

GMC
WE ARE PROFESSIONAL GRADE

Triatlón **AsTri**
HUATULCO



GUÍA
ATLETA



AsTri
Circuito de Triatlón

INTRO

En **Asdeporte** hemos trabajado para garantizar tu regreso seguro a los Triatlones.

Queremos que vuelvas a competir lo antes posible sin ningún riesgo, para lo cual implementaremos medidas de protección y prevención siguiendo los lineamientos de la Organización Mundial de la Salud e instancias internacionales, basándonos en 5 pilares fundamentales:

- 1 Distancia social
- 2 Reducción de contactos
- 3 Monitoreo y control de los participantes
- 4 Medidas de autosuficiencia
- 5 Educación y capacitación

Todo nuestro equipo de colaboradores y voluntarios han sido capacitados con estos nuevos protocolos y siempre contarán con:

- Cubrebocas.
- Guantes.
- Caretas de protección.

+ Prueba negativa de COVID-19 (Antígeno o PCR) OBLIGATORIA para asistir al REGISTRO

El Estado de Oaxaca solicita que todos los atletas que compiten en **El Triatlón AsTri Huatulco GMC 2021**, proporcionen prueba negativa de COVID-19 (Antígeno o PCR) antes de asistir al registro por primera vez. El resultado de esta prueba no debe tener más de 72 horas, la prueba COVID-19 estará disponible en el Registro.

Los resultados negativos de las pruebas deben presentarse en el Registro antes de recoger el paquete.

+ Información general

- Recuerda que debes de portar tu cubrebocas todo el tiempo, de no llevarlo bien colocado en las áreas del evento, podrás ser acreedor a una sanción o descalificación por parte de los oficiales.
- En este evento es OBLIGATORIO seguir las medidas de seguridad y salud, quien no este de acuerdo no podrá participar.
- Las zonas del evento serán exclusivas para atletas, evitando aglomeraciones, no tendremos acceso a público.

- Contaremos con puestos de gel antibacterial distribuidos en todas las áreas.
- Las filas estarán señalizadas con marcadores de distanciamiento físico, es importante respetar la separación.
- Ingresaras tu solo, por lo que te pedimos que si vas con algún familiar o acompañante le pidas que no asistan al evento, o en caso de acudir; que eviten lugares de alta concentración de personas como el arranque, transición y meta.

+ ENTREGA DE PAQUETES E INGRESO DE BICICLETAS

Viernes 11 de junio
1:00 pm a 7:30 pm
Explanada de Santa Cruz

Tu kit de competidor se te entregará según tu número, es muy importante que llegues puntual, ya que solo podrás ingresar en el horario marcado

Horarios para recoger tu paquete:

12:30 pm a 1:00 pm	Sanitización
1:01 pm a 1:30 pm	1 al 60
1:31 pm a 2:00 pm	61 al 120
2:01 pm a 2:30 pm	121 al 180
2:31 pm a 3:00 pm	181 al 240
3:01 pm a 3:30 pm	241 al 300
3:31 pm a 4:00 pm	301 al 360
4:01 pm a 4:30 pm	Sanitización
4:31 pm a 5:00 pm	361 al 420
5:01 pm a 5:30 pm	421 al 480
5:31 pm a 6:00 pm	481 al 540
6:01 pm a 6:30 pm	541 al 600
6:31 pm a 7:00 pm	601 al 660
7:00 pm a 7:30 pm	Rezagados

+ EXONERACIÓN

Buscamos tener el menor contacto posible, haz check in desde nuestra app, recuerda que esto será por única ocasión, ya que tu información se quedará guardada.

Una vez que hayas realizado el check in, deberás firmar digitalmente tu exoneración.

WEB CHECK-IN ONLINE:

ANTES DE INICIAR EL PROCESO TE PEDIMOS QUE
TENGAS LISTOS LOS SIGUIENTES PUNTOS:



IDENTIFICACIÓN OFICIAL VIGENTE:

- INE
- LICENCIA DE CONDUCIR
- PASAPORTE.



