



REGLAMENTO

TETRATLÓN DE LA MANZANA - Edición 2010

ORGANIZA: Dirección de Deportes de la Municipalidad de General Roca

ACREDITACION: Viernes 19 de Febrero del 2010, 20:00 hs.

LUGAR: Polideportivo Gimena López (calle Maipú y A. Palacios)

LARGADA: Domingo 21 de febrero de 2010. 09:30 horas

LUGAR DE LARGADA: Piletón Balneario Municipal

DISCIPLINAS: **NATACIÓN:** 1.100 mts.aprox.

CICLISMO DE MONTAÑA: 25 km

KAYAK: 8.000 mts. aprox. en el Río Negro.

PEDESTRISMO: 9.400 mts. aprox. hacia la ciudad.

DE LA INSCRIPCION

ART. N° 1:

El costo de la inscripción es de:

Desde el 26/01/2010 hasta el 05/02/10 \$40,00 (pesos cuarenta) por persona, todas las categorías.

Desde 06/02/2010 y hasta el 12/02/2010 \$50,00 (pesos cincuenta) por persona, todas las categorías.

Desde 13/02/2010 y hasta el 17/02/2010 \$70,00 (pesos setenta) por persona, todas las categorías.

18/02/2010 y 19/02/2010 \$100,00 (pesos Cien) por persona, todas las categorías.

ART. N° 2:

El cierre de inscripción se realizara el día 19 de febrero de 2010, en la Dirección de Deportes de la Municipalidad de General Roca, calle Tres Arroyos 1570 a las 11:00 hs. (en el caso de atletas no residentes en la Ciudad, deberán hacerlo, en los plazos mencionados, por vía telefónica (02941-421235) o Fax (02941 431416) o vía e-mail a deportesyrecreacion@generalroca.gov.ar, adjuntando la ficha de inscripción presente en el sitio web: <http://www.generalroca.gov.ar/>



DE LA COMPETENCIA

ART. N° 3:

La Competencia tendrá **Dos (2)** clasificaciones diferentes, una de la Prueba Central (circuito largo), destinada a las categorías Juveniles, Seniors “A”, Seniors “B”, Veteranos “A”, Damas “A”, En Pareja Mixto, En Pareja Damas y En Pareja Masculino y otra (circuito más corto) para las categorías Damas “B”, Veteranos “B”, Veteranos “C” y Veteranos “D”.

Los límites de las categorías, serán los años cumplidos a la fecha de la competencia (21 de febrero de 2010).

CATEGORIAS:

| | |
|-----------------------|-------------------------------------|
| DAMAS “A”. | De 16 Años hasta 35 años. |
| DAMAS “B” | De 36 años en adelante. |
| JUVENILES. | De 16 años hasta 19 años cumplidos. |
| SENIORS “A”. | De 20 años hasta 29 años cumplidos. |
| SENIORS “B” | De 30 años hasta 39 años cumplidos. |
| VETERANOS “A”. | De 40 años hasta 49 años cumplidos. |
| VETERANOS “B” | De 50 años hasta 59 años cumplidos. |
| VETERANOS “C” | De 60 años hasta 65 años cumplidos. |
| VETERANOS “D” | De 66 años en adelante. |
| EN PAREJA MIXTO. | De 16 años en adelante |
| EN PAREJA DAMAS. | De 16 años en adelante |
| EN PAREJA CABALLEROS. | De 16 años en adelante |

ART. N° 4:

En la categoría **En Parejas**, deberán realizar dos disciplinas cada uno de los integrantes, quedando a criterio del equipo en que orden hacen cada una de ellas y debiendo pasar al compañero como **único testimonio válido**, el “brazalete” aportado por la organización, si así no lo hiciere, quedará inmediatamente descalificada la pareja.

Las edades de los integrantes de las categorías En parejas, es libre. Tomando como edad mínima a la fecha de la competencia, los 16 años para cada uno.

