

VII Duatlón-Cros de Reis

Concello de Vimianzo

**DUATLÓN
2014**

CAMPIÓN
Damián Ramos
01:25:03
CAMPIOA
Teresa Barreira
01:50:03

**DUATLÓN
2015**

CAMPIÓN
Marcos Mayo
01:20:16
CAMPIOA
Priscila Suárez
01:36:25

**DUATLÓN
2016**

Estamos
esperándote!!



5,4 km.



21km.



3,6 km.

DOMINGO 10 DE XANEIRO - 11:00 H. - LUGAR DE CASTROMIL

Onde a lama se converte no teu maior rival

INSCRIPCIÓNS a través da web www.galitiming.com

COTA: 5 € - 200 PRAZAS - imprescindible ter cumpridos os 18 anos.

PECHE de inscricións o 6 de xaneiro (ou ata completar prazas).

CATEGORÍAS: absoluta masc. / fem. e local masc. / fem.

Haberá servizo de lavado de bicicletas e servizo de duchas.

Máis información: www.vimianzo.gal - deportes@vimianzo.gal - 981716001 (ext233)

Colabora

Clínica
VIMIANZO SAÚDE
medicina xeral - fisioterapia - osteopatía - acupuntura
dentistería - radioloxía



Duatlón Cros de Reis Concello de Vimianzo

Regulamento de competición

VII DUATLÓN CROS DE REIS - CONCELLO DE VIMIANZO

30 km. aproximadamente



10 de xaneiro de 2016

SAÍDA E META: LUGAR DE CASTROMIL (SALTO)

ANTECEDENTES E FILOSOFÍA DA PROBA

O Duatlón de Reis nace de maneira informal da man dun grupo de persoas ás que lles gusta a práctica deportiva. Dentro deste grupo hai xente que se dedica a facer carreira a pé e outros que se decantan máis pola práctica en bicicleta. Desta mestura de deportistas xurde a idea de reunirse no día de Reis para facer un adestramento no que se combinen as dúas especialidades. En ningún caso ten un carácter competitivo, senón máis ben lúdico. O famoso dito “*o importante non é gañar, senón participar*” cobra neste caso todo o seu sentido.

Despois de varios anos realizando a proba pola súa conta e vendo a gran aceptación que ten, os organizadores propóñenlle ó Concello de Vimianzo que se faga cargo da organización da proba.

Dende o ano 2012 o Concello de Vimianzo faise cargo da organización deste evento pero mantendo sempre o seu carácter lúdico e non competitivo.





Duatlón Cros de Reis Concello de Vimianzo

Regulamento de competición

INSCRICIÓNS: 200 prazas

- As **inscricións** estarán limitadas a **200 participantes** e poderán formalizarse a través da páxina web www.galitiming.com
- A **cota** de inscrición será de **5€**.
- Os participantes deberán ser maiores de idade.
- Prazo de inscrición: **pecharase** o día **6 de xaneiro ás 14:00 h.** ou no momento en que se cubran as 200 prazas ofertadas.

HORARIOS

- 09'30 horas: apertura da mesa de dorsais
- 10'45 horas: peche da mesa de dorsais
- 11'00 horas: saída da carreira
- 13:00 horas: Entrega de trofeos

DEREITOS DE IMAXE, USO DE DATOS E DECLARACIÓN DE ESTAR APTO PARA A PRÁCTICA DEPORTIVA

Os deportistas inscritos comprométese a aceptar estritamente o presente regulamento e calquera posible modificación.

A realización da inscrición implica ter lido, entendido e adquirido os compromisos que a continuación se expoñen:

- ♦ O atleta inscrito declara que está en bo estado físico e ten pasado os pertinentes recoñecementos de saúde.
- ♦ Calquera atleta con problemas médicos (alerxia, atencións especiais,...) deberá facelo constar no reverso do dorsal da proba.
- ♦ O atleta inscrito autoriza e acepta a publicación do seu nome e apelidos e a súa imaxe nas clasificacións, medios de comunicación e internet,(...) para a promoción do deporte. Calquera persoa inscrita



