



# II Duatlón Cros Zona Zero

Aínsa, 28 septiembre 2014

XVII Copa Aragonesa de Duatlón Cros

### Presentación

**Dentro de los eventos que se vienen realizando en el Centro BTT Zona Zero, este otoño se va a consolidar la oferta con una competición que mezcla perfectamente los dos deportes principales que pueden hacerse por nuestras rutas: carrera a pie y btt.**

**Por ello se confirma este II Duatlón Cros Zona Zero, que esperamos sea de vuestro agrado, como ya lo fue el año pasado.**

**Si bien nuestras rutas suelen tener una considerable dificultad técnica, en esta prueba hemos preferido que no haya partes complicadas, pues los tramos de sendero se limitan a una zona de dunas margosas sin grandes complicaciones y sí muy espectacular.**

# Duatlón Cros Zona Zero



## Descripción de la prueba

**Fecha:** domingo, 28 de septiembre de 2014

**Lugar:** Aínsa, pabellón Polideportivo (junto al río Cinca)

**Hora:** 10:30

**Distancias:**

6 km carrera a pie (1 vuelta)

22'5 km de BTT (3 vueltas)

3 km carrera a pie (1 vuelta)

**Precios inscripción:**

Hasta el 14 de septiembre: 18 € por los primero 50 inscritos

Del 15 de septiembre hasta el 21 de septiembre: 20 €

Del 22 de septiembre hasta el 25 de septiembre: 23 €

No federados: incremento de 6 €

**Bolsa del corredor:**

Regalo

Vale 5 € descuento para comer en bares y restaurantes

## Descripción de la prueba

# Prueba puntuable para la XVI Copa Aragonesa de Duatlón Cros

Información completa y reglamento de la prueba:

<http://www.bttpirineo.com/es/eventos/ii-duatlon-cros-zona-zero-ainsa-28092014>

Facebook: <http://www.facebook.com/BTTPirineo>

Inscripciones: <http://www.triatlonaragon.org/>

Organiza: Zona Zero Aínsa

Colaboran:

Club Pirineísta Mayencos

Federación Aragonesa de Triatlón



## Reglamento de la prueba

### **REGLAMENTO DEL DUATLÓN CROS “ZONA ZERO - AINSA”**

El Reglamento de competiciones de la Federación Española de Triatlón es el marco normativo de referencia.

Esta normativa, que está basada en el capítulo 15 del Reglamento de Competiciones de la Federación Española de Triatlón (FETRI), actualizado a 19 de febrero de 2011, no es más que un extracto de dicho Reglamento.

Cualquier punto no contemplado en esta normativa se regirá por el Reglamento de Competiciones de la FETRI.

Todos estos reglamentos y normativas de la FETRI se pueden consultar en la web [www.triatlon.org](http://www.triatlon.org)

Todos los participantes en la prueba están obligados a conocer y cumplir las normas particulares del reglamento de la competición, las del Reglamento de Competiciones de la FETRI, y las que en un momento determinado establezca o adopte, por seguridad, el responsable técnico de la prueba o las autoridades competentes, así como a seguir las indicaciones de los Jueces y Oficiales de la Competición, de la Guardia Civil, la Policía Local y Protección Civil.

## Reglamento de la prueba

1. General
  - a) El Duatlón Cros Zona Zero-Ainsa, de 6 km de carrera a pie, 22'5 km de ciclismo en BTT (todo terreno) y otros 3 km de carrera a pie.
  - b) Además de la normativa específica de esta prueba, es obligación de los triatletas conocer el Reglamento de Competiciones de la FETRI, en el que se pormenorizan todas las normas de competición.
  - c) Los deportistas deberán portar el dorsal entregado por la organización con el número visible durante todo momento. Durante la carrera a pie el participante deberá llevar el dorsal por delante y durante el segmento ciclista por detrás, pudiendo emplear una goma de dorsal para darle la vuelta en cada segmento. Esto permite que sea visible por los jueces y los miembros de la organización durante los tres segmentos.
  - d) Los dorsales no podrá ser modificados, ni podrán cubrirse ninguno de los logotipos en ellos impresos.
  - e) En caso de emplearse, los participantes deberán portar el chip de cronometraje en el tobillo durante todo momento.

