



REGLAMENTO DE COMPETICIONES

2019



REGLAMENTO DE COMPETICIONES 2019

REGLAMENTO

NORMATIVA BÁSICA

1. TRIATLÓN. Se trata de una prueba combinada de resistencia que se combinan tres modalidades deportivas SWIM - BIKE - RUN con transiciones entre cada modalidad. Se permite la participación tanto en categoría individual como en relevos. El orden es el señalado y el cronómetro no se para desde el momento de la salida hasta la llegada del participante a meta.
2. ACEPTACIÓN. Las reglas de la competición son las contenidas en este reglamento. La participación en ésta prueba implica la aceptación del presente reglamento.
3. PLAZAS. La prueba podrá acoger un máximo de 500 corredores. La organización se reserva el derecho de ampliar o reducir el número de plazas. El día de la prueba no se aceptarán inscripciones. Una vez llegado al límite de inscripciones, la organización abrirá una lista de espera con los participantes que se hayan quedado fuera del evento. La organización resolverá en un plazo no inferior a las 72 horas previas al evento la participación o no de los participantes en espera bajo estricto orden de inscripción. La asignación de plazas se regirá por estricto orden de ingreso, hasta completar la totalidad de participantes mencionado anteriormente.
4. INSCRIPCIONES. Los corredores deben haber realizado correctamente todos los pasos y requisitos de la inscripción. La inscripción no confirma la plaza sin el correspondiente pago de la misma. Una vez formalizado el pago, no se devolverá el importe de la misma, salvo la contratación a través del propio formulario de alguna de las modalidades de los seguros de cancelación. En caso de no poder participar no se devolverá el importe de la inscripción, pero hasta 5 días naturales antes de la carrera del atleta podrá hacer efectivo un cambio de nombre a través del formulario dispuesto a tal efecto. La falsedad documentada de los datos introducidos en el formulario de la inscripción suponen la eliminación de los mismos de la base de datos de la carrera, sin derecho a devolución. La inscripción incluye: derecho de participación, impuestos, bolsa del corredor, avituallamientos, dorsales, fisioterapia, sistema de cronometraje chip, clasificaciones instantáneas, servicio de guardarropa, medalla finisher, seguro de Responsabilidad Civil. Seguros de accidentes y cancelación opcionales.



REGLAMENTO DE COMPETICIONES 2019

REGLAMENTO

NORMATIVA BÁSICA

5. **CONDICIÓN FÍSICA.** Los participantes, en el momento de hacer la inscripción, declaran estar preparados para realizar las pruebas y serán los únicos responsables de su estado de forma, así como, los problemas médicos que puedan derivar. El dopaje está prohibido. Una vez hecha la inscripción, el atleta acepta que actúa, en todas las situaciones, bajo su responsabilidad.

6. **CATEGORÍAS.** Se establece una categoría absoluta femenina, otra masculina en categoría individual. En categoría triatlón individual se establecen las sub-categorías: Júnior (17-19 años), sub-23 (20-23 años), Veterano 1 (40-49 años), Veterano 2 (50-59 años) y Veterano 3 (60 o más años). La categoría de edad estará determinada por la edad del atleta el 31 de diciembre del año en que se celebre la competición. Los trofeos no son acumulables.

7. **PREMIOS.** La entrega de premios se realizará en el horario descrito en el programa de la web de la prueba. Si el participante debe ausentarse, el trofeo podrá ser recogido por una tercera persona designada por el interesado. En ningún caso, los trofeos serán entregados con posterioridad a la ceremonia de entrega de trofeos.

