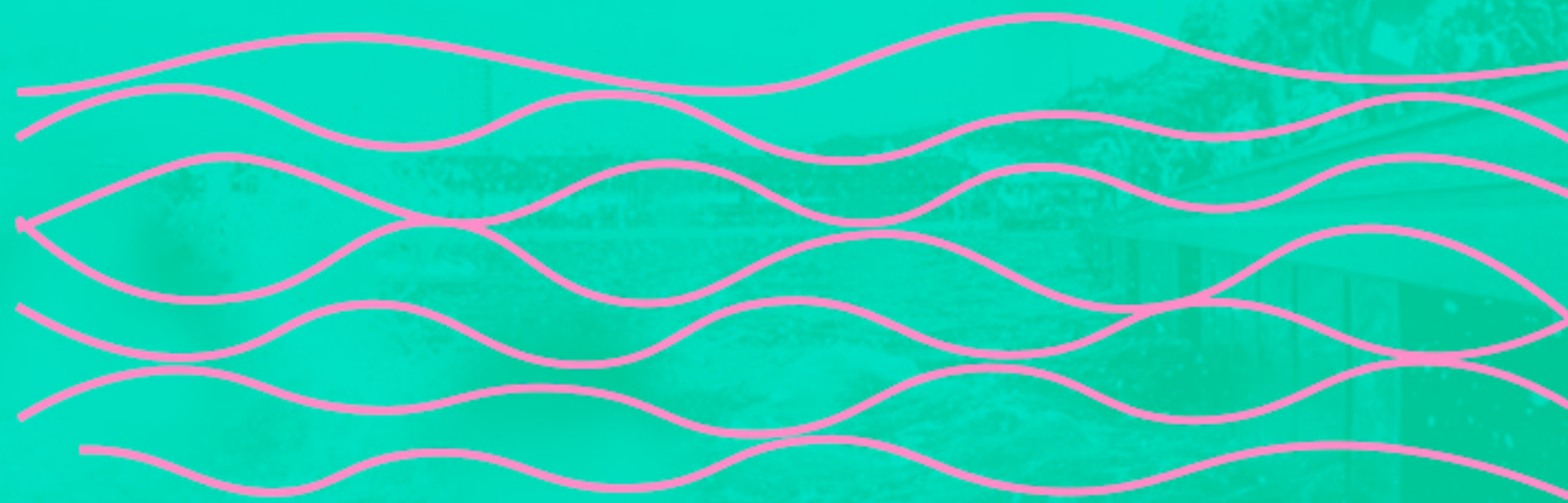


# TRIATLON

# MAR

# MUROS

2 XUÑO 2018



## GUÍA DO/A TRIATLETA



CONCELLO  
DE MUROS



  
FerreteriaDosil.Es

  
ed  
ESPIÑA&DELFIN

  
Shop Arturo sport  
deportesarturo@gmail.com  
TU TIENDA DE CONFIANZA  
981763292

  
Construccions  
e Escavacions  
GONZÁLEZ S.L.  
MAZARICOS

  
EROSKI  
contigo



TRIATLON  
**MAR  
MUROS**

2 XUÑO 2018

HORARIOS

HORA	ACTIVIDADE	LUGAR
15:30 A 16:30 H	RECOLLIDA DE DORSAIS	CASA DO CONCELLO
15:45 A 16:35 H	CONTROL DE MATERIAL	ZONA DE BOXES
17:00 H	<b>SAÍDA ÚNICA</b>	VARADOIRO
18:30 H	CHEGADA ÚLTIMO PARTICIPANTE	PORTO DE MUROS
19:00 H	ENTREGA DE TROFEOS	ZONA DE META

# A BOLSA DO TRIATLETA INCLÚE

1. DORSAL
2. GORRO DE NATACIÓN
3. DORSAIS PARA CASCO
4. DORSAL PARA BICICLETA
5. DORSAL PARA MOCHILA (ROUPEIRO)
6. CHIP

**AO REMATAR COA ENTREGA DO CHIP  
RECIBIRÁS A CAMISOLA DO TRIATLON**

TRIATLON  
**MAR  
MUROS**

2 XUÑO 2018

BOLSA  
TRIATLETA

## ACCESO AO CONTROL DO MATERIAL

1. IDENTIFICACIÓN DO/A TRIATLETA CON DNI
2. REVISIÓN DE FRENS, DORSAIS, CASCO E CHIP
3. BICICLETA COLGADA NO RACK POLO SILLÍN A ESQUERDA DO DORSAL
4. DÚAS BARRAS DE RACKS CON CORREDOR CENTRAL
5. CASCO COLOCADO CARA ARRIBA SOBRE A MANETA DA BICICLETA
6. ACCESO AO CONTROL CO CASCO COLOCADO E ABOTOADO

