

GMC



Triatlón

asdeporte®

Valle de Bravo

GUÍA DEL ATLETA

Descarga la Audio Guía

GMC
WE ARE PROFESSIONAL GRADE

Openbank



III
SPORTSWORLD

 **Cinemex**


Valle de Bravo
Gobierno Municipal
2023 - 2027


VALLE DE BRAVO
¡RENOVEMOS LA ESPERANZA!

 **TURISMO**
VALLE DE BRAVO 2025-2027

MÉXICO

10% OFF
pagando con
tus tarjetas
Openbank



¡El Triatlón de "Valle" está de regreso!

Uno de los lugares más icónicos del inicio de Triatlón en México fue Valle de Bravo. El primer Triatlón de “Valle”, como se conocía, se llevó a cabo en marzo de 1988, y a partir de ahí se realizaría de manera ininterrumpida hasta la pandemia.

Su cercanía a la ciudad de México, sus hermosas montañas y bosques, la enorme presa que parece lago, la ruta ciclista que consistía en subir la montaña y luego bajar, correr al lado del lago son sus hermosas vistas, y el pueblo de Valle, que sigue siendo uno de los Pueblos Mágicos más bonitos de nuestro país, hicieron de este triatlón uno de los favoritos para todos los triatletas.

Después de algunos años de ausencia, el triatlón regresa a Valle de Bravo para retomar todo lo bueno que tiene esta sede y mejorar la experiencia para todos los triatletas, tanto para quienes conocimos esta sede hace años, como para quienes aún no conocen el “Triatlón de Valle”.

¡Esperamos lo disfrutes!

Atte. Asdeporte



Programa del Evento

Práctica de Natación

Fecha: Viernes 23 de Octubre
Lugar: a un costado del jardin Baikal (zona del evento)
Horario: 8:00am a 9:00 am
Distancia: 750mts

[Link de Ubicación](#)

Entrega de Paquetes

Viernes 23 de octubre para
Todas las modalidades
y categorías, Elites también :

- **Lugar:** En el Hotel El Santuario, en Valle de Bravo
- **Ubicación:** Carretera a Colorines km 4.5, San Gaspar del Lago, 51217 Valle de Bravo, Estado de México.
- **Horario:** De 1:00 p.m. a 7:00 p.m.

Exoneración

(Digitales)

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.



Abre tu app
asdeporte



Selecciona
la pestaña
“Mis Eventos”



Selecciona
**Triatlón Valle
de Bravo**

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.

Tabla de Tallas



Playera de corredor

Talla	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

Fecha: Viernes 23 de Octubre
Lugar: Lugar Zona de Transición: Estará ubicada en los terrenos a un costado de la Marina Kon-Tiki (Jardín Baikal).
Ubicación: Kilómetro 3.5 de la Carretera Valle de Bravo – Colorines, 51200 Estado de México
Horarios: Horario : de 2:00pm a 7:30 pm

[Link de Ubicación](#)

Marcaje

Ambos brazos y pantorrilla pierna izquierda tu número, pantorrilla pierna derecha tu categoría.

Recuerda marcarte con los tatuajes incluidos en tu paquete

Si no quieres ponerte los tatuajes habra oficilaes con plumón, marcando en brazos y piernas en la entrada a transición

Juntas Previas

Todas las Categorías

Serán impartidas por el delegado técnico de forma digital , tambien las podrás ver en las redes sociales de la Federación Mexicana de Triatlón y Asdeporte, así mismo tendremos una pantalla en la entrega de paquetes donde podras ver las juntas previas en el horario de registro , así como asistencia de los oficiales de la fmtri si tienes alguna duda

Evento

Sabado 24 de octubre

7:30 am a 10:31 am : Arranques Categoria por edad (14/15 años , Woman up, Olimpico y Sprint.

1:00 pm : Arranque 3kids

6:30 pm: Ceremonia de premiación Hotel Santuario.

