

INTRODUCCIÓN

Estás a punto de hacer tu sueño realidad y desde la organización queremos agradecerte haber confiado en la Artiem Half Menorca y te damos la enhorabuena por toda la participación. Ahora deseamos que disfrutes con lo que hemos preparado para ti.

Hay cosas importantes que no debes pasar por alto:

En la recogida de dorsal + pulsera + welcome pack es imprescindible que lleves tu DNI y si estás FEDERADO un documento que lo acredite (licencia o certificado). En caso de no presentar la acreditación deberás abonar 10€, en concepto de seguro (Aquell@s que no lo tengáis contratado con la inscripción).



No te olvides de visitar la EXPO con los diferentes stands que hemos preparado y donde encontrarás buenos precios en material para hacer deporte así como comida de uno de nuestros colaboradores, [El Paladar](#), donde podréis comprar 'packs' con los alimentos típicos de Menorca sin tener que perder tiempo buscando en diferentes tiendas.

El chip debe colocarse en el tobillo, sujeto con un velcro o similar que puede facilitar la organización en caso de no disponer de portachip.

IMPORTANTE I@s triatletas que hayan alquilado un chip, deben devolverlo una vez terminada la competición en la zona de Post Meta.

INFORMACION PARA LOS ACOMPAÑANTES

El domingo podrás seguir la carrera de modos diferentes:

Seguimiento de la carrera en *bicicleta*: En la unión de las carreteras Me-7 y Me-15 existe una rotonda por la cual pasarán los ciclistas tres veces. Esta rotonda está situada a tres kilómetros de Fornells y por lo tanto de la salida. En [Katayak](#) (paseo marítimo 69) se podrán alquilar bicicletas para poder llegar fácilmente a la rotonda y poder animar a los participantes de la prueba, así como para moverse durante los días previos a la carrera.



La carretera estará cerrada para cualquier tipo de vehículo que no sea una bicicleta. La organización recomienda además el uso de una bicicleta para los desplazamientos por el pueblo y entre la urbanización Playas de Fornells (donde se concentran la mayoría de hoteles y apartamentos) y Fornells. La razón son las cortas distancias a realizar y la masificación de coches que habrá durante los días previos de la prueba que hará muy difícil aparcar en Fornells.

Consultar los precios que ofrecen por un día, dos días y tres días. Incluye candado y casco.

Además, lo participantes y sus acompañantes tendrán un descuento del 15% en sus excursiones.

Más información en www.katayak.net

IMPORTANTE: Mucha prudencia en el circuito ciclista.

PROGRAMA:

Sábado 23 de septiembre 2017

- 10:00 – 11:00 Carrera de reconocimiento Polideportivo Fornells
- 10:00 – 18:30 Acreditación participantes Polideportivo Fornells
- 10:00 – 19:00 Exposición + Info Point Polideportivo Fornells
- 12:00 – 13:00 Briefing Polideportivo Fornells
- 17:00 – 19:00 Check In Boxes * C/ Gumersindo Riera

Domingo 24 de septiembre 2017

- 06:00 – 07:00 Bike Park Abierto C/ Gumersindo Riera
- 07:20 – 07:25 Presentación atletas PRO Zona Salida
- 07:30 Inicio prueba HALF Zona Salida
- 07:35 Inicio prueba Relevos Zona Salida
- 08:00 Inicio prueba SHORT Zona Salida
- 14:00 Entrega de Premios Zona meta
- 09:30 – 16:00 Finisher Experience Zona Post-Meta
- 12:30 – 16:00 Check Out Zona Boxes