TRIATLON

# MAR MUROS

2 XUÑO 2018

CONTROL MATERIAL

HORARIO DE APERTURA  
DO CONTROL DE MATERIAL

15:45 H

TRIATLON  
**MAR  
MUROS**

2 XUÑO 2018

TEMPO

**SÁBADO, 2 DE XUÑO**



NUBES E CLAROS

MÍN. 10° | MÁX. 22

VARIABLE

45%

14°

**ESTADO DO CELO**

**TEMPERATURA**

**VENTO**

**PROBABILIDADE DE CHOIVA**

**TEMPERATURA DA AUGA**

# SAÍDA - 17:00 H - ZONA VARADOIRO VELLO

1. SAÍDA ÚNICA DE TODOS/AS DEPORTISTAS
2. CÁMARA DE CHAMADAS
  - 16:45 H CÁMARA DE CHAMADAS
  - 16:55 H ALINEACIÓN NO MAR (BOIAS SEÑALIZADORAS)
3. SAÍDA CON BOCINA DE GAS

## TRIATLON MAR MUROS

2 XUÑO 2018

CONTROL MATERIAL

HORARIO DE APERTURA  
DO CONTROL DE MATERIAL

15:45 H



DUCHAS  
PISCINA MUNICIPAL DE MUROS


# TRIATLON MAR MUROS

## 2 XUÑO 2018

### SERVIZOS

HORARIO DE APERTURA  
DO PÁRKING DE DEPORTISTAS

15:30 H

  
GARDAROUPA E RECOLLIDA DORSAIS  
CASA DO CONCELLO

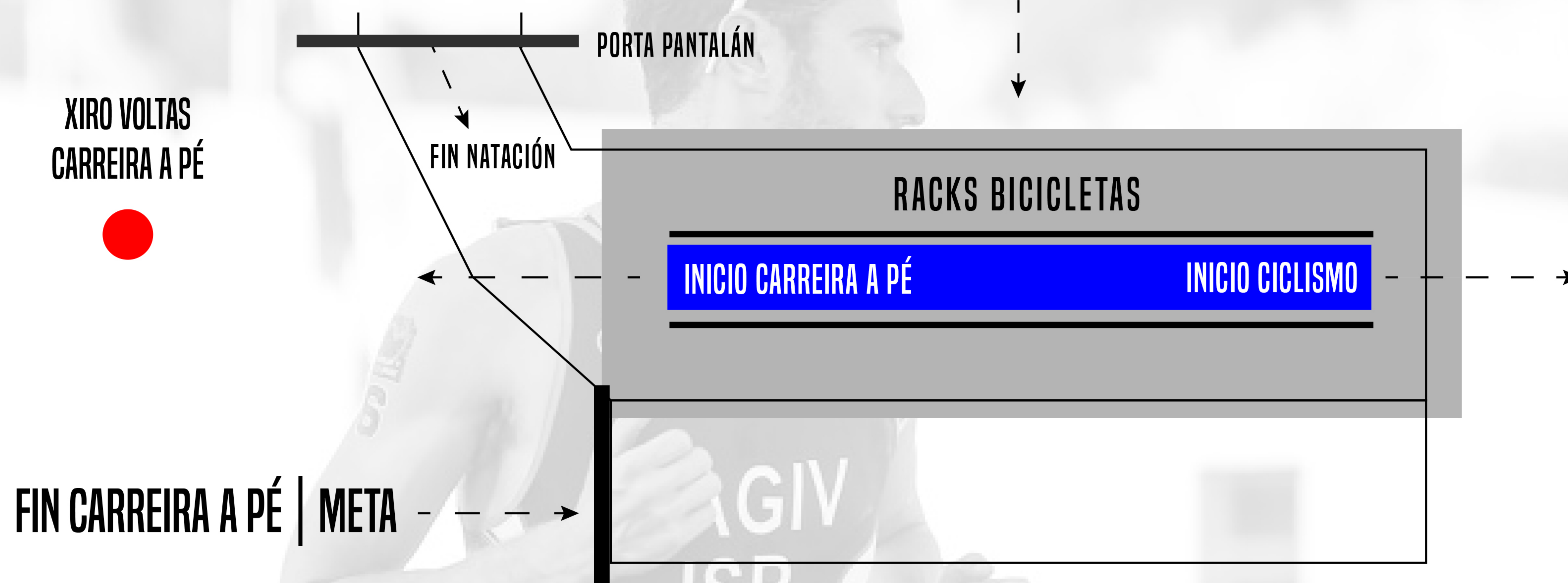
GUÍA DO TRIATLETA - SERVIZOS

# TRIATLON MAR MUROS

2 XUÑO 2018

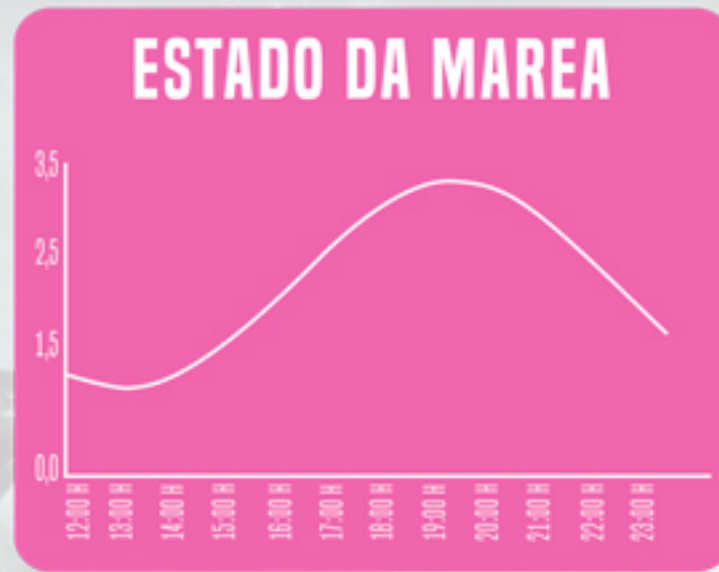
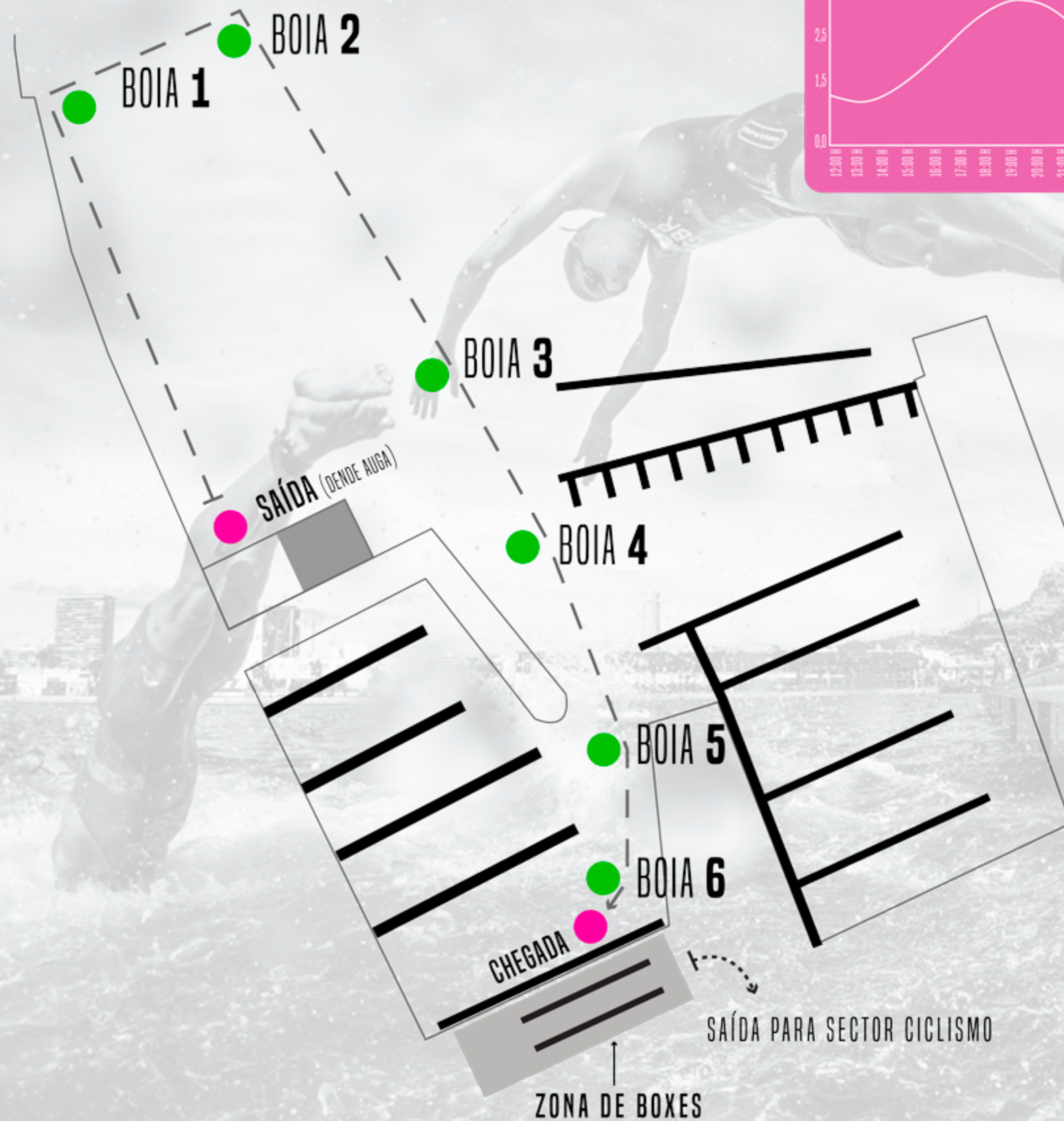
TRANSICIÓN