ART. N° 5:

No se permitirán acompañantes de ningún tipo, así como tampoco, el abastecimiento o auxilio en el circuito, salvo en los lugares previstos por la organización:

Zona del almacén y la Pulpería.



ART. N° 6:

Los competidores deberán dejar sus pertenencias ordenadas en sus box, para evitar pérdidas. Quien así no lo haga podrá ser sancionado por la organización, quien no se hará cargo por pérdidas.

ART. N° 7:

La **competencia** estará a cargo de: El Director de la Prueba, el Comisario Deportivo y los Fiscales designados, quienes decidirán sobre reclamos, penalidades, etc.

DE LOS PARQUES CERRADOS

ART. N° 8:

Los Parques Cerrados estarán claramente delimitados, por lo que es obligatorio para los corredores en competencia, **ingresar y salir del mismo a pie** (no sobre la bicicleta). No está permitido acortar el recorrido por la “transición” (cruzar por debajo de los soportes, saltar sobre las zonas reservadas a cada participante, etc).

DE LAS DISCIPLINAS

ART. N° 9:

NATACIÓN: En el tramo de la natación, está permitido el uso de trajes de neoprene. En el caso de la categoría “**En parejas**”, el competidor responsable de esta disciplina deberá portar el “Brazalete” de testimonio, para continuar con él o entregárselo al otro integrante de la pareja (según se hayan organizado), en el tramo siguiente de ciclismo de montaña, en el caso de que deba entregar el testimonio, **el que recibe espera junto a su box.**

Las ayudas artificiales, tales como el uso de manoplas, aletas, etc. no están permitidas. Las manos y pies deben ir descubiertos. La sanción por la infracción a esta regla es la descalificación. Las gafas de natación están permitidas.

El participante puede nadar en el estilo que desee, puede pararse donde haga pie, pero no progresar caminando o corriendo. La sanción por infringir esta norma es la descalificación.

ART. N° 10:

CICLISMO DE MONTAÑA: será obligatorio el uso de casco rígido. El número en la bicicleta deberá colocarse en la parte delantera (sujeta al manillar).

Esta prohibido el cambio de bicicleta. Sí se permite el cambio de ruedas en la zona de auxilio y abastecimiento (lugar establecido por la organización). Sí se permite en todo momento el cambio de cámara o cualquier otro arreglo técnico-mecánico; en todos estos casos la tarea debe ser realizada por el propio competidor, sin la asistencia de nadie.



ART. N° 11:

KAYAK: deberá tener una eslora máxima de 4.50 mts., provisto el mismo de elemento de flotación. El uso de **polleras o cubrecopi, será optativo**. Esta **permitido el uso de timón**, será **obligatorio el uso de salvavidas**. Los números provistos por la organización para el kayak, deberán ser colocados en la popa y a la derecha, para una fácil lectura. El kayak solo deberá exhibir el número otorgado por la organización para la presente competencia, cualquier otro número en el mismo será motivo de penalización.

ART. N° 12:

PEDESTRISMO: En esta disciplina como en todas las demás el corredor debiera usar por encima de todo, la camiseta aportada por la organización con el número de corredor exhibido en el frente.

DE LA PREMIACION

ART. N° 13:

EN EL PODIO: Todo competidor que se haya adjudicado el derecho de recibir alguno premio, deberá hacerlo personalmente y vistiendo la camiseta de competencia, de lo contrario perdera todo derecho.

ART. N° 14:

PREMIOS:

| | | |
|------------------|--------------------|---------------------|
| EN COPAS: | GENERAL: | Del 1° al 5° lugar. |
| | CATEGORÍAS: | Del 1° al 3° lugar. |
| | EN PAREJA: | Del 1° al 2° lugar. |

EN EFECTIVO: Solo para la **General Individual** de la prueba Central.