Distancias

Woman up

🏊 400 mts ⌚ 12 min
🚴 10 km ⌚ 30 min
🏃 2.5 km ⌚ 20 min
Total: 1:02:00 h

Súper sprint varonil

🏊 400 mts ⌚ 12 min
🚴 10 km ⌚ 30 min
🏃 2.5 km ⌚ 20 min
Total: 1:02:00 h

Sprint

🏊 750 mts ⌚ 25 min
🚴 20 km ⌚ 1 h 25 min
🏃 5 km Tiempo máximo total: 2 h

Olimpico

🏊 1500 mts ⌚ 50 min
🚴 40 km ⌚ 2 h 50 min
🏃 10 km Tiempo máximo total: 4 h

Duatlón

🏃 5 km ⌚ 35 min
🚴 20 km ⌚ 1 h 35 min
🏃 2.5 km Tiempo máximo total: 1 h 55 min

Estacionamientos

Ingreso de 6:00am a 7:15 am

Podras dejar tu automovil en los terrenos aledaños a la Zona del evento (jardin Baikal) , recuerda llegar temprano ya que la ruta de acceso al evento cierra a las 7:00 am y abre a las 3:00 pm (despues de competencia infantil)



Vías de Acceso

A) Puedes accesar en tu automóvil y estacionarte en los estacionamientos aledaños en la zona del evento, deberás llegar antes de las 7:00 am y podrás salir después de las 3:00 pm aproximadamente.

B) Puedes accesar en taxi acuático gratuito saliendo desde el Muelle Municipal estacionando tu coche en los estacionamientos aledaños del Muelle Municipal o llegando en taxi, la transportación saldrá cada 30 min a partir de las 6:00 am hasta las 6:30 am (ida a la zona del evento desembarque en Marina Kontiki) Cupo Limitado a 60 personas x viaje y el regreso terminando el evento de la Marina Kontiki al Muelle , sera de 11:00 am a 13:00hrs



GMC

SERVICIO CERTIFICADO

SEGURIDAD AL VOLANTE



GMC TERRAIN



GMC HUMMER EV



GMC SIERRA

Asegura tu viaje realizando el mantenimiento básico cada 12mil km o cada 12 meses, **conservando así tu garantía intacta.**

EN UNIDADES NUEVAS, RECIBE 2 SERVICIOS INCLUIDOS DURANTE LOS DOS PRIMEROS AÑOS.



