

V DUATLÓ
CIUTAT D'ONTINYENT
16 de Març de 2014

CAMPIONAT
AUTONÒMIC:

PROVA OLÍMPICA

Distàncies:

10,6 km – 42 km – 5,4 km

V DUATLÓ
CAMPIONAT AUTONÒMIC
CIUTAT D'ONTINYENT **Diumenge 16 de març de 2014**



10,6 Km - 40 Km - 5 Km
Poliesportiu Municipal
9 del matí
Inscripcions: www.triatlocv.org

 PROHIBIT DRAFTING

V DUATLÓ
CIUTAT D'ONTINYENT
16 de Març de 2014

HORARIS:

ENTREGA DORSALS 07:30 h.
APERTURA BOXES 08:00 h.
TANCAMENT BOXES 08:45 h.

INICI DE LA PROVA:

EIXIDA FEMENINA 09:00 h.
EIXIDA MASCULINA 09:05 h.

ENTREGA DE PREMIS:

13:00 h.

(en funció del desenvolupament de
la prova).

V DUATLÓ
CAMPIONAT AUTONÒMIC
CIUTAT D'ONTINYENT **Diumenge 16 de març de 2014**



10,6 Km - 40 Km - 5 Km
Poliesportiu Municipal
9 del matí
Inscripcions: www.triatlocv.org

Logos: construccions FRANCES, Frutes Balones, Coca-Cola, TRIATLÓ ONTINYENT, AJUNTAMENT D'ONTINYENT, BELPLAN, PRO-NUTRICION.COM, prosolia, and a 'PROHIBIT DRAFTING' sign.

V DUATLÓ
CIUTAT D'ONTINYENT
16 de Març de 2014

ALGUNS
ASPECTES
IMPORTANTS
EN
RELACIÓ
A
LA
CARRERA:
EIXIDA,
CIRCUITS,
TRANSICIONS
I
META.

V DUATLÓ
CAMPIONAT AUTONÒMIC
CIUTAT D'ONTINYENT Diumenge 16 de març de 2014



10,6 Km - 40 Km - 5 Km
Poliesportiu Municipal
9 del matí
Inscripcions: www.triatlocv.org

Logos: construcciones FRANCES, Frutes Balones, Coca-Cola, TRIATLO CIUTAT D'ONTINYENT, AJUNTAMENT D'ONTINYENT, Belpla, TRIATLO CIUTAT D'ONTINYENT, prosolia, pronutricion.com, and a 'PROHIBIT DRAFTING' sign.

V DUATLÓ CIUTAT D'ONTINYENT
16 de Març de 2014
EIXIDA, ZONA DE TRANSICIONS I META.