General Masculina

| | |
|----------|-------------|
| Primero: | \$ 1.200,00 |
| Segundo: | \$ 600,00 |
| Tercero: | \$ 300,00 |
| Cuarto: | \$ 200,00 |
| Quinto: | \$ 150,00 |

General Femenina

| | |
|----------|-----------|
| Primero: | \$ 600,00 |
| Segundo: | \$ 300,00 |
| Tercero: | \$ 200,00 |



RECORRIDO DE LA CARRERA

Se larga con la Natación desde el extremo este, donde se encuentran las compuertas del **Piletón del Balneario Municipal**, se realizarán dos vueltas, teniendo que salir por la rampa del piletón al completar la primer vuelta, para volver a ingresar al piletón y completar la segunda vuelta, para luego dirigirse trotando hasta el **Parque Cerrado Único**. Desde aquí comienza el recorrido de bicicleta, saliendo por la calle interna del Balneario, pegado al alambrado, junto al puente que está pegado al ingreso del Club de Golf, continúan bordeando el río hacia el oeste, para dirigirse por la calle del Club del Diario Río Negro hasta la calle Viterbori (por la pasarela), por Viterboi al fondo por la calle del Zoológico y hasta calle Séptimo Romagnoli, girando a la izquierda por calle Lago Tromen hasta calle Hernan Bravo a la derecha, hasta calle Cabo de Hornos y por esta hasta la calle lateral a la Ruta 6, para subir a la misma en el sector del puente por el sendero más próximo al mismo (se establecerá un carril exclusivo de 2 mts.aprox. para las bicicletas en competencia). Luego de cruzar el puente se baja a la izquierda para pasar por debajo del mismo, saliendo a la calle del barrio que se continua con la de La Pulperia, para girar por la calle de los corrales hacia el oeste, cortar por el sendero, hasta retomar la calle nuevamente. Al pasar el mangrullo se continua por el sendero hacia el norte, bajando a la desembocadura del cañadón y por este se retoma hacia el sur, girando hacia el oeste por la picada que nos lleva hacia El Valle de la Luna. Luego de rodear por la calle el Valle de la Luna, se continúa por la calle paralela a la Ruta 6, ya de regreso y en dirección al este, cuando se termina la calle continuar en la misma dirección por el sendero, hasta la calle que corta en dirección al río y que desemboca en la Tranquera, por aquí se continua y al llegar a la tranquera mencionada, se gira a la derecha con dirección este (pegado al alambrado), hasta el cañadon y uniendo ya con la calle de los corrales, haciendo el camino a la inversa a partir de aquí para el regreso al **Parque Cerrado Único**. Las Damas “A”, Damas “B”, Veteranos “B” y Veteranos “C”, no realizan el tramo del circuito que rodea El Valle de la Luna, ellos cortan en la calle del Ceferino, para retomar el circuito en la calle paralela a la Ruta 6 .

Desde el **Parque Cerrado Único** comienza el tramo de los Kayaks, saliendo al brazo del río, corriente abajo (hasta el Chalet de Ricchieri), para luego remontar el río (frente a la laguna de los Patos). Desde ese lugar se remonta el río por el brazo que forma la Isla 32, hasta la **islita** que esta apenas **arriba del Parque Bíblico**, rodeando la isleta **por el brazo norte** (quedando la isla a la izquierda del palista), para retornar al **Parque Cerrado Único** por el mismo lugar.

Las Categorías Damas “B”, Veteranos “B”, “C” y “D”, darán la vuelta, también en el mismo sentido, pero a una **Boya** colocada en el remanso que se forma frente al **Parque Bíblico**.

Hasta la altura del Club del Diario Río Negro la remontada al río es libre (las escolleras complican la remontada por la margen norte). **A partir de aquí, sí ó sí deben hacerlo por la margen norte .**

En el Parque Cerrado Único, comienza el último tramo, el del pedestrisimo. Salen por la calle del Club de la Española, de SOYEM, hasta la Escuela N° 155. Y por calle Viterbori, Av Roca, **Llegar al Monumento de la Manzana.**