COBERTURA
NACIONAL



AUTOPARTES
ORIGINALES



SERVICIOS INCLUIDOS
SIN COSTO

SOLICITA MÁS INFORMACIÓN
EN NUESTRO STAND


Triatlón
asdeporte

LAS RUTAS SON PRESENTADAS POR



WE ARE PROFESSIONAL GRADE

Tabla de Arranques

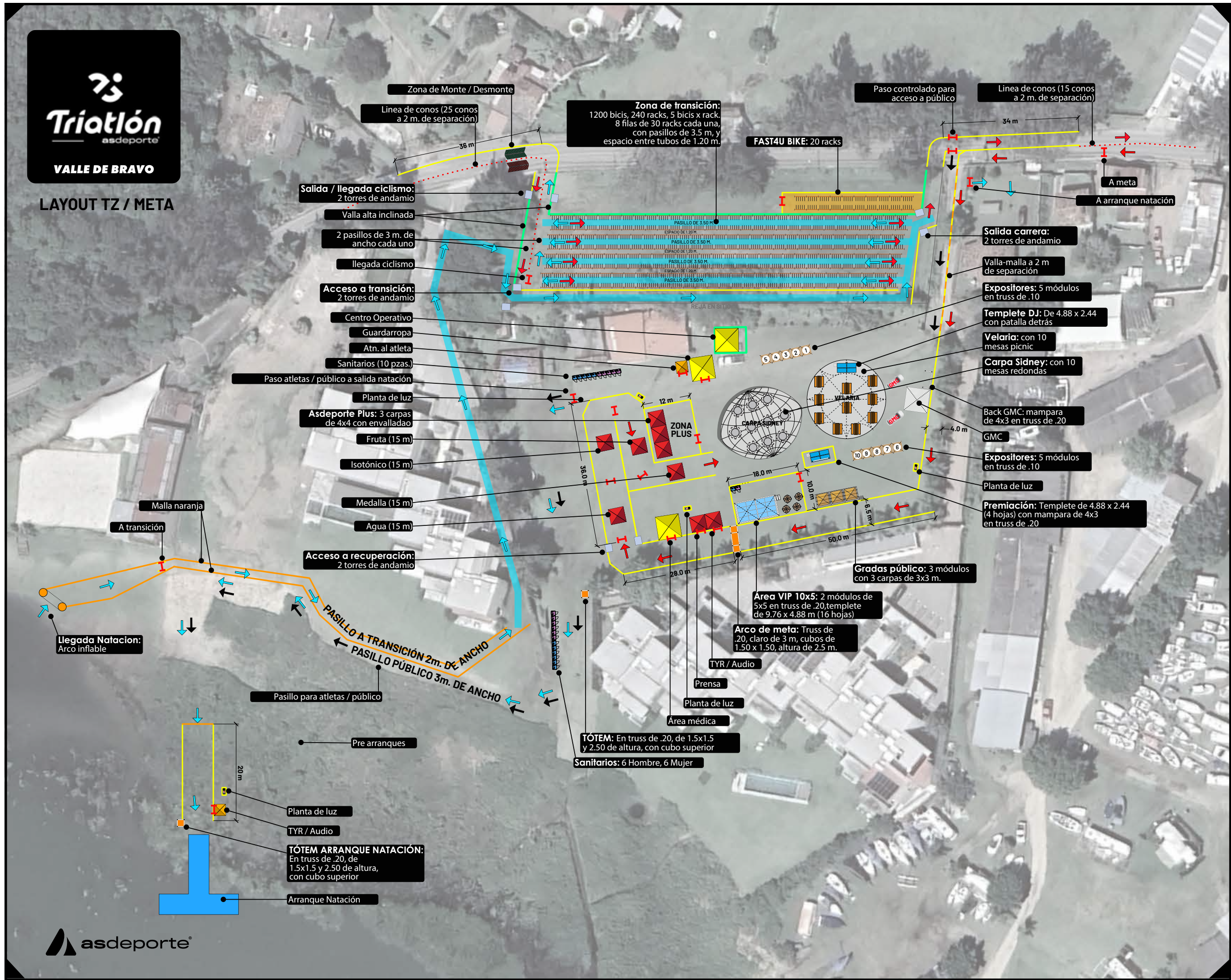
TABLA DE ARRANQUES 14-15, SUPER SPRINT Y WOMAN UP				
CATEGORÍAS	LETRAS		ARRANQUE	
14-15 VARONIL	IC		07:30	BLANCA
14-15 FEMENIL	IP		07:31	VERDE
SUPER SPRINT VARONIL	SSV		07:32	AMARILLA
WOMAN UP	NOV		07:33	NARANJA
TABLA DE ARRANQUES ELITE				
CATEGORÍAS	LETRAS		ARRANQUE	
ELITE VARONIL	X		07:47	
ELITE FEMENIL	Y		07:49	
TABLA DE ARRANQUES DUATLÓN				
CATEGORÍAS	LETRAS		ARRANQUE	
DUATLÓN VARONIL	DV		07:55	
DUATLÓN FEMENIL	DF		07:56	
TABLA DE ARRANQUES OLÍMPICO				
CATEGORÍAS	LETRAS		ARRANQUE	GORRA
OLÍMPICO VARONIL	A	18-24 años	07:53	ROJA
	B	25-29 años	07:56	AMARILLA
	C	30-34 años	07:58	NARANJA
	D,E	35-39 / 40-44 años	08:00	VERDE
	F, G, H, I, J, K, L	45-49 / 50-54 / 55-59 / 60-64 / 65-69 / 70-74 / 75 y +	08:03	BLANCA
OLÍMPICO FEMENIL	N, O, P, Q, R, S, T, U, V, W TODAS	18-24 / 25-29 / 30-34 / 35-39 / 40-44 / 45-49 / 50-54 / 55-59 / 60-64 / 65-69 / 70-74 / 75 y +	08:07	NARANJA
RELEVOS OLÍMPICO	R1, R2, R3		08:10	ROJA
TABLA DE ARRANQUES SPRINT				
CATEGORÍAS	LETRAS		ARRANQUE	GORRA
SPRINT VARONIL	Campeonato Nacional Promocional de Triatlón Primera Fuerza Universitario 2026		10:02	ROJA
	JV, SA	16-17 / 18-24 años	10:05	AMARILLA
	SB, SC	25-29 / 30-34 años	10:08	VERDE
	SD, SE	35-39 / 40-44 años	10:11	BLANCA
	SF, SG, SH, SI, SJ, SK, SL	45-49 / 50-54 / 55-59 / 60-64 / 65-69 / 70-74 / 75-79 años	10:14	NARANJA
SPRINT FEMENIL	Campeonato Nacional Promocional de Triatlón Primera Fuerza Universitario 2026		10:20	VERDE
	JN, SN, SO	16-17 / 18-24 / 25-29 años	10:26	BLANCA
	SP, SQ, SR, SS, ST, SU, SV, SW	30-34 / 35-39 / 40-44 / 45-49 / 50-54/ 55-59 / 60-64 / 65-69 años	10:29	ROJA
RELEVOS SPRINT	SR1, SR2, SR3		10:31	NARANJA

