

PROYECTO TÉCNICO



ÍNDICE

1. Denominación y Características de la Prueba
2. Descripción de los Recorridos
3. Organigrama de la Prueba
4. Participantes
5. Plan de Prevención y Emergencia de la Prueba



1. Denominación y Características de la Prueba

Nombre: **X TRIATLÓN, Edición Especial, San Roque 2024**

Fecha: 21 y 22 de Septiembre de 2024

Programa General:

Sábado 21 de Septiembre de 2024

10:30 h.

Entrega de Material **TRIATLÓN OLÍMPICO (12:00 – 18:00 h.)**

18:00 h. Master Class Ciclo Indoor / Zumba

Seguimiento en Directo TRIATLÓN Super Sprint

Lugar: Plaza de la Alameda Alfonso XI

16:00 h. Revisión Técnica y Apertura Transición **TRIATLÓN Super Sprint**

18:00 h. Salida de la Prueba

SEGMENTO NATACIÓN – 350 metros

18:10 h. 1ER Paso por Transición

SEGMENTO CICLISMO - 10 k.

18:35 h. 2º PASO POR TRANSICIÓN

SEGMENTO Carrera a Pie – 2,5 k.

18:45 h. LLEGADA A META 1os Clasificados

18:50 h. LLEGADA A META GRAN GRUPO

19:15 h. CIERRE DE CONTROL y FINALIZACIÓN DE LA PRUEBA DEPORTIVA

19:30 – 21:00 h. Apertura **Transición 1. TRIATLÓN Olímpico**

19:45 h. ENTREGA DE TROFEOS

Lugar: Paseo Marítimo de Torreguadiaro

21:45 h. RECEPCIÓN de AUTORIDADES, PATROCINADORES Y DEPORTISTAS

Lugar: Hotel Oficial

HORARIOS RECOGIDA de MATERIAL TRIATLÓN Super - Sprint

TRANSICIÓN	UBICACIÓN	HORARIOS	
T1 Torreguadiaro	Pistas de Baloncesto de Pº Torreguadiaro https://goo.gl/maps/7XZCivLN2fsFoKWJA	Sábado 21S	16:30 a 17:30 h



Domingo 22 de Septiembre de 2024

7:00 h.

Entrega de Material TRIATLÓN OLIMPICO

8:00 h. Cierre de Transición 2 TRIATLÓN OLIMPICO

8:30 h. Salida de Autobus hacia Zona de Salida

Lugar: Plaza de la Alameda Alfonso XI

7:00 h. Revisión Técnica y Apertura Transición **TRIATLÓN OLÍMPICO**

9:30 h. Salida de TRIATLÓN OLÍMPICO

SEGMENTO NATACIÓN - 1.500 metros

10:15 h. 1ER Paso por Transición CIERRE de CONTROL T1 - 10:20 h.

SEGMENTO CICLISMO - 40 k.

12:30 h. Traslado de Material hacia T2

Lugar: Paseo Marítimo de Torreguadiaro

10:30 h. Paso de Carrera SEGMENTO Ciclismo - 40 k.

Lugar: Puerto Sotogrande - Sotogrande - Sotogrande Alto - Carretera de Arenillas - Castellar - Carril Bici Castellar / Estación de San Roque - Giro a la Izquierda por CA 9203 - San Roque - Alameda Alfonso XI.

12:30 h. 2º Paso por Transición CIERRE de CONTROL T2 - 12:35 h.

SEGMENTO CARRERA a PIE - 10 k.

Lugar: Plaza de la Alameda Alfonso XI

13:00 h. LLEGADA A META 1os Clasificados

13:15 h. LLEGADA A META GRAN GRUPO

14:00 h. CIERRE DE CONTROL y FINALIZACIÓN DE LA PRUEBA DEPORTIVA

12:00 h. Apertura Servicio de Duchas

14:30 h. Ceremonia de Entrega de Premios

14:30 h. 1ª Salida de Autobus hacia T1

15:15 h. 2ª Salida de Autobus hacia T1

Lugar: Plaza de la Alameda Alfonso XI

HORARIOS RECOGIDAS de MATERIAL TRIATLÓN OLÍMPICO

TRANSICIÓN	UBICACIÓN	HORARIOS	
T1 Torreguadiaro	Pistas de Baloncesto de Pº Torreguadiaro https://goo.gl/maps/7XZCvLN2fsFoKWJA	Sábado 21S	19:30 a 21:00 h
		Domingo 22S	7:00 a 9:00 h.
T2 Plaza Alameda Alfonso XI	Plaza de la Alameda de Alfonso XI https://www.google.es/maps/@36.2104435,-5.3901143,17.71z?entry=ttu	Sábado 21S	12:00 a 18:00 h.



