

# L'3SCOLA SANTJUSTRIATLÓ

## 7É TRIATLÓ L'3SCOLA SANT JUST



Organitza:

L'3scola

Club Natació Sant Just



## 7É TRIATLÓ L'ESCOLA SANT JUST

1. La prova es celebrarà el dia 19 de Setembre del 2021 als voltants del Complex Esportiu la Bonaigua.
2. L'entrega de dorsals es farà a partir de les 7:45h, fins a 15 minuts abans de l'horari de tancament de Box.  
L'entrada a Box es farà en els horaris marcats.

	<b>OPERTURA DE BOX</b>	<b>TANCAMENT DE BOX</b>
<b>HORARI</b>	8:00	8:45

- La retirada de material de Box, es podrà fer un cop hagin finalitzat totes les categories.

3. Les categories de les que constarà la competició i els horaris de crida dels triatletes seran:

<b>CATEGORIA</b>	<b>ANY DE NAIXEMENT</b>	<b>HORARI</b>
<b>CADETS</b>	(2007/2006)	9:00
<b>INFANTILS</b>	(2009/2008)	9:45
<b>ALEVINS</b>	(2011/2010)	10:15
<b>BENJAMINS</b>	(2013/2012)	10:40
<b>PREBENJAMINS</b>	(2016/2014)	11:00

\*Els horaris son provisionals. Els definitius seran publicats una setmana abans a la web de la federació i del club.

Als horaris que trobem a la taula, es farà la crida per anar a la cambra de requeriments. A la cambra de requeriments es cridarà a les diferents sortides, que estaran ordenades per número de dorsal. Un cop estiguin tots els participants a la cambra de requeriments, es cridarà per nom i cognom a cada participant perquè es situï a la zona de sortida.

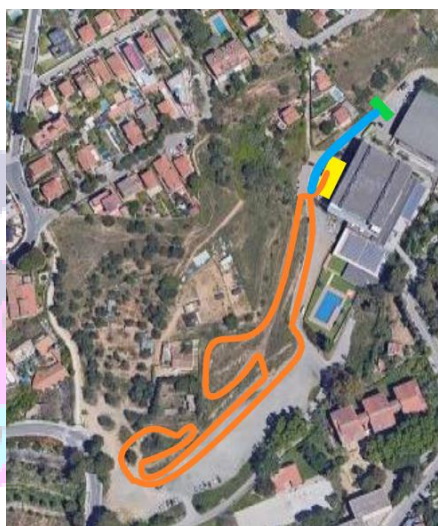
La publicació de les sortides i l'assignació de dorsals es farà uns dies abans de la competició.

#### 4. Distàncies, categories i circuits

	<b>NATACIÓ*</b>	<b>CICLISME</b>	<b>CURSA A PEU</b>
<b>CADETS (2007/2006)</b>	140m (4 voltes)	4,8km (3 voltes)	2,1km (3 voltes)
<b>INFANTILS (2009/2008)</b>	140m (4 voltes)	3,3km (2 voltes)	1,5km (2 voltes)
<b>ALEVINS (2011/2010)</b>	105m (3 voltes)	1,6km (1 volta)	800m (1 volta)



**CIRCUIT DE BICI:** Circuit de bici circular, de 1,6km de llargada i amb bastant desnivell.



**CIRCUIT DE CURSA A PEU:** Circuit circular, de 800m (**amb enllaç a meta**) o 650m (**sense enllaç a meta**) en terreny mixte.

	<b>NATACIÓ*</b>	<b>CICLISME</b>	<b>CURSA A PEU</b>
<b>BENJAMINS (2013/2012)</b>	70m (2 voltes)	1,5km (1 volta)	500m (1 volta)

**Circuit Ciclista:** Circuit que consta de dos girs de 180 graus, d'anada i tornada amb una distancia de 1,5km i molt poc desnivell.

**Circuit de Cursa a Peu:** Circuit de cursa a peu amb una llargada de 500m en terreny mixte.



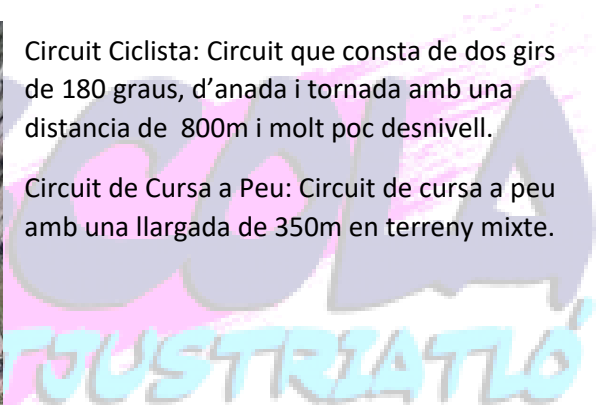


	<b>NATACIÓ*</b>	<b>CICLISME</b>	<b>CURSA A PEU</b>
<b>PREBENJAMINS (2016/2014)</b>	35m (1 volta)	800m (1 volta)	350m (1 volta)



Circuit Ciclista: Circuit que consta de dos girs de 180 graus, d'anada i tornada amb una distancia de 800m i molt poc desnivell.



Circuit de Cursa a Peu: Circuit de cursa a peu amb una llargada de 350m en terreny mixte.



\*Natació: la natació de totes les categories es realitzarà a la piscina exterior de la Bonaigua, sempre que el temps ho permeti. En cas de que no sigui així, es realitzarà la natació a la piscina interior i en format tradicional.

Es farà el següent recorregut dintre de la piscina:



-  Tram nedant
-  Tram sortida de l'aigua i enllaç amb la següent volta

El recorregut consta de 35m de natació. Per tant, segons la distància s'haurà de sortir de l'aigua per enllaçar les diferents voltes

#### 5. Material necessari:

- Natació: Casquet de natació, Banyador/Trimono i ulleres de natació
- Ciclisme: Bicycleta (carretera o BTT), casc, dorsal, porta-dorsals, calçat i peça per cobrir el pit (no està permès fer el sector de ciclisme amb el pit descobert)
- Cursa a peu: calçat, dorsal, porta-dorsals i peça per cobrir el pit (no està permès fer el sector de cursa a peu amb el pit descobert)

#### 6. Premis

Medalles i obsequis per a tots els participants.

#### 7. Inscripcions

El preu de la inscripció serà de 12 euros per participant

El límit d'inscrits serà de 200, en el cas de quedar-se sense plaça, s'obrirà una llista d'espera.

#### 8. Reglament

El reglament que s'aplicarà serà el de la Federació Catalana de Triatló.

#### 9. Normativa Covid

- Presa de temperatura a l'entrada al Box.
- Desinfecció de mans amb Gel a l'entrada de Box
- Entrega de Declaració Autorresponsable al recollir el dorsal.



Trobareu la Declaració a la web de la Federació Catalana a l'apartat de la competició.

- Us de mascareta obligatori durant tot moment excepte durant la realització de la prova. S'entregarà una mascareta quirúrgica a l'arribada a meta.

#### 10. Accés d'acompanyants

Tots els circuits son a l'exterior i l'accés a la piscina estarà permès per als acompanyants però de manera restringida. Els tècnics dels diferents clubs també podran accedir a la zona de piscina sempre que hagin sigut acreditats prèviament.

#### 11. Com arribar

<https://goo.gl/maps/Sv2v4zokYfev9u5c7>

#### 12. Mes informació

<http://cnsantjust.cat/>

<https://www.triatlo.org/>

**L'3 SCOLA**  
**SANTJUSTRIATLÓ**