



3º TRIATLÓN DE MONTAÑA (COFRENTES)

FECHA: 29 DE MARZO

HORA INICIO: 9:00

LUGAR: COFRENTES

SALIDA Y LLEGADA: DESDE AYUNTAMIENTO DE COFRENTES

PARKING: PABELLÓN POLIDEPORTIVO Y CENTRO BTT

PRECIO A: Hasta el 15 Marzo 35 € por persona.(individual-parejas- equipos de 4).

PRECIO B: A partir del 16 de Marzo 40 € por persona.(individual-parejas- equipos de 4)

INSCRIPCIÓN: www.avensport.com/ 96.123.50.76

CATEGORÍAS

Categoría INDIVIDUAL MASCULINA

Categoría INDIVIDUAL FEMENINA

Categoría PAREJAS MASCULINA

Categoría PAREJAS FEMENINA/MIXTA

Categoría EQUIPOS DE 4 MASCULINA

Categoría EQUIPOS DE 4 FEMENINA/MIXTA



PREMIOS

1º TROFEO + BONO DE FIN DE SEMANA EN ALOJAMIENTO RURAL Y UNA ACTIVIDAD DE AVENTURA A ELEGIR.

2º TROFEO + BONO DE ACTIVIDAD DE AVENTURA A ELEGIR.

3ª TROFEO + REGALO

(PARA CADA CATEGORIA ANTERIORMENTE DESCRITA)

PREMIOS PARA PRIMEROS CLASIFICADOS LOCALES

PREMIO JAMÓN AL CLUB MAS NUMEROSO

REGALOS: Regalo conmemorativa del evento para todos los participantes TOALLA DE MICROFIBRA. Descuentos en actividades de aventura. **SORTEO 2 INSCRIPCIONES GRATUITAS TRIATLÓN DE MONTAÑA VENTA DEL MORO 25 OCTUBRE.**

OTROS SERVICIOS:

Ducha, limpieza bicicleta, zona de recuperación con masajistas.(Gratis).

Alquiler de bicicleta (15 €). Contactar con 961235076. avensport@avensport.com

DISTANCIAS

TRAMO 1 BTT 26 KM. <http://es.wikiloc.com/wikiloc/view.do?id=4024549>

CARRERA A PIE 4 KM APROX <http://es.wikiloc.com/wikiloc/view.do?id=4024495>

KAYAK O RAFTING 4 KM <http://es.wikiloc.com/wikiloc/view.do?id=4024565>

TRAMO 2 BTT 10 KM <http://es.wikiloc.com/wikiloc/view.do?id=4024626>



REGLAMENTO

1. Uso obligatorio de casco. Así como participar con una bicicleta que ofrezca máximas garantías, y se encuentre en condiciones óptimas para la prueba.
2. El precio de la inscripción es de 35 € por persona hasta el 15 de Marzo. A partir del 16 de Marzo 40 € por persona.
3. Podrán participar todos/as aquellos/as , que realicen su inscripción en la forma establecida en el presente reglamento y que pertenezcan a alguna de las categorías igualmente establecidas
4. Cada participante realizará el recorrido de acuerdo a su preparación física, teniendo en cuenta que el evento no es competitivo y que tiene como objetivos la superación de un reto personal, el establecimiento de contacto con otros compañeros de afición y el disfrute de los mejores rincones de Cofrentes.
4. El itinerario estará debidamente señalado y todos los participantes pasarán por diversos controles.
5. Todos los corredores deberán llevar obligatoriamente el **dorsal** que la organización les asigne, **solo se pondrá en la bicicleta.**
6. Al finalizar la prueba los deportistas deberán entregar el chip para recibir la bolsa de regalo.
7. Todos los participantes tendrán derecho a 4 avituallamientos y **sorteo de 2 inscripciones para el triatlón de Venta del Moro.**
8. La edad mínima para realizar la prueba será de 16 años, cumplidos inclusive el día de la prueba, siempre con autorización paterna .
9. No es obligatorio la posesión de licencia federativa, la prueba está cubierta con un seguro de responsabilidad civil, y seguro de accidentes.
10. La organización dispondrá de un sistema de seguimiento y seguridad: varios vehículos de soporte y protección de los participantes, coche escoba y servicio médico.
11. En la mayoría de los tramos el recorrido no estará cerrado al tráfico, por tanto se aplicarán las normas de circulación vial, siendo los participantes únicos responsables de las infracciones que cometan.
12. Queda prohibida la circulación de vehículos no autorizados por la organización acompañando la marcha.