2. Descripción de los Recorridos

El Triatlón es un deporte combinado y de resistencia, en el cuál el atleta realiza tres disciplinas en tres segmentos. Estos son; Natación – Ciclismo – Carrera a pie. Unidos todos ellos por una Zona de Transición y en el orden señalado, no parándose el cronometro durante todo el tiempo que dure la competición.

Para esta Edición Especial; Se realizan dos pruebas diferentes, por lo que se proponen dos recorridos que serán los siguientes:

TRIATLÓN SUPER SPRINT (Sábado 21 de Septiembre)

1o / SEGMENTO NADO (350 m.);

Punto de Salida;

Se realizará una Cámara de Llamada desde la zona de Playa de Torreguadiaro, marcada con un Arco hinchable y cinta balizadora y picas, desde donde los Triatletas a la señal del Juez Principal de la Prueba, saldrán corriendo hacia el mar.

Toda la prueba de Natación se realizará nadando de forma triangular, nadando mar adentro 100 metros, de forma paralela a la línea de costa 150 m., y otros 100 m. hacia la orilla, dejando siempre las Bolas de Señalización a su izquierda.

Punto de Salida a Zona de Playa;

Punto de Finalización; Será el mismo punto que la Salida, marcada por un Arco hinchable ubicado en la Playa en la zona de pasarelas de madera de entrada y salida a la Playa frente a la Zona de Transición con los Boxes para bicicletas.

2o/ SEGMENTO CICLISMO (12 kms);

Aquellos segmentos más extensos de 3 Kms., estarán constituidos por tramos, este segmento de ciclismo contará con TRES tramos de carrera, que serán los siguientes.

TRAMO 1. (Km 0 – Km 2,8)

Dicho tramo de carrera transcurrirá desde:

Punto de Salida de Transición;

Ubicado en la Zona de Pistas Polideportivas del Paseo Marítimo de la Playa de Torreguadiaro, pasando por el carril bici, bordeando la Torre Vigía, e incorporándose a la carretera de entrada a Puerto Sotogrande, circulando por el carril de la derecha, entrando al Puerto Sotogrande por la Garita Principal de Vigilantes, hasta la Rotonda de Entrada al Puerto.



Desde ese punto atravesaremos el Puerto Sotogrande, por el carril de la derecha y bordeándolo por Paseo de la Marina del Puerto, hasta la rotonda de la Sede del Real Club Marítimo de Sotogrande. Girando a la derecha atravesando el Puente, hacia la Urbanización de Sotogrande. Todo este tramo se llevara a cabo con tráfico cerrado, sólo para deportistas, utilizando los ciclistas únicamente su carril derecho.

TRAMO 2. (Km 2,8 – Km 9,80)

Este segundo tramo estará constituido por **UNA SOLA VUELTA** a un circuito de 7,2 kms. Que transcurrirá por la urbanización de Sotogrande, todo este circuito se realizará con tráfico cerrado para ambos sentidos, teniendo los ciclistas, que circular por el carril derecho en todo momento, y con el siguiente itinerario:

Una vez cruzamos el puente, giramos en la rotonda hacia la izquierda para incorporarse por Paseo del Parque, dirección Real Club de Golf Sotogrande.

Punto Conflictivo: Paso de ciclistas por rotonda después del Puente, debemos realizar cortes total del tráfico que impidan a los vehículos a motor transitar en sentido salida de la urbanización antes de la rotonda. Una vez realizada la rotonda, encaramos la subida de la Avenida Paseo del Parque en dirección hacia la intersección de Avenida de Paseo del Parque con Avenida Mc Micking.

Punto Conflictivo: Paso de ciclistas por Avenida Paseo del Parque, en su Intersección con Calle Isabel La Católica, debemos realizar cortes intermitentes del tráfico que impidan que los vehículos que se incorporan desde la misma se crucen con los competidores.

Punto Conflictivo: Paso de ciclistas por Avenida Paseo del Parque, en su Intersección con Calle Ramírez, debemos realizar cortes intermitentes del tráfico que impidan que los vehículos que se incorporan desde la misma se crucen con los competidores.

Punto Conflictivo: Paso de ciclistas por Avenida Paseo del Parque, en su Intersección con Calle Fernando el Santo, debemos realizar cortes intermitentes del tráfico que impidan que los vehículos que se incorporan desde la misma se crucen con los competidores. Avenida Paseo del Parque, pasando por la puerta de Sotogrande Raquet Center y Real Club de Golf Sotogrande.