REGLAMENTO DE COMPETICIONES 2019

NORMATIVA BÁSICA

8. MODIFICACIÓN. La organización se reserva el derecho de modificar, alterar o anular alguno de los segmentos por motivos de seguridad según lo establecido en el Anexo II del Reglamento General de Circulación en lo referente a las competencias referidas al tráfico de la autoridad (Policía de la Generalitat-Mossos d'Esquadra). El director de carrera tiene la potestad de realizar las modificaciones necesarias para garantizar la seguridad de los participantes en todo momento. La suspensión de alguno de los segmentos por causas climatológicas, no supone la suspensión de la carrera. En caso de condiciones marítimas adversas, el director de carrera puede suspender el segmento de natación antes de dar la salida. El triatlón se disputaría con las modalidades de ciclismo y carrera a pie. En caso de condiciones adversas en el segmento de ciclismo, el director de carrera puede suspender el tramo o parte de él antes de dar la salida. El triatlón se disputaría con la modalidad de carrera a pie o aquatlón.

En cualquiera de los casos anteriores, el triatlón se consideraría como disputado a todos los efectos. Bajo ninguna circunstancia se realizará devolución del importe de la inscripción. No se realizarán cambios de pruebas por causas ajenas a la organización. En el caso que el participante haya contratado alguna de las modalidades de seguros de cancelación, se reembolsará el importe correspondiente según lo contratado siempre y cuando se realice la petición por correo electrónico a info@100x100half.com en los plazos establecidos.

9. CAMBIO DE PARTICIPANTE. El cambio de participante, se realizará única y exclusivamente a través del formulario dispuesto a tal efecto en la web del evento.

El coste del cambio de participante quedará fijado en el propio formulario. Los cambios realizados con menos de 10 días de antelación a la fecha del evento, no garantizan el dorsal personalizado del nuevo participante ni los tallajes escogidos por el mismo.

10. RELEVOS. Se permite la participación en la modalidad de relevos a equipos de como mínimo 2 y como máximo 3 participantes. Cada uno de ellos deberá realizar un segmento (natación-ciclismo-carrera a pie). Los relevos deberán traspasarse el chip en la zona de transición. El acceso a la zona de transición quedará cerrado pasados 15 minutos tras el momento en que de comienzo la prueba, siendo necesario que el participante 2 espere junto a su bicicleta la llegada de su relevo. Del mismo modo, el participante 3 esperará a su relevo en el box y hasta que éste no deposite la bicicleta en su sitio, no podrá realizar el traspaso del chip. Cualquier irregularidad en la realización del traspaso de chip, puede conllevar una sanción de tiempo o la descalificación del equipo.

REGLAMENTO DE COMPETICIONES 2019

NATACIÓN:

1. **CHIP.** El participante deberá llevar el chip a la altura del tobillo y no debe quedar cubierto por el neopreno, en caso que el participante decida usarlo (el neopreno).. (Chip y portachip proporcionado por la organización)
2. **IDENTIFICACIÓN.** Es obligatorio llevar visible el gorro de natación de la organización.
3. **NEOPRENO.** El uso de neopreno es obligatorio en temperaturas del agua inferiores a 16°C. En temperaturas superiores, el uso de neopreno es opcional.
4. **EQUIPAMIENTO.** Se recomienda utilizar gafas de natación. Se prohíbe el uso de equipamiento de ayuda para la natación como aletas, palas, equipos de buceo, calcetines, guantes, dispositivos de flotación así como de ayuda externa.
5. **CHECK-IN.** Antes de acceder a la salida el participante tendrá que haber pasado por la zona de transición para hacer el check-in. El horario de apertura de boxes, queda descrito en el apartado PROGRAMA de la página web de la prueba.
6. **SALIDA.** La salida se realizará desde tierra a partir de una señal acústica.
7. **RECORRIDO.** Todos los nadadores deberán seguir el recorrido marcado. No seguir el recorrido o saltarse alguna boya o baliza será motivo de descalificación. Los detalles del recorrido de natación se facilitarán en el Racebook, así como los pasos de boyas y otros elementos de señalización.
8. **DISTANCIA.** La distancia del segmento de natación será de 1.900 m. La organización se reserva del derecho de hacer alguna variación del recorrido por motivos de seguridad.