EIXIDA

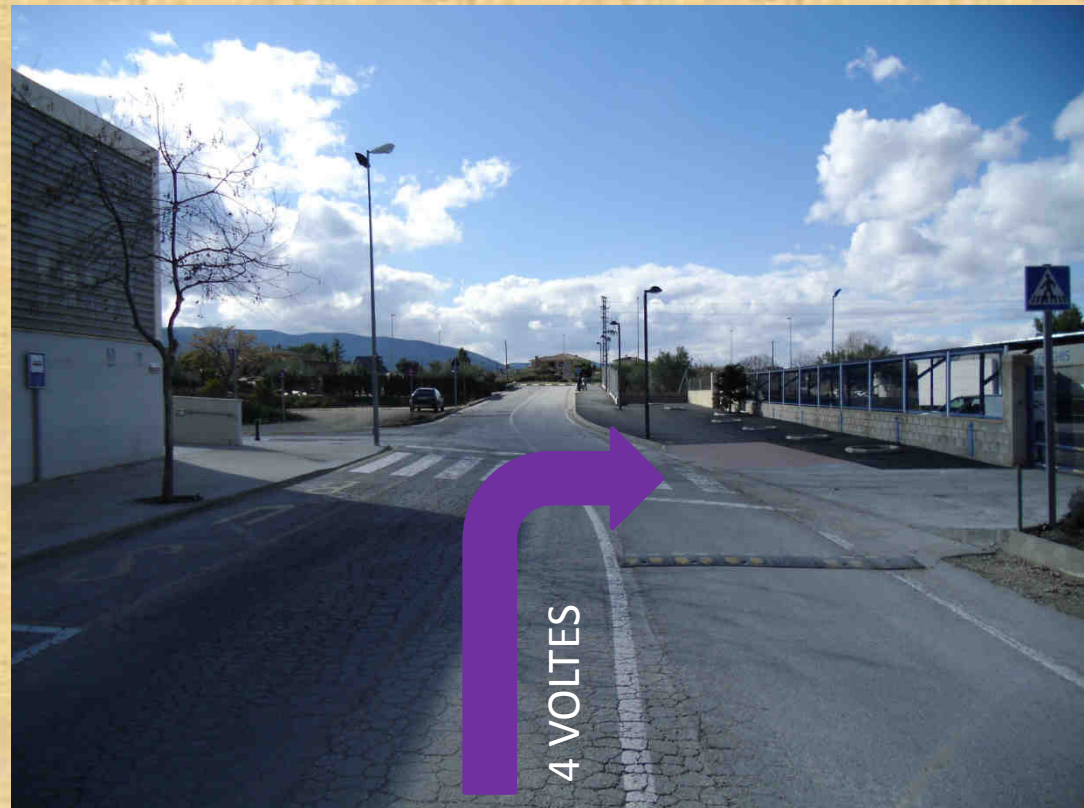
TINDRÀ LLOC EN LA ROTONDA DE DAVANT DE L'ENTRADA DEL POLIESPORTIU EN L'HORARI INDICAT ANTERIORMENT.



