



Duatlón SERTRI ZARAGOZA

02/11/2014



Guía de atletas Distancia Flash

ESTIMACIÓN HORARIOS Y DISTANCIAS



Categorías	Distancias			Hora Inicio	Hora Finalización	Circuito ciclismo
	Carrera a pie	Ciclismo	Carrera a pie			
Sprint Masculino	5 kilómetros	20 kilómetros	2,5 kilómetros	9:00	11:00	Urbano. Solo bici carretera
Sprint Femenino				9:05	11:15	
Súper Sprint Masculino	2,5 kilómetros	10 kilómetros	1,25 kilómetros	10:40	11:32	Urbano. Solo bici de montaña
Súper Sprint Relevos				10:45	11:37	
Triatlón de la Mujer				10:50	11:50	
Triatlón Paralímpico	2,5 kilómetros	10 kilómetros	1,25 kilómetros	10:55	11:50	
Flash Masculino (menores)	1500 metros	4 kilómetros	1000 metros	12:00	12:33	Parque
Flash Femenino (menores)				12:05	12:38	
	Carrera a pie	Ciclismo	Carrera a pie			
	Distancias por confirmar					
Kids Run Bike Run Sub 5	150 metros	600 metros	150 metros	12:45	12:55	Parque
Kids Run Bike Run Sub 8	300 metros	1500 metros	300 metros	13:00	13:20	
Kids Run Bike Run Sub 11	600 metros	3000 metros	600 metros	13:25	14:00	





Duatlón SERTRI

Distancia Flash

Categoría masculina

Categoría femenina

12 – 16 años

RECORRIDOS DISTANCIA FLASH



Carrera a pie **1,8 km**

🚶 **3 vueltas bordeando el jardín botánico del Parque Grande José Antonio Labordeta**

Ciclismo **4,5 km**

🚲 **3 vueltas de 1,5 km a un circuito por la Avenida de los Bearnesees y Calle de la Villa de Calcena del Parque Grande José Antonio Labordeta**

Carrera a pie **1,8 km**

🚶 **3 vueltas bordeando el jardín botánico del Parque Grande José Antonio Labordeta**