13. El día de la prueba no se permitirán inscripciones.
14. Las plazas de las inscripciones son limitadas
15. La organización se reserva el derecho a modificar el itinerario, controles, avituallamiento e incluso el presente reglamento por causa justificada o de fuerza mayor si fuera necesario o aconsejable.
16. Deberán acatarse todas las órdenes del personal de la organización, pudiendo llegar a ser descalificados en caso de no cumplir la reglamentación, una vez estudiadas las apelaciones pertinentes si las hubiera.
17. Podrán llegar a ser descalificados aquellos corredores que no pasen por los controles establecidos, una vez comprobados los tiempos parciales realizados y tras estudiar las apelaciones pertinentes, si las hubiera.
18. El tiempo lo marca el último de la pareja o del equipo en entrar a meta.
19. Las parejas y equipos no se pueden separar más de 500 m. teniendo siempre contacto visual entre ellos, de no ser así pueden ser descalificados.
20. Se permite Drafting (ir a rueda), con cualquier participante, sea tu pareja o no.
21. Es válida cualquier ayuda, a tu compañero (empujar, arrastrar, arrastrar con gomas).
22. El hecho de inscribirse en esta marcha implica la total aceptación de estas normas
23. Prueba NO federada.

CAMBIOS Y DEVOLUCIONES

24. La organización no devolverá importe alguno si el participante una vez realizada la inscripción desea anularla después del 15 de Marzo de 2015.
25. Si decide anularla antes de esa fecha límite, deberá enviar un correo electrónico a ricardogadea@avensport.com solicitando la anulación de la inscripción, explicando el motivo e indicando nº de cuenta donde efectuar la misma, se devolverá el 50% del importe de inscripción, quedando el 50% restante para la organización en concepto de gastos de gestión.
26. En casos excepcionales, se podrá cambiar el nombre de la inscripción enviando un correo a , ricardogadea@avensport.com hasta el 15 de Marzo de 2015.



TIMING DE LA PRUEBA

VIERNES 17:00 a 19:00 REPARTO DE DORSALES EN CULT BIKES

(VALENCIA)AVD.GENERAL AVILES, Nº 64

SÁBADO FERIA DEL CORREDOR

12:00 VISITA GUIADA AL CASTILLO DE COFRENTES. (PLAZA AYUNTAMIENTO)

16:00 A 18:00 PRUEBA DE MATERIAL CULT BIKES. (PLAZA AYUNTAMIENTO)

16:00 A 18:00 CARPA EXPOSICIÓN NATURAL BIKES. (PLAZA AYUNTAMIENTO)

18:00 CHARLA TÉCNICA MEDIALAST. PATROCINADO POR NATURAL BIKES. (PLAZA AYUNTAMIENTO)

17:00 CARRERA A PIE PARA NIÑOS NO COMPETITIVA. (PLAZA AYUNTAMIENTO)

18:00 A 20:00 REPARTO DE DORSALES. (PLAZA AYUNTAMIENTO)

19:00 CHARLA DE NUTRICIÓN (BALNEARIO DE COFRENTES)

DOMINGO 7:30 a 8:45 REPARTO DE DORSALES. Para poder recoger el dorsal

tenéis que tener:

- Ropa para boxes 1. Se pondrá todo en una bolsa con vuestro dorsal que la organización trasladara a los puntos determinados.
- Importante fijaros el nº de dorsal de vuestra bolsa, para evitar errores
- Recomendamos hacer la parte de carrera de montaña y la acuática con la misma ropa para realizar más dinámicas las transiciones.