Punto Conflictivo: Paso de ciclistas por Intersección de Avenida Paniagua con Avenida Paseo del Parque, debemos realizar cortes intermitentes del tráfico que impidan que los vehículos que se incorporan desde la misma se crucen con los competidores. Llegados a la Avenida Paniagua los ciclistas suben atravesando la Avenida McMicking, hasta la Caseta de Vigilancia en su punto más alto, girando en la misma hacia la izquierda, donde cambian el sentido de su marcha, para bajar por la misma vía, siguiendo el mismo itinerario pero en sentido contrario hasta la Rotonda después del Puente.

TRAMO 3. (Km. 9,2 – Km. 12)

Dicho tramo es el que transcurre entre la rotonda de Paseo del Parque, una vez finalizada la segunda vuelta del circuito, el paso del puente y el mismo TRAMO 1, pero en sentido devuelta bordeando el Puerto de Sotogrande por Paseo de la Marina del Puerto hasta el punto de entrada a la Zona de Transición ubicada en la Zona de Pistas Polideportivas del Paseo Marítimo de Playa de Torreguadiaro. En este sentido se utilizará el otro carril, y se utilizará de forma exclusiva para los ciclistas.

Punto Conflictivo: En la Rotonda de entrada al Puerto de Sotogrande, junto al puesto de control, al paso de los ciclista, se deberán realizar, cortes intermitentes en ambos sentidos de la vía, tanto para los vehículos que quieran salir del Puerto, como aquellos que quieran entrar hacia la Zona de Comercios (Restaurante KE, etc...) hacia la vía dirección a la Torre de Control del Puerto.

3o/ SEGMENTO de CARRERA A PIE (2,5 kms):

El último segmento de la prueba, de carrera a pie o marcha, con 2,5 kms., estará compuesto por:



TRAMO 1. (750 metros) LENGUA DE ENTRADA Y SALIDA A TRANSICIÓN

Este tramo, primero del último segmento, transcurrirá entre la zona de transición, la Rotonda de Entrada a la Travesía de Torreguadiaro.

TRAMO 2. (2.150 metros) CIRCUITO CERRADO

En este Tramo, del Segmento de Carrera a Pie, se realizarán **UNA VUELTA**, con el siguiente itinerario:

El Atleta se incorporará a la Rotonda inicial de la Travesía de Torreguadiaro, utilizando el carril de servicio, para posteriormente, utilizar el carril derecho de la Travesía para Ida y Vuelta, atravesando Torreguadiaro, y llegando hasta el Hotel Milla de Plata, donde realizará el giro, volviendo en sentido contrario, hasta el inicio del Tramo. Realizando de esta manera dos Vueltas, antes de volver a META, recorriendo el anterior Tramo 1. en sentido contrario.



TRIATLÓN SUPER SPRINT (Sábado 21 de Septiembre)

HORARIOS DE PASO

SEGMENTO NATACIÓN (MARCADO EN EL TRACK CON FRANJA ROJA)

Horario Previsto de Paso:	Desde las 18:00 h. - 18:20 h.
Salida	18:00 h.
Finalización Cabeza de Carrera:	18:06 h.
Finalización Cierre de Carrera:	18:20 h.

HORARIOS DE PASO

SEGMENTO CICLISMO (MARCADO EN EL TRACK CON FRANJA FUCSIA)

Horario Previsto de Paso:	Desde las 18:06 h. - 18:55 h.
Salida	18:06 h.
Finalización Cabeza de Carrera:	18:28 h.
Finalización Cierre de Carrera:	18:55 h.

HORARIOS DE PASO

SEGMENTO CARRERA a PIE (MARCADO EN EL TRACK CON FRANJA AMARILLA)

Horario Previsto de Paso:	Desde las 18:28 h. - 19:15 h.
Salida	18:38 h.
Finalización Cabeza de Carrera:	18:35 h.
Finalización Cierre de Carrera:	19:15 h.



TRIATLÓN OLÍMPICO (Domingo 22 de Septiembre)

1o / SEGMENTO NADO (1.500 m.);

Punto de Salida;

Se realizará una Cámara de Llamada desde la zona de Playa de Torreguadiaro, marcada con un Arco hinchable y cinta balizadora y picas, desde donde los Triatletas a la señal del Juez Principal de la Prueba, saldrán corriendo hacia el mar.

Toda la prueba de Natación se realizará nadando de forma triangular, nadando mar adentro 250 metros, de forma paralela a la línea de costa 1.000 m., y otros 250 m. hacia la orilla, dejando siempre las Bolas de Señalización a su izquierda.