REGLAMENTO DE COMPETICIONES 2019

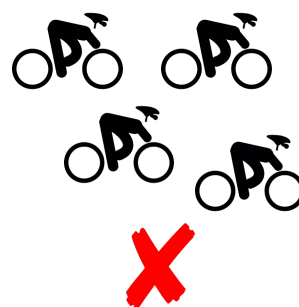
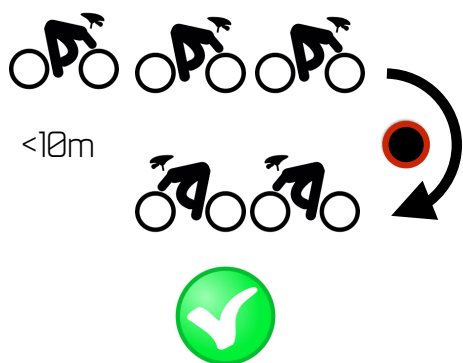
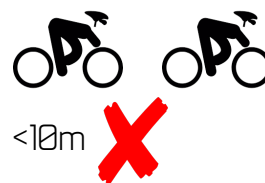
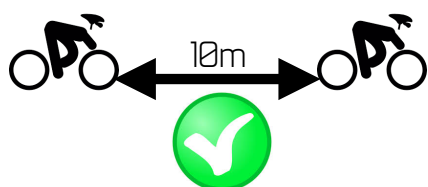
CICLISMO

1. CHIP. El participante deberá llevar el chip a la altura del tobillo.
2. CASCO. Es obligatorio el uso de casco homologado para uso ciclista y correctamente abrochado desde que se coge la bici en la zona de transición hasta cuando se deja la bicicleta después del segmento de ciclismo, incluido todo el recorrido de ciclismo y los recorridos en las áreas de transición con posesión de la bicicleta.
3. BICICLETAS. Todas las bicicletas tienen que ser accionadas por la fuerza muscular humana. Todas las bicicletas deben tener freno en la rueda delantera y trasera. Se permite el uso de frenos de disco. Las ruedas traseras podrán ser cubiertas pero las delanteras deben tener radios. Los acoples en el manillar están permitidos, siempre que no se monten las manetas de freno en ellos. Se permite llevar herramientas y repuestos.
4. EQUIPAMIENTO. No está permitido el uso de elementos que puedan representar peligro potencial en caso de caída. No está permitido el uso de auriculares o teléfonos móviles, estos últimos sólo en caso de emergencia.
5. IDENTIFICACIÓN. Es obligatorio llevar el número de dorsal visible en el casco (dos pegatinas laterales y una frontal) y en la bicicleta.
El dorsal para el siguiente segmento (RUN) no es obligatorio en este segmento (BIKE)
6. CIRCULACIÓN. Es obligatorio circular por el lado de la derecha de la carretera. Sólo se permite circular por el lado izquierdo del carril para adelantar. Circular por el lado izquierdo del carril si no es para hacer una maniobra de adelantamiento se considera un bloqueo y se sanciona con una sanción de tiempo de +1 minuto sumado al tiempo final de la prueba. Una maniobra de adelantamiento por el lado derecho es motivo de descalificación. Los triatletas deberán cumplir con el código de circulación en los tramos en los que éste sea de aplicación.

REGLAMENTO DE COMPETICIONES 2019

CICLISMO

7. DRAFTING. Está prohibido ir a rueda (drafting no permitido). Se considerará que un triatleta está haciendo drafting cuando se encuentre en algún lugar dentro del rectángulo delimitado por 10m de largo y 3m de ancho tomando como referencia la rueda trasera del triatleta y la rueda delantera del atleta de delante. Se permite entrar en la zona de drafting para adelantar siempre que no se sobrepasen los 30 segundos. También se permite entrar en la zona de drafting en los avituallamientos, entradas/salidas de transiciones, giros pronunciados o por motivos de seguridad. Será considerado como DRAFTING el circular en grupo o pelotón.