Ingreso a Transición

El Día del Competencia

- 6:30 am a 7:20 am: todas las categorías y distancias

Layout del Evento y Transición



Guardarropa

Contaremos con servicio de guardarropa en la entrada a Transición, deberás colocar tus artículos de competencia en tu morral que te entregamos en el registro marcado con el sticker de tu número, lleva únicamente lo necesario para competir y no dejar objetos de valor. Procura no llevar objetos grandes que puedan representar un peligro como bombas de aire, mochilas o artículos de mayor dimensión.

Carpa Apoyo Asdeporte

A un costado de la Transición (llegada de natación) encontrarás una carpa para los Relevos, estará señalizada y contará con sillas y abastecimiento. Recuerda que debes estar dentro de la carpa para esperar a tu Relevé, tu chip es la estafeta.
Al llegar a la meta, Recuerda que pueden entrar todos los integrantes del relevo a la zona de recuperación para recoger su Medalla de Finalista

Natación



Temperatura del agua 22°C

El uso de traje de neopreno se dará a conocer en las juntas previas si es permitido

Ruta Natación



Calentamiento

Los atletas podran calentar en la zona de pre arranque ubicada a un costado del Jardin Baikal (zona del evento). No se podrá calentar durante el recorrido de la competencia. Hacerlo será motivo de descalificación.

El arranque de la etapa de natación será por Oleadas.

Los atletas entrarán al agua desde el Muelle

Categoría Duatlón, deberás presentarte en la Zona de Meta 15 minutos antes de tu arranque.

Ciclismo



Ruta Ciclismo



Ciclismo Womanup



Juvenil 14 a 15 años/Woman Up/Súper Sprint: una vuelta de 10 km. Retorno en el km 5

Sprint y Duatlón: una vuelta 20 km. (Carretera hacia Colorines)

Olímpico y Relevos Olímpico: dos vueltas de 20 km (40 km). (Carretera hacia Colorines)



TRANSPORTE OFICIAL DE BICICLETAS

..... FAST4UBIKE

¿Quiénes somos?



Fast4UBike es una empresa dedicada al transporte de bicicletas para competencias de ciclismo, triatlón y Ironman. Cuidamos tu bicicleta como si fueras tú quien la transporta, por ello no la desarmamos, no quitamos ruedas, ni manubrio o asiento; por que nos interesa que llegue íntegra a la competencia.

¿CÓMO FUNCIONA?

El proceso es simple y 100% en línea. Los usuarios pueden consultar las competencias disponibles, comparar precios de transporte y hacer su reservación directamente desde la plataforma con un solo clic. Al momento de contratar, se registran los datos personales, la información de la bicicleta y la tienda de preferencia para la entrega y recogida del equipo. El pago se realiza vía PayPal o transferencia bancaria, y el sistema envía automáticamente un correo de confirmación una vez completada la transacción. En la fecha acordada, el ciclista lleva su bicicleta a la tienda seleccionada y la empresa se encarga del transporte al destino.

Centros de recolección

Puebla, Veracruz, Metepec, Morelia, Guadalajara, Aguascalientes, Monterrey, CDMX, San Luis Potosí, León y Querétaro.

Servicios y convenios

En Fast4UBike además de transportar tu bicicleta a los mejores eventos de triatlón y ciclismo, te ofrecemos servicios adicionales y convenios para complementar tu experiencia, antes, durante y después de la competencia.

CONVENIOS CON HOTELES

-  FIESTA REWARDS
-  CUPÓN DE DESCUENTO INCLUIDO EN LA RESERVA DEL TRANSPORTE DE TU BICICLETA
-  CONSULTA EVENTOS Y CIUDADES PARTICIPANTES

SERVICIO VIP

-  VAMOS POR TU BICI A TU CASA U OFICINA
-  IDEAL SI NO TIENES TIEMPO
-  CONSULTA DISPONIBILIDAD POR ZONAS

LIMPIEZA Y SERVICIO

-  ANTES O DESPUÉS DE LA COMPETENCIA
-  EL PRECIO VARIA DEPENDIENDO DE LA TIENDA
-  PUEDES AGREGARLO AL MOMENTO DE CONTRATAR EL TRANSPORTE DE TU BICICLETA

EVENTOS PARTICULARES

-  ENTRENAMIENTOS
-  COMPETENCIAS PRIVADAS
-  SALIDAS GRUPALES

¿Por qué elegir Fast4UBike?

