

**GUÍA DEL ATLETA**

**TAMA 101.9K**

**56K**

**EDICION ESPECIAL**

**2018**



**Avala** **FEUTRI**  
FEDERACIÓN UNIDA DE TRIATLÓN  
Costa Rica

## INFORMACIÓN GENERAL

**DONDE:** PLAYA TAMARINDO, GUANACASTE

**DIA:** SÁBADO 17 DE MARZO DE 2018

**NATACIÓN:** Se establecerá en una zona contiguo al Restaurante Pescador.

**ZONA DE TRANSICIÓN #1:** en el area de playa.

**ZONA DE TRANSICIÓN #2:** Cancha de fútbol frente al restaurante Wish Rock.

**RECORRIDO DE CICLISMO:** Salida de la playa se dirigen hacia el cruce de Villareal, toman a mano derecha hacía el cruce de 27 de Abril, para tomar hacia la derecha hacia Las Delicias y llegan al retorno ubicado en las cercanías del pueblo de Río Seco. Comprende un circuito de 40km.

**No incluye kilometraje entre la salida de la playa y el retorno 2.**

**ATLETISMO:** Los triatletas recorrerán 10 kilómetros en un circuito de 5 kilómetros.

## COSTO DE INSCRIPCIÓN

**TAMA 101.9k: \$111.**

**RELEVOS TAMA 101.9K: \$100.**

**56K: \$60**

## IMPORTANTE:

1. La inscripción ordinaria se cerrará hasta agotar la cantidad de cupos disponibles.
2. Se **premiará grupos por edad** en categorías: **TAMA 101.9K.**
3. Se premiará los **3 primeros lugares general** en **RELEVOS TAMA 101.9k.**
4. Es un evento **NON DRAFT**, por lo tanto **NO** se permitirá "chupar rueda".
5. Para la distancia **56K** es permitido el **DRAFT**. Se aplica hombres con hombres y mujeres con mujeres. **Es sancionatorio cuando es MIXTO.**
6. Son permitidas las bicicletas especiales para contra reloj, o con alteraciones especiales. Los jueces revisarán todo el equipo utilizado por el atleta a su ingreso a T1.
7. No son permitidas bicicletas especiales para la distancia **56K.**
8. Deberá presentar su carne al día, o bien el comprobante de pago de licencia de un 1 día de la FEDERACION UNIDA DE TRIATLÓN para retiro del paquete de competencia. Más información al respecto: [www.feutri.org](http://www.feutri.org)
9. El retiro del paquete de competencia es de forma personal, no se permitirá retiro por medio de otras personas. **(Solamente bajo aprobación del director general del evento).**

**CUENTA Y SISTEMAS PARA REALIZAR EL PAGO:****1. SISTEMA PAYPAL**

Por medio de la página [www.albusports.com](http://www.albusports.com) usted podrá realizar su pago en línea con tarjeta de crédito o débito.

**INSCRIPCIÓN INCLUYE:**

Evento de premiación, gorra de natación, camisa del evento, bolso, chip electrónico para el control de tiempos, medalla de competencia, asistencia en puestos con: frutas, hidratante, agua, asistencia médica de servicio privado, seguro básico de cobertura, seguridad en agua, ciclismo y atletismo, y transiciones.

**HORARIO DE EVENTO**

<b>VIERNES 16 DE MARZO TAMA 101.9K – 56K</b>		
4:00pm am a 9:00pm	ENTREGA PAQUETES	HOTEL OCCIDENTAL TAMARINDO
6:30 pm, 7:00 pm	CONGRESILLOS TÉCNICOS	HOTEL OCCIDENTAL TAMARINDO
<b>SABADO 17 DE MARZO TAMA 101.9K – 56K</b>		
4:30 am a 5:20am	MARCAJE/APERTURA ZONA TRANSICIÓN	ZONA DE PLAYA
5:45 am	SALIDA ÉLITE MASCULINO	ZONA DE PLAYA
5:55 am	SALIDA ÉLITE FEMENINO	ZONA DE PLAYA
6:00 am	SALIDA GRUPOS POR EDAD ( 101.9K)	ZONA DE PLAYA
7:00 am	SALIDA DISTANCIA 56K	ZONA DE PLAYA
11:40 am	RETIRO DE BICICLETAS	HOTEL TAMARINDO DIRIA
2:00 pm	PREMIACIÓN Y RIFAS	ANFITEATRO HOTEL