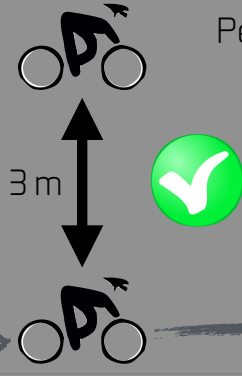


8. SANCIONES. La sanción a aplicar a un atleta por ir a rueda será la de descalificación.
9. RECORRIDO. Todos los triatletas deberán seguir el recorrido marcado. No seguir el recorrido o saltarse algún dispositivo de señalización será motivo de descalificación. Los detalles del recorrido de ciclismo se facilitarán en el Racebook, así como otros elementos de señalización.
10. DISTANCIA. La distancia total del segmento de ciclismo será de 90 km, dividido en vueltas, si así lo requieren las dimensiones del circuito. La organización se reserva del derecho de hacer alguna variación del recorrido por motivos de seguridad.
11. PUNTOS DE CONTROL. A lo largo del recorrido, pueden ubicarse puntos de control de chip. No disponer de la totalidad de las lecturas en los diferentes controles, es motivo de descalificación.

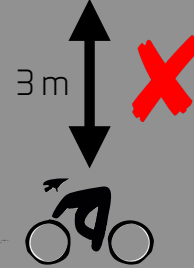
REGLAMENTO DE COMPETICIONES 2019

3,00 a 3,50 m

Permitido durante adelantamiento



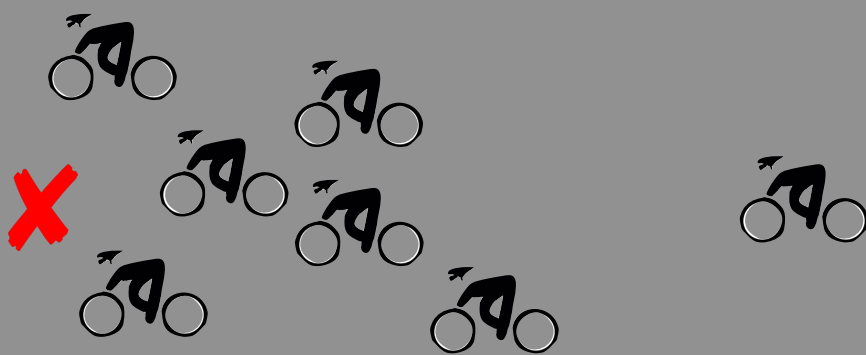
No permitir adelantamiento. BLOQUEO



10 m



3,00 a 3,50 m



TIPOS PERMITIDOS



CABRA O CONTRARRELOJ
(ACOPLES-DISCO)



CICLISMO
(LENTICULAR TRASERA)



CICLISMO



TIPOS NO PERMITIDOS



MOUNTAIN BIKE



CICLISMO
(LENTICULAR DELANTERA)



E-BIKE (ELÉCTRICAS)



PASEO





REGLAMENTO DE COMPETICIONES 2019

CARRERA A PIE

1. CHIP. El participante deberá llevar el chip a la altura del tobillo.
2. IDENTIFICACIÓN. Es obligatorio llevar el dorsal visible en la parte frontal.
3. CARRERA. El triatleta puede correr o caminar.
4. ESTADO FÍSICO. La responsabilidad de permanecer en el circuito es del atleta. Cualquier atleta que presente síntomas de peligro del mismo u otros, podrá ser retirado de la competición.
5. EQUIPAMIENTO. No está permitido el uso de envases de cristal, auriculares o teléfonos móviles, estos últimos sólo en caso de emergencia.
6. DISTANCIA. La distancia total del segmento de carrera a pie será de 21 km, dividido en vueltas, si así lo requieren las dimensiones del circuito. La organización se reserva del derecho de hacer alguna variación del recorrido por motivos de seguridad.
7. PUNTOS DE CONTROL. A lo largo del recorrido, pueden ubicarse puntos de control de chip y de vueltas. No disponer de la totalidad de las lecturas en los diferentes controles, es motivo de descalificación.