* Habrá servicio de mecánica en el Check-in, y de 6:00 a 7:00 h el mismo domingo



UBICACIONES EN FORNELLS



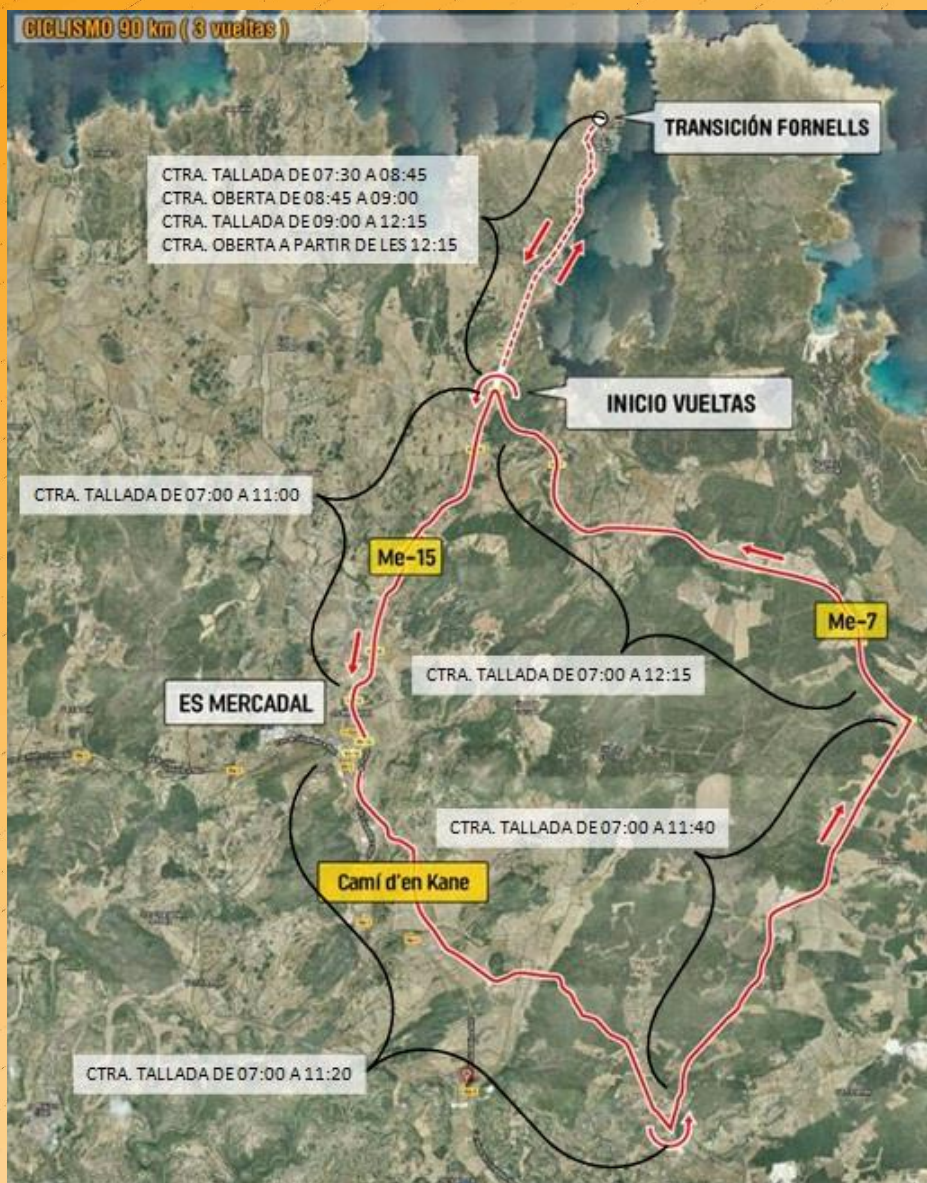
SEGUIMIENTO ON-LINE

Se podrá hacer un seguimiento on-line de la prueba en todos sus controles de chip en la web www.elitechip.net o la dirección directa:

<http://www.elitechip.net/index.php?zshow=compdet&idcomp=5289068&compsec=clas&ectipo=clas=0&ecidrec=5289078>



CORTES DE CIRCULACIÓN



CIRCULACIÓN EN CARRETERA

Tanto en la prueba HALF como SHORT, está totalmente prohibido ir a rueda de otros participantes (drafting).

A pesar de que la prueba es con tráfico cerrado, debido a su duración, puede haber puntualmente algún vehículo en el recorrido por lo que hay que extremar las precauciones.

LÍMITES HORARIOS

El tramo de enlace del circuito de ciclismo y boxes quedará CERRADO al tráfico a partir de las 9:00 hasta las 12:15 horas aproximadamente, aunque recomendamos que se circule por la derecha de la vía siguiendo las normas de tráfico, teniendo los ciclistas preferencia hasta la zona de boxes.