IDENTIFICACIÓN OFICIAL VIGENTE:

ACTUALIZA LA APLICACIÓN DE ASDEPORTE A LA ÚLTIMA VERSIÓN, SI AÚN NO LA TIENES, PUEDES DESCARGARLA EN TU TIENDA DE APLICACIONES.



CONEXIÓN A INTERNET.

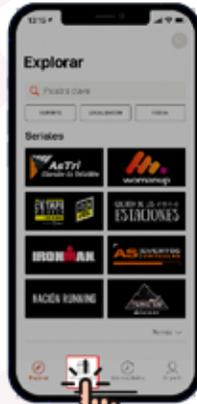
SI YA ESTÁS LISTO, SIGUE LOS SIGUIENTES PASOS:

1



ABRE TU APLICACIÓN DE ASDEPORTE. SI NO TIENES TU SESIÓN INICIADA, HAZLO AHORA.

2



SELECCIONA LA PESTAÑA "MIS EVENTOS"

3



DESGLIZA DE **DERECHA A IZQUIERDA** LA PANTALLA PRINCIPAL DEL EVENTO ASTRI CIRCUITO DE TRIATLÓN

WEB CHECK-IN ONLINE:

4



DA CLICK EN WEB CHECK-IN Y ESPERA UNOS SEGUNDOS SIN PRESIONAR LA PANTALLA.

5



LEE CUIDADOSAMENTE LA INFORMACIÓN, AHÍ TE EXPLICAMOS ¿QUÉ ES EL CHECK-IN?
EN ESTA SECCIÓN DEBERÁS DARLE PERMISO A LA APLICACIÓN PARA USAR TU CÁMARA.

6



DEBERÁS TOMAR UNA FOTO DE LA PARTE FRONTAL DE TU IDENTIFICACIÓN OFICIAL QUE PREVIAMENTE PREPARASTE.
ESPERA UNOS SEGUNDOS PARA POSTERIORMENTE TOMAR UNA FOTO DE LA PARTE TRASERA DE TU IDENTIFICACIÓN.

7



UNA VEZ QUE CARGASTE TUS DOCUMENTOS, PROCEDEREMOS A HACER LA IDENTIFICACIÓN DE TU IDENTIDAD, MEDIANTE UN PEQUEÑO VIDEO, EN DONDE DEBERÁS HACER DOS CÍRCULOS CON TU CARA, RODEANDO EL MARCO COMO SE MUESTRA EN EL EJEMPLO.

8

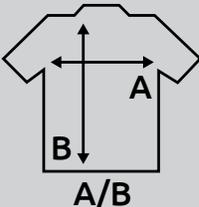


¡LISTO!
ESPERA ALGUNOS MINUTOS, NUESTRA PLATAFORMA ESTÁ GUARDANDO TU INFORMACIÓN.
CUANDO ESTE PROCESO TERMINE, TE ENVIAREMOS UNA NOTIFICACIÓN.

En caso contrario, descarga tu exoneración desde la convocatoria y entrégala al momento de recoger tu kit.

+ OJO

No tendremos cambio de talla en las playeras, se te entregará la talla que hayas indicado cuando te inscribiste.

	EU	S	M	L	XL	XXL
Ancho	50 cm	52 cm	54 cm	56 cm	58 cm	
Largo	66 cm	68 cm	70 cm	72 cm	77 cm	

+ INGRESO DE BICICLETAS

Una vez que tengas tu número, continúa tu camino hacia la zona de transición, recuerda que tendrás que marcarte tu mismo en brazos y piernas antes de poder ingresar a la zona de transición.

Si no quieres marcarte con plumón, podrás comprar tus tatuajes en la carpa de la FMTRI.

Marcaje: Ambos brazos y pantorrilla pierna izquierda: número, pantorrilla pierna derecha: categoría.

