

GUIA DEL DEPORTISTA

V TRIATLÓN CROS SEXITANO

#387#

03/09/2022

V TRIATLÓN CROS SEXITANO

1000mts 22km btt 6km

COPA ANDALUCÍA TRIATLÓN CROS

3 SEPTIEMBRE 2022

#387#

ALMUÑECAR

Almuñecar (Parque del Pozuelo) 17:00

Info. e inscripciones: www.triatlonandalucia.org

www.comunidadandalucia.com

Logos of various sponsors and organizations are displayed at the bottom of the poster.

I COPA DE ANDALUCÍA DE TRIATLÓN CROS 2022



09/07

IV

TRIATLÓN CROS
VILLA DE CASTRIL
(Granada)

03/09

V

TRIATLÓN CROS
SEXITANO#387#
Almuñecar (Granada)

21/08

XIII

TRIATLÓN CROS
"ARCOS TIERRA QUE INSPIRA"
(Cádiz)

02/10

X

TRIATLÓN CROS
LA PUEBLA DEL RÍO
"PUERTA DE DORANA"
(Sevilla)

ORGANIZADORES DEL CIRCUITO:



COLABORADORES:



El "V Triatlón Cros Sexitano #387#", pertenece a la

I COPA de ANDALUCIA de TRIATLÓN CROS

En Almuñécar encontraras:

- Visitas turísticas milenarias,
- Alojamientos de todo tipo,
- Una gastronomía de lujo,
- Buceo y Snorkel todo el año,
- Playas de aguas transparentes,
- Turismo activo de todos los niveles,
- Rutas btt “inigualables”,
- Deportes náuticos,
- Etc...



[Pincha aquí para acceder a la web de turismo de Almuñécar](#)

HORARIOS:

RECOGIDA DE DORSALES:

- Viernes 2 de septiembre, Discoteca "Big Bang" (Paseo del Altillo – Almuñécar de 17:30 a 19:00)
- Sábado 3 de septiembre, Área de transición (Playa del Pozuelo – Almuñécar a 15:30 a 16:30)

ENTRADA MATERIAL DE BTT AL ÁREA DE TRANSICIÓN:

- Sábado 3 de septiembre – 15:30 a 16:30

COMIENZO DE LA PRUEBA:

- SALIDA MASCULINA: sábado 3 de septiembre – 17:00
- SALIDA FEMENINA: sábado 3 de septiembre – 17:10

ENTREGA DE TROFEOS:

- Sábado 3 de septiembre – 21:00

RECOGIDA DE DORSALES:

- Para la recogida de dorsales, el viernes 2 de septiembre en la discoteca "Big Bang", es necesario edificarse con el DNI.
- La recogida de dorsales el sábado 3 de septiembre, se realizará dentro del "área de transición", por lo que el deportista deberá de identificarse con su DNI o licencia de 2022, al entrar al área y en su lugar asignado, tendrá el sobre con sus dorsales.

CHIP y DORSAL:

- El CHIP deberá de colocarse en la pierna izquierda y con la parte roja hacia el exterior, fuera de calcetín, neopreno, media o similar.
- El dorsal del cuerpo será "OBLIGATORIO y VISIBLE" en BTT y Carrera a pie.
- El dorsal en el sector de Natación, se deberá de colocar en el lateral izquierdo del gorro de Natación.



MATERIAL PERMITIDO EN EL ÁREA TRANSICIÓN:

- Debe de usarse una bicicleta BTT, homologada UCI
- No está permitido Bicicletas "gravel"
- No está permitido el uso de "acoples" de ningún tipo
- No está permitidos "bidones" detrás del sillín
- No está permitido ruedas de menos de 12 radios
- En el área de transición, solo se quedará el material de la competición. (mochilas y demás material debe de quedar fuera del área)

GUARDARROPA:

- El guardarropa se situará en la playa del tesorillo, que es el lugar de comienzo del sector de natación, a 200 metros del área de transición.
- Una vez terminada la prueba, las mochilas estarán junto a bicicleta de cada participante.



DESARROLLO DEL TRIATLÓN:

- **El sector de Natación** será de 1000 metros, entre la playa del Tesorillo y la Playa del Pozuelo.
- **El sector de Ciclismo BTT**, será a una sola vuelta de 22 km, llegando a Itrabo en el kilómetro 11 del sector.
- **El sector de carrera a pie**, será a dos vueltas, con un total de 6km, pasando junto a la meta en la primera vuela, por lo que los familiares y amigos tendrán la oportunidad de animarnos en la mitad de la carrera a pie.