SALIDA Y META

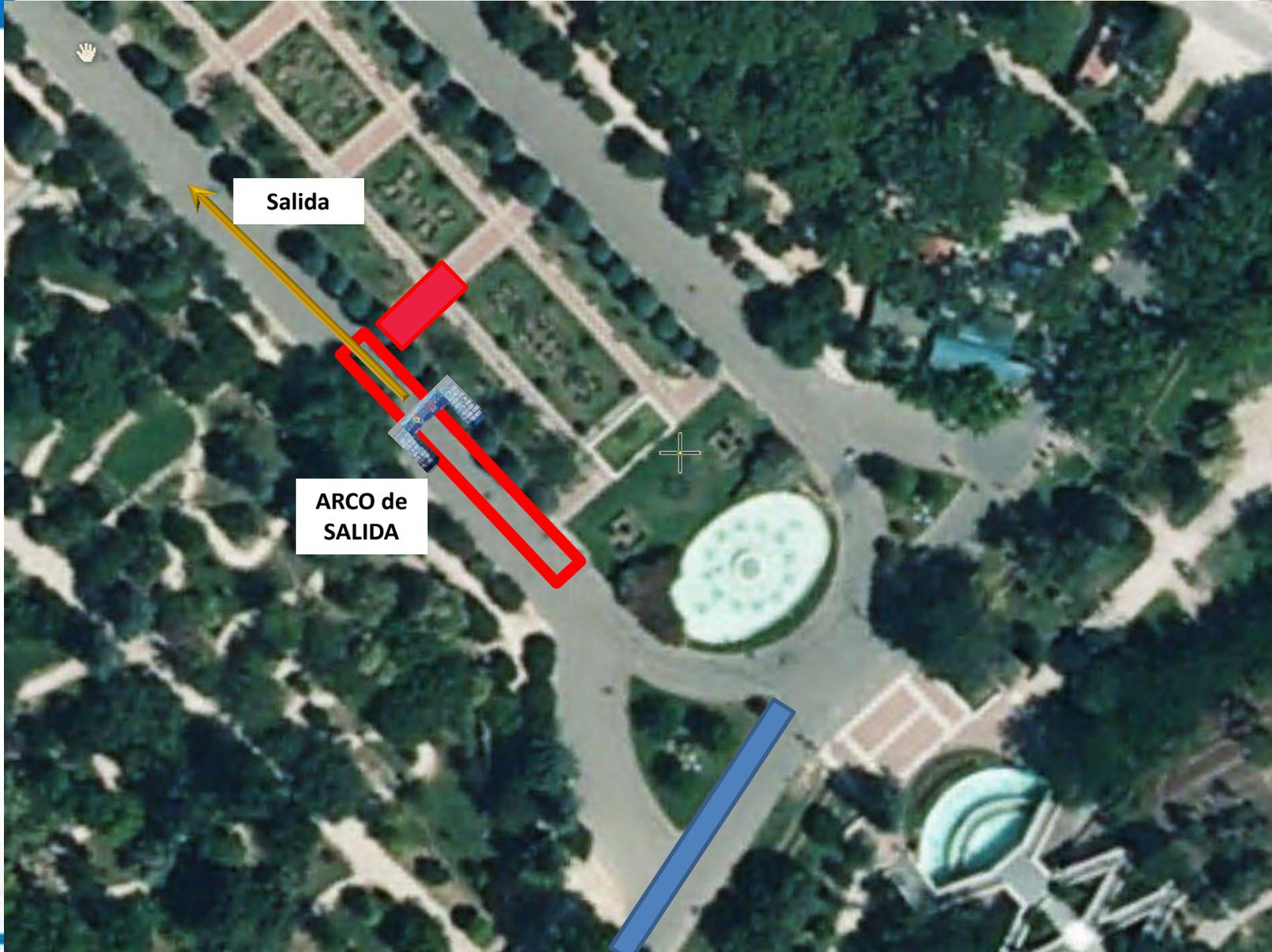


- ❉ **Ubicada en el vial suroeste de la Avenida San Sebastián.**
- ❉ **Cajón de salida.**
- ❉ **Se cerrará una zona post-meta para el avituallamiento de los participantes.**

ÁREA DE SALIDA, TRANSICIÓN Y META



SALIDA. INICIO PRIMERA VUELTA CARRERA A PIE



Salida

ARCO de SALIDA

PRIMER SEGMENTO. CARRERA A PIE



- o **3 vueltas de 610 metros = 1,8 km**
- o **Circuito bordeando el Jardín Botánico del Parque Grande José Antonio Labordeta**
- o **5 metros de desnivel por vuelta**
- o **Asfalto y tierra prensada**
- o **Track:**
<http://es.wikiloc.com/wikiloc/view.do?id=7676056>