HORARIO DE INGRESO DE BICICLETAS:

12:45 pm a 1:15 pm	Sanitización
1:16 pm a 1:45 pm	1 al 60
1:46 pm a 2:15 pm	61 al 120
2:16 pm a 2:45 pm	121 al 180
2:46 pm a 3:15 pm	181 al 240
3:16 pm a 3:45 pm	241 al 300
3:46 pm a 4:15 pm	301 al 360
4:16 pm a 4:45 pm	Sanitización
4:46 pm a 5:15 pm	361 al 420
5:16 pm a 5:45 pm	421 al 480
5:46 pm a 6:15 pm	481 al 540
6:16 pm a 6:45 pm	541 al 600
6:46 pm a 7:15 pm	601 al 660
7:16 pm a 7:45 pm	Rezagados

+ JUNTAS PREVIAS

Serán impartidas por el delegado técnico, las podrás ver en las redes sociales de la Federación Mexicana de Triatlón, así evitaremos reuniones no esenciales y aglomeraciones.

DISTANCIAS

SPRINT

750M / 20KM / 5KM
Tiempo máximo
Natación 0:25:00
Natación + Ciclismo 1:25:00
Total 2:00:00

OLÍMPICO

1500M / 40KM / 10KM
Tiempo máximo
Natación 0:50:00
Natación + ciclismo 2:50:00
Total 4:00:00

DUATLÓN

5 KM / 20KM / 2.5KM
Tiempo máximo
Carrera 1 0:35:00
Carrera 1 + ciclismo 1:35:00
Total 1:43:00

AQUA RUN SPRINT

750M / 5KM
Tiempo máximo
Natación 0:25:00
Natación + carrera 1:00:00

AQUA RUN ESTANDAR

1500M / 10KM
Tiempo máximo
Natación 0:50:00
Natación + carrera 2:00:00

EVENTO

- **Sábado 12 de junio**

+ GUARDARROPA



No contaremos con servicio de guardarropa, por lo que deberás colocar tus artículos de competencia en la canasta que se encontrará ubicada en tu espacio designado dentro de la transición, por lo que te recomendamos llevar únicamente lo necesario para competir y no dejar objetos de valor.

Ingreso a transición el día de competencia

6:00 a 7:00 am Triatlón Olímpico, Duatlón y Aqua Run Estandar

6:30 a 7:30 am Triatlón Sprint y Aqua Run Sprint

ARRANQUE

7:15 am Arranque Triatlón Olímpico, Aqua Run Estandar, Duatlón

8:15 am Arranque Triatlón Sprint y Aqua Run Sprint

- El arranque de la etapa de natación será con la modalidad “rolling start”.
- Deberás permanecer en tu rack hasta que seas llamado dependiendo de tu categoría.
- No olvides tener puesto el cubreboca desechable desde tu ingreso a la transición y a lo largo del Rolling Start, justo antes de ingresar al agua se desecharán en contenedores especiales.
- Los atletas ingresarán al agua de manera continua a través de una zona controlada de acceso. Todo esto manteniendo sana distancia.
- El tiempo de competencia iniciará al cruzar el tapete de la línea de arranque.

Duatlón: deberas presentarte a la meta 15 minutos antes de tu arranque.

Tendremos personal autorizado y voluntarios que te asistirán en esta zona para mantener distanciamiento físico.

+ CICLISMO

Contaremos con servicio mecánico disponible para algún ajuste, recuerda que entre menos contacto físico tengamos será mejor para todos, así que revisa tu bici desde antes.

Asegúrate de que tu bicicleta no tenga cables sueltos o dañados, ajusta correctamente el manubrio, asiento y demás elementos.

Pega bien las llantas a las ruedas y sujeta bien el equipo adicional que quieras llevar durante la competencia.

Para evitar pinchaduras, espera hasta la mañana del día del evento para inflar tus llantas a la presión deseada. Pondremos a tu disposición un número limitado de bombas de aire.

Por motivos de seguridad, no se permitirá sacar bicis de la zona de transición una vez que hayan sido registradas.

El día de la competencia habrá mecánicos en motocicleta patrullando el recorrido de ciclismo para ayudar en caso de reparaciones de emergencia.

No está permitido el drafting.

Por tal motivo podrás utilizar bicicleta de ruta o de contra, las reglas las podrás encontrar en la página de la Federación Mexicana de Triatlón.

