FEUTRI
FEDERACIÓN UNIDA DE TRIATLON DE COSTA RICA

TRI URBANO Lindora

Super Sprint

Gracias a nuestros patrocinadores

TYR®

am pm
FACIL Y RAPIDO

ultra team

GATORADE

TIO PELON

ICODER
INSTITUTO COSTARRICENSE DEL DEPORTE Y LA RECREACIÓN

¿Como llegar?



- 1 km al oeste desde el Banco Nacional de Lindora. Piscina Municipal de Lindora

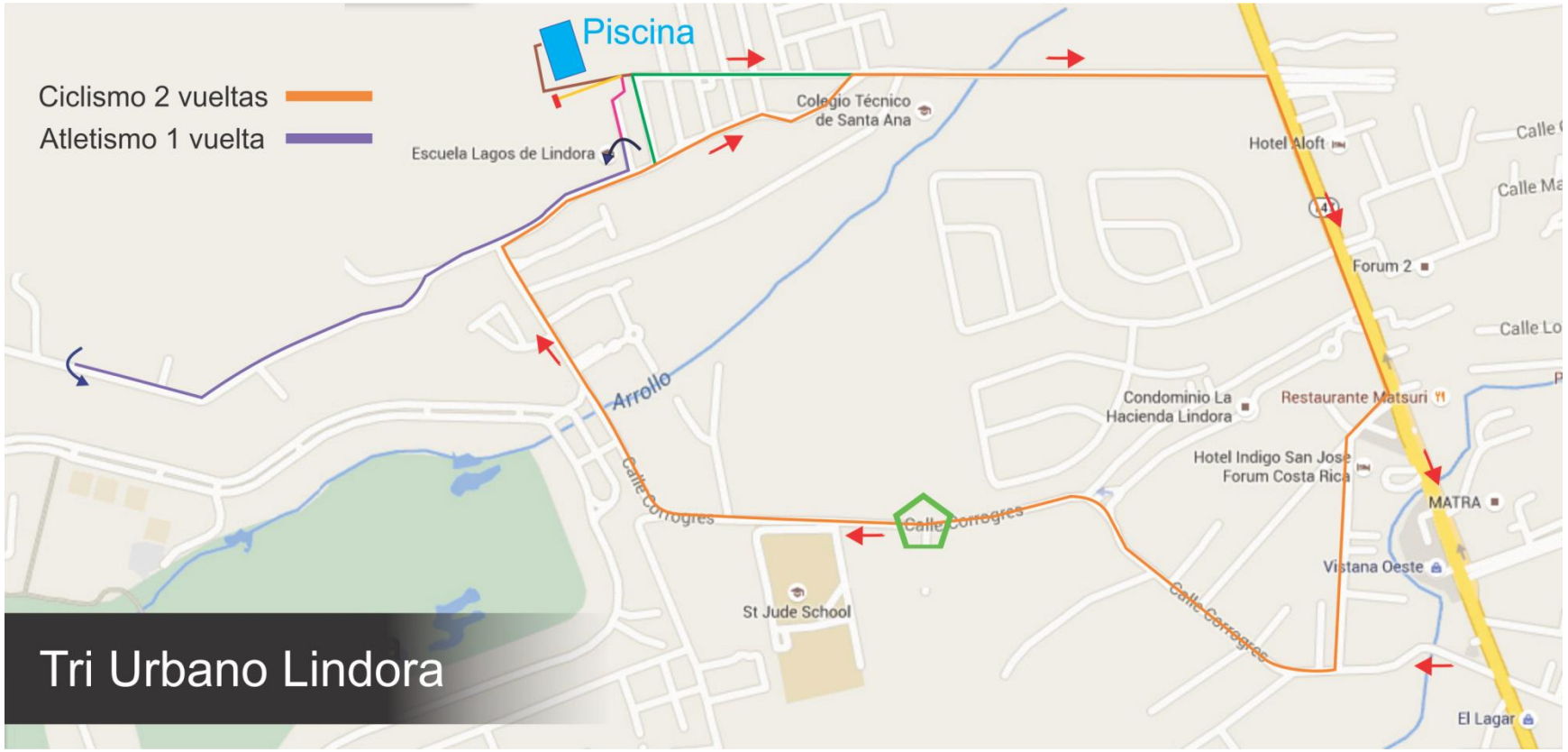
Itinerario

Sábado 11	
Inicio de entrega de paquetes	04:00 p.m.
Congresillo (Estadio Nacional)	04:45 p.m.
	05:30 p.m.
Cierre de entrega de paquetes	06:00 a.m.
Domingo 10	
Apertura de Rack	04:45 a.m.
Cierre de Rack	05:45 a.m.
Calentamiento primer hit	05:45 a.m.
Inicio de primer hit	06:00 a.m.
Calentamiento heat hit	06:15 a.m.
Inicio de segundo hit	06:30 a.m.
Calentamiento tercer hit	06:45 a.m.
Inicio de tercer hit	07:00 a.m.
Calentamiento cuarto hit	07:15 a.m.
Inicio de cuarto hit	07:30 a.m.
Publicación de los resultados	08:30 a.m.