VUELTAS PRIMER SEGMENTO. CARRERA A PIE

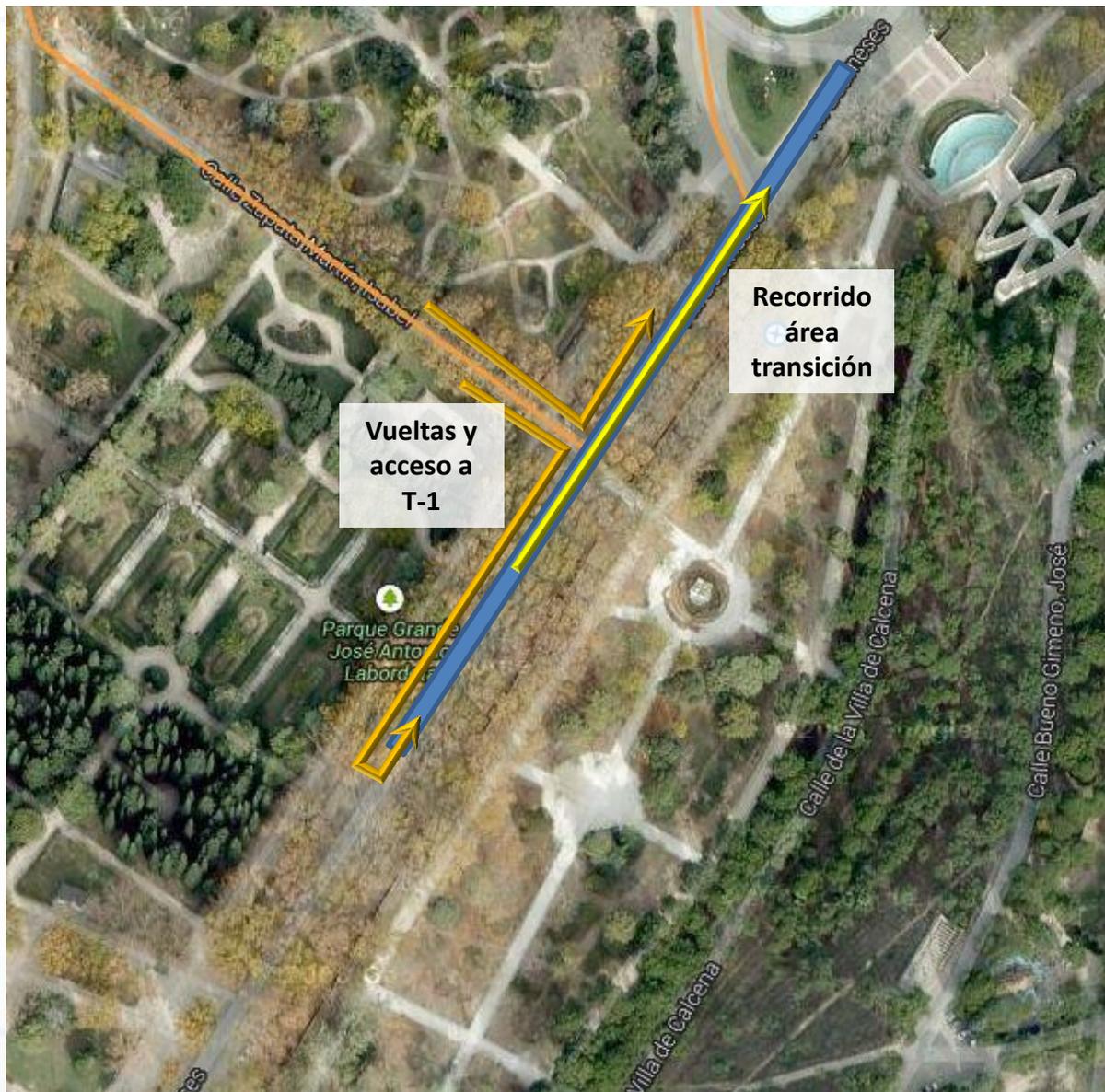


ÁREA DE TRANSICIÓN

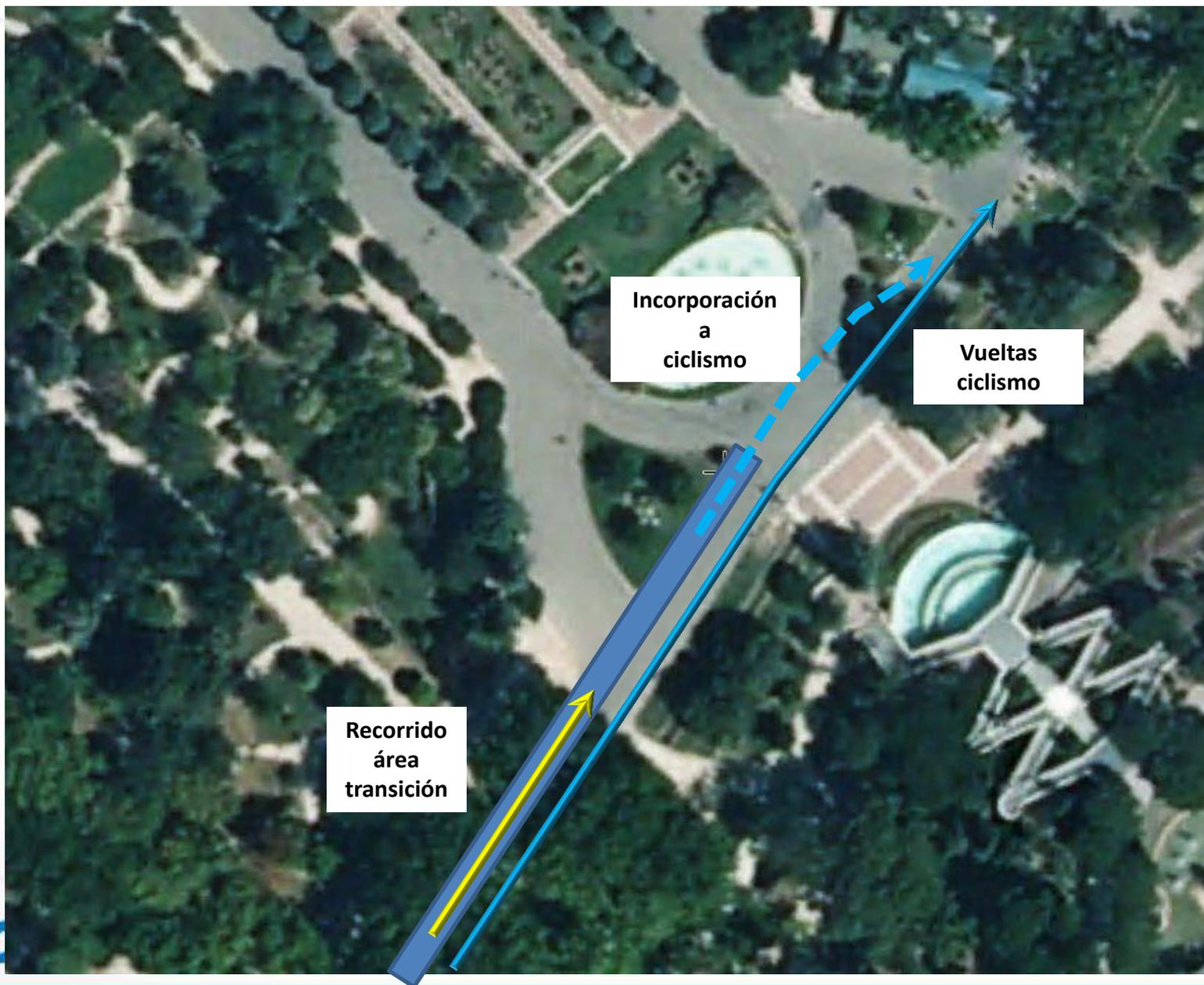


- ❧ **Ubicada en Avenida de los Bearnesees, en un lateral.**
- ❧ **Se aprovecha el montaje de las pruebas sprint y súper sprint.**
- ❧ **Soportes de bicicleta en los laterales, bicicletas colocadas enfrentadas en un lado de cada uno de los soportes.**
- ❧ **Tránsito de los duatletas por el pasillo central del área de transición**

ENTRADA A T-1. (PRIMERA TRANSICIÓN)