LINIA D'EIXIDA

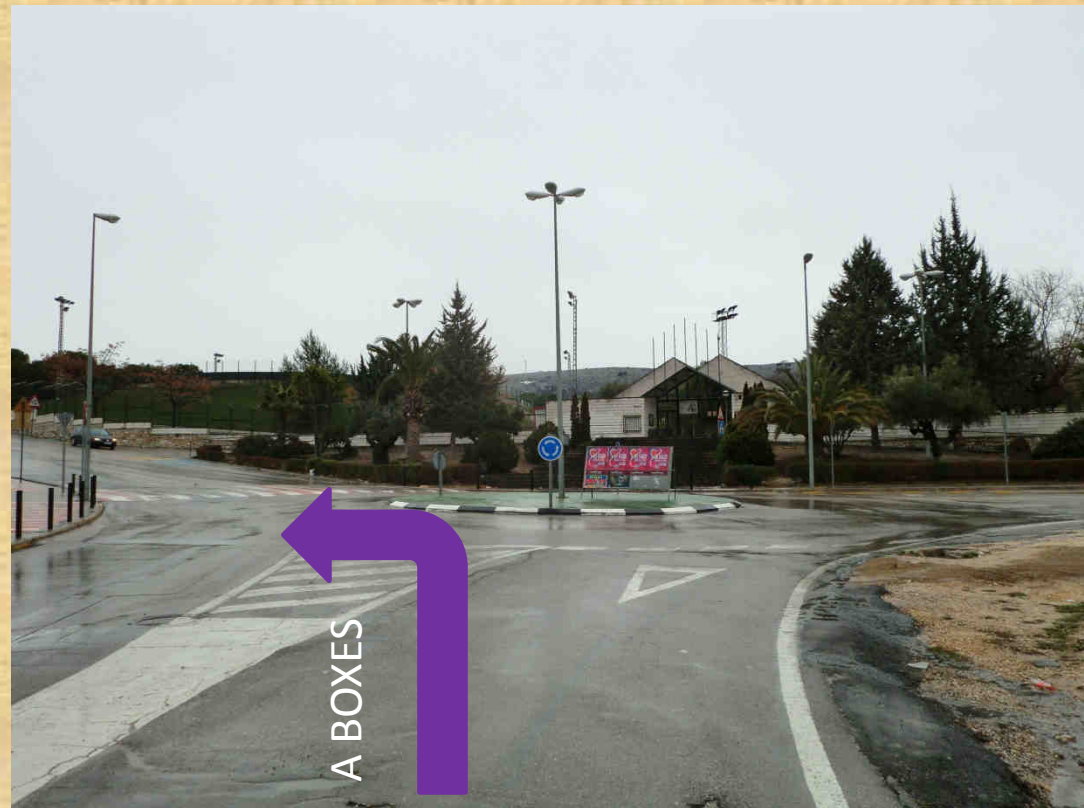
1^R SEGMENT:
CARRERA A PEU

4 VOLTES AL CIRCUIT,
PER A COMPLETAR UN TOTAL DE 10.600 m.



1^R SEGMENT: CARRERA A PEU

DESPRÉS DE DONAR-LI 4 VOLTES AL CIRCUIT
ENS DESVIAREM CAP A L'ESQUERRE DAVANT
DE LA ROTONDA DEL POLIESPORTIU PER A
ENTRAR EN BOXES.



1^R SEGMENT: CARRERA A PEU

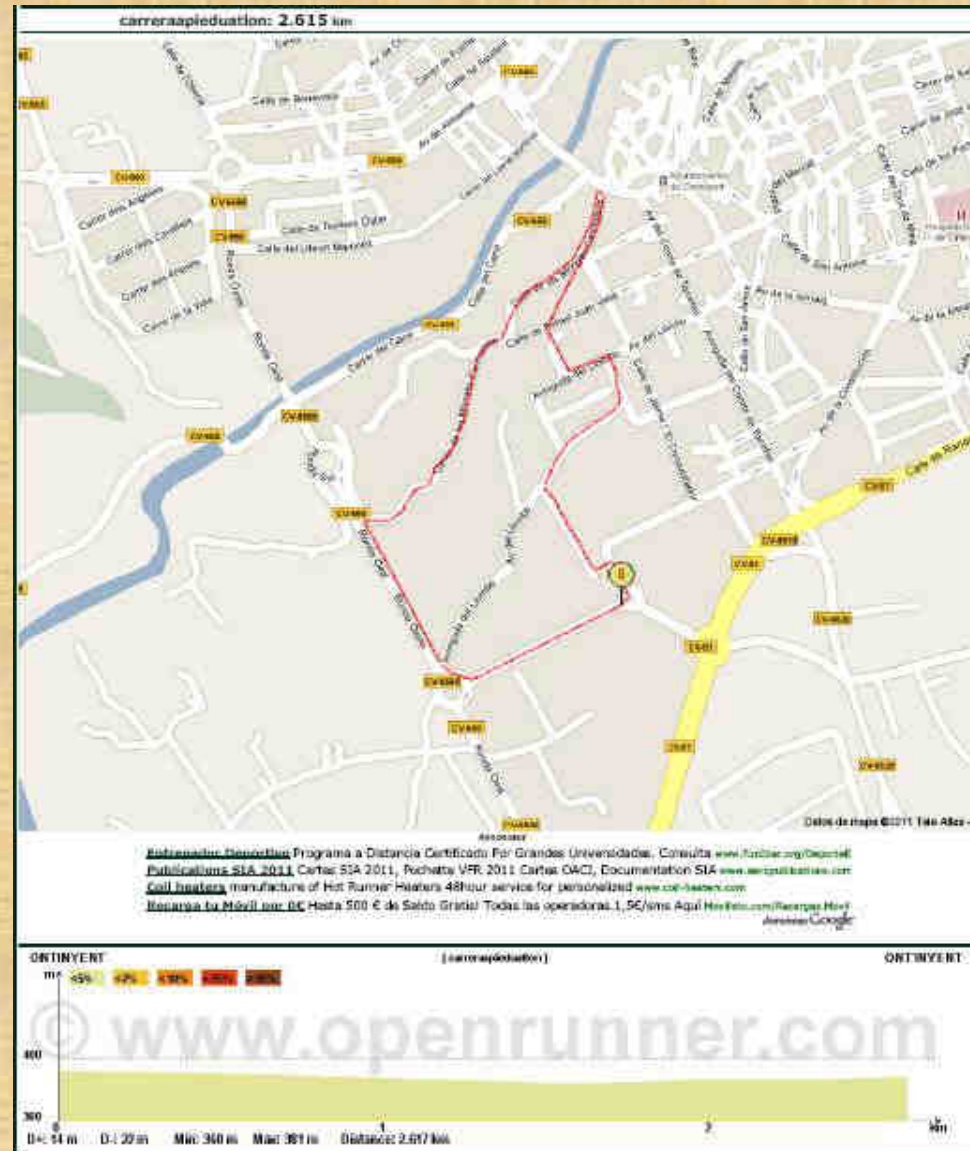
RECORDEU:

CARRERA OLÍMPICA:

1^r SEGMENT: 4 VOLTES AL CIRCUIT.

3^r SEGMENT: 2 VOLTES AL CIRCUIT.

CARACTERÍSTIQUES DEL CIRCUIT DE LA CARRERA A PEU.



1ª TRANSICIÓ

ELS BOXES ESTAN UBICATS EN EL CENTRE DE LA PISTA D'ATLETISME, DINS DEL POLIESPORTIU.

S'ACCEDIRÀ PER EL CAMÍ D'ENTRADA AL VELÒDROM I S'EIXIRÀ PER LA PORTA PRINCIPAL.



2^N SEGMENT: CICLISME

UNA VEGADA FORA DEL RECINTE DEL POLIESPORTIU S'UBICARÀ LA LÍNIA PER A PODER PUJAR A LA BICICLETA, INICIANT-SE EL SEGMENT CICLISTA.



2^N SEGMENT: CICLISME

UNA VEGADA FORA DEL RECINTE DEL POLIESPORTIU S'UBICARÀ LA LÍNIA PER A PODER PUJAR A LA BICICLETA, INICIANT-SE EL SEGMENT CICLISTA.



2^N SEGMENT: CICLISME

APROXIMADAMENT AL QUILÒMETRE 21,5 HI HAURÀ UNA ROTONDA A L'ENTRADA DE LA POBLACIÓ D'AIELO ON ELS DUATLETES EFECTUARAN EL SEU GIR.

