

# GUÍA DEL DUATLETA

## Duatlón Orihuela Vientos del Pueblo

### Campeonato Autonómico DMD + 50.0

### No Drafting Series 2019

1- Horarios

2- Tiempos de corte

3- Circuitos

4- Avituallamientos

5- Meta

6- Postmeta

7- Trofeos y medallas

8- Seguimiento

9- Que la fuerza del Oriol sea contigo



# 1- HORARIOS, OBSEQUIO Y DORSALES

**Sábado 23 de marzo, explanada Santo Domingo**

- 17:00h -20:00h: Feria del corredor
- 17:00h – 20:00h: entrega de dorsales y obsequio.

**Domingo 24 de marzo**

- 7:15h – 8:30h: entrega de dorsales y obsequio, explanada Santo Domingo.
- 7:30h – 8:45h: control de material área de transición, Recinto Los Huertos
- En salida mini cup cakes para los voluntarios a cargo de Súper  @popifresh
- Servicio mecánico a cargo de Oriol Bike
- 8:50h: cámara de llamadas Media Distancia
- 9:00h: Inicio competición, primera salida
- Entrega trofeos TODAS LAS CATEGORÍAS DE LAS 2 PRUEBAS 14h15
- Última hora retirada de material 15:00h



Carretera • Montaña • Accesorios • Complementos • Ropa

OLYMPIA John LUCK SDI  
SHIMANO Campagnolo SRAM G!

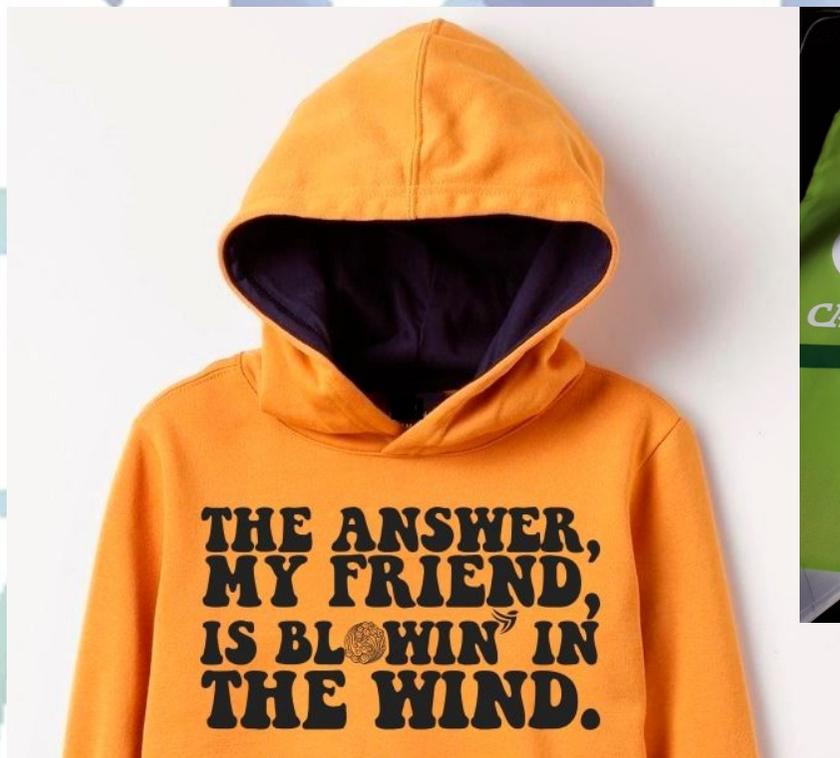
**Oriol Bike**

865 777 804  
C/ Monseñor Espinosa nº 3 - 03300 Orihuela (Alicante)

# 1- HORARIOS, OBSEQUIO Y DORSALES

MEDIA DISTANCIA, 90.0

50.0



# 1- HORARIOS, OBSEQUIO Y DORSALES

## Salidas

- SALIDA 1, 9:00 MASCULINA MEDIA DISTANCIA 90.0
- SALIDA 2, 9:05 FEMENINA MEDIA DISTANCIA 90.0
- SALIDA 3, 10:15h FEMENINA 50.0
- SALIDA 4, 10:20h MASCULINA 50.0

