



TRIATLÓN

1. CATEGORÍAS Y EDADES

Categoría	Años	Permitido
Alevín	2007 y 2008	2009
Infantil	2005 y 2006	
Cadete	2002, 2003 y 2004	

2. FASES Y CATEGORÍAS

Fase	Categorías		
Provincial	Alevín	Infantil	Cadete
Regional	Alevín	Infantil	Cadete

3. LUGARES Y FECHAS DE CELEBRACIÓN

Fase	Lugar	Fecha
Provincial	A determinar por la Comisión Técnica Provincial	
Regional	Campo de Criptana (Ciudad Real)	

4. NORMAS TÉCNICAS.

4.1. FASE INTERPROVINCIAL

Se establece como mínimo una competición por provincia, denominada fase provincial, con la posible siguiente distribución, con al menos una jornada, pudiendo desarrollarse dos a criterio de la Comisión Técnica Provincial.

Las pruebas de esta fase se podrán celebrar en cualquiera de las modalidades del Triatlón: medio-acuatlón, acuatlón, duatlón y triatlón. La modalidad estará en función del organizador y del mes en el que se celebre.

Se disputarán en fines de semana (preferentemente sábados tarde o domingos por la mañana) entre los meses de abril y mayo a criterio de la Comisión Técnica Provincial.

Las distancias establecidas para las diferentes categorías son las siguientes:

- **MEDIO-ACUATLÓN**

	Natación	Carrera a pie
Alevín	150 m	500 m
Infantil	200 m	1000 m
Cadete	300 m	2000 m



- **ACUATLÓN**

	Carrera a pie	Natación	Carrera a pie
Alevín	500 m	200 m	500 m
Infantil	1000 m	400 m	1000 m
Cadete	1500 m	500 m	1500 m

- **DUATLÓN**

	Carrera a pie	Ciclismo	Carrera a pie
Alevín	1000 m	4 Km	500 m
Infantil	2000 m	8 Km	1000 m
Cadete	2000 m	10 Km	1250 m

- **DUATLÓN CROSS**

	Carrera a pie	Ciclismo	Carrera a pie
Alevín	1000 m	4 Km	500 m
Infantil	2000 m	4-6 Km	1000 m
Cadete	3 a 4 Km	6-8 Km	1,5 a 2 Km
Dependiendo de la dureza del circuito de Mtb			

- **TRIATLÓN**

	Natación	Ciclismo	Carrera a pie
Alevín	200 m	4 Km	1000 m
Infantil	400 m	8 Km	2000 m
Cadete	750 m	10 Km	2500 m

- **TRIATLÓN CROSS**

	Natación	Ciclismo	Carrera a pie
Alevín	200 m	2 Km	1000 m
Infantil	400 m	4-6 Km	1500 m
Cadete	500 a 750 m	6-8 Km	2000 Km
Dependiendo de la dureza del circuito de Mtb			



4.2. FASE REGIONAL

La Fase Regional, se disputa a una sola competición en la que podrán participar los deportistas clasificados en la Fase Provincial.

El Campeonato Regional se hará siempre en la modalidad de triatlón para las categorías Alevín, Infantil y Cadete, que deberán clasificarse previamente.

Podrán participar en dicho Campeonato, **6 participantes por provincia**, categoría y sexo, siendo de éstos 6 participantes, **4 seleccionados directamente** al quedar en los cuatro primeros puestos de la fase provincial y **2 plazas a criterio del Delegado Regional de Deporte Escolar de Triatlón**, quién establecerá criterios objetivos para seleccionar a los otros dos triatletas participantes.

La CLASIFICACIÓN PARA EL CPT. REGIONAL será siguiendo este sistema de puntuación:

Acuatlón/Duatlón/Triatlón	
1	50
2	48
3	46
5	42
6	40
7	25
8	23
9	21
10	19

- En **Provincias** con pruebas con más de una competición se atenderá al siguiente cuadro:

Nivel 1	Guadalajara	Solo puntúa una prueba
Nivel 2	Albacete, Cuenca, Ciudad Real y Toledo	Puntúan las dos mejores pruebas

- Se repartirán **6 plazas** por provincia, si algún triatleta no puede competir en su provincia tiene la posibilidad de participar en cualquier prueba de la región y la puntuación que obtenga en esa prueba le valdrá para la clasificación final de su provincia.
- En caso de empate a puntos se tendrá en cuenta el enfrentamiento directo entre dichos triatletas (Favorece el mejor puesto en la prueba o diferencia de tiempos si fuera necesario). Para clasificarte al campeonato regional es imprescindible competir y puntuar en pruebas de **Acuatlón o Triatlón**.
- En caso de que no se cubran las 30 plazas en el Campeonato Regional se atenderá este criterio:

Estas plazas se concederán partiendo del 7º clasificado de cada provincia, comenzando por las provincias que más puntos tenga ese 7º clasificado, dividiendo la puntuación por las pruebas que pueden hacer como máximo. Es decir si solo ha puntuado en 1 prueba (será la puntuación de esa prueba), si ha puntuado en 2 pruebas (será la puntuación entre 2).

- Los 4 primeros clasificados del Cpto. Provincial, 2 plaza a criterio del técnico de la federación deporte escolar, Si un triatleta no puede participar en el Campeonato de su Provincia, se podrá



clasificar para el Regional si va al Cpto. de otra provincia sumando los puntos de la posición que obtenga (siempre dentro de su provincia).

- Hay 6 plazas por provincia.

- Las plazas a de decisión técnica se decidirán:
- Por nivel deportivo y progresión de los deportistas.
- Resultados a nivel nacional en Campeonatos de España temporada
- Resultados a nivel regional en Campeonatos de Castilla la Mancha temporada.
- Resultados a nivel provincial temporada.