## Reglamento de la prueba

- f) En el caso de que, obligados por las restricciones de uso de la vía pública, deban establecerse límites de horario de paso, aquellos triatletas afectados deberán abandonar la prueba. En caso de que continúen en el recorrido, pasarán a tener la consideración de cualquier otro usuario de la vía pública.
- g) Los oficiales de la competición y el Jurado de Competición, son las únicas personas o entidades autorizadas para imponer las sanciones.
- h) La organización se reserva el derecho de suspender la prueba si las condiciones meteorológicas u otras causas de fuerza mayor lo aconsejan, incluso una vez iniciada.
2. Categorías
- a) Las categorías del Duatlón Cros Zona Zero-Ainsa son las contempladas en el Reglamento de Competiciones de la FETRI:
- i) Además de una categoría absoluta masculina y otra absoluta femenina a la que pertenecen todos los atletas, también podrán pertenecer, en función de su edad, a las siguientes categorías: júnior (17-19 años), sub-23 (20-23 años), veteranos-1 (40-49 años), veteranos-2 (50-59 años) y veteranos-3 (60 años o más).
- ii) Dadas las distancias de la competición no está permitida la participación de triatletas en edad de la categoría cadete (15-16 años).

## Reglamento de la prueba

3. Carrera a pie
  - a) No está permitido llevar el casco durante la carrera a pie.
  - b) El dorsal debe ser visible al menos por la parte delantera.
4. Ciclismo
  - a) Las especificaciones de la bicicleta son las mismas que se definen en el punto 15.2 del Reglamento de Competiciones de la FETRI, Bicicleta de montaña:
    - i) Se aplica el reglamento de ciclismo, con las siguientes variaciones:
      - (1) La bicicleta debe cumplir con un estándar de bicicleta de montaña.
      - (2) El diámetro de la rueda para la bicicleta de montaña debe tener un máximo un máximo de 29 pulgadas. La sección mínima es de 1,5 pulgadas (599-40), lo que significa que la parte más pequeña de la cubierta no puede ser inferior a 40 mm.
      - (3) Los atletas pueden llevar o empujar la bicicleta durante el recorrido.
      - (4) La bicicleta se colocará en la transición con la rueda delantera orientada hacia el participante. Tras la segunda transición debe quedar en la misma posición.

### Reglamento de la prueba

- (5) Los atletas doblados no serán retirados de la competición.
- b) El uso de casco, correctamente abrochado, es obligatorio desde antes de coger la bicicleta hasta después de dejarla en la área de transición. Esto incluye, por tanto, todo el segmento de ciclismo y los recorridos por las áreas de transición en posesión de la bicicleta.
- c) Está permitido ir a rueda, por lo que son de aplicación las especificaciones de la bicicleta permitidas en este supuesto.
- d) La bicicleta deberá portar en el manillar el dorsal que entrega la organización, que deberá ser visible desde el frontal del triatleta.