DORSALES 1-161

DORSALES 162-175

DORSALES 201-222

DORSALES 223-337

|             |   |  |   |           |
|-------------|---|--|---|-----------|
| BICI        | <b>1</b>                                |    | <b>1</b>                                | BIKE      |
|             | Duatón Orihuela 90.0 Vientos del Pueblo |  | Duatón Orihuela 90.0 Vientos del Pueblo |           |
| GUARDARROPA | <b>1</b>                                |   | <b>1</b>                                | CLOAKROOM |
|             | Duatón Orihuela 90.0 Vientos del Pueblo |  | Duatón Orihuela 90.0 Vientos del Pueblo |           |
| CASCO       | <b>1</b>                                | HELMET   | <b>1</b>                                | HELMET    |
|             | Duatón Orihuela 90.0 Vientos del Pueblo |  | Duatón Orihuela 90.0 Vientos del Pueblo |           |
|             |   |  |   |           |

|             |   |   |   |           |
|-------------|---|---|---|-----------|
| BICI        | <b>201</b>                              |   | <b>201</b>                              | BIKE      |
|             | Duatón Orihuela 50.0 Vientos del Pueblo |   | Duatón Orihuela 50.0 Vientos del Pueblo |           |
| GUARDARROPA | <b>201</b>                              |  | <b>201</b>                              | CLOAKROOM |
|             | Duatón Orihuela 50.0 Vientos del Pueblo |   | Duatón Orihuela 50.0 Vientos del Pueblo |           |
| CASCO       | <b>201</b>                              | HELMET  | <b>201</b>                              | HELMET    |
|             | Duatón Orihuela 50.0 Vientos del Pueblo |   | Duatón Orihuela 50.0 Vientos del Pueblo |           |
|             |   |  |   |           |

## 2- TIEMPOS DE CORTE

- Debido a la complejidad de la prueba, la organización se ve obligada a establecer los siguientes horarios de corte.
- Los horarios de corte se aplicarán considerando que la primera salida se da efectivamente a las 9h00. En caso de retraso estos horarios serán aumentados proporcionalmente, salvo indicación en contra por parte del responsable de la Guardia Civil.
- T1: 11:00h
- CORTE CICLISMO CEMENTERIO HURCHILLO PK33 12:20h
- T2: 13h20
- META: 14h15

# 3- CIRCUITOS



# 3.1- CIRCUITO CARRERA A PIE PRIMER SEGMENTO

VIII Duatlón Orihuela Vientos del Pueblo 24/03/19 Cpto. Autónomico DMD y Duatlón 50.0 No Drafting Series

90.0: 1er segmento: 3,5 vueltas. 3er segmento: 1,5 vueltas

50.0: 1er segmento: 1,5 vueltas, 3er segmento: 0,5 vueltas

Circuito de 4,65 Km cada vuelta,  
con dos zonas diferenciadas:

- Palmeral: 2,65 Km
- Centro: 2 Km

90.0:

3 VUELTAS COMPLETAS + MEDIA  
VUELTA ZONA PALMERAL +  
ENLACE HASTA T1: 16,8 Km

50.0:

1 VUELTA COMPLETA + MEDIA  
VUELTA ZONA PALMERAL +  
ENLACE HASTA T1: 7,6 Km



## 3.2- PRIMERA TRANSICIÓN



## 3.3- CIRCUITOS: CICLISMO

El segmento ciclista se disputa en la modalidad SIN DRAFTING en un circuito 100% cerrado al tráfico para una mayor seguridad y disfrute del duatlón por parte de los atletas participantes. En algunos puntos el cierre se realiza únicamente en el sentido de la competición estando siempre separados de la posible circulación residual de vehículos por CONOS.

La salida y entrada de Orihuela se realiza por el mismo lado, por la derecha saliendo y por la izquierda volviendo.

Hay que extremar la precaución en estos kilómetros iniciales así como en la travesía del pequeño núcleo de Hurchillo, PK3,5 y PK36 (50.0) o PK62 (90.0).