Las categorías que podrán participar en la fase Regional y las distancias que recorrerán serán:

	Natación	Ciclismo	Carrera a pie
Infantil	400 m	8 Km	2000 m
Cadete	750 m	10 Km	2500 m
Alevín y benjamín *	200 m	6 km	1000 m

El desarrollo de los diferentes segmentos, variará en el número de vueltas, según las posibilidades de los diferentes organizadores, limitando el recorrido.

Limitaciones reglamentarias, el triatlón que se disputará como Campeonato Regional, aplicará el Reglamento vigente de la **Federación Española de Triatlón**, siendo obligatorio su cumplimiento.

Es obligatorio que la bicicleta con la que se participe en esta fase sea de carretera (categoría Cadete), en caso de otras categorías se podrá utilizar la bicicleta de montaña o carretera indistintamente. (se prohíben accesorios que el juez considere inadecuados, tales como cesta, guardabarros metálicos...)

No se permiten acoples de ningún tipo.

4.3. CONSIDERACIONES GENERALES PARA TODAS LAS FASES

Se seguirá el reglamento de competición de la Federación Española de Triatlón, teniendo en cuenta las siguientes consideraciones:

La competición deportiva contará con todos los permisos de celebración que serán validados por el colegio de jueces y oficiales de la Federación de Triatlón de Castilla-La Mancha. El circuito de carrera a pie y ciclismo estará totalmente cerrado al tráfico.

Se harán competiciones separadas para chicos y para chicas. A excepción de categorías infantiles y alevines. Dependerá del número de participantes en la prueba de agua.

En la modalidad de acuatlón existe una única transición entre la natación y la carrera a pie. En la zona de transición deberán ponerse las zapatillas y el dorsal para comenzar la carrera a pie. El dorsal se podrá llevar en una camiseta que se dejará en la zona de transición junto a las zapatillas o en una cinta elástica si se compite con mono de triatlón.

En la modalidad de triatlón existirán dos transiciones, una transición entre la natación y el ciclismo, y otra entre la bicicleta y la carrera a pie.

En la zona de transición deberán ponerse las zapatillas y el dorsal para comenzar la bicicleta. El dorsal se podrá llevar en una camiseta que se dejará en la zona de transición junto a las zapatillas o en una cinta elástica si se compite con mono de triatlón. Es obligatorio llevar el torso tapado durante los segmentos de bicicleta y carrera a pie.

Se realizará una clasificación individual por prueba y una clasificación por equipos mixta, en la que sumarán los tiempos de los dos mejores chicos y las dos mejores chicas de cada equipo por categorías. En caso de que no se pueda completar el equipo mixto, los equipos se clasificarán teniendo en cuenta el siguiente orden:

- 1º Suma de tiempos de equipos en los que finalicen 2 chicas y 1 chico
- 2º Suma de tiempos de equipos en los que finalicen 2 chicos y 1 chica
- 3º Suma de tiempos de equipos en los que finalicen 1 chica y 1 chico
- 4º Suma de tiempos de equipos en los que finalicen 1 chico y 1 chica
- 5º Suma de tiempos de equipos en los que finalicen 2 chicas
- 6º Suma de tiempos de equipos en los que finalicen 2 chicos
- 7º Tiempo de equipos en los que puntúe 1 chica
- 8º Tiempo de equipos en los que puntúe 1 chico

4.3.1. Material

Es necesario describir el material necesario para cada uno de los segmentos que se pueden utilizar en los diferentes segmentos.

Para la natación:

- Bañador, si es posible de competición.
- Gafas de natación. Son necesarias para proteger los ojos en la natación.

Para la bicicleta:

- Casco protector homologado.
- Bicicleta, de carretera o montaña, según modalidad en fase provincial y de carretera con desarrollos homologados según categoría, en fase Regional.

Para la carrera a pie:

- Camiseta deportiva o mono de competición, siendo obligatorio en chicos correr con el torso tapado y en chicas, se puede correr con bañador en caso de que éste sea de competición.
- Zapatillas de carrera. Si es posible, con cordones elásticos para poder calzárselas lo antes posible.



4.4. CLASIFICACION AL CAMPEONATO DE ESPAÑA.

- Los 3 primeros clasificados en el Campeonato Regional de triatlón, tanto en categoría masculina como femenina, 1 plaza a criterio del director técnico de la federación (salvo algún incidente la plaza se otorgara al 4 clasificado en dicho Campeonato).

**Las plazas a de decisión técnica se decidirán:*

- Por nivel deportivo y progresión de los deportistas.
- Resultados a nivel nacional en Campeonatos de España temporada.
- Resultados a nivel regional en Campeonatos de Castilla la Mancha temporada.

4.5. SISTEMAS DE COMPETICIÓN: CAMPEONATO DE ESPAÑA DE TRIATLON.

Triatlón individual.

Triatlón individual, cuyas distancias serán 750m nadando, 10km en el segmento ciclista y 2,5 km de carrera a pie. Donde competirán los 8 triatletas seleccionados. Se hará una competición separada para chicos y otra para chicas. La clasificación será individual.

Triatlón supersprint por Relevos Mixto.

Realizándose dos equipos; A y B, la composición de los equipos se realizara por riguroso orden de clasificación en el triatlón del día previo. Formando el equipo A los dos primeros chicos y las dos primeras chicas y el equipo B, los 3º y 4º clasificados tanto en chicos como en chicas.

*Salvo algún incidente o imprevisto durante la carrera que, el criterio de selección será decisión del director técnico.