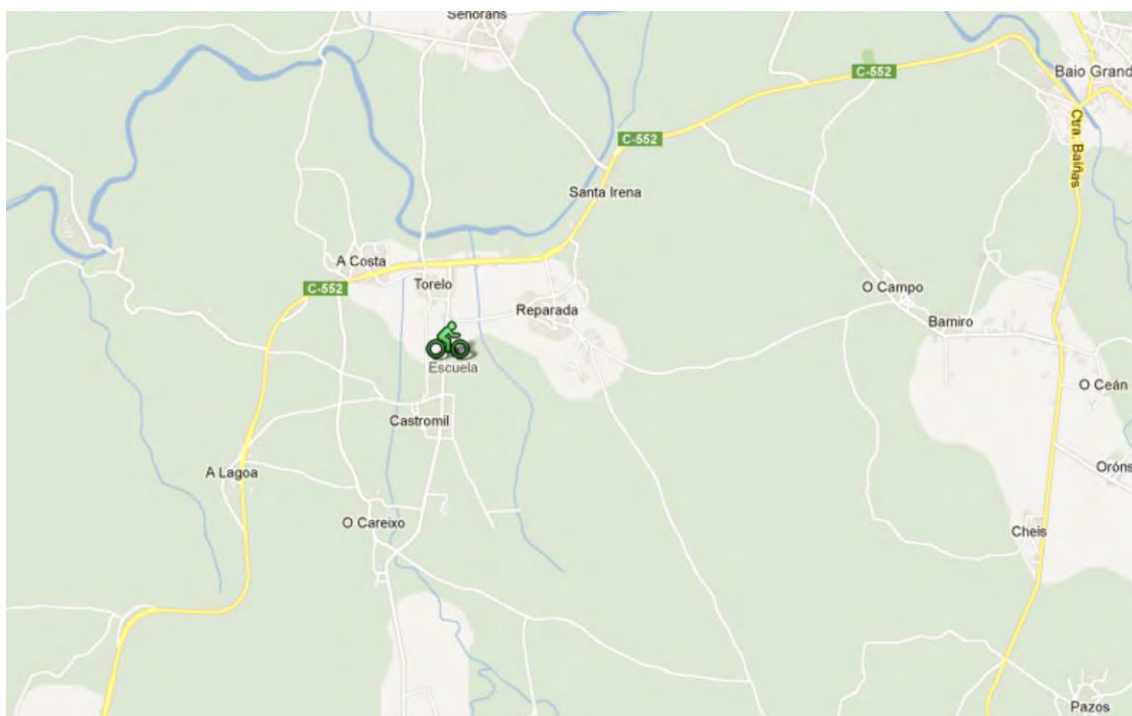
Duatlón Cros de Reis Concello de Vimianzo

Regulamento de competición

poderá prohibir a utilización da súa imaxe previa solicitude expresa por escrito.

REGULAMENTO XERAL

1. A proba estará cronometrada con sistema de chips.
2. O posto de control da proba estará situado no **lugar de Castromil, parroquia de Salto** (ver mapa). A saída e a meta estarán situadas no mesmo punto, a altura da igrexa de Castromil. O punto de transición estará situado na praza da igrexa.



3. A mesa para a entrega de dorsais abrirase ás 9:30 e permanecerá aberta ata 15 minutos antes do inicio da proba. Calquera participante con problemas médicos (alerxia, atencións especiais,...) deberá facelo constar no reverso do dorsal da proba.
4. Todos os participantes inscritos estarán amparados por una póliza de seguro de accidentes e responsabilidade civil concertada polo



Duatlón Cros de Reis Concello de Vimianzo

Regulamento de competición

Concello de Vimianzo. Estarán excluídos os derivados dun padecemento latente, imprudencia, negligencia, inobservancia das leis,... Tamén quedarán excluídos os producidos por desprazamentos a ou dende o lugar no que se desenvolve a proba.

