

- **RECOGIDA DE DORSALES:** Los dorsales se entregarán en el Colegio Gredos San Diego en el stand de TRIMAD durante el viernes 13 de mayo de 15:00h a 21:00h, el sábado 14 de mayo de 07:30h a 10:30h y el domingo 14 de 07:30 a 09:00
- **ENTRADA A BOXES Y CONTROL DE BICIS/MATERIAL:** Domingo 15 de mayo de 08:00h a 09:00h
- **FERIA DEL TRIATLETA:** Tendrá lugar en el Colegio Gredos durante: el viernes 13 de mayo de 15:00h a 21:00h, el sábado 13 de 9:00h a 10:30h.
- **SORTEOS ECOTRIMAD:** Habrá sorteos de material deportivo a través de Facebook.
- **T1:** Los boxes de la T1 se abren el domingo 15 de mayo 08:00 a 09:00 h. Son de tipo convencional. Se habilitará 1 puerta de entrada. Están situados en la calle anexa al pantano. En tu sitio del box encontrarás una cesta para dejar tus pertenencias básicas para la carrera no pudiendo dejar ninguna mochila. Al finalizar la natación, la entrada a boxes se realizará por el extremo de la parte más próxima a la salida de natación y a continuación se saldrá con la bici justo en el extremo contrario.

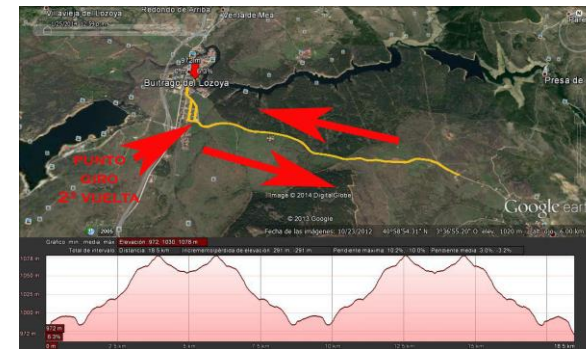
- **TRANSICION 1:** La transición es de tipo convencional. Cuando llegues a tu box finalizada la natación, deposita todo tu material (neopreno, gorro y gafas) dentro de la cesta. Recuerda que no debes dejar nada fuera de la cesta.



HORARIOS DE SALIDA APROX.

Salida/hora	categoria
1 09:30h	Sprint masc
2 09:32h	Sprint fem
3 09:40h	olimpico

- **SEGMENTO CICLISTA:** El segmento ciclista sprint consta de 19 km. El circuito consta de 2 vueltas. Es obligatorio el uso de dorsal. Está permitido el drafting (ir a rueda). En el olímpico son 4 vueltas con drafting. El circuito está cortado al tráfico y NO podemos encontrar algún vehículo en nuestro carril. Se circula por el carril de la derecha.



- **SEGMENTO DE NATACION:** La natación sprint de 750m Recuerda que la nueva normativa prohíbe llevar puesto el dorsal durante la natación. Por eso, deberás dejar el dorsal en boxes en lugar visible para que pueda ser revisado por los jueces. El neopreno será obligatorio. La natación se desarrollará sobre un circuito de 750m al que se le dará 1 vuelta, siendo el sentido de nado el contrario a las agujas del reloj y el olímpico de 2 vueltas. La primera boya estará situada a 300m aprox de la salida. Si por cualquier motivo la disposición de las boyas tuviera que modificarse, esta circunstancia sería advertida a los triatletas con la máxima antelación posible.

- **T2:** Los boxes de la T2 son los mismos que en la T1. Se llega por el lado de los boxes por el que se ha salido con la bici, entrando montado en la piscina y echando pie a tierra ya dentro de ella. No obstante, encontrarás las indicaciones oportunas.
- **SEGMENTO DE CARRERA A PIE:** Sprint: En los 5 km. de carrera a pie los triatletas se irán cruzando en esta parte. Antes del tramo de la presa giraremos para hacer el tramo de vuelta y bajar hacia el Castillo y tendremos 2,5 km. finales prácticamente en bajada por un camino hasta Buitrago, entrando en la plaza del castillo para cruzar la línea de meta. Cada punto kilométrico del recorrido estará perfectamente marcado. En el olímpico tras un tramo de 2,5 kms se entraría en un anillo al que hay que dar 2 vueltas antes de bajar los últimos 2,5 kms.



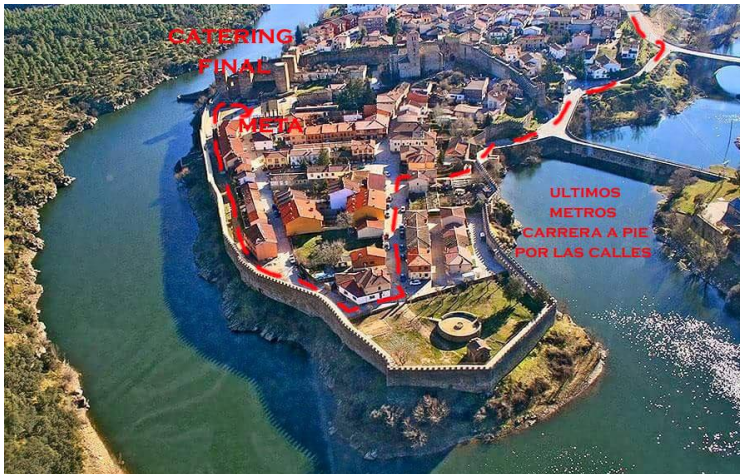
Todas las entregas serán fuera del Castillo.

➤ **CONSEJOS IMPORTANTES:**

- Traer gorro de neopreno o silicona para ponerse debajo del que da la organización que este año es de LATEX.
- En el triatlón olímpico no se dará avituallamiento en ciclismo pero si en carrera a pie.
- Os aconsejamos circular lo más cerca de la derecha posible, sobre todo a los que empiecen a ser doblados en la bici por el resto de competidores.

En todo el recorrido ECOTRIMAD encontraras personal de la Organización (camiseta llamativa).

**META:**



**AVITUALLAMIENTO EN META:**

- Catering variado servido por Orale Compadre: frutas, bocadillos, quesadillas, refrescos, cervezas

Se habilitará una zona de “guardarropa” para todo el que necesite este servicio en zona de boxes.

➤ **TIEMPOS DE CORTE:** NO hay tiempos de corte.

➤

➤ **ENTREGA DE TROFEOS/PREMIOS:**

Tras la entrada en meta de la 3ª chica se entregarán los trofeos individuales y de equipos.  
El resto de categorías se entregarán al terminar el último participante.