

## **Reglamento Resumido - Competencia Triatlón**

### **1. Reglas Generales Natación**

- 1.1. El atleta puede nadar en el estilo que desee.
- 1.2. Todo atleta usará el gorro de natación provisto por la organización (no hacerlo tendrá una penalidad de 10”).
- 1.3. En caso de emergencia, el atleta deberá alzar el brazo por encima de su cabeza como señal de auxilio, una vez el atleta sea auxiliado, deberá retirarse de la competencia.
- 1.4. Si la organización provee canastos, será obligatorio que todo material utilizado en este segmento este dentro del canasto (no hacerlo tendrá una penalidad de 10”).

#### **Equipo Ilegal**

- Cualquier artículo de propulsión artificial, ejemplo: chapaletas, guantes, "paddles" o algún artículo de flotación.
- Todo tipo de "wetsuit" (traje de neoprena).

### **2. Reglas Generales Ciclismo**

- 2.1. La bicicleta será revisada de forma visual por los oficiales a la entrada de la transición.
- 2.2. La responsabilidad del conocimiento de la ruta descansará sobre el atleta.
- 2.3. Ningún atleta podrá bloquear a otro.
- 2.4. Cualquier atleta que represente peligro a si mismo o a los demás, deberá ser descalificado y removido del evento.
- 2.5. No se permitirá correr con el torso desnudo.
- 2.6. Todo atleta deberá montarse y desmontarse de su bicicleta antes de la línea (línea de monte y desmonte), no hacerlo tendrá una penalidad de 10”.
- 2.7. Todo atleta deberá tener el casco abrochado mientras está en contacto con la bicicleta (el juez detendrá su marcha hasta que este abrochado).  
El uso de casco: deberá estar correctamente abrochado y ajustado de manera correcta sobre la cabeza del atleta en todo momento que esté en contacto con la bicicleta; por lo tanto, es obligatorio desde antes de coger la bicicleta hasta después de dejarla en el área de transición. Esto incluye todo el segmento de ciclismo y los recorridos por las áreas de transición en contacto con la bicicleta.
- 2.8. Si la organización provee canastos, será obligatorio que todo material utilizado en este segmento este dentro del canasto (no hacerlo tendrá una penalidad de 10”).

#### **Drafting**

- El drafting estará permitido entre ambas ramas.

### **Equipo Ilegal**

- Envases de cristal.
- Cualquier tipo de auricular que impida la audición.
- No está permitido el uso de bicicletas para competiciones contrarreloj (código TT).

### **3. Reglas Generales Carrera Pedestre**

- 3.1. El atleta puede caminar o correr.
- 3.2. Tiene que llevar el número por delante en las competiciones en las que sea obligatorio.
- 3.3. La responsabilidad del conocimiento de la ruta descansa sobre el atleta.
- 3.4. Todo atleta que represente peligro algún oficial, así mismo u otro competidor deberá ser removido de la competencia.
- 3.5. No se permitirá correr con el torso desnudo.
- 3.6. El atleta no puede ser acompañado por cualquier otra persona que no esté compitiendo (entrenadores, acompañantes, etc.) a lo largo del recorrido. No se permite el coaching, ni ayuda de ninguna clase, excepto intervención de los oficiales (de hacerlo será objeto de descalificación).
- 3.7. Por seguridad, los atletas no podrán cruzar la línea de meta acompañados de personas que no estén participando en la competencia.

### **Equipo Ilegal**

- Envases de cristal.
- Cualquier tipo de auricular que impida la audición.

### **4. Conducta en el Área de Transición**

- 4.1. Todo atleta deberá utilizar el lugar designado para su bicicleta y colocarla correctamente a menos que sea indicado de otra forma por el director del evento.
- 4.2. Todos los atletas deberán tener el casco correctamente abrochado desde el momento que tienen el primer contacto con la bicicleta en la primera transición y hasta después de dejarla en su soporte en la segunda transición.
- 4.3. Ningún atleta podrá impedir el progreso de otro en el área de transición.
- 4.4. Ningún atleta podrá interferir con el equipo de otro atleta en el área de transición.
- 4.5. Solo se permitirá el material de competición dentro del área de transición.
- 4.6. No están permitidas las marcas, toallas o identificaciones en el área de transición. Los oficiales retirarán cualquier marca u objeto identificativo al igual que cualquier otro equipamiento que no corresponda a la competición.
- 4.7. Solo se permite la entrada del atleta al área de transición.
- 4.8. Solo se permitirá el atleta retirar el material de competición del área de transición. El atleta podrá retirar el material de transición cuando el organizador del evento lo notifique.

- 4.9. Si la organización provee canastos, será obligatorio que todo material utilizado este dentro del canasto. Las zapatillas de bicicleta son la única excepción ya que podrán colocarse sobre los pedales.
- 4.10. Todos los atletas deberán dejar la bicicleta en el área de transición antes del horario de cierre establecido.

## **5. Penalty Box**

- 5.1. Estará ubicado en lugar determinado dentro del circuito de pedestrisimo.
- 5.2. Toda infracción cometida en uno de los tres segmentos será sancionada con 10”.
- 5.3. El número del atleta sancionado se marcará en una pizarra en el área de penalty box.
- 5.4. Sera obligación del atleta identificar su número y detenerse en el área de penalty box donde un juez le controlara los 10”.
- 5.5. El atleta podrá detenerse a cumplir la sanción en cualquier momento de la competencia antes de finalizar; no hacerlo será motivo de descalificación.