ZONA DE PARKING PARA COCHES

Recomendamos encarecidamente que os mováis en bicicleta por Fornells por comodidad, por seguridad y para evitar complicaciones con el tráfico. Aun así, el Ayuntamiento de Es Mercadal y la Policía Local des Mercadal han habilitado dos zonas de parking para que podáis dejar el coche:



BASURAS EN EL RECORRIDO

En la zona de avituallamiento ciclista habrá un espacio donde podrán depositar la basura (envases, bidones, ...). Esta zona estará señalizada y habrá diferentes contenedores para este fin. El lanzamiento de estos objetos fuera de los espacios habilitados será sancionable por parte de los jueces.

AVITUALLAMIENTOS:

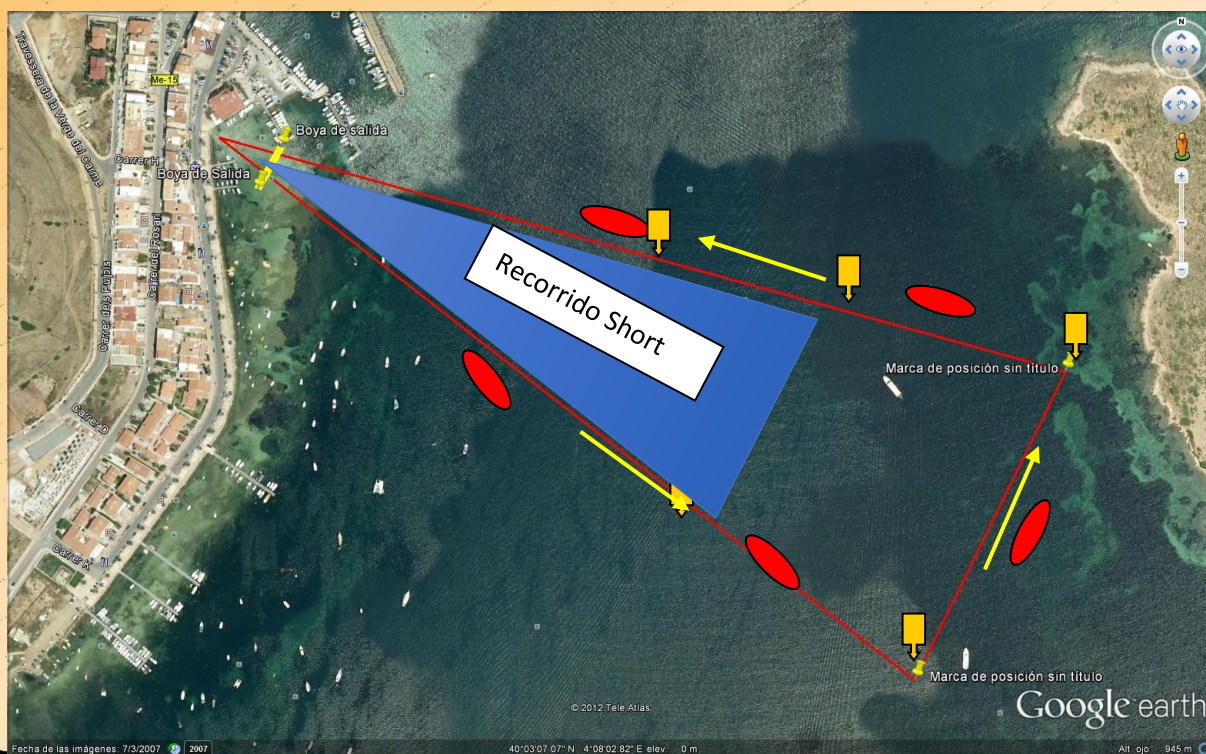
Durante el sector de Ciclismo, los triatletas de la distancia short se encontrarán con un solo avituallamiento en el circuito ciclista, este estará situado en Es Mercadal, y dispondrá de Bidones de 500 ml con Agua e Isotónico de la marca NutriSport. Los triatletas de la distancia Half se encontrarán 3 veces con este avituallamiento ya que darán 3 vueltas.

Durante el sector de carrera, existirán 2 avituallamientos que serán dobles, (en doble sentido) los triatletas de la distancia short se encontrarán con 4 avituallamientos, y los de la distancia Half tendrán hasta 14 avituallamientos durante el recorrido. Los avituallamientos de carrera aparte de Agua e Isotónico de la marca NutriSport, también dispondrán de refrescos, fruta, y geles de la marca NutriSport.