Punto de Salida a Zona de Playa;

Punto de Finalización; Será el mismo punto que la Salida, marcada por un Arco hinchable ubicado en la Playa en la zona de pasarelas de madera de entrada y salida a la Playa frente a la Zona de Transición con los Boxes para bicicletas.



2o/ SEGMENTO CICLISMO (40 kms);

Aquellos segmentos más extensos de 10 Kms., estarán constituidos por tramos, este segmento de ciclismo contará con TRES tramos de carrera, que serán los siguientes.

TRAMO 1.

Dicho tramo de carrera transcurrirá desde:

Punto de Salida de Transición 1;

Ubicado en la Zona de Pistas Polideportivas del Paseo Marítimo de la Playa de Torreguadiaro, pasando por el carril bici, bordeando la Torre Vigía, e incorporándose a la carretera de entrada a Puerto Sotogrande, circulando por el carril de la derecha, entrando al Puerto Sotogrande por la Garita Principal de Vigilantes, hasta la Rotonda de Entrada al Puerto.

Desde ese punto atravesaremos el Puerto Sotogrande, por el carril de la derecha y bordeándolo por Paseo de la Marina del Puerto, hasta la rotonda de la Sede del Real Club Marítimo de Sotogrande. Girando a la derecha atravesando el Puente, hacia la Urbanización de Sotogrande. Todo este tramo se llevara a cabo con tráfico cerrado, sólo para deportistas, utilizando los ciclistas únicamente su carril derecho.

Una vez cruzamos el puente, giramos en la rotonda hacia la izquierda para incorporarse por Paseo del Parque, dirección Real Club de Golf Sotogrande.

Punto Conflictivo: Paso de ciclistas por rotonda después del Puente, debemos realizar cortes total del tráfico que impidan a los vehículos a motor transitar en sentido salida de la urbanización antes de la rotonda. Una vez realizada la rotonda, encaramos la subida de la Avenida Paseo del Parque en dirección hacia la intersección de Avenida de Paseo del Parque con Avenida Mc Micking.

Punto Conflictivo: Paso de ciclistas por Avenida Paseo del Parque, en su Intersección con Calle Isabel La Católica, debemos realizar cortes intermitentes del tráfico que impidan que los vehículos que se incorporan desde la misma se crucen con los competidores.

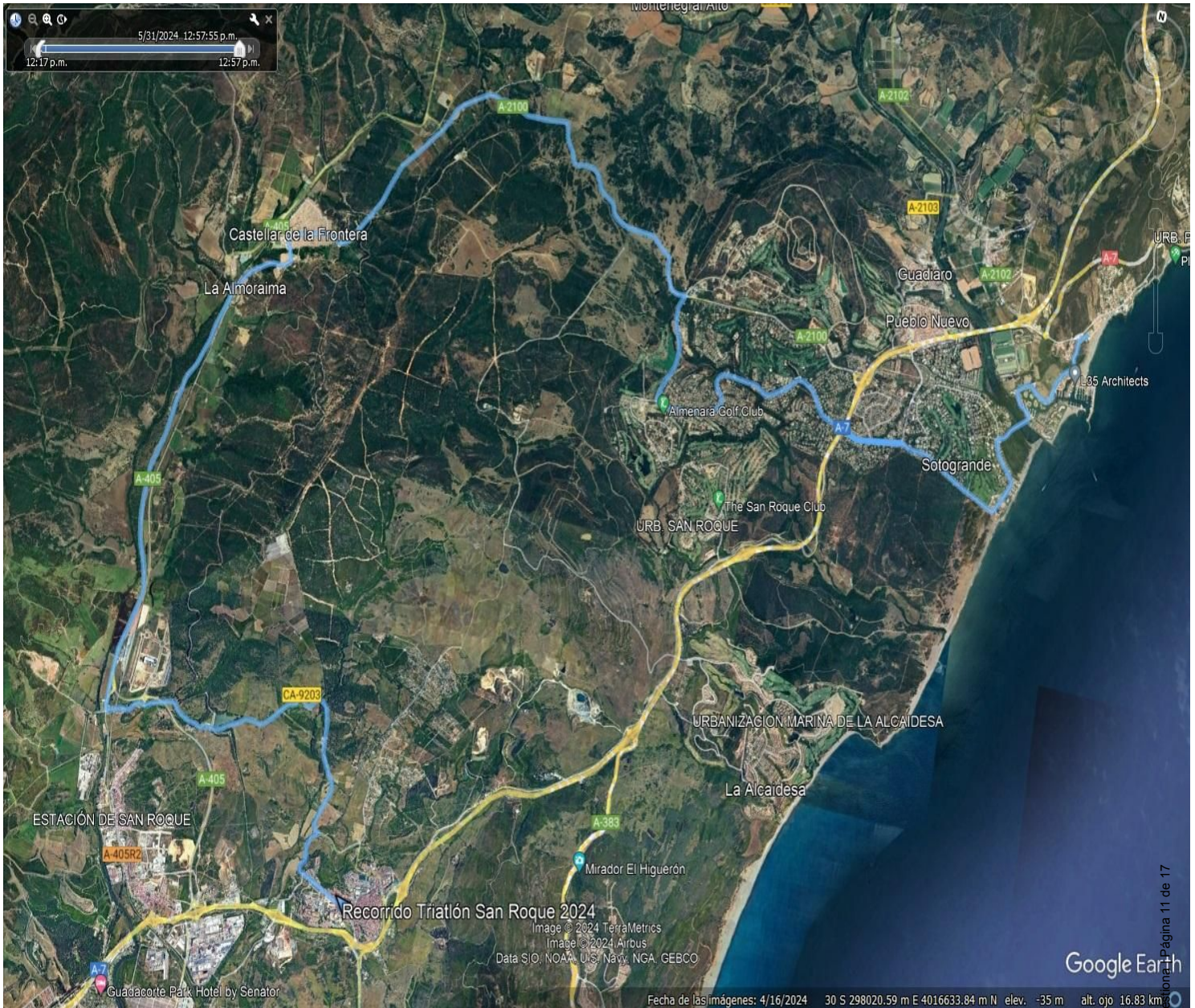
Punto Conflictivo: Paso de ciclistas por Avenida Paseo del Parque, en su Intersección con Calle Ramírez, debemos realizar cortes intermitentes del tráfico que impidan que los vehículos que se incorporan desde la misma se crucen con los competidores.