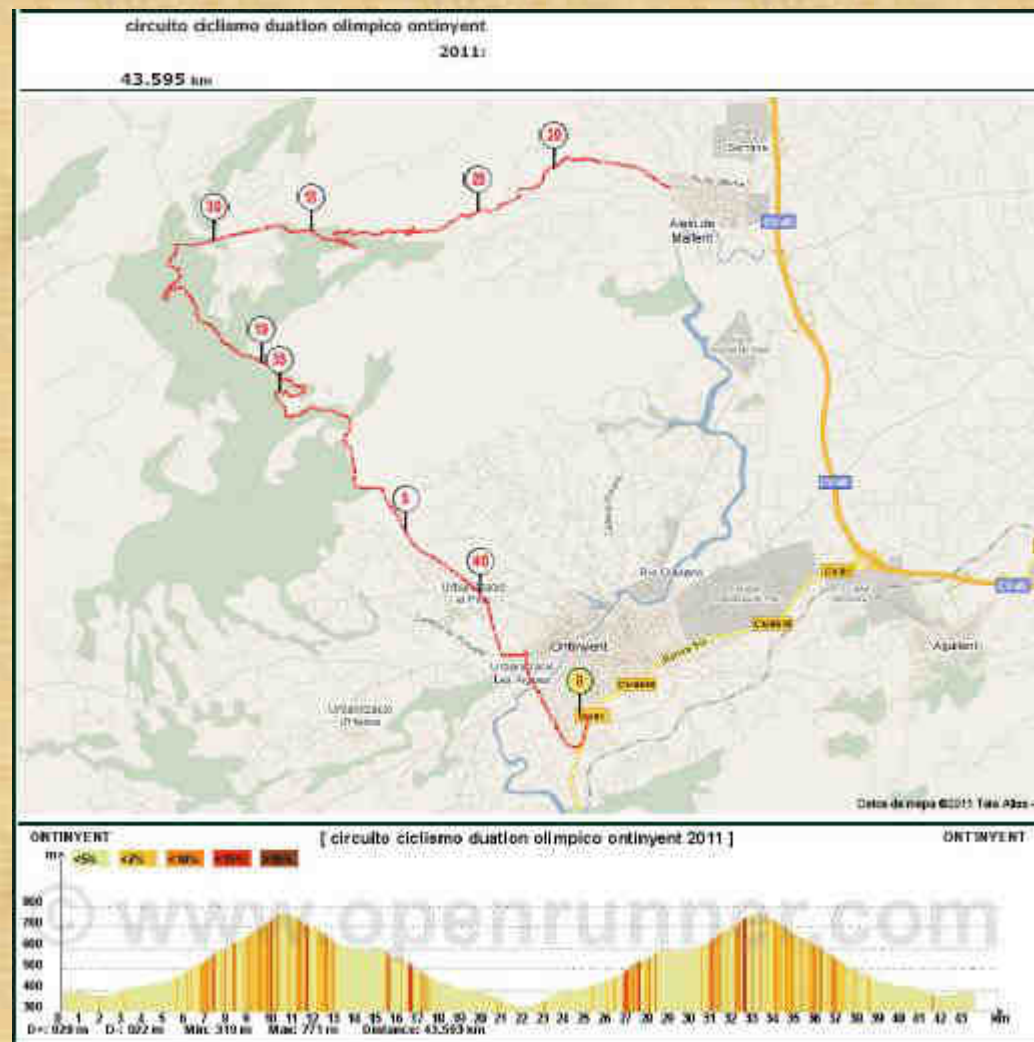


2^N SEGMENT: CICLISME

CARACTERÍSTIQUES DEL CIRCUIT DE LA CARRERA DE CICLISME.

RECORDEU:

CARRERA OLÍMPICA:
1 VOLTA AL CIRCUIT
PER UN TOTAL DE 42 KM.



2^N SEGMENT: CICLISME

DESPRÉS DE NEGOCIAR L'ÚLTIMA ROTONDA I ARRIBAR A LA RECTA DEL POLIESPORTIU, S'ACCEDIX A L'ÀREA DE PENALITZACIÓ I MÉS ENDAVANT ESTARÀ SITUADA LA LÍNIA DE PEU A TERRA.



2ª TRANSICIÓ

UNA VEGADA ES REALITZE EL PEU A TERRA S'ENTRARÀ AL POLIESPORTIU PER LA SEUA ENTRADA PRINCIPAL I S'ACCEDIRÀ AL RECINTE DELS BOXES.



2ª TRANSICIÓ

DESPRÉS DE DEIXAR LA BICICLETA EN BOXES
ELS DUATLETES ANIRAN PER UN CORREDOR
DE COMPENSACIÓ QUE ELS PORTARÀ A L'INICI
DEL TERCER SEGMENT, EIXINT DEL
POLIESPORTIU PER EL CAMÍ DEL VELÒDROM I
ACCEDINT AL CIRCUIT DE LA CARRERA A PEU.