Fast4UBike se encarga de que tu bicicleta llegue sana y salva a la competencia. Sin desarmes, sin complicaciones y con la tranquilidad de saber que tu equipo está en buenas manos.

- Tu bici viaja intacta — sin quitar ruedas, manubrio ni asiento
- Todo en línea — reserva, paga y confirma desde donde estés
- Entrega y recogida en tienda — sin traslados complicados
- Confirmación inmediata — recibes tu comprobante al instante



Fast4uBike

Ciclismo

Drafting permitido

EN ESTA COMPETENCIA, EL DRAFTING SÍ ESTÁ PERMITIDO

- Sí estará permitido el drafting, tanto para el triatlón Sprint como el Olímpico, por lo que hay que tomar en cuenta las siguientes reglas:
- Solo podrán draftear competidores del mismo género, NO está permitido el drafting de hombres con mujeres ni mujeres con hombres.

En eventos con drafting permitido, está prohibido utilizar manubrios de contrarreloj, aerobarras largas, bicicletas que tengan los cambios en las aerobarras y cuadros que no estén conformados por dos triángulos.

[Link de Reglamento](#)

EQUIPO PERMITIDO PARA DRAFT GRUPOS POR EDAD

✓

Coloque el número de bicicleta suministrado en su paquete, en el poste del asiento

✓

Las ruedas deben tener un mínimo de 12 rayos

✓

Ambos extremos del manubrio debe cubrirse de forma segura con tapones

✓

Manubrio y palancas de freno tradicionales

✗

Ruedas de disco

✗

Clip en aerobarras

✗

Clip corto sobre aerobarras

✗

Manubrio con aerobarras integradas

A partir del 1 de enero de 2023, no se permitirá el uso de ningún tipo de aerobarras en eventos con draft legal.

Servicio Mecánico

El día del la ingreso de bicicletas a ZT se contará con servicio mecánico ubicado en la entrada a Transicion y en el Registro



Carrera



Ruta Carrera

Carrera Womanup



**INSCRÍBETE
CON TU TARJETA
OPENBANK
Y RECIBE 10%
DE DESCUENTO**

TU VIDA OPEN

Openbank  |  **asdeporte**[®]



#SIGUESUDANDO®

21 **TRX** DETOX

PIERDE PESO
EN 21 DÍAS

TRX • INTERVALOS CARDIOVASCULARES • ENTRENAMIENTO FUNCIONAL
BAJA GRASA Y MEJORA TU CONDICIÓN

Abastos

(Agua Epura y Gatorade)

El primer abastecimiento lo encontrarás saliendo en la etapa de natación

Etapa de Ciclismo (NA)

Etapa de de carrera. uno cada kilómetro

Si bien el abasto está garantizado para todos los participantes, te sugerimos ampliamente ser autosuficiente y llevar contigo lo que necesites para tu competencia. Hidratate bien!

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.

En caso de necesitar ayuda médica, contaremos con personal capacitado, así como un 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

Sabado 24 de Octubre 2026

Lugar: Hotel Santuario (mismo salon de entrega de paquetes)

Direccion: Carretera a Colorines km 4.5, San Gaspar del Lago, 51217 Valle de Bravo, Estado de México.

Horario: 18:30 hrs.
Verifica tus tiempos en nuestra app, una vez que los resultados sean validados podrás recoger tu trofeo.



Cinemex

¿Quieres ser *looper*?



Descubre



¡Invitado Especial evoluciona! Ahora tienes beneficios personalizados y más formas de subir de nivel.
¡Escanea el QR y descubre más!

*Las tarjetas de Invitado Especial seguirán siendo válidas hasta el 31 de julio 2025

CINEFAN

20 BOLETOS + 20 COMBOS



a precio preferencial

¡Adquiérela en taquilla!

La vigencia de la tarjeta es de 6 meses a partir de su compra. Hasta agotar existencias. Consulta términos y condiciones en cinemex.com

GMC



Triatlón

asdeporte®

Valle de Bravo

GUÍA DEL ATLETA