REGLAMENTO DE COMPETICIONES 2019

CONDUCTA DE LOS PARTICIPANTES:

1. **NORMATIVA.** El participante está obligado a respetar las normas de comportamiento establecidas en este reglamento. Las faltas con una gravedad determinada serán sancionadas según el reglamento de disciplina deportiva.
2. **ABANDONO.** El participante que abandona la competición está obligado a quitarse el dorsal y comunicar a los jueces su abandono. Deberá retirarse en un punto de control. Sólo una lesión de gravedad justificará que un participante abandone en otro punto del recorrido, ya que esto implicaría un rescate terrestre o aéreo.
3. **TRASLADO.** La organización sólo se compromete al traslado de los participantes, al punto de llegada de la prueba, cuando hayan abandonado en un control con acceso motorizado. La organización no devolverá a los participantes que hayan abandonado hasta que haya finalizado la prueba, a fin de asegurar el desarrollo óptimo de la misma.
4. **MEDIO AMBIENTE.** En todo momento el participante está obligado a respetar el medio ambiente de la zona en que se celebra la prueba, no abandonando objetos, ni actuando de forma agresiva con el entorno. Los espacios protegidos, tales como reservas naturales o parques naturales por los que transcurren algunas de las pruebas referidas en este reglamento, disponen de normativa propia, la cuál los participantes deben acatar y respetar. Los participantes deberán conservar y preservar el medio actuando con responsabilidad y tener un comportamiento ejemplar ante cualquier adversidad.
5. **BRIEFFING.** La asistencia al briefing del día anterior a la prueba es obligatoria. El director de la carrera se reserva el derecho a realizar cambios, hasta el "briefing" del día de la prueba, sobre el material obligatorio para hacer frente a la etapa.
6. **MATERIAL.** La organización no se hace responsable de posibles pérdidas de material. Se aconseja depositar aquel material imprescindible para llevar a cabo la prueba.

REGLAMENTO DE COMPETICIONES 2019

SEGURIDAD

1. EQUIPAMIENTO. Los participantes son responsables personalmente de que su equipo esté en condiciones reglamentarias al comienzo de la prueba. El participante es responsable de su propio equipo y ha de comprobar que sus características se ajusten a las del reglamento. Además, deberá utilizar, sin modificar, todos los dorsales y elementos de identificación proporcionados por el organizador.
2. ESTADO FÍSICO. Es responsabilidad del participante estar bien preparado para la prueba. Es decir, disfrutar de un buen estado de salud física en general, así como un nivel aceptable de preparación. La posesión de la licencia federativa no asegura ni cubre esta responsabilidad.
3. NORMATIVA. El participante tiene la obligación de conocer y respetar estas reglas de competición, así como, las normas de circulación y las instrucciones de los responsables de cada prueba. También es obligación del participante el conocimiento de los recorridos. Todo participante que quede excluido de la competición, sea cuál sea la causa (lesión, avería, exceder el tiempo límite) debe respetar la normativa específica del segmento en el que se halle. En el caso del tramo de ciclismo, el quedar excluido por exceder el tiempo límite, supone que el recorrido queda abierto al tráfico y que, por lo tanto, el participante debe respetar las normas de circulación.
4. VOLUNTARIEDAD. Los inscritos en la carrera participan voluntariamente y bajo su responsabilidad en la competición. Por este motivo, la entidad organizadora, los colaboradores, los patrocinadores y los demás participantes quedan libres de cualquier responsabilidad civil. La organización queda exenta de cualquier responsabilidad sobre los daños de los participantes en la prueba.
5. SEGUROS. La entidad organizadora contará con un seguro de responsabilidad civil para el evento y que cubrirá todos los atletas participantes en la prueba. La entidad organizadora contratará un seguro de accidentes para cada uno de los atletas participantes en la prueba que lo soliciten.