+ EVENTO SIN DRAFTING

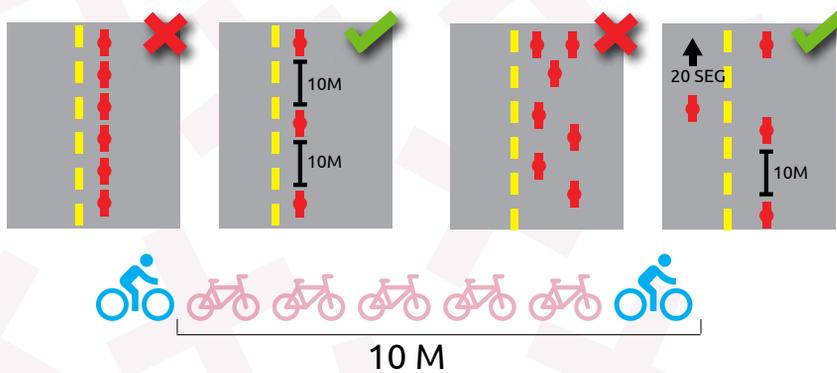
Este es un evento **SIN DRAFTING** por lo que no está permitido ir a rueda, ni está permitido aprovechar la estela de otro competidor o de un vehículo durante el segmento ciclista.

Se considerará que un participante está infringiendo esta regla cuando se encuentre a menos de 10 m por detrás de otro participante.

PROCEDIMIENTO DE CONTROL DE DRAFTING

REGLAS DE POSICIÓN

No está permitido el "drafting" de otra bicicleta o de otro vehículo. La zona de "draft" es una línea de diez (10) metros de largo.



El competidor tiene un máximo de 20 segundos para que pase por la zona mencionada de otro competidor, es decir, para rebasar. El oficial instruirá al competidor para que se dirija al penalty box más próximo.

En el deberá permanecer los minutos de sanción correspondientes, mismos que serán cronometrados por el oficial técnico encargado la zona de penalización.

Una vez transcurrido dicho tiempo, el competidor podrá continuar su competencia. El competidor que no cumpla con acudir al penalty box será descalificado.

Los atletas que cometan faltas o violaciones al reglamento serán notificados por un oficial en el lugar de la falta.

El oficial deberá:

- I. Llámarte mencionando tu número de competidor, indicarte que has recibido una TARJETA AZUL por drafting, o TARJETA AMARILLA por cualquier otra falta. Tendrá que mostrarte la tarjeta que corresponda.
- II. Indicarte que debes reportarte en la próxima zona de penalización (penalty box). A lo largo del recorrido tendrás 2 puntos de revisión, uno aproximadamente en el KM 8, el siguiente aproximadamente en el KM 16.

El atleta deberá:

- I. Reportarse en la próxima ZP e indicar al oficial qué tipo de penalización ha recibido, ya sea TARJETA AZUL o AMARILLA. Si no te reportas en la próxima ZP, podrías ser descalificado.
- II. Ser marcado por el oficial en el número con una '/' por drafting o 'P' por cualquier otra penalización.
- III. Registrarse en la hoja de control del oficial.
- IV. Registrarse en la hoja de control del oficial. cada TARJETA AMARILLA.
- V. Permanecer en la ZP durante 1 minuto (sprint) por cada falta por drafting (TARJETA AZUL).
- VI. Ser descalificado si recibes 2 TARJETAS AZULES.

Si eres descalificado podrás terminar la etapa de ciclismo, pero no continuar con la carrera pedestre.