5. Toda persoa que corra sen estar inscrita, farao baixo a súa responsabilidade e non poderá participar de trofeos nin obsequios. Tampouco estará amparada polos seguros da proba.
6. Bicicletas:
 - A bicicleta debe cumprir co estándar de bicicleta de montaña.
 - Non estará permitido empregar bicicletas de ciclocros.
 - O diámetro da roda poder ter ata un máximo de 29 polgadas e a sección mínima pode ser de 1,5 polgadas.
7. Durante o segmento de ciclismo é obrigatorio o uso de casco.
8. Unha vez rematada a proba os participantes deberán devolvelos dorsais da bicicleta á organización na zona habilitada para tal efecto.
9. A clasificación será absoluta, tanto en categoría masculina como feminina. Establécense os seguintes premios:
 - Trofeo aos 3 primeiros clasificados en categoría absoluta masculina.
 - Trofeo aos 3 primeiros clasificados en categoría absoluta feminina.
 - Trofeo ao primeiro e primeira clasificado/a empadroado/a no concello que non queden entre os tres primeiros/as absolutos/as.
10. Debido ao carácter estritamente deportivo e popular da proba non se admitirán reclamacións. A participación é libre e leva implícito a aceptación do Regulamento Xeral da proba. O Concello de Vimianzo, así como a Comisión Organizadora non se farán responsables dos danos físicos, morais ou materiais que ocasione a participación nesta carreira. O non recollido no mesmo resolverase segundo o criterio da comisión organizadora, sendo as súas decisións

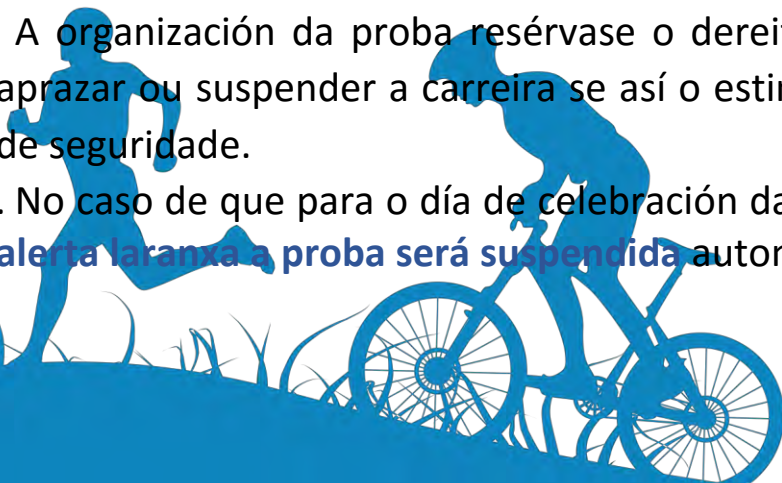


Duatlón Cros de Reis Concello de Vimianzo

Regulamento de competición

inapelables.

11. Todos os participantes, polo feito de tomar a saída na proba, aceptan o presente Regulamento, e no caso de dúbida ou de xurdir algunha situación non reflectida no mesmo, estarase ao que dispoña o Comité Organizador.
12. A Organización habilitará 4 duchas na zona de saída e meta da proba. Debido á capacidade dos termos non podemos garantir auga quente para todos, por este motivo tamén se porá a disposición dos deportistas o pavillón polideportivo de Vimianzo (situado a 5 km. do lugar onde se celebrará a proba) para que se poidan cambiar e duchar. Tamén se informa que en dita instalación non hai servizo de garda roupa e de que o Concello de Vimianzo non se fai responsable da perda de obxectos persoais dos deportistas.
13. Os únicos vehículos que poderán seguir a proba, serán os autorizados pola organización.
14. Descualificacións:
 - O servizo sanitario da competición está facultado para retirar durante a proba a calquera deportista que manifeste un mal estado físico.
 - Todo deportista que non realice o percorrido completo.
 - O deportista que manifeste un comportamento non deportivo ou se reitere en protestas ante a Organización.
15. A organización da proba resérvase o dereito a modificar horarios, aprazar ou suspender a carreira se así o estima oportuno por razóns de seguridade.
16. No caso de que para o día de celebración da proba se decrete unha **alerta laranxa a proba será suspendida** automaticamente.