REGLAMENTO DE COMPETICIONES 2019

SEGURIDAD

6. INCIDENCIAS. Los participantes de la carrera deberán alertar en el punto de control o avituallamiento más cercano cualquier tipo de incidencia. Si un corredor está herido los corredores están obligados a pararse para prestarle toda la ayuda posible.
7. EMERGENCIAS. Es obligatorio tener grabados los teléfonos de emergencia en la agenda para poder llamar en caso de emergencia (los números de teléfono se entregarán en el Racebook). En caso de emergencia sin zona de cobertura los corredores están obligados a llamar al 112.
8. ASISTENCIA MÉDICA. La organización dispone de un equipo de seguridad terrestre, formado por las dotaciones mínimas que requiere la ley (SVB / SVA según proceda), con el objetivo de cubrir los primeros auxilios, posibles evacuaciones y / o traslados a un centro sanitario.
9. CONTROL. Durante los recorridos existirán diferentes puntos de control. Los corredores deberán quedar registrados en todos los puntos de control establecidos. La organización se reserva el derecho de colocar controles aleatorios a lo largo del recorrido.
10. TIEMPO DE CORTE. La organización establecerá un tiempo de paso en cada uno de los controles. Aquellos atletas que lo sobrepasen deberán entregar su dorsal al control, retirarse de la prueba y seguir las instrucciones de los responsables. El tiempo máximo para realizar la prueba es de 7 horas y 30 minutos. Los tiempos de corte en cada tramo serán:
 - i. Natación: **1 HORA**
 - ii. Ciclismo: **4 HORAS**
NATACIÓN + CICLISMO: 5 HORAS
 - iii. Carrera a pie: **2 HORAS Y 30 MINUTOS**
NATACIÓN + CICLISMO + CARRERA A PIE: 7 HORAS Y 30 MINUTOS

REGLAMENTO DE COMPETICIONES 2019

ASISTENCIA

1. **ASISTENCIA TÉCNICA.** La asistencia técnica está permitida. Es responsabilidad del participante comprobar su equipo para utilizarlo en perfectas condiciones durante la competición. La organización procurará un servicio de asistencia técnica externo. Dependiendo de la disponibilidad, el servicio, éste estará a disposición de los participantes..
2. **AVITUALLAMIENTOS.** Durante el recorrido los avituallamientos serán líquidos y sólidos: agua, bebidas isotónicas y fruta. El avituallamiento de llegada será líquido y sólido. Los corredores encontrarán agua, refrescos, bebidas isotónicas, barritas energéticas, fruta, frutos secos, golosinas, entre otros. Los atletas deben lanzar los residuos del avituallamiento dentro del perímetro marcado por la organización. Sólo se permite recibir alimento personal en el área de avituallamiento oficial.
3. **AYUDAS EXTERNAS.** Los participantes no pueden recibir ningún tipo de ayuda, ni externa ni entre sí, al margen de la establecida, y en las zonas determinadas, por la organización excepto en caso de emergencia. El incumplimiento de este norma será sancionando con la descalificación del participante que haya recibido la ayuda.
4. **COACHING.** Los participantes no pueden ser acompañados ni apoyados desde vehículos o pie. Si esto se produce, el participante será advertido. Si la situación no se rectifica, la sanción es la descalificación. Los ayudantes o entrenadores podrán dar sus consejos e informaciones colocándose los lados del recorrido, quietos al paso de los participantes.



REGLAMENTO DE COMPETICIONES 2019

PROTECCIÓN DE DATOS Y IMAGEN

1. **PROTECCIÓN DE DATOS.** De acuerdo con la Ley Orgánica 15/1999 de 13 de diciembre, todos los datos de los participantes serán incluidos en un fichero privado propiedad de los organizadores, con la finalidad exclusiva de la gestión de la prueba.
2. **IMAGEN.** Dado que el derecho a la propia imagen está reconocido en el artículo 18.1 de la Constitución y regulado por la ley 5/1982 de 5 de mayo, sobre el Derecho al honor, a la intimidad personal y familiar ya la propia imagen, se pide consentimiento mediante este escrito a los atletas para poder publicar fotografías donde los corredores sean claramente identificables. La aceptación del presente reglamento y la participación en la prueba dan el consentimiento del participante al organizador a publicar fotografías tomadas en el evento. Contra este punto del reglamento, el participante tiene derecho a oponerse, comunicándolo por escrito a la siguiente dirección de correo electrónico: info@100x100half.com
3. **ACEPTACIÓN.** Con la misma inscripción el atleta acepta que su imagen pueda aparecer en fotografías o filmaciones realizadas durante la prueba.
4. **USO DE IMÁGENES.** La organización podrá utilizar las imágenes de la carrera por motivos de interés propio (páginas web, filmaciones destinadas a difusión pública, fotografías para revistas o publicaciones, presentaciones digitales, entre otros) sin ningún tipo de compensación ni obligación de ningún tipo hacia el participante.