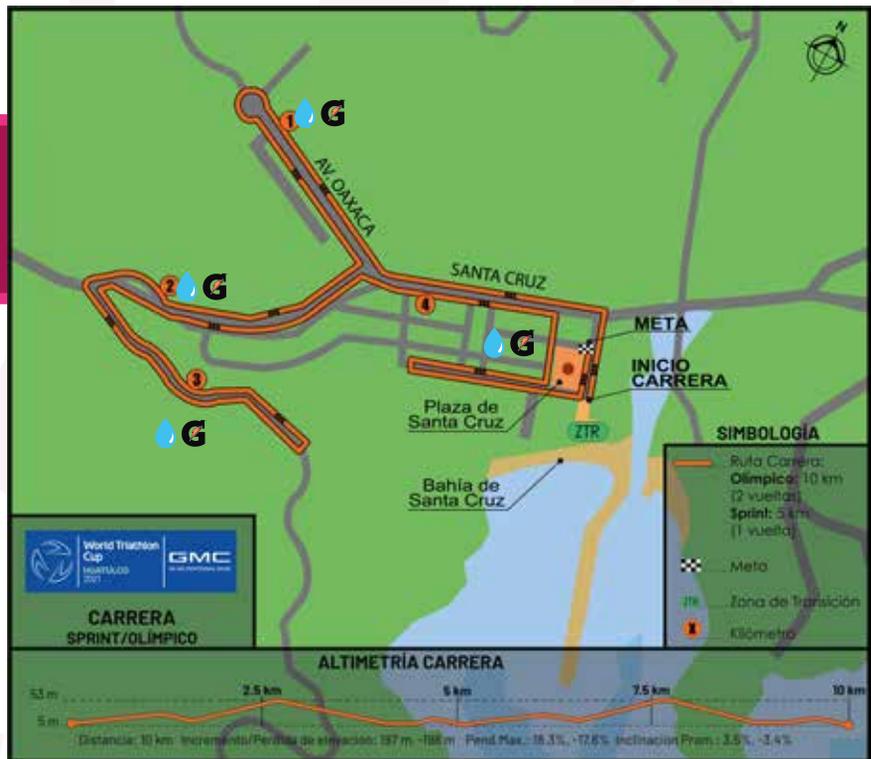
LAS SANCIONES POR DRAFTING NO PUEDEN APELARSE.

NATACIÓN
SPRINT/OLÍMPICO/
AQUA RUN



CICLISMO
SPRINT/OLÍMPICO/
DUATLÓN

**CARRERA
SPRINT/OLÍMPICO
DUATLÓN CARRERA 1**



**CARRERA 2
DUATLÓN**



+ ABASTOS

- El primer abastecimiento lo encontrarás dentro de tu canasta en la transición, será una botella de agua de 600ml con la que te podrás hidratar previo a tu competencia, pero también servirá para hidratarte al finalizar tu etapa de nado por lo que te recomendamos administrarla.
- Los abastos estarán únicamente en la etapa de de carrera.
- Los puestos de abastecimiento en el recorrido, serán de autoservicio, esto significa que no tendremos voluntarios que te entreguen el producto en las manos por lo que tendrás que tomarlo directamente de la mesa.
- Con el fin de evitar aglomeraciones, en cada punto de abastecimiento las mesas estarán extensamente distribuidas para que busques la más vacía.
- Si bien el abasto está garantizado para todos los participantes, te sugerimos ampliamente ser autosuficiente y llevar contigo lo que necesites para tu competencia.

+ RECUPERACIÓN

- Al cruzar la meta, no te detengas, sigue caminando y encontrarás diferentes carriles donde te entregarán el kit de recuperación que ya incluirá tu medalla.
- No olvides colocarte el cubrebocas que se te entregará una vez que ingreses a la recuperación.
- En caso de necesitar ayuda médica, contaremos con personal capacitado, así como una área de atención con todas las medidas de protección y prevención.

+ RETIRO DE BICICLETAS

Una vez que estés fuera de la recuperación, mantente al pendiente ya que te informaremos en qué momento podrás retirar tu bici, deberás de ser muy cuidadoso ya que varios de tus compañeros seguirán compitiendo.

+ PREMIACIÓN



Verifica tus tiempos en nuestra app, una vez que los resultados sean validados podrás recoger tu trofeo.

*Te esperamos en el Parque de Santa Cruz.
De 12:00 a 12:30 pmSprint
De 12:30 a 10:00 pmOlímpico/Duatlón*

No olvides ir solo y llevar tu cubreboca.

OFFICIAL WEB
www.asdeporte.com

