



# **CAMPEONATO DE ESPAÑA DE TRIATLÉ Y BIATLÉ**

**PORTOMARÍN (LUGO) – 10 y 11 DE JULIO DE 2021**

## **- General**

### **1.- MEDIDAS COVID-19**

**1.1** Al margen de los protocolos del Covid19 que establece la Federación Española de Pentatlón Moderno, en la presente competición se seguirán las normas Covid, que ordene para su cumplimiento la autoridad sanitaria competente.

**1.2** Se tomará la temperatura corporal a los asistentes en el momento de su presentación y recogida de dorsal, así mismo en el acceso a las instalaciones, con termómetro infrarrojo o similar al inicio de cada prueba, no pudiendo superar la lectura de 37,3°C, para poder participar en las pruebas deportivas o acceder a las instalaciones.

**1.3.** Se dispondrán, en los accesos, dispensadores de gel hidroalcohólico suficientes para todos los participantes.

**1.4.** Hasta la fecha es obligatorio el uso de mascarillas protectoras para todos los asistentes en las pruebas, incluso en espacios exteriores, a excepción de los deportistas en el momento de competir. No se permitirá la entrada sin ese requisito.

**1.5.** Todo el material que la organización entregue a los participantes deberá estar embolsado a ser posible de forma hermética (dorsales, packet lunch, obsequios...). Así mismo se observará esta norma en la entrega de trofeos, en el que se evitará el contacto directo entre los que los entreguen y los que los reciban. Unos y otros deberán usar mascarillas de protección.

### **2.- COMPETICIÓN.**

**2.1.** Se realizará una reunión técnica el sábado día 10, a las 12:00 horas, en la localidad de Portomarín (Lugo).

**2.2.** La entrega de dorsales será el sábado 10, de 13:00 a 15:00 horas, en la localidad de Portomarín (Lugo). En la bolsa irá un recordatorio de todas las normas para la realización de las pruebas.

2.3. Podrá haber un entrenador por delegación en la zona de la competición durante el calentamiento y la competición.

2.4. Las entregas de medallas se harán después de cada competición.

| CATEGORÍAS  | EDADES    |          | TIPOLOGÍA   |
|-------------|-----------|----------|-------------|
|             | MASCULINO | FEMENINO |             |
| PREBENJAMÍN | 7-8       |          | U9 / SUB9   |
| BENJAMÍN    | 9-10      |          | U11 / SUB11 |
| ALEVÍN      | 11-12     |          | U13 / SUB13 |
| INFANTIL    | 13-14     |          | U15 / SUB15 |
| CADETE      | 15-16     |          | U17 / SUB17 |
|             | 17-18     |          | U19 / SUB19 |
|             | 19-20-21  |          | U22 / SUB22 |
| SÉNIOR      | +22       |          |             |
| MÁSTER 40   | 40-49     |          |             |
| MÁSTER 50   | 50-59     |          |             |
| MÁSTER 60   | 60-69     |          |             |

**FECHA LIMITE PARA INSCRIPCIONES:** 02 de julio a las 15:00.

Se recuerda que las inscripciones deben remitirse al organizador con copia a:

[administracion@pentatlon.info](mailto:administracion@pentatlon.info)

A todos y todas os deseamos buen viaje y os pedimos encarecidamente que se respeten todas las medidas Covid-19 que hay que cumplir escrupulosamente, para evitar tener que tomar medidas disciplinarias

UN CORDIAL SALUDO

**SÁBADO,10 DE JULIO**

**- TRIATLÉ.-(TIRAR/NADAR/CORRER)**

**Protocolo Covid-19 específico.**

- 1. Se tomará la temperatura antes de la realización de la prueba.**
- 2. Es obligatorio mantener la distancia de seguridad en todo momento.**
- 3. Se limitará el acceso al interior de la zona de competición únicamente a los atletas y jueces.**
- 4. No se compartirán toallas, bañadores, gafas y por defecto, ningún tipo de material.**
- 5. Las pistolas serán desinfectadas en cada prueba, por personal habilitado para ese fin.**
- 6. Se desinfectarán las mesas de tiro entre cada serie de láser-run.**

**Regulación.-**

**[A].-** En la prueba Triatlé (tiro-nadar-carrera), los participantes saldrán de forma colectiva, existiendo varias series en el caso de un cupo superior de deportistas al autorizado.

| <b>TRIATLÉ</b>     |  |
|--------------------|--|
| <b>COMPETICIÓN</b> |  |
| U9                 | 2x200m carrera + 2x25 natación + 2x5 tiros |
| U11                | 2x200m carrera + 2x25 natación + 2x5 tiros |
| U13                | 2x400m carrera + 2x50 natación + 2x5 tiros |
| U15                | 4x400m carrera + 4x25 natación + 4x5 tiros |
| U17                | 4x600m carrera + 4x50 natación + 4x5 tiros |
| U19                | 4x800m carrera + 4x50 natación + 4x5 tiros |
| U22                | 4x800m carrera + 4x50 natación + 4x5 tiros |
| SÉNIOR             | 4x800m carrera + 4x50 natación + 4x5 tiros |
| MÁSTER 40          | 4x600m carrera + 4x50 natación + 4x5 tiros |
| MÁSTER 50          | 4x600m carrera + 4x50 natación + 4x5 tiros |
| MÁSTER 60          | 4x400m carrera + 4x25 natación + 4x5 tiros |

**Fin previsto de la competición 21:00 horas.**

**DOMINGO, 11 DE JULIO**

**BIATLÉ.- (CORRER Y NADAR)**

**Protocolo Covid-19 específico.**

- 1. Se tomará la temperatura antes de la realización de la prueba.**
- 2. Es obligatorio mantener la distancia de seguridad en todo momento.**
- 3. Se limitará el acceso al interior de la zona de competición únicamente a los atletas y jueces.**
- 4. No se compartirán toallas, bañadores, gafas y por defecto, ningún tipo de material.**

**Regulación.-**

**[A].-** En la prueba Biatlé (carrera-nadar- carrera), los participantes saldrán de forma colectiva, existiendo varias series en el caso de un cupo superior de deportistas al autorizado.

| <b>BIATLÉ</b>      |   |
|--------------------|---|
| <b>COMPETICIÓN</b> |   |
| U9                 | 200m carrera + 50 natación + 200 carrera    |
| U11                | 400m carrera + 50 natación + 400 carrera    |
| U13                | 400m carrera + 50 natación + 400 carrera    |
| U15                | 800m carrera + 100 natación + 800 carrera   |
| U17                | 1200m carrera + 200 natación + 1200 carrera |
| U19                | 1600m carrera + 200 natación + 1600 carrera |
| U22                | 1600m carrera + 200 natación + 1600 carrera |
| SÉNIOR             | 1600m carrera + 200 natación + 1600 carrera |
| MÁSTER 40          | 1200m carrera + 100 natación + 1200 carrera |
| MÁSTER 50          | 1200m carrera + 100 natación + 1200 carrera |
| MÁSTER 60          | 800m carrera + 100 natación + 800 carrera   |

**Fin previsto de la competición 15:00 horas.**

**INSTALACIONES:**



**Portomarín (Lugo)**



**Santa Mariña Portomarín (Lugo)**



**CONTACTO/S:**

**Paco Villanueva: 677229408**

**José Vila: 630917850**

**[Tripentaterrasdelugo@gmail.com](mailto:Tripentaterrasdelugo@gmail.com)**