



# UNLIMITED PRODUCTIONS



## **INFORMACIÓN COPA DE TRIATLON CR**

### **1era Fecha – Jacó 2010**

**FECHA: 28 DE MARZO DEL 2010**

**DISTANCIAS = Sport 750M - 20KM - 5KM / Olímpica 1500M  
- 40KM - 10KM**

#### **Donde y Como:**

La competencia es en el cantón de Garabito, comenzará el 28 de marzo con un triatlón. El evento principal comenzará la natación en playa Jacó, para luego realizar vueltas de 4,5km sobre el boulevard de Jacó y sobre la segunda entrada, pasando luego al atletismo donde se realiza circuitos en el boulevard de Jacó. Las distancias son la sport (750m, 20km y 5km) y la distancia olímpica (1500m, 40km, 10km). La distancia kid´s inicia a las 6 de las mañana. El hotel sede será el Condo hotel Ramada Jacó Bay.

Los puestos de asistencia (PA) se ubicarán a la salida de la natación y sobre la ruta de atletismo cada 0,8km.

#### **Cobertura de Medios:**

Se sacarán las notas respectivas en los diferentes medios de prensa.

#### **Asistencia en Puestos de Control**

Se proveerá asistencia en los puestos de control en la ruta como, agua, hidratante, frutas. Únicamente en estos puestos se permitirá la asistencia.



# UNLIMITED PRODUCTIONS



## Inscripción

Desde el 10 de marzo

- \$20 para menores de edad afiliados.
- \$30 para menores de edad no afiliados.
- \$35 Afiliados a la Feutri para sport y el olímpico individual.
- \$45 No afiliados a la Feutri para sport y el olímpico individual.
- \$65 para relevos sport y olímpico.

La inscripción ordinaria se cerrará el día miércoles 24 de marzo del 2010, después de esta fecha se realizarán inscripciones vía internet hasta el jueves 25 de marzo con **recargo del 30%** en las inscripciones.

La inscripción incluye: Evento de premiación, camisa, medalla, asistencia en ta con frutas + hidratante + agua, asistencia Médica, seguro INS, seguridad en ruta y transiciones, chip electrónico para el control de tiempos\*(servicio por: Mas deporte).

## HORARIO DEL EVENTO

<b><i>Triatlón de Jacó 2010</i></b>		
<b>Actividades</b>	<b>Sábado 27/3/2010</b>	<b>LUGAR</b>
2:00 pm	Entrega de paquetes	Hotel Jacó Bay Ramada
2-8:00 pm	Congresillo Técnico cada hora	Hotel Jacó Bay Ramada
8:00 pm	Reunión general de la Organización y Jueces	Hotel Jacó Bay Ramada



# UNLIMITED PRODUCTIONS



## Evento: Triatlón de Jacó 2010

Actividades	Domingo 28/3/2010	LUGAR
5:00 am	Apertura de Área de Transición**	Área verde del hotel Sede
5:40 am	Llamado de distancias kid's	Playa Jacó
5:50 am	Inicio de Competición Kid's	Playa Jacó
5:50 am	Cierre de Zona de Transición	Área verde del hotel Sede
7:00 am	Inicio de la Élite	Playa Jacó
7:05 am	Inicio de competencia de distancia Olímpica	Playa frente hotel Sede
8:00 am	Inicio de competencia de distancia Sport	Playa Jacó
8:40 am	Revisión de Desarrollo de bicicletas, categorías kid's	Área verde del hotel Sede
10:30 am	Revisión de Desarrollo de bicicletas, categorías 14-17	Área verde del hotel Sede
11:00 pm	Retiro de bicicletas*. Con número.	Área verde del hotel Sede
12:00 pm	Publicación de Resultados de competencia / Cierre de Área de Transición.	Área verde del hotel Sede
1:30 pm	Actividad de Cierre	Área verde del hotel Sede
1:45 pm	Premiación	Área verde del hotel Sede

\*\*Recibimiento y Apertura de Área de Transición:

1. Registro
2. Marcaje.
3. Revisión voluntaria de desarrollo (desarrollo por multiplicación reglamentario).

Se hará un chequeo obligatorio general, del desarrollo, al final de la competencia de cada categoría, según el horario establecido.