NATACIÓN:

Salida desde la playa del tesorillo, a 200 metros del Área de Transición
1 sola vuelta



NATACIÓN:

Final de sector de Natación en la playa del Pozuelo, junto al Área de Transición



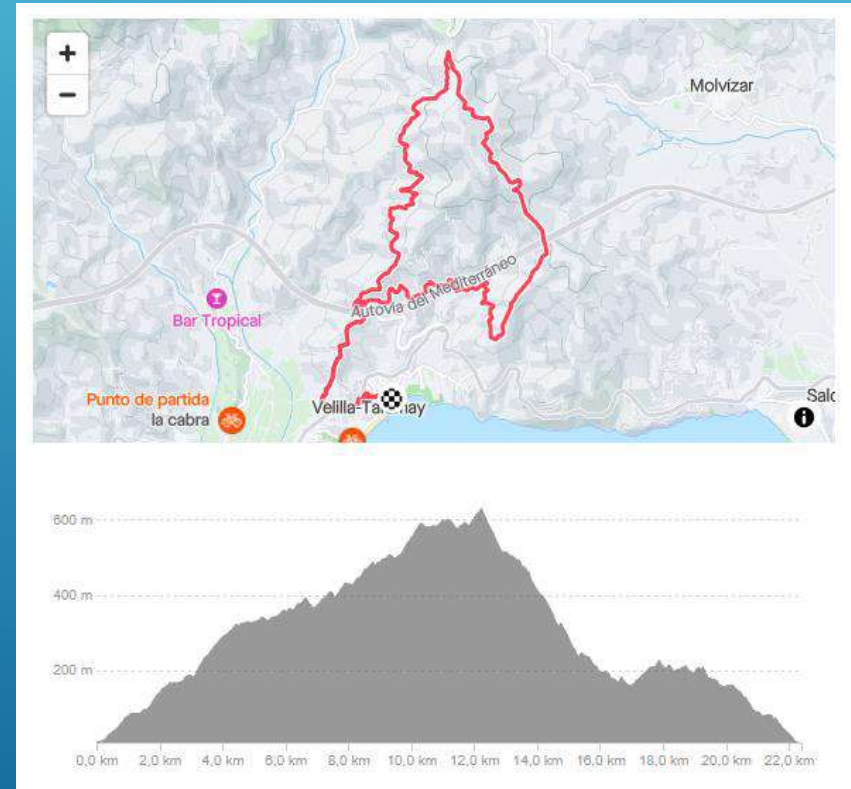
Un avituallamiento líquido al terminar el sector de Natación y antes de entrar al “Área de Transición”



BTT:

- 1 sola vuelta de 22km, con un desnivel acumulado total de 890 m

Circuito con tráfico "controlado pero abierto", circular siempre por la derecha



BTT:

- En el km 3,5, se sitúa una subida un poco más técnica sobre un camino de tierra de 400 m.
- Para saber que estamos ahí, se dejará a la derecha a un "Moai" como los de la Isla de Pascua
- En el km 10, se encuentra un AVITUALLAMIENTO LIQUIDO + SOLIDO



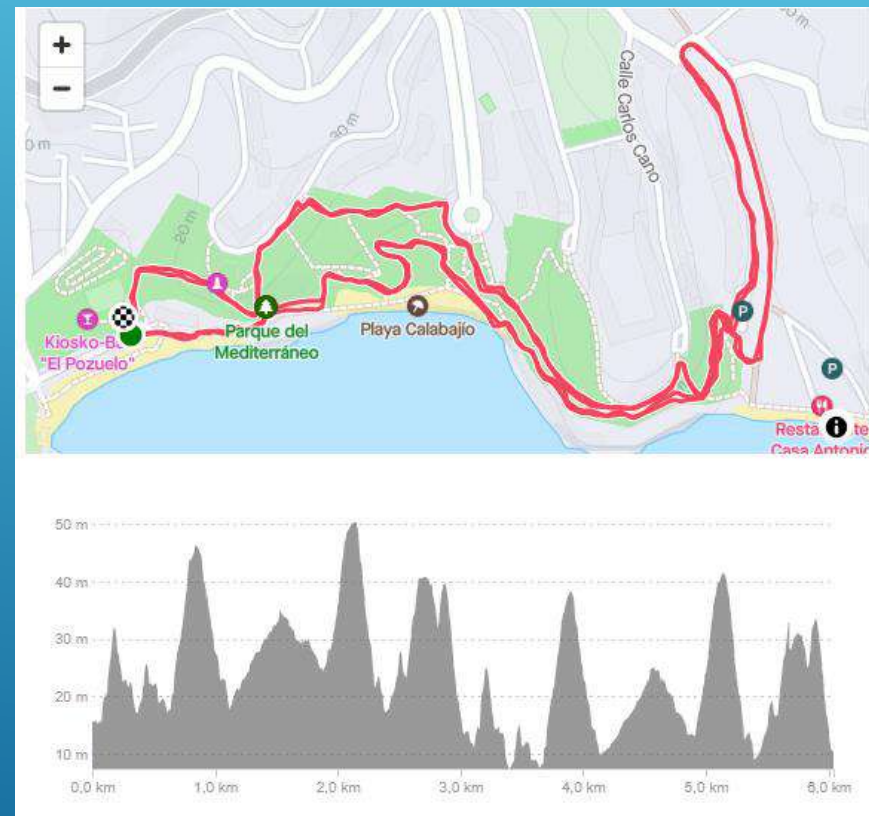
BTT:

- Desde el km 12 al 15,4, comienza bajada que en algunos tramos de bajada "técnica". **NO OLVIDAR QUE LO IMPORTANTE ES LLEGAR en perfecto estado al final de la prueba.**
- En el km 15,4 estará un **2° AVITUALLAMIENTO LIQUIDO**



CARRERA A PIE:

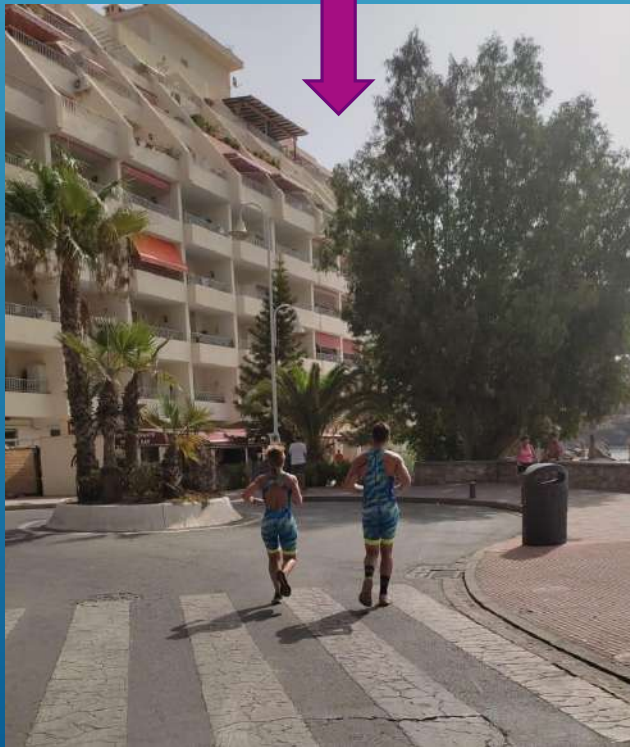
- 2 vueltas de 3 km, con un desnivel acumulado total de 256 m, en las inmediaciones del Parque Mediterráneo, Playa del Pozuelo, Playa Calabajío y Playa de Cabria



CARRERA A PIE:

4 Avituallamiento líquidos en carrera a pie:

- 1 nada más salir del Área de transición,
- 1 al comenzar la segunda vuelta de carrera a pie, km 3.



CARRERA A PIE:

4 Avituallamiento líquidos en carrera a pie:

- 1 en el km 1,5 de la carrera a pie,
- 1 en el km 4,5 de la carrera a pie.



CARRERA A PIE:



Nada más comenzar la carrera a pie, el sector llevará a los participantes por unos acantilados espectaculares, sobre 3 playas:

- Pozuelo,
- Calabajío
- y Cabria.



CARRERA A PIE:



En el final de la primera vuelta se entregará una PULSERA AMARILLA que es OBLIGATORIA llevarla en la segunda vuelta de carrera a pie, hasta cruzar META

BUENA SUERTE A TODOS Y A
DISFRUTAR DE ESTA PRUEBA,
¡OS ESPERAMOS!

V TRIATLÓN CROS SEXITANO
3 de SEPTIEMBRE 2022
Almuñécar (Playa del Pozuelo)
17:00

Info. e inscripciones: www.triatlonandalucia.org

ORGANIZADO POR: FEDERACIÓN ANDALUZA DE TRIATLÓN, AYUNTAMIENTO DE ALMUÑÉCAR, DIPUTACIÓN DE GRANADA, JUNTA DE ANDALUCÍA, FEDERACIÓN ANDALUZA DE TRIATLÓN

Patrocinadores: Jaime Pelillera, ROSANEGRA, RENault, Auto Almuñécar Motor, NOVOFRUT, COMERCIAL JARAMA, UIN, CARIBE, TROPISOL COSTA S.L., AMBULANCIAS, Lirioal, JESÚS, M, ÓPTICA ORBERA, FisiokineXis, mundaka, CUMBRE VILLAS, VICTORIA Playa, FARMACIA RIOS TAMAYO, Flabeque, DECAHLON, soluciones internet, PLAYA MAR