Y una vez finalizada la prueba, conjuntamente con acompañantes que previamente hayan comprado un ticket, podrán acceder a la zona de Post-meta donde podrán disfrutar de comida típica de Menorca (sobrasada, embutidos, ensaimada) aparte de frutos secos, fruta, agua, Coca-Cola, Isotónico, y sobretodo Cerveza y helado. En esta zona se podrán realizar masajes, refrescar, consultar los resultados, comentar tus sensaciones con tus amigos

En definitiva, vivir una agradable experiencia tú y los tuyos

CIRCUITO NATACIÓN:



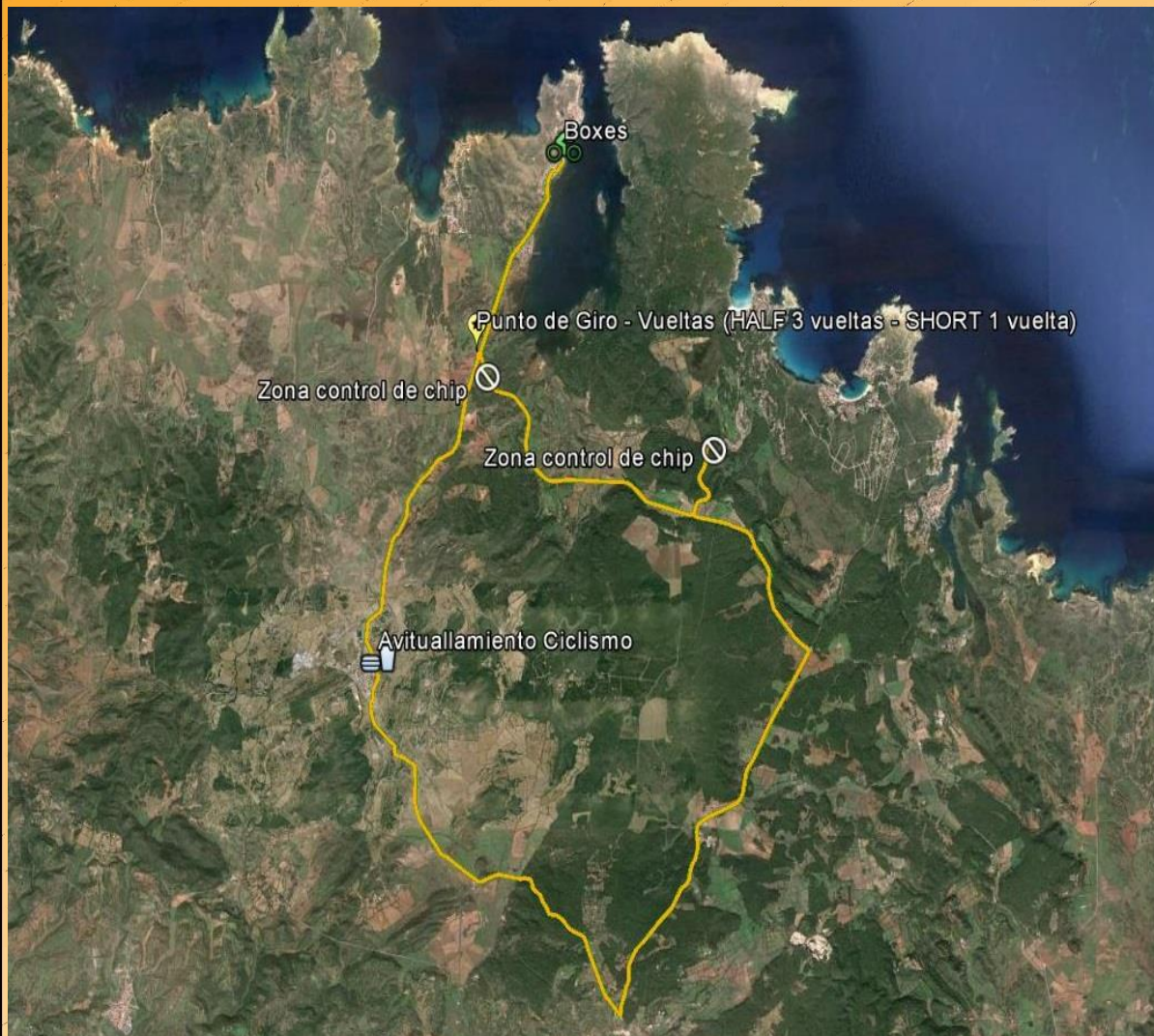
IMPORTANTE: Neopreno no está permitido a más de 22°C (Short) y de 24,6 (Half). Estará siempre permitido en grupos de edad +M50 años.