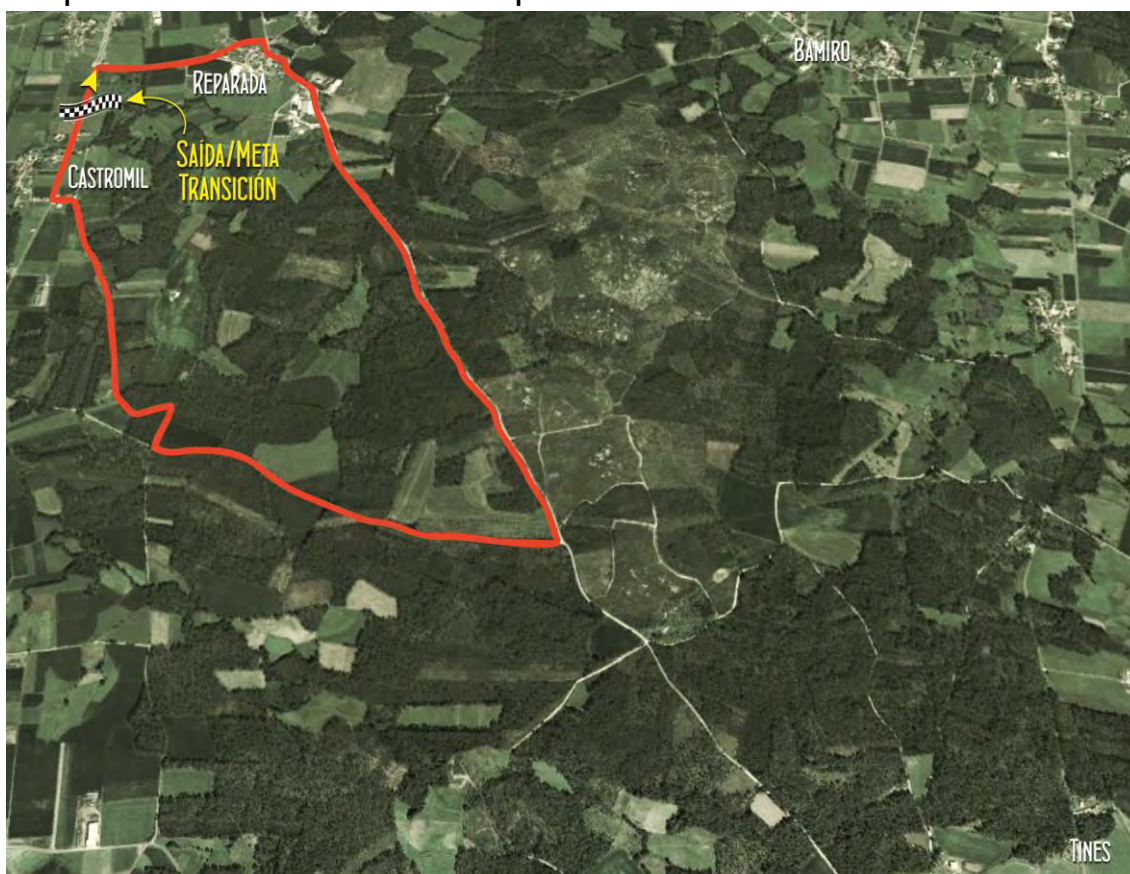
Duatlón Cros de Reis Concello de Vimianzo

Regulamento de competición

PERCORRIDO

- Primeiro Segmento, carreira a pe: 5'4 km. (unha volta ó circuito).

Os participantes iniciarán a proba cunha carreira a pe de 5,4 km. (percorrido vermello). Esta carreira realizarase nun circuito na que se combinan tramos asfaltados con outros que non o son. Para completar a distancia haberá que dar **unha volta enteira o circuito**.



