado.

Durante los adelantamientos, los equipos mantendrán una distancia lateral de dos metros. Un kilómetro después del adelantamiento, el equipo adelantado deberá retrasarse hasta una distancia de 25 metros detrás del equipo que le ha superado. El equipo que intentando adelantar, no lo consiga deberá retrasarse también 25 metros. Si es necesario un juez puede obligar a mantener esas distancias.

Los triatletas/duatletas descolgados de su equipo no podrán ir a la estela ni preceder a ningún otro equipo o triatleta/duatleta descolgado.

Los componentes de un equipo pueden ayudarse entre sí, (por ejemplo, con las reparaciones,
avituallamiento, empujando, etc.)

Los triatletas/duatletas descalificados o retirados abandonaran la competición inmediatamente.

CARRERA A PIE.

Los componentes de equipo pueden ayudarse entre sí (por ejemplo, empujando, tirando o cargando con un compañero).

No están permitidas las ayudas exteriores al equipo (bicicletas, patines, etc.), los técnicos podrán dar indicaciones desde el margen del recorrido y sin moverse.

ÁREAS DE TRANSICIÓN.

Las áreas de transición, contarán con pasillos de cinco metros de anchura, y cada equipo tendrá un espacio reservado de 1.5 x 5 metros.

Los competidores que no completen el recorrido, no podrán acceder al área de transición en tanto su equipo no haya llegado a la meta.

El área de transición incluirá una zona de espera, diez metros antes de la puerta de salida, en la que los triatletas/duatletas podrán esperar a otros componentes de su equipo. Los equipos podrán salir del área de transición cuando estén presentes al menos tres de sus componentes en la zona de espera.

El cuarto y el quinto componente tendrán un margen de 30 segundos para abandonar la zona de transición. Pasado este tiempo no podrán continuar en competición.

TOMA DE TIEMPOS

El tiempo del equipo será el del tercer duatleta/triatleta que traspase la línea de meta. Los tiempos intermedios se tomarán también sobre el tercer miembro del equipo en ese punto.

En la meta, los componentes de un mismo equipo no podrán estar distanciados en mas de 30 segundos.

INDICACIONES PARA ORGANIZADORES Y DELEGADOS TECNICOS

El recorrido ciclista tiene mucha influencia sobre los intervalos de salida, y éstos sobre el uso del área de transición. El circuito ciclista puede ser de una, dos, tres o cuatro vueltas, teniendo e cuenta que se deben plantear los intervalos de salida de forma que el circuito ciclista no sea utilizado, en teoría, al mismo tiempo por mas equipos que kilómetros tiene cada vuelta. En un circuito de 20 kilómetros no deberían estar al mismo tiempo mas de 20 equipos (uno o dos minutos de diferencia en la salida). En un circuito de 10 kilómetros, no más de 10 equipos a la vez (tres minutos de intervalo). Caso de circuitos de 7 kilómetros, 7 equipos y cuatro minutos, y en circuitos de 5 kilómetros, 5 equipos y 5 minutos.

Tiempos de salida para 50 equipos:

1 minuto: 50 minutos.

2 minutos: 1 hora 40 minutos.

3 minutos: 2 horas 30 minutos.

4 minutos: 3 horas 20 minutos.

5 minutos: 4 horas 10 minutos.

Con siete jueces en moto (uno para cada tres equipos) se puede controlar el ciclismo a una vuelta, sin embargo hacen falta seis para un circuito a dos vueltas y cinco para tres y cuatro vueltas.