SALIDA DE T-1. INCORPORACIÓN AL CICLISMO



SEGUNDO SEGMENTO. CICLISMO



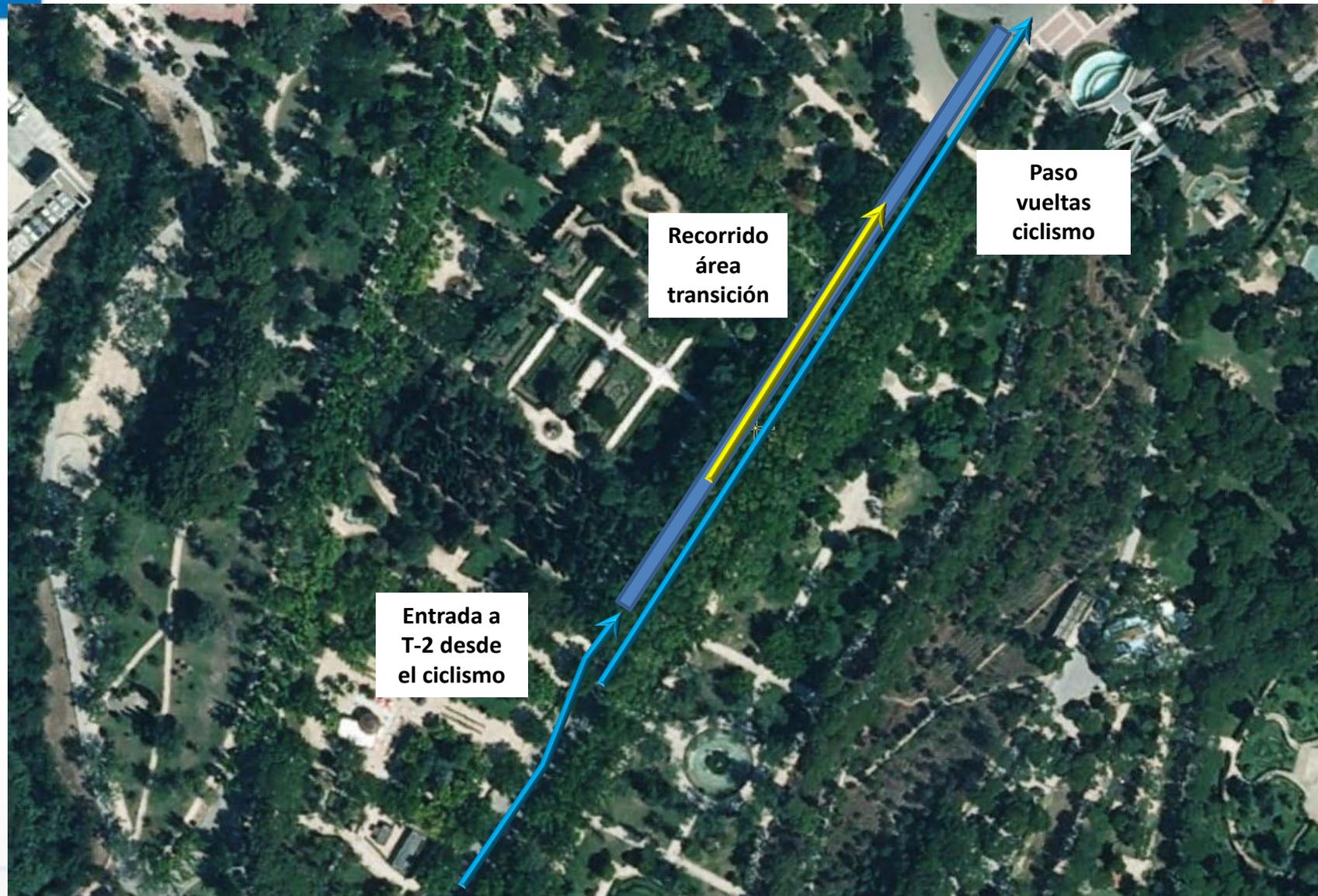
- o **3 vueltas de 1500 metros = 4,5 km**
- o **Circuito por la Avenida de los Bearnesees y Calle de la Villa de Calcena del Parque Grande José Antonio Labordeta**
- o **Todo asfalto**
- o **Descripción de recorrido: Ligero ascenso en la primera parte del recorrido; bajada pronunciada (precaución); zona llana en recta de paso por la zona de transición**
- o **Única dificultad técnica en la bajada de la Avenida de los Bearnesees, que se debe tomar con precaución.**
- o **Track: <http://es.wikiloc.com/wikiloc/view.do?id=8073851>**

PASO VUELTAS CICLISMO POR EL ÁREA DE TRANSICIÓN



Paso
vueltas
ciclismo

ENTRADA A T-2. (SEGUNDA TRANSICIÓN)