Perfil do primeiro segmento



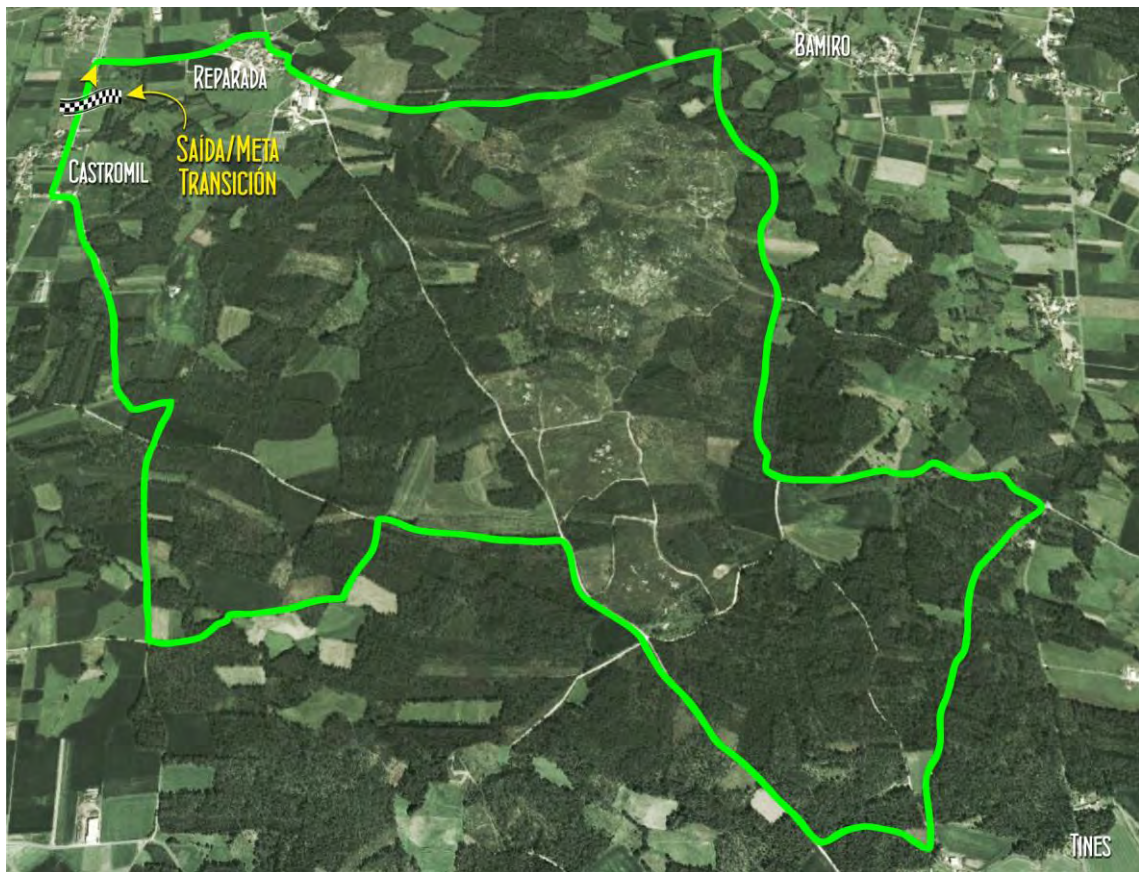


Duatlón Cros de Reis Concello de Vimianzo

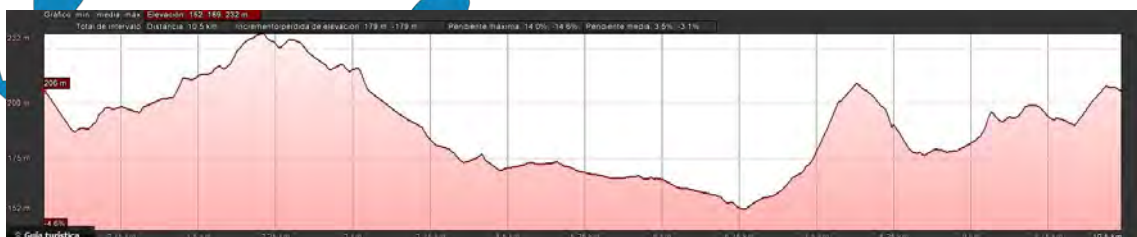
Regulamento de competición

- **Segundo Segmento, carreira en bicicleta: 21 km. (dúas voltas a un circuío de 10'5 km.)**

Despois de realizar a carreira a pe, os deportistas terán que facer unha carreira en bicicleta sobre unha distancia de 21 km. Para elo deberán completar dúas voltas a un circuío de 10,5 km. no que se combinan tramos asfaltados con outros que non o son (percorrido verde). Este ano o tramo en bicicleta varía con respecto ó trazado de anos anteriores.