## Las Categorías de la prueba

- Absoluta
- Júnior
- Sub-23
- Veterano-1
- Veterano-2
- Veterano-3
- Equipos

Se sobrentiende que todas las categorías son femenina y masculina



## Diseño área de transición



Carrera a pie



BTT



Área de  
transición



Circulación  
por área  
de transición

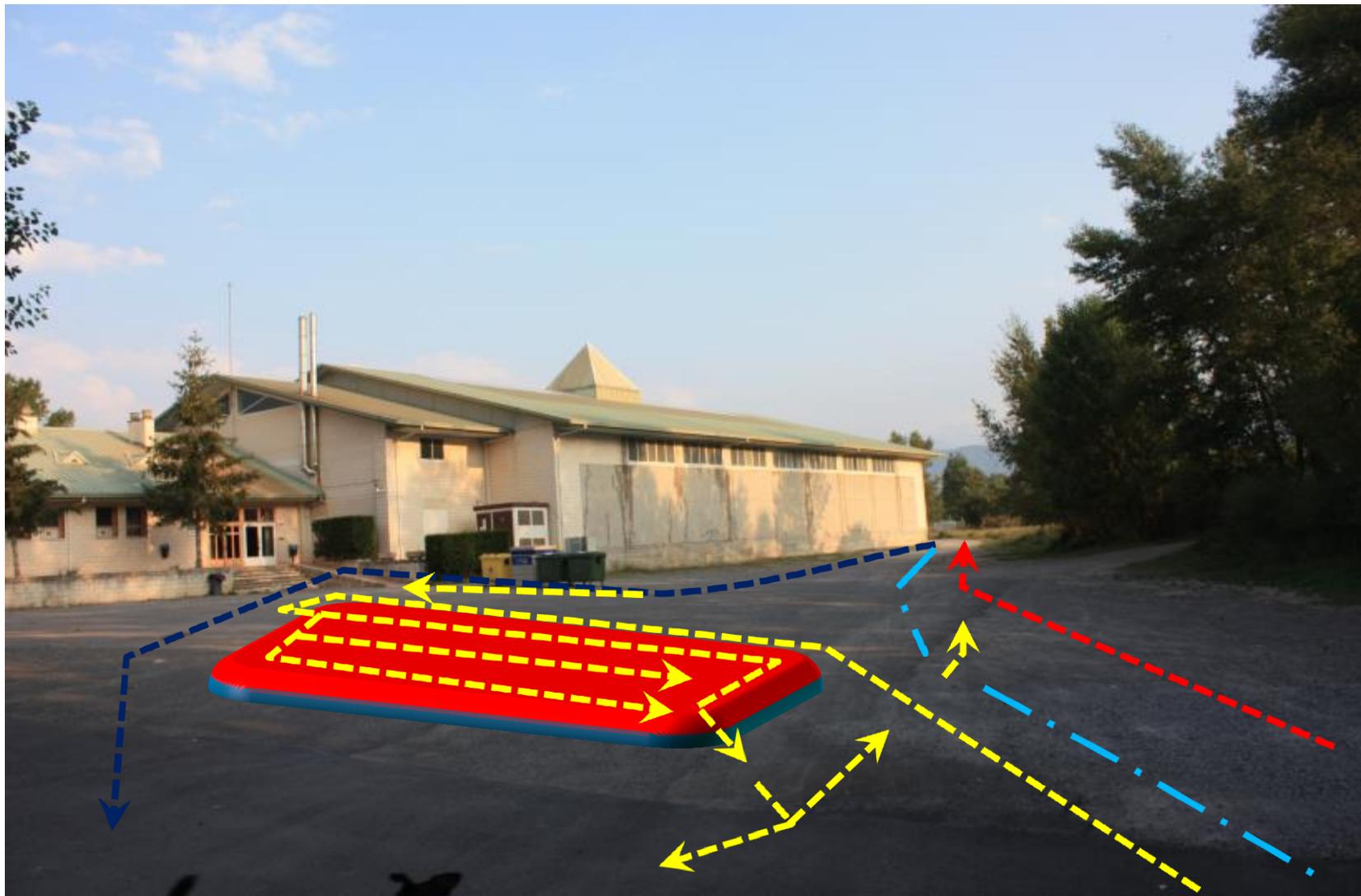


Vallado /  
congado



# Duatlón Cros Zona Zero

Espacio del área de transición



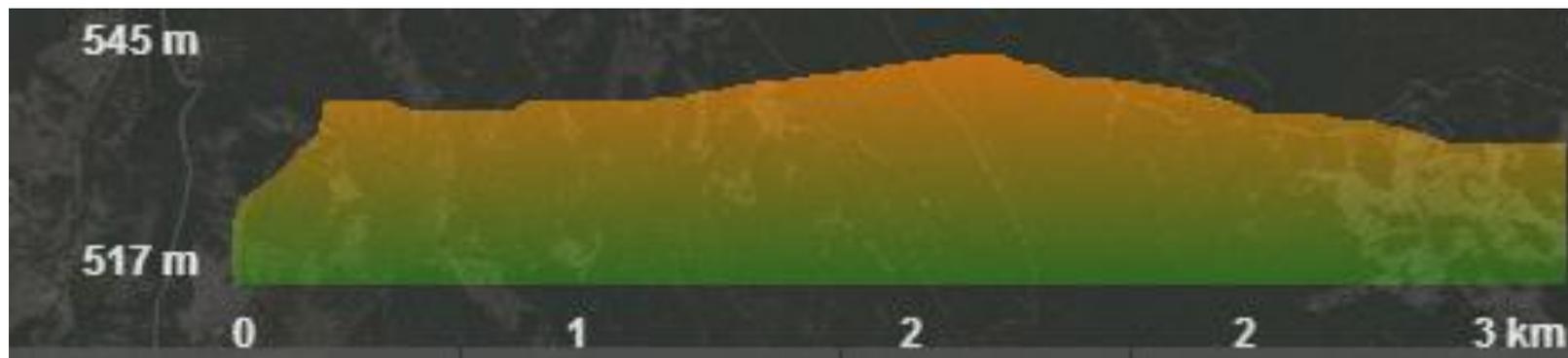
# Duatlón Cros Zona Zero

## Circuito carrera a pie

3 km (2 vueltas/1 vuelta)



## Circuito carrera a pie perfil



## **Circuito carrera a pie** descripción

- **Circuito de 3 km**
- **Primer segmento, 6 km / 2 vueltas**
- **Tercer segmento, 3 km / 1 vuelta**
- **Sentido de las agujas del reloj**
- **Todo por pista de tierra, salvo un tramo de asfalto y otro muy corto de hierba que cruza un parque infantil**
- **Prácticamente llano**
- **Muy rápido**
- **La pista de tierra está en buen estado salvo:**
  - Un tramo pedregoso**
  - Varios baches bastante grandes que pueden estar inundados (charcos)**
- **Parte del recorrido junto al río y otra parte entre arbolado**
- **Un tramo de 1'5 km es un bucle en el que los corredores pueden verse a la ida y a la vuelta**