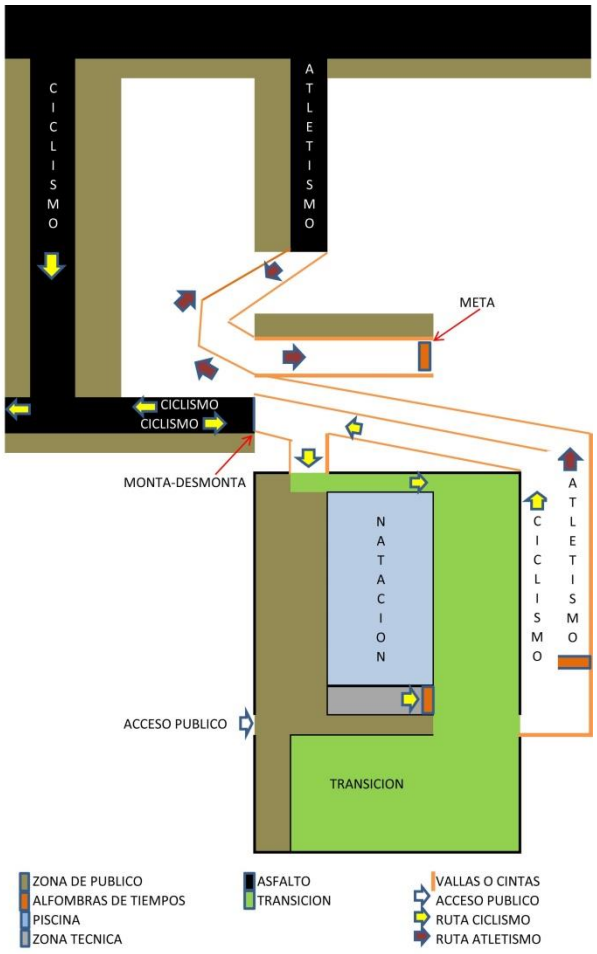
Distancia Sprint

- Todos los hit, realizarán las siguientes distancias:
- Natacion: 400 mts
- Ciclismo: 8,7 kms (2circuitos)
- Carrera: 2,5 kms (1 circuito)

Rutas


Piscina
Ciclismo 2 vueltas
Atletismo 1 vuelta
Escuela Lagos de Lindora
Colegio Técnico de Santa Ana
Hotel Aloft
Forum 2
Arrollo
Condominio La Hacienda Lindora
Restaurante Matsuri
Hotel Indigo San Jose Forum Costa Rica
MATRA
Vistana Oeste
St Jude School
El Lagar
Tri Urbano Lindora

Rutas


CICLISMO
ATLETISMO
META
CICLISMO
CICLISMO
MONTA-DESMONTA
NATACION
CICLISMO
ATLETISMO
ACCESO PUBLICO
TRANSICION
ZONA DE PUBLICO
ALFOMBRAS DE TIEMPOS
PISCINA
ZONA TECNICA
ASFALTO
TRANSICION
VALLAS O CINTAS
ACCESO PUBLICO
RUTA CICLISMO
RUTA ATLETISMO

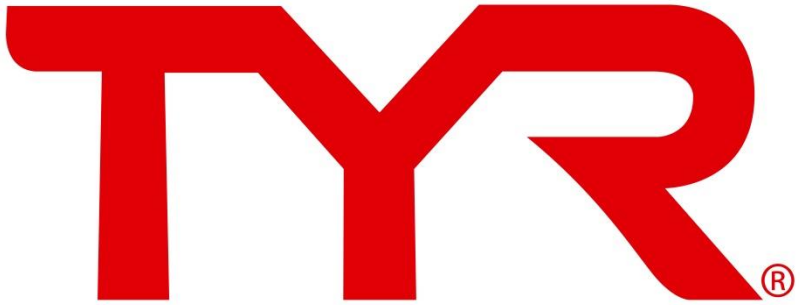
Premiación

- Es acumulativa para los dos eventos urbanos.
- Se asignan puntos según el puesto obtenido
  - Primer lugar 10 pts
  - Segundo lugar 8 pts
  - Tercer lugar 6 pts
  - Cuarto lugar 4 pts
  - Quinto lugar 2 pts
- Solo se premia a los tres primeros lugares por categoría
- En caso de empate se debe de compartir el puesto
- Se realizará a el mismo día del evento a las 9:30 amen la piscina de Lindora

Recomendaciones

- El uso de caso es obligatorio en todo momento que se tenga contacto con la bicicleta.
- Tener el cuidado de hacer la Monta después de la señal que determina esa acción y desmotar antes de esta.
- Es prohibido el giro olímpico en la natación(vuelta de campana), es descalificación sin derecho a protesta.
- Prohibido el uso de bicicletas con aereo-bard que sobrepasen la línea imaginaria que hacen los frenos, también no son permitidas las bicicletas con los cambios en las puntas del aero bard.
- Prohibido el uso de aparatos electrónicos (camaras, celulares, radios, audífonos, etc) en cualquiera de las etapas de la competencia.

Gracias


TYR


am pm
FACIL Y RAPIDO


ultra
team


GATORADE


TIO PELON


ICODER
INSTITUTO COSTARRICENSE DEL
DEPORTE Y LA RECREACIÓN