Punto Conflictivo: Paso de ciclistas por Avenida Paseo del Parque, en su Intersección con Calle Fernando el Santo, debemos realizar cortes intermitentes del tráfico que impidan que los vehículos que se incorporan desde la misma se crucen con los competidores. Avenida Paseo del Parque, pasando por la puerta de Sotogrande Raquet Center y Real Club de Golf Sotogrande.

Punto Conflictivo: Paso de ciclistas por Intersección de Avenida Paniagua con Avenida Paseo del Parque, debemos realizar cortes intermitentes del tráfico que impidan que los vehículos que se incorporan desde la misma se crucen con los competidores. Llegados a la Avenida Paniagua los ciclistas suben atravesando la Avenida McMicking, hasta la Caseta de Vigilancia.

En este punto, la carrera ciclista cruza hacia Sotogrande Alto, siguiendo el siguiente itinerario, Carretera de Arenillas, Castellar Carril Bici (Castellar - Estación de San Roque), Avenida Guadarranque, Polígono Industrial de Guadarranque, San Roque, Alameda Alfonso XI, y con el siguiente TRACK;





Punto de Finalización Transición 2; Situada en la Alameda Alfonso XI.

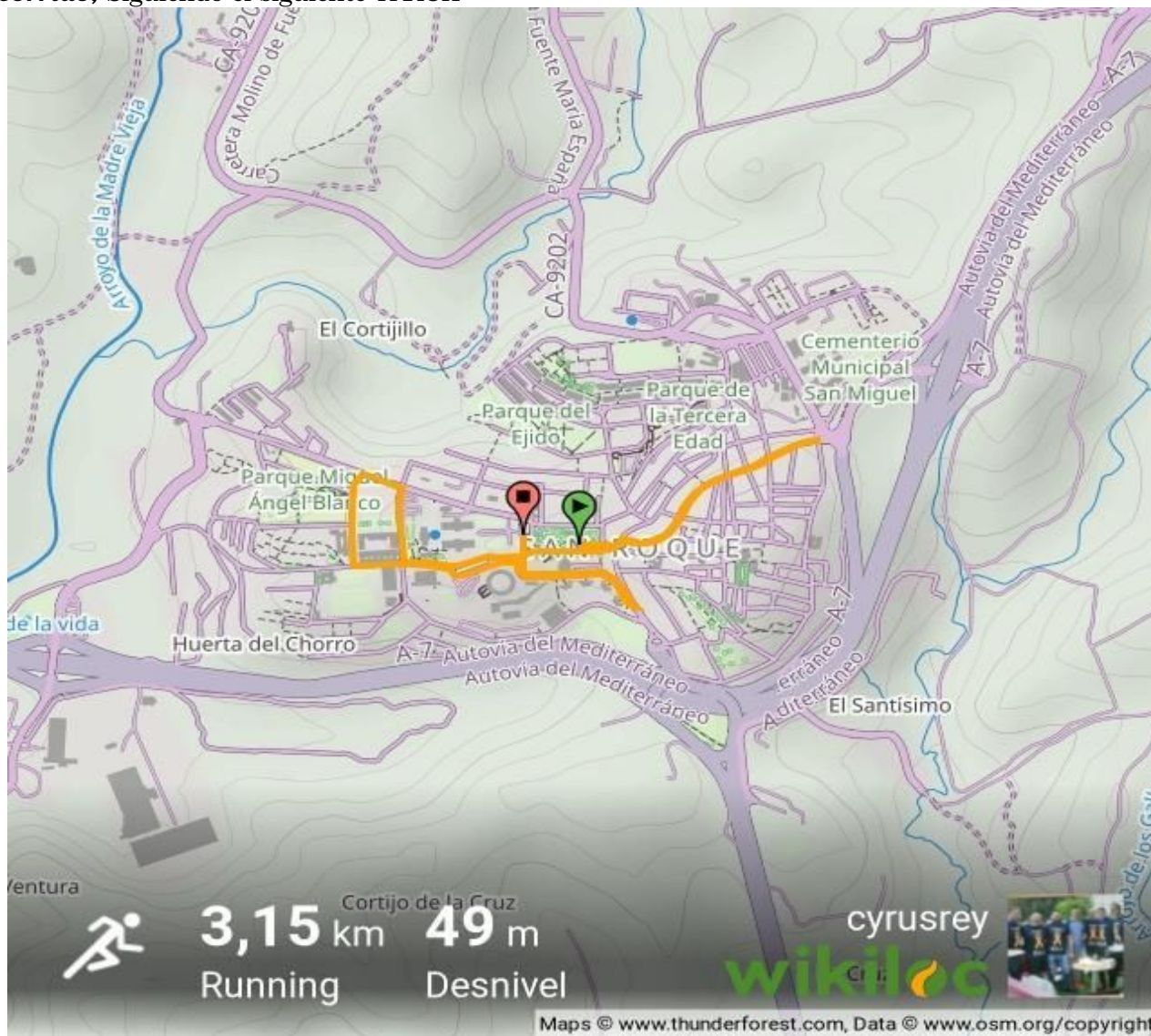


3o/ SEGMENTO de CARRERA A PIE (10 kms);