- **Un tramo es paralelo al circuito de BTT**

## Circuito BTT

7'5 km – 3 vueltas



## Circuito BTT

Perfil por vuelta



## Circuito BTT

### descripción

- Circuito de 7'5 km
- 3 vueltas
- Sentido contrario al de las agujas del reloj
- Tramos muy diferenciados:
  - Pista de tierra, llano
  - Pista de tierra, fuerte pendiente
  - Carretera, parte en pendiente y parte llana
  - Senda
  - Descenso por vaguada
  - Descenso por margas
- Los tramos de senda no son muy técnicos, pero en el descenso por la zona de margas hay que ajustar la velocidad al nivel para evitar salirse del trazado
- Unos 120 metros de desnivel por vuelta
- Un tramo es paralelo al circuito de carrera a pie



Todo el Valle merece ser visitado

**Circuito BTT**



Recorreremos parajes de gran belleza



Peña montañesa nos contempla durante buena parte del recorrido

**Circuito BTT**



Comienza la parte más dura del recorrido

Circuito BTT



Un pequeño tramo divertido, sin excesiva dificultad técnica



También recorreremos un tramo de carretera

**Circuito BTT**



Iniciamos el descenso

## Circuito BTT



La zona de margas, muy divertida. Aunque no tiene demasiada dificultad, para evitar sustos, debemos adaptar la velocidad a nuestro nivel.