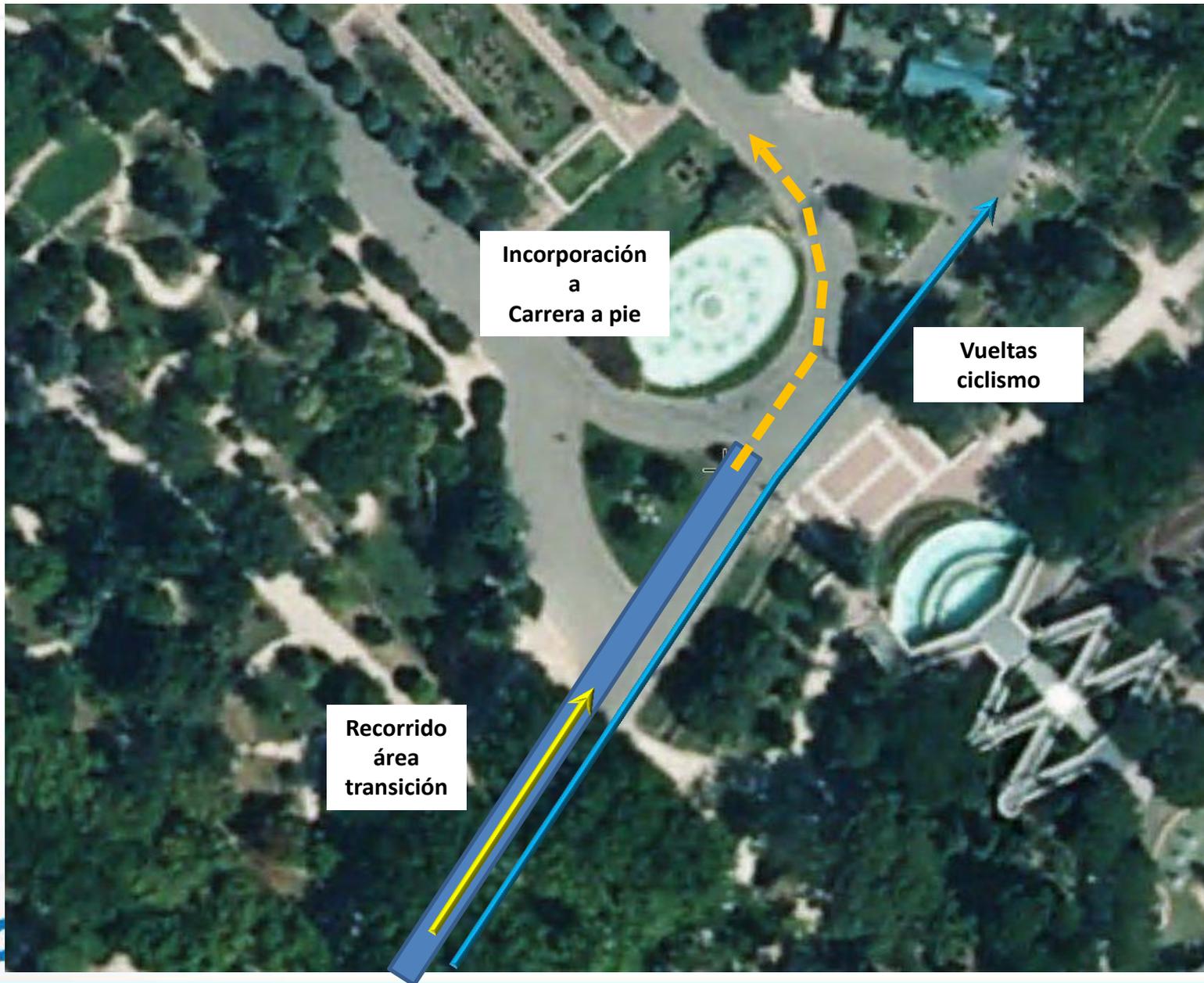


TERCER SEGMENTO. CARRERA A PIE



- o **1 vuelta de 700 metros y 2 vueltas de 610 metros = 1,9 km**
- o **Mismo circuito del primer segmento**
- o **Circuito bordeando el Jardín Botánico del Parque Grande José Antonio Labordeta**
- o **5 metros de desnivel por vuelta**
- o **Asfalto y tierra prensada**
- o **Track:**
<http://es.wikiloc.com/wikiloc/view.do?id=8081494>