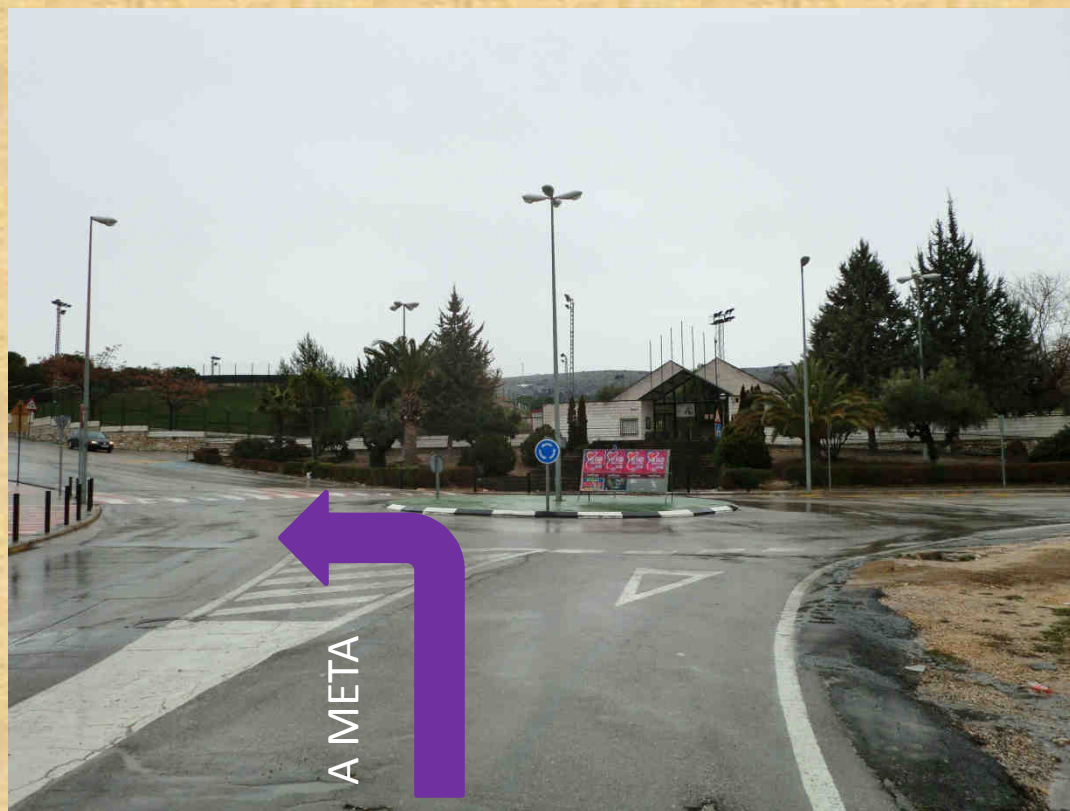
3^R SEGMENT:
CARRERA A PEU

2 VOLTES AL CIRCUIT I ENTRADA A META.



3^R SEGMENT: CARRERA A PEU

ENTRADA A META.