Neopreno Opcional 16°C-21,9°C (Short) y 16°C-24,5 (Short)

Neopreno Obligatoria 15,9°C o menos.

La distancia Short consistirá en un recorrido de 1000 metros

CIRCUITO BIKE:



Half Triathlon - 3 Vueltas - 90 km

Short Distance – 1 Vuelta – 34 km

IMPORTANTE: Es una prueba sin Drafting, o sea, no se puede ir a rueda de otros participantes. Habrá jueces en el recorrido ciclista que vigilarán el Drafting con motocicletas, si un triatleta recibe una tarjeta por Drafting, este deberá parar 5 MINUTOS en el Penalty Box que estará situado en la salida de Boxes.

ADELANTAMIENTOS: No podéis estar a menos de 12 metros de largo y 3 metros de ancho de cualquier ciclista y tendréis 25 segundos para hacer la maniobra de adelantamiento.



No cumplir la penalización en caso de que se produzca significa la descalificación directa del participante sin derecho a ninguna reclamación

CIRCUITO RUN:



Half Triathlon - 3,5 Vueltas - 21,1 km

Short Distance – 1,5 Vuelta – 9 km

IMPORTANTE: Al Salir de la T2, el recorrido para las dos distancias es en dirección Ses Salines, debiéndote de incorporar a la derecha de la calle y una vez en el circuito completar 1 vuelta y media, en el caso del Short. Tenéis que ir hasta Ses Salines, hasta la Torre, hasta Ses Salines y entrar en meta. Los participantes del Half Triatlón deben salir en dirección a Ses Salines y al llegar otra vez a la altura de boxes y el desvío de meta les quedaran 3 vueltas completas, teniendo que subir tres veces a la Torre.



COPEMPETICION POR EQUIPOS DE RELEVOS

- Los equipos pueden estar integrados por 2 ó 3 personas pudiendo ser masculinos, femeninos o mixtos.
- Solo habrá un dorsal para la bicicleta que se tendrá que dar al corredor una vez finalizado el tramo de ciclismo. El participante de la natación solo llevará un gorro.
- El check-in a la zona de transición (boxes) lo tendrá que realizar el miembro del equipo que haga el sector de ciclismo.
- El acceso a boxes durante la prueba para los componentes del equipo estará controlado por los jueces.
- Los relevistas deberán esperar en la zona habilitada en la entrada del boxes
- Para efectuar el relevo el nadador debe pasar el chip al ciclista, que se lo tendrá que poner en el tobillo. El ciclista deberá librar el chip y dorsal al corredor. Desde el inicio de la prueba hasta cruzar la meta el chip lo tiene que llevar cada uno de los componentes del equipo en su segmento.
- Todos los componentes del equipo podrán acompañar al corredor en los últimos 100 metros de carrera a pie para cruzar la línea de meta todos juntos.
- Habrá una única categoría para todos los participantes de relevos que englobará equipos mixtos, masculinos y femeninos.

OTROS DISPOSICIONES:

- Opcionalmente se puede llevar ropa específica de ciclismo y atletismo, gafas de sol, gorra, calcetines, comida, ...
- Si lo deseas, tendrás un espacio habilitado para poder cambiarte de ropa en boxes.
- El uso del neopreno dependerá de la temperatura del agua según la normativa de la FETRIB (Federació de Triatló de les Illes Balears).
- Todo el material se debe poner dentro de la caja (tanto antes como después de su utilización) excepto las zapatillas de correr, que pueden quedar en el suelo
- Las zapatillas de ciclismo pueden estar fijadas en los pedales de la bicicleta
- El casco y el portadorsal se pueden dejar sobre el manillar de la bicicleta
- El trimono con cremallera delante estará permitido siempre que lleve la cremallera subida, de lo contrario significará tarjeta amarilla de salida.
- El incumplimiento de esta normativa será motivo de penalización.

Enjoy your Dream!