8:45 BREAFIG , Explicamos cómo va funcionar el evento, recorrido y señalización, recogida de ropa y material para cada prueba, explicación de uso de material y normas de seguridad de la prueba de kayak.

9:00 SALIDA para categoría individual y parejas, desde el Ayuntamiento de Cofrentes, recorrido por el pueblo neutralizado, comienza la prueba al pisar la pista forestal.

9:15 SALIDA Para categoría de equipos de 4.



TRAMO 1 BTT 26 KM.

Ruta con un desnivel de 807 m + con subidas de pista exigentes y una bajada técnica a través de una senda de 1 km. Siempre señalizada con cinta delimitadora cal en el suelo y carteles de triatlón, esta primera parte finalizará en Cofrentes a orilla del Cabriel.

1ER BOXES

Encontraremos un avituallamiento (bebida, barrita cereales y fruta), un caballete para dejar las bicis, y una bolsa con nuestro nº de dorsal y nuestro material de carrera a pie (zapatillas, pantalón, gafas, gorra etc..) y comienza la siguiente prueba.

CARRERA A PIE 4 KM APROX

Carrera a pie se realizara por una pista forestal pegada al Rio Cabriel, con una senda final en subida y un tramo de carretera, que nos llevara hasta Basta, donde encontraremos el 2º boxes.

2ºBOXES

Habrán encargados de logística que repartirá , chaleco, remo , los kayaks, o rafting.

- **Recomendamos hacer la parte de carrera de montaña y la acuática con la misma ropa para realizar más dinámicas las transiciones.**

KAYAK O RAFTING 4 KM

Recorrido de nivel fácil por el Rio Cabriel, se realizará con kayaks auto vaciables o Rafting, muy sencillos de manejar, y sin ningún problema si se vuelca. La prueba finaliza en el 1º boxes, donde nos espera de nuevo el avituallamiento, y nuestro material para la última prueba BTT 10 km.

TRAMO 2 BTT 10 KM

Reservar energías para esta última prueba pues será la decisiva, no os confíes del kilometraje ya que esta parte tiene rampas muy exigentes y finaliza con una senda que hará la delicias de los mas técnicos, de aquí a la meta solo quedara el último esfuerzo, y ojo con los coches porque no estará cortada la circulación al tráfico.

META Ultimo avituallamiento de bebida.

Zona del deportista. Zona de masaje de recuperación.



ALOJAMIENTOS

HOTEL Y ALBERGUE BALNEARIO DE COFRENTES

Alojamiento en pensión completa en Hotel Balneario 52 €

Alojamiento en media pensión en Hotel Balneario 48 €

Alojamiento en pensión completa en Albergue 32 €

Alojamiento en media pensión en Albergue 28 €

19:00 **CHARLA DE NUTRICIÓN E IMPEDANCIOMETRIA CON UN INFORME PERSONAL** PARA
TODOS LOS ALOJADOS (BALNEARIO DE COFRENTES)

PRECIO POR PERSONA IVA INCLUIDO

Reservas. Telf. / 96 1235076/659388183

E-Mail avensport@avensport.com

HOTEL BALCON DEL CABRIEL

CENA + ALOJAMIENTOS + DESAYUNO = 39 €/PERSONA

*(para habitaciones individuales serían 10 € de suplemento, 49 €/persona)

PRECIO POR PERSONA IVA INCLUIDO

Reservas. Telf. / 96 1235076/659388183

E-Mail avensport@avensport.com



PRÓXIMOS EVENTOS

26 Abril 2015

Triatlón de montaña de Sumacarcer

SUMACARCER

25 de Octubre 2015

Triatlón de montaña AvenSport

VENTA DEL MORO

CONTACTO

Ricardo Gadea Verdún

www.avensport.com

ricardogadea@avensport.com

AVENSPORT

C/ Raimon, 2 bajo

Telf: 96 123 50 76