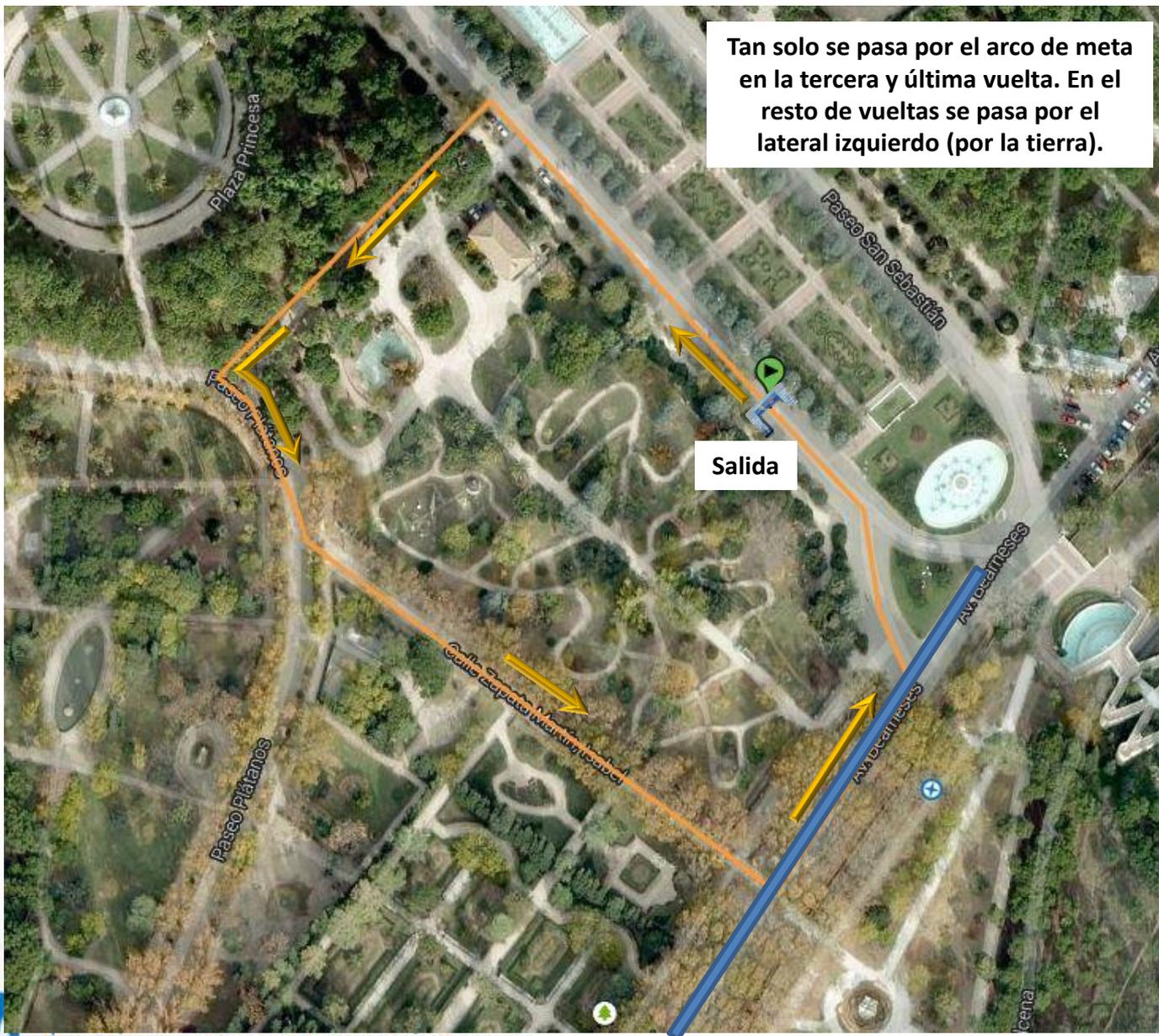
SALIDA DE T-2. INCORPORACIÓN A LA CARRERA A PIE



