



PROBA DO CAMPIONATO GALEGO DE DUATLÓN CROSS VILA DE ALLARIZ

Data: 11 de marzo no Concello de Allariz.

Hora de saída: 12:30h

Organiza: Concello de Allariz e Federación Galega de Triatlón.

Información: Federación Galega de Triatlón en horarios (982251345) e Piscina de Allariz (988442083).

Neste campionato tódolos deportistas deben estar federados participarán:

A/ Deportistas con licenza de tempada

B/ Aquelas persoas que fagan **licenza de un día** (custo 6€).- tramítase chamando ó tlf. 982 251 345 en horario de 9 a 14 horas, **ata o mércores día 7 de marzo**

Categoría: Júnior (H/M), Absoluta (H/M) e Veterán (H/M).

Premios: Haberá trofeo para os tres primeiros de cada categoría, así como para os clubs H/M

Inscricións: As inscricións serán gratuítas e faranse nos locais da Fegatri

fax 982 251 345 ou email fegatri@hotmail.com

Distancias: Para tódalas categorías 4800m-18KM-2400m
Dúas voltas a un circuíto de 2400m para a carreira a pé no primeiro segmento e unha no terceiro segmento. Na bici tres voltas a un circuíto de 6KM.
O segmento ciclista é duro e técnico “intermedio”.

Normas:

- 1- Seguiranse as da Federación Galega e Española de Triatlón
- 2- Será necesario correr no sector ciclista con bici de montaña.
- 3- Non se permite o uso de carenados.
- 4- Casco ríxido dunha soa peza que se utilizará dende antes de coller a bicicleta ata que se deixa nos boxes. O casco debe de cubrir os parietais, ter peche de seguridade, as correas non poden ser elásticas e deberán ter tres puntos de unión na carcasa
- 5- Agás as manetas de freo, ningún outro dispositivo pode sobresair por diante do acople. As puntas deben de estar taponadas ou perfectamente protexidas.
- 6- Cada roda debe de contar con freo.
- 7- Calquer violación destas normas levará consigo a eliminación do deportista.
- 8- Pódese chupar roda no segmento ciclista de calquera dos/as participantes.
- 9- Ngunha persoa allea pode acompañar o deportista, podendo ser o mesmo descalificado.

Recollida de dorsais: De 11:15h a 12:00 h no mesmo día da proba, na Alameda de Allariz.

Haberá unha proba de Duatlon Escolar ás 10:30 horas