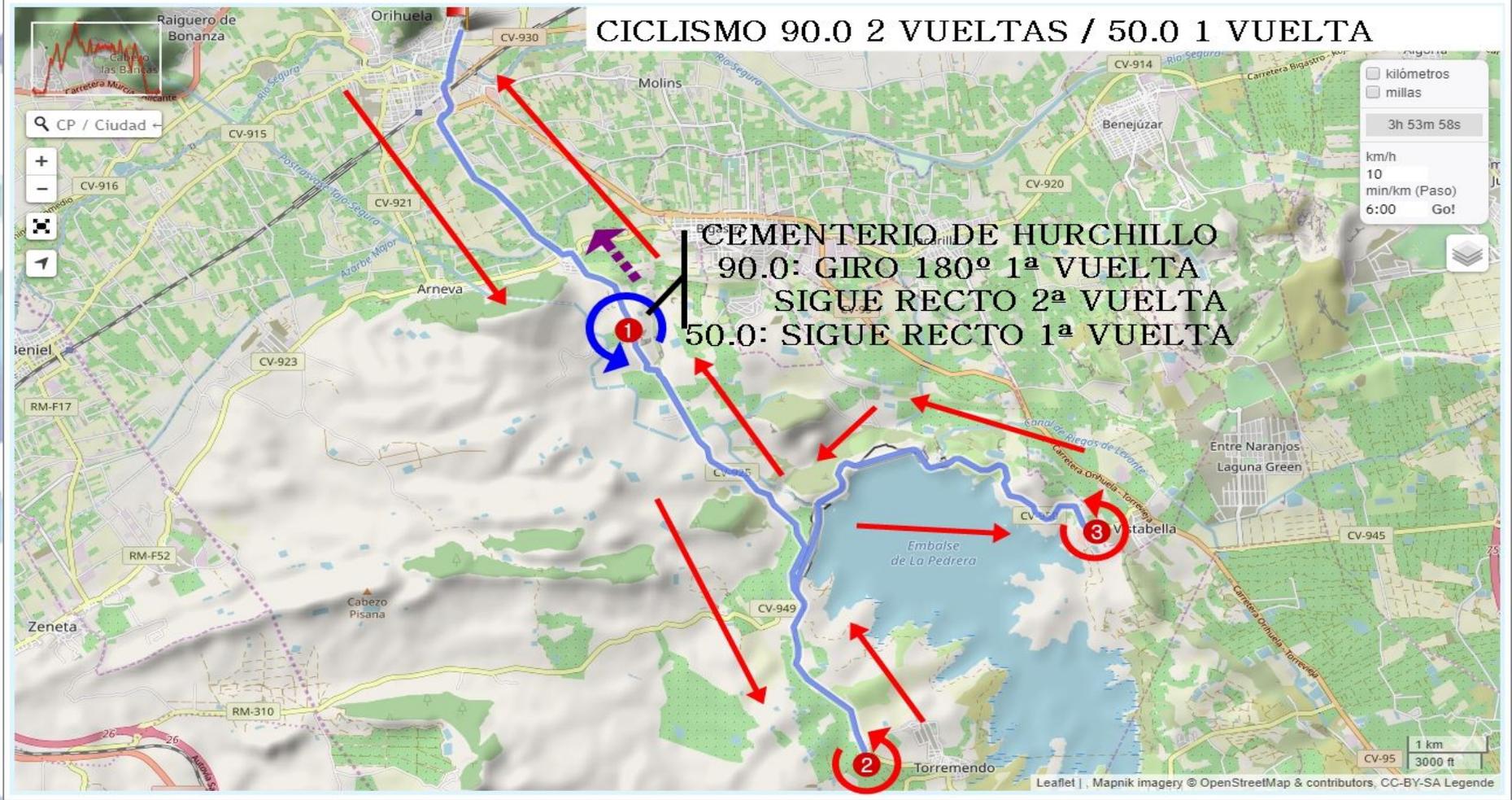
En el cementerio de Hurchillo, PK5,75, se inicia la vuelta del 90.0. Al regreso, PK33,2, se hace un giro de 180º para empezar 2ª vuelta. EN ESTE PUNTO COINCIDEN LAS DOS DISTANCIAS, EL 90.0 GIRANDO Y EL 50.0 PASANDO POR PRIMERA VEZ, **CUIDADO**.

El avituallamiento PARA EL 90.0 se encuentra al final de la primera vuelta, A 100 M DEL GIRO, **CUIDADO**.

En segundo paso NO HAY AVITUALLAMIENTO, tampoco para el 50.0, pero de quedar algo del primero, se ofrecerá. REPETIMOS, SOLO HAY UN AVITUALLAMIENTO CICLISTA PARA EL 90.0 EN EL PK33.

# 3.3- CIRCUITOS: CICLISMO