## ZONA DE BOXES



**TRANSICIÓN POR CORREDOR CENTRAL LIMPO (SEN COMPENSACIÓNS)  
TANTO NA T1 (NATACIÓN - CICLISMO) COMO NA T2 (CICLISMO - CARREIRA A PÉ)**





TRIATLON

**MAR**

**MUROS**

**2 XUÑO 2018**



-- 750 METROS --

SECTOR NATACIÓN

# TRIATLON MAR MUROS

2 XUÑO 2018



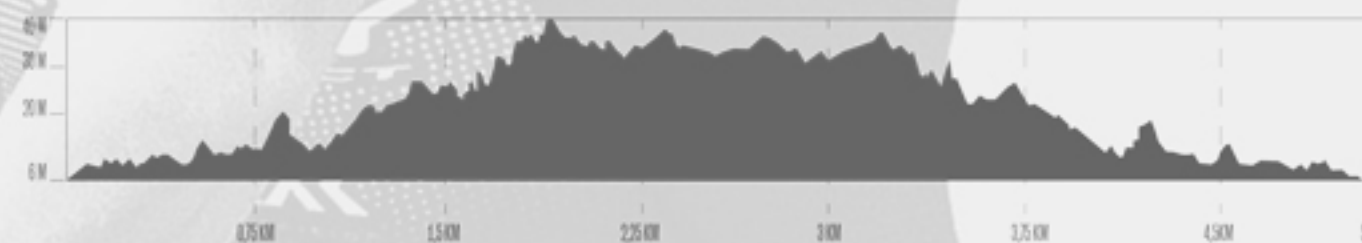
-- 20 KM --

SECTOR CICLISMO  
4 VOLTAS DE 5KM

INICIO SECTOR

PUNTO DE RETORNO

PERFIL DE ELEVACIÓN



PUNTO DE RETORNO

VOLTAS

ÚLTIMA VOLTA

ZONA DE BOXES

# TRIATLON MAR MUROS

2 XUÑO 2018



-- 5 KM --

SECTOR CARREIRA A PÉ  
4 VOLTAS DE 1,25 KM