El último segmento de la prueba, de carrera a pie, estará compuesto por, **TRES vueltas** a un circuito de 3.250 metros, transcurriendo por el siguiente recorrido urbano:

Punto de Salida de Transición 2; Situada en la Alameda Alfonso XI.

Recorrido; Siguiendo el siguiente TRACK



Itinerario: Alameda Alfonso XI – Calle General Lacy – Giro en Cuatro Vientos – Calle General Lacy – Alameda Alfonso XI (Puerta Teatro) – Calle Los Sargentos – Giro Avenida Pavía 19 – Avenida Camino del Almendral – Giro Avenida Tercer Centenario – Giro Calle La Ermita – Plaza de Toros – Calle Velázquez (ida y vuelta) – Giro Alameda Alfonso XI.

CIRCUITO de 3 Vueltas

Punto de Meta; Situada en la Plaza

Avenida de Gibraltar, Frente a la Parada de Autobus y la Farmacia.



TRIATLÓN OLÍMPICO (Domingo 22 de Septiembre)

HORARIOS DE PASO

SEGMENTO NATACIÓN

Horario Previsto de Paso:	Desde las 9:30 h. - 10:20 h.
Salida	9:30 h.
Finalización Cabeza de Carrera:	9:56 h.
Cierre de Control 1er Segmento:	10:20 h. (Todo Atleta que pase por Transición después de esa hora, quedará eliminado de la prueba).

HORARIOS DE PASO

SEGMENTO CICLISMO

Horario Previsto de Paso:	Desde las 9:56 h. - 12:45 h.
Salida	9:56 h.
Finalización Cabeza de Carrera:	11:32 h.
Cierre de Control 2º Segmento:	12:35 h. (Todo Atleta que pase por Transición después de esa hora, quedará eliminado de la prueba).