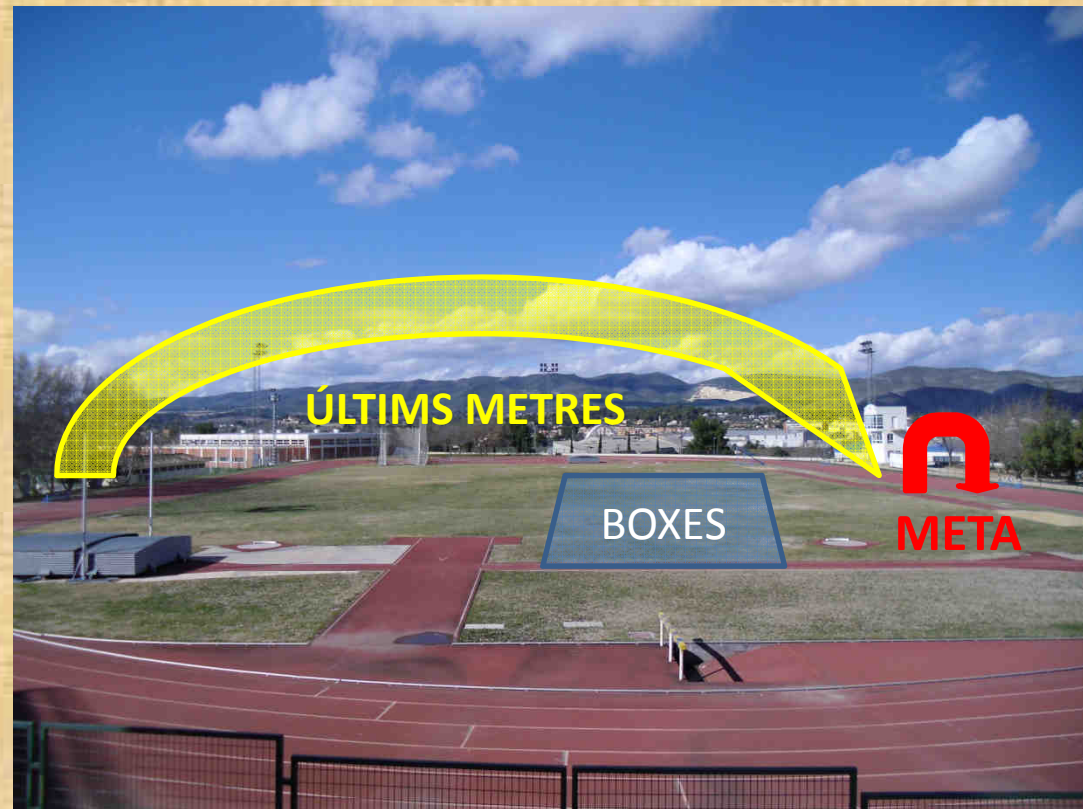


ARRIBADA A META

LA LINIA DE META ESTÀ SITUADA EN LA PISTA D'ATLETISME I ESTARÀ ASSENYALADA PER UN ARC DE META.

S'ARRIBARÀ A ELLA ENTRANT EN LA PISTA D'ATLETISME PER LA CONTRARECTA.

ES RECORRERÀ MITJA VOLTA A LA MATEIXA.



V DUATLÓ
CIUTAT D'ONTINYENT
16 de Març de 2014

ALTRES ASPECTES
IMPORTANTES:

- SENSE DRAFTING
- RESPECTEU LES MESURES DE SEGURETAT EN EL SEGMENT CICLISTA, CONTROLEU LA VELOCITAT I NO ENVAÏU EL SENTIT CONTRARI DE LA CARRETERA.
- AVITUALLAMENT LÍQUID AMB BEGUDA ISOTÒNICA EN EL 3R SEGMENT
- AVITUALLAMENT LÍQUID AMB GEL O BARRETA ENERGÈTICA EN EL SEGMENT CICLISTA
- AVITUALLAMENT LÍQUID I SÒLID AL FINAL DE LA PROVA

V DUATLÓ
CAMPIONAT AUTONÒMIC
CIUTAT D'ONTINYENT Diumenge 16 de març de 2014



10,6 Km - 40 Km - 5 Km
Poliesportiu Municipal
9 del matí
Inscripcions: www.triatlocv.org

Logos: construcciones FRANCES, Frutes Balones, Coca-Cola, TRIATLO, Ajuntament d'Ontinyent, Belplan, pronutricion.com, prosolia, and a 'PROHIBIT DRAFTING' sign.

SERVEI DE GUARDA-ROBA
EN ZONA DE POSTMETA

V DUATLÓ
CIUTAT D'ONTINYENT
16 de Març de 2014

MOLTA
SORT
A TOTS!

V DUATLÓ
CAMPIONAT AUTONÒMIC
CIUTAT D'ONTINYENT Diumenge 16 de març de 2014



10,6 Km - 40 Km - 5 Km
Poliesportiu Municipal
9 del matí
Inscripcions: www.triatlocv.org


construcciones
FRANCES


Belpla


TRIATLÓ
ONTINYENT


AJUNTAMENT D'ONTINYENT


pro-nutricion.com


prosolia


PROHIBIT
DRAFTING