1ª VUELTA TERCER SEGMENTO. CARRERA A PIE



2ª Y 3ª VUELTAS TERCER SEGMENTO. CARRERA A PIE

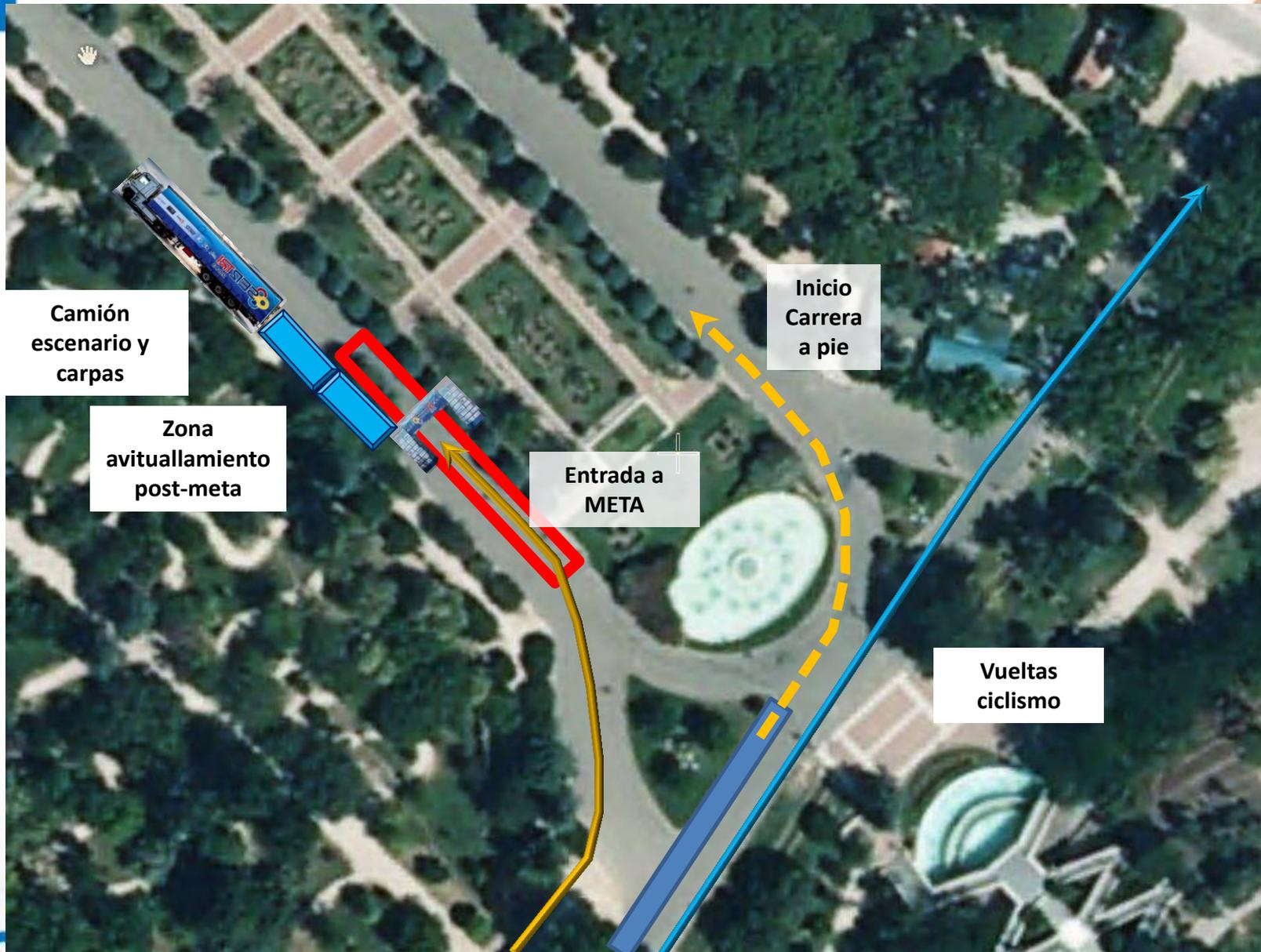


Tan solo se pasa por el arco de meta en la tercera y última vuelta. En el resto de vueltas se pasa por el lateral izquierdo (por la tierra).

Salida



ENTRADA A META



Camión escenario y carpas

Zona avituallamiento post-meta

Entrada a META

Inicio Carrera a pie

Vueltas ciclismo