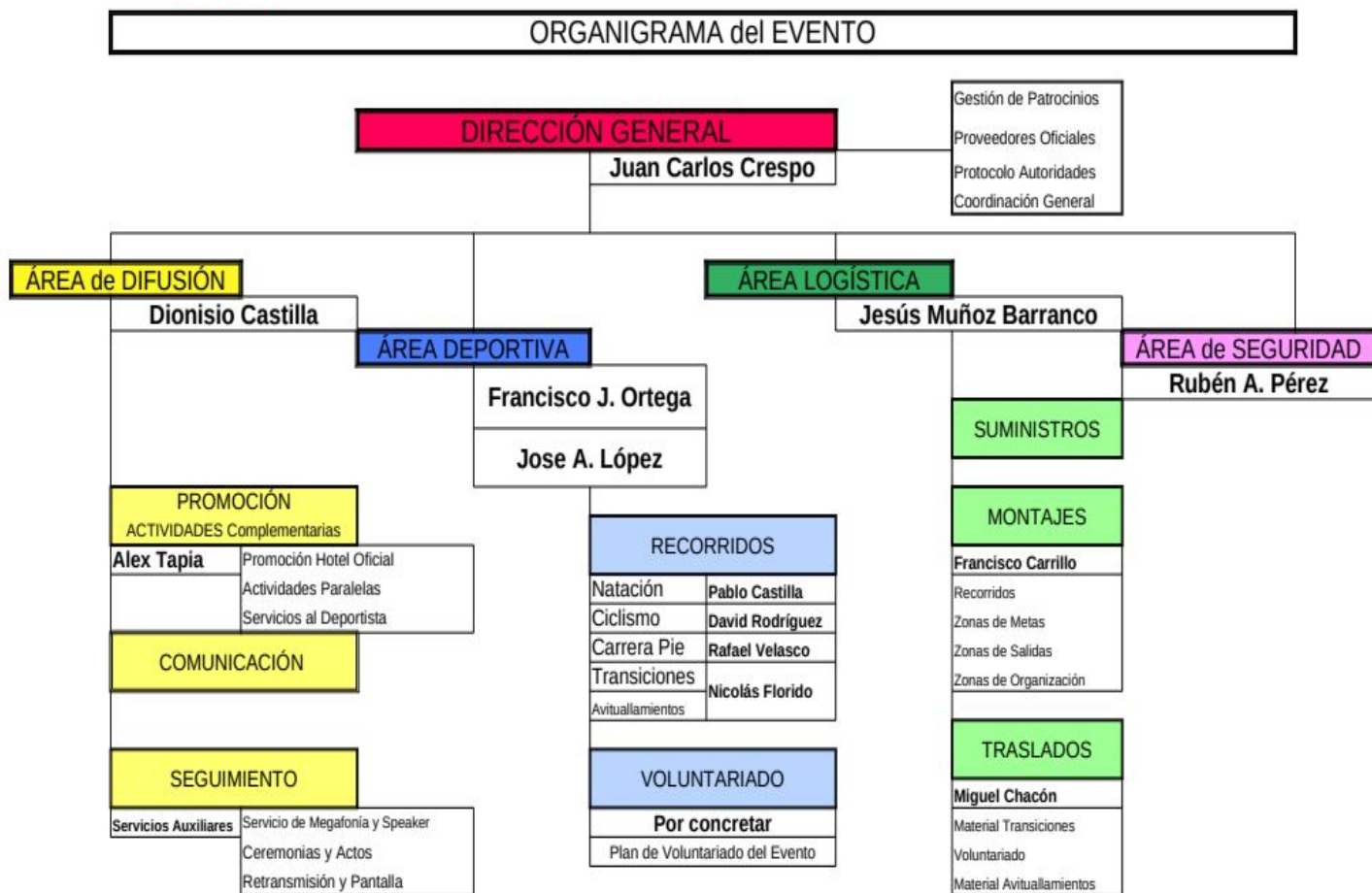
HORARIOS DE PASO

SEGMENTO CARRERA a PIE

Horario Previsto de Paso:	Desde las 11:32 h. - 13:55 h.
Salida	11:32 h.
Finalización Cabeza de Carrera:	12:15 h.
Finalización Cierre de Carrera:	13:45 h.



3. Organigrama



4. Participantes

TRIATLÓN SUPER SPRINT (Sábado 21 de Septiembre)

Previsión Participantes:

180 participantes

Participación Máxima, que permitirá la Organización:

180 Inscripciones

CATEGORÍAS

Categoría	Año Nacimiento
CADETE	2009 A 2010
JUVENIL	2007 A 2008
JUNIOR	2005 A 2006
SUB - 23	2001 A 2004
SENIOR	1985 - 2000
VETERANO – 1	1984 – 1975
VETERANO – 2	1974 - 1965
VETERANO – 3	1964 - 1955
VETERANO – 4	1954 - 1945
VETERANO - 5	1944 y Anteriores

TODAS LAS CATEGORÍAS SERÁN EN LAS MODALIDADES MASCULINA Y FEMENINA SEGÚN INSCRIPCIÓN.