**\*\*Si existiera cambio en los horarios serían comunicados en su momento vía: FACEBOOK, CORREO ELECTRÓNICO.**

**EVENTO DE PREMIACIÓN, RIFAS ESPECIALES:**

**Día: Sábado 17 de Abril.**

**Hora: 2:00 p.m.**

**Lugar: ANFITEATRO HOTEL OCCIDENTAL TAMARINDO**

## DESARROLLO REGLAMENTARIO PARA CATEGORÍA

	NATACIÓN	CICLISMO	ATLETISMO
TAMA 101.9K	1900m/1 circuito	90km/2 circuitos	10km/2 circuitos
TAMA 56K	1000m/1 circuito	45km/ 1 circuito	10km/2 circuitos

### CATEGORÍAS

Élite Femenino y Masculino (TAMA 101.9K)

18-23 años (TAMA 101.9K – 56K)

24-29 años (TAMA 101.9K – 56K)

30-34 años (TAMA 101.9K – 56K)

35-39 años (TAMA 101.9K – 56K)

40-44 años (TAMA 101.9K – 56K)

45-49 años (TAMA 101.9K – 56K)

50-55 años (TAMA 101.9K – 56K)

55-59 años (TAMA 101.9K – 56K)

60 y más (TAMA 101.9K – 56K)

### COMISIÓN MÉDICA:

Para el evento TAMA 101.9K, se dispondrán de ambulancias de soporte avanzado de la empresa Línea Vital, que proveerán la asistencia médica de los atletas en sus tres disciplinas por completar.

Se mantendrá un monitoreo con el Juez General y el Director General del evento para establecer los puntos de ubicación.

### PLAN OPERATIVO:

- **PRESENCIA STAFF:** A lo largo de toda la ruta del ciclismo y atletismo se encontrarán las **personas de Staff** que estarán colaborando con la fluidez del evento, siempre garantizando orden, seguridad y control en los puestos, y lugares que lo ameriten.
- **SEÑALIZACIÓN OFICIAL:** en zonas de peligro, cruces, salida de calles, y otros elementos en la carretera que requieran la presencia de un miembro del Staff debidamente identificado.
- **LEYES DE TRÁNSITO:** Según las leyes oficiales del MOPT y aplicadas por la Dirección General de Tránsito, las vías nacionales **no tienen aval de cierre al 100%**, únicamente regulaciones en los puntos avalados por los oficiales de tránsito que asigna la Dirección General de Tránsito para colaborar con el evento.

- **NATACIÓN:** Para el evento TAMA 101.9K se dispondrán de kayaks, y lanchas. Habrá presencia en playa de miembros médicos que pueda brindar seguridad en el agua.
- **CICLISMO Y ATLETISMO:** Se trabajara con vehículos y motocicletas de la organización que realizarán los recorridos respectivos de la ruta, con el fin de tener segura la competencia. Igualmente, habrá señalización con: conos, cintas de seguridad, banderas, entre otros para que los atletas y también conductores respeten la circulación del atleta.
- **AREAS DE HIDRATACION OFICIALES EN CICLISMO:**
  1. Se establecerán **2** puestos oficiales donde se proveerá al atleta de ánforas con agua e hidrante.
  2. **Sera obligatorio** pie en tierra.
  3. Ambos puestos se ubicarán en las cercanías de los retornos del ciclismo.
- **AREAS DE HIDRATACIÓN OFICIALES EN ATLETISMO:**
  1. Se ubicaran **3** puestos oficiales de asistencia para los atletas en el circuito de atletismo.
  2. Los puestos serán abastecidos con: agua, hidratante ELECTROLIT, para los triatletas.
  3. Únicamente en los puestos de hidratación oficiales se permite la asistencia.
  4. Los asistentes podrán suministrar hidratación 50 metros antes o después del puesto de hidratación oficial.
  5. Se permitirá que asistentes brinden asistencia en el atletismo. La asistencia deberá de ser compartida para todos los competidores.

## LOS TRES EJES

Nuestra organización pretende que estos eventos lleven un elemento diferenciador cada año que se realice.

Queremos aprovechar que el triatleta se logre identificar con la comunidad y también que las familias que visiten la zona lo hagan. De igual forma se pretende que las familias, la comunidad y el triatleta sean un solo cuerpo.

Para ello, estaremos realizando obras de responsabilidad social en las comunidades donde se desarrollen los triatlones de la marca TRIA CUP. Queremos que los miembros del pueblo participen activamente en el triatlón, y a su vez que ellos logren un ingreso económico importante con la presencia de atletas y visitantes.

Es por ello, que contamos con patrocinadores que han desarrollado ese músculo social, y que será vital para transmitirlo a todos los participantes.

**EVENTO AVALADO POR:**