# UNLIMITED PRODUCTIONS



## **TABLA DE DESARROLLO REGLAMENTARIO POR CATEGORÍAS**

CATEGORIA	DESARROLLO
9- 11	5,30 m
12 - 13	6,70 m
14 – 15	7,00 m
16 –17	7, 50 m
18 – más	Libre

### **DISTANCIAS Y VUELTAS DE LA CATEGORIAS 9-11 Y 12 Y 13 años.**

<b>Evento: 28 de marzo Triatlón Jacó 10</b>			
Categoría	Natación	Ciclismo	Atletismo
✓ 9-11 años	200m/1 vuelta	5km/1 circuito	1km/1circuito
✓ 12 y 13 años	400m/2 vuelta	10km/2 circuitos	2km/2 circuitos



# UNLIMITED PRODUCTIONS



## **DISTANCIAS Y VUELTAS DE DISTANCIAS SPORT Y OLIMPICA**

<b>Evento: 28 de marzo Triatlón Jacó 10</b>			
<b>Distancia</b>	<b>Natación</b>	<b>Ciclismo</b>	<b>Atletismo</b>
✓ Sport	750m/1 vuelta	20km/4 circuitos	5km/2 circuitos
✓ Olímpica	1500m/2 Vueltas	40km/9 circuitos	10km/4 circuitos

### **Asistencia en Puesto de Control**

Se proveerá asistencia en los puestos de control en la tales como: agua, hidratante, frutas. Únicamente en estos puestos se permitirá la asistencia aparte. Son dos puestos para atletismo y un puesto mecánico de ciclismo donde también va haber asistencia de agua.

### **Categorías**

- 9 y 11 años (200 mts – 5 kms – 1 km)
- 12 y 13 años (400 mts – 10 kms - 2km)
- 14 y 15 años (Sport)
- 16-17 años (Sport)
- Élite (olímpica)
- 18-23 años (Distancia Abierta)
- 24-29 años (Distancia Abierta)
- 30-34 años (Distancia Abierta)
- 35-39 años (Distancia Abierta)
- 40-44 años (Distancia Abierta)
- 45-49 años (Distancia Abierta)
- 50-55 años (Distancia Abierta)
- 55-59 años (Distancia Abierta)
- 60 y más (Distancia Abierta)



# UNLIMITED PRODUCTIONS



## **Equipos**

1. Abierto
2. Corporativos

## **Premiación: Hotel Ramada Jacó Bay**

- Productos de los patrocinadores.
- Camisas y Medallas para todos.

## **Comisión Médica**

- En coordinación con la Cruz Roja de Costa Rica.
- Los corredores estarán asegurados con el INS.

## **Plan operativo**

A lo largo de toda la ruta se encontrarán las personas de Staff que estarán colaborando con la fluidez del evento así como marcaciones en la calle para evitar confusiones, además en ruta estarán los jueces del evento que velarán por la seguridad y el justo desarrollo de la competición.

Para la sección de natación en coordinación con los salvavidas municipales brindarán respaldo dentro y fuera del agua, junto con un bote de soporte a la ruta para dar la seguridad necesaria además de otros.

La marcación consta de dos elementos diferenciadores: Staff como puntos direccionales y spray anaranjado, que se encontrará en todos los cruces del



# UNLIMITED PRODUCTIONS



evento y en los puntos críticos para que no se pierdan o roben alguna vuelta. Mediante el soporte de la Cruz Roja y de los carros de la organización se dará soporte durante el evento en los puestos de control, los cuales estarán en comunicación durante todo el evento.

## **Enfoque de Sostenibilidad**

Con el apoyo de la Municipalidad de Garabito para incluirla en el evento, con dos objetivos el primero la realización de un programa de recolección de basura y el de promover el deporte como medio de salud dentro de estas comunidades.

Muchas de estas actividades requieren de apoyo por parte de empresas y de los competidores para su realización, buscamos que los eventos sean SOSTENIBLES que dejen beneficios sociales-ambientales-económicos para las comunidades con las que se interactúa.

## **Programa de recolección de basura**

Para el día del evento se recogerá toda la basura en ruta. En los puestos de control ser encargarán de recoger la basura que quede en estos puestos. A la vez el día domingo la municipalidad de Garabito coordinará su traslado a un centro de acopio.

## **Avalado por:**

Instituto Costarricense del Deporte y la Recreación (ICODER).

Federación Unida de Triatlón. Bajo las normas establecidas por la Feutri.

Comité Cantonal de Deporte y Recreación de Garabito.

Municipalidad de Garabito.

## **ORGANIZA:**

**[www.UnlimitedProductionsCR.com](http://www.UnlimitedProductionsCR.com)**