TRIATLÓN OLÍMPICO (Domingo 22 de Septiembre)

Previsión Participantes:

120 participantes

Participación Máxima, que permitirá la Organización:

120 Inscripciones

CATEGORÍAS

Categoría	Año Nacimiento
CADETE	2009 A 2010
JUVENIL	2007 A 2008
JUNIOR	2005 A 2006
SUB - 23	2001 A 2004
SENIOR	1985 - 2000
VETERANO - 1	1984 - 1975
VETERANO - 2	1974 - 1965
VETERANO - 3	1964 - 1955
VETERANO - 4	1954 - 1945
VETERANO - 5	1944 y Anteriores

TODAS LAS CATEGORÍAS SERÁN EN LAS MODALIDADES MASCULINA Y FEMENINA SEGÚN INSCRIPCIÓN.

PRECIOS:

Inscripción Deportista Federado/a

Triatlón Super Sprint - 15 €

Triatlón Olímpico - 35 €

Inscripción Deportista No Federado/a

Triatlón Super Sprint - 22 €

Triatlón Olímpico - 45 €

INSCRIPCIONES:

Se realizarán a través de la página web oficial de la Federación Andaluza de Triatlón:

www.comunidadandaluza.org

PREMIOS:

Triatlón Super-Sprint

Trofeo - 1º, 2º y 3er Clasificado General (Masculino y Femenino)

Medalla Conmemorativa - Tres primeros Clasificados de cada categoría

Triatlón Olímpico

Trofeo - 1º, 2º y 3er Clasificado General (Masculino y Femenino)

Medalla Conmemorativa - Tres primeros Clasificados de cada categoría

(Todos los premios serán acumulables)

MÁS INFORMACIÓN:

www.sanroquedeportes.com



5. Plan de Prevención y Emergencia de la Prueba

El Director General de la Prueba, junto a los Cuerpos de Seguridad y el Servicio de protección Civil de San Roque elaborará el Plan de prevención para la Xª Edición del Triatlón San Roque 2024, que se celebrará los próximos días 21 y 22 de Septiembre de 2024.

En cuanto a los Seguros Obligatorios de las pruebas deportivas, tanto de Responsabilidad Civil, como de Accidentes de deportistas, se utilizarán las Pólizas tramitadas al respecto por la Federación Andaluza de Triatlón.

Este importante evento deportivo será organizado por la Delegación Municipal de Deportes, contando con la importante colaboración de los colectivos implicados, Policía Local de San Roque, además del servicio de Protección Civil de San Roque, que pone a disposición de la entidad organizadora los siguientes medios técnicos y humanos.

LINEA DE SALIDA Y META (Zona de transición)

Se dispondrá de DOS vehículos ambulancias de Clase B, dotada de médico y Técnico Sanitario, así como, con material y equipo humano sanitario para atender a los Triatletas a la llegada a meta. Ayuda que estará en todo el recorrido.

Se montarán DOS Puestos fijos de Atención de Protección Civil emplazados; en Paseo Marítimo de Playa de Torreguadiaro, y Alameda Alfonso XI.

SALIDA DE LAS DIFERENTES MODALIDADES DE LA PRUEBA

Para la salida de la prueba, dos vehículos acompañarán al pelotón durante toda la competición .

Uno de ellos se situará delante del grupo (MOTOS Organización) y otro en la cola de carrera, también se contará con coches de organización . En los vehículos se contará con Policía Local y personal de la organización.

DESARROLLO DE LA COMPETICIÓN

Durante el desarrollo de la carrera, se colocarán estratégicamente varios vehículos por todo el recorrido, distanciados entre ellos por unos kilómetros. Cada vehículo, dispondrá de personas de la organización y controlarán el paso de los ciclistas e informarán inmediatamente de cualquier accidente.

Este servicio de Protección Civil de San Roque estará en todo momento disponible para las posibles incidentes se pudieran producirse dicho evento, y se complementarán con el Documento Oficial, Plan de Seguridad de la Prueba, que la organización redactará y publicará para el conocimiento de los Atletas.

Todo el personal encargado de la Seguridad de la Prueba, estará comunicado entre sí, con los siguientes Sistemas de Comunicación;

Personal de Seguridad Vial; Policía Local y Protección Civil → Sist. Radiofrecuencia Cerrada
Resto de Personal de Organización → Telefonía Móvil.

DOCUMENTO FIRMADO ELECTRÓNICAMENTE AL MARGEN