REGLAMENTO DE COMPETICIONES 2019

SANCIONES Y APELACIONES

1. **INCUMPLIMIENTO.** El incumplimiento de las normas de competición contempladas en este reglamento o de las indicaciones de los jueces, será motivo de sanción.
2. **RECLAMACIONES.** Los participantes inscritos podrán hacer reclamaciones y / o apelaciones. Las apelaciones y reclamaciones serán tratadas y estudiadas detenidamente.
Las reclamaciones sobre conductas o comportamientos antideportivos hacia otros participantes que puedan conllevar una sanción, deben ser formuladas ante el director de carrera o al juez de la prueba. Dichas reclamaciones deben ser respaldadas con pruebas fehacientes y veraces para que puedan ser aceptadas y valoradas.
En cualquier caso, será decisión del director de carrera aceptar o declinar la reclamación.
Cualquier reclamación realizada con posterioridad al cierre de la prueba, no será aceptada.
Las reclamaciones que puedan conllevar modificaciones en la ceremonia de entrega de trofeos, deberán ser formuladas con anterioridad a la misma. Una vez realizada al entrega de trofeos, no se aceptará reclamación alguna.
Las reclamaciones presentadas en la forma y tiempo correctas, serán estudiadas y resueltas con celeridad.
La decisión tomada por el director de carrera sobre la resolución de la reclamación será firme. Contra esta decisión, el participante podrá presentar por escrito a la siguiente dirección de correo electrónico: info@100x100half.com una reclamación adjuntando los documentos que estime oportuno y en un plazo no superior a 24 horas tras el fin de la prueba y será resuelta por el comité de competición de la prueba.
3. **RESPUESTA.** Una vez analizada la apelación o reclamación se formulará una respuesta. Si ésta resulta desfavorable hacia el participante, la organización se reserva el derecho de no dar respuesta.
4. **RECORRIDOS.** No realizar los circuitos marcados es motivo de descalificación aunque no suponga un recorte en distancia de los mismos.
5. **OTRAS SITUACIONES.** Cualquier otra situación no recogida en este reglamento, será resuelta por el director de carrera de la prueba.

REGLAMENTO DE COMPETICIONES 2019

TABLA DE SANCIONES

5. A continuación se muestra la tabla de sanciones y sus motivos.

INFRACCIÓN	SECTOR	SANCIÓN
No completar el recorrido	Todos	Descalificación
Falta de respeto contra otro deportista, organización o público	Todos	Descalificación
No circular en el área de transición conforme al sentido establecido	Transición	+1 minuto
Circular en bicicleta por el área de transición	Transición	+5 minutos
Dejar el material de competición fuera del área establecida	Transición	+1 minuto
Montar o desmontar fuera de las zonas establecidas	Transición	+3 minutos
Correr con el casco de ciclismo	Carrera a pie	Descalificación
Competir con material no autorizado	Ciclismo	Descalificación
Ir a rueda	Ciclismo	Descalificación
Quitarse el casco durante el tramo	Ciclismo	Descalificación

REGLAMENTO DE COMPETICIONES 2019

TABLA DE SANCIONES

5. A continuación se muestra la tabla de sanciones y sus motivos.

INFRACCIÓN	SECTOR	SANCIÓN
Falsear datos personales	Todos	Descalificación
Competir con el torso desnudo	Todos	Descalificación
No permitir adelantamiento / Bloqueo	Ciclismo	+ 1 minuto

100% HMLF
COPA CATALANA MD