Perfil do segundo segmento

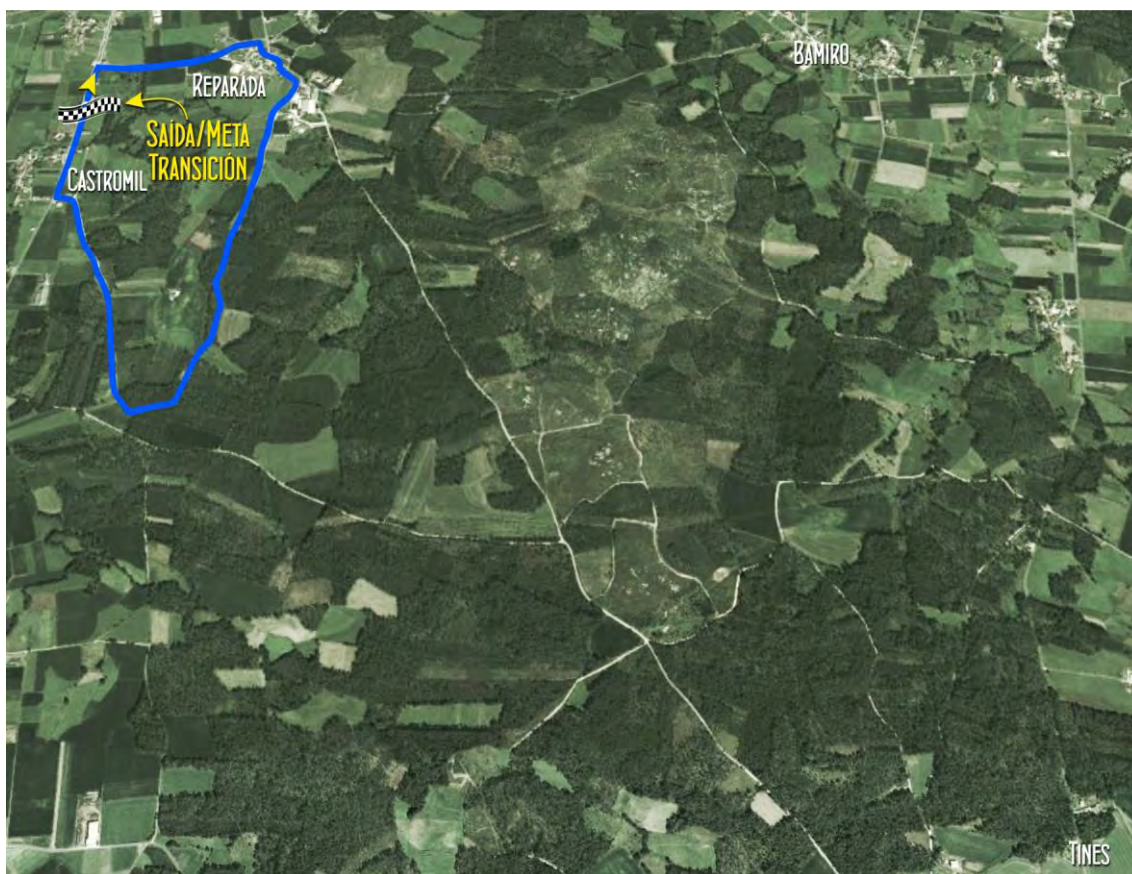




Duatlón Cros de Reis Concello de Vimianzo

Regulamento de competición

- **Terceiro Segmento, carreira a pe: 3'6 km. (unha volta ó circuító).** Para finalizar a proba os deportista deberán realizar unha carreira a pe de 3,6 km. (percorrido azul). Para completar a distancia haberá que dar unha volta enteira a un circuító no que se combinan tramos asfaltados con outros que non o son.



Perfil do terceiro segmento





Duatlón Cros de Reis Concello de Vimianzo

Regulamento de competición

- Tódolos aqueles deportistas que se atopen por detrás do vehículo que pecha a carreira están obrigados a circular polo carril dereito e a cumprir o código de circulación. Os participantes que non respecten este punto poderán ser retirados da carreira polos membros da organización.
- A organización contará coa colaboración de organismos municipais competentes, que regularán o tráfico ao longo de todo o percorrido.
- Existirá un posto de avituallamento líquido e sólido situado na zona de meta e transición.

**A Organización desta carreira aproveita a ocasión para agradecer a
súa participación.**

MÁIS INFORMACIÓN

www.vimianzo.es

deportes@vimianzo.es

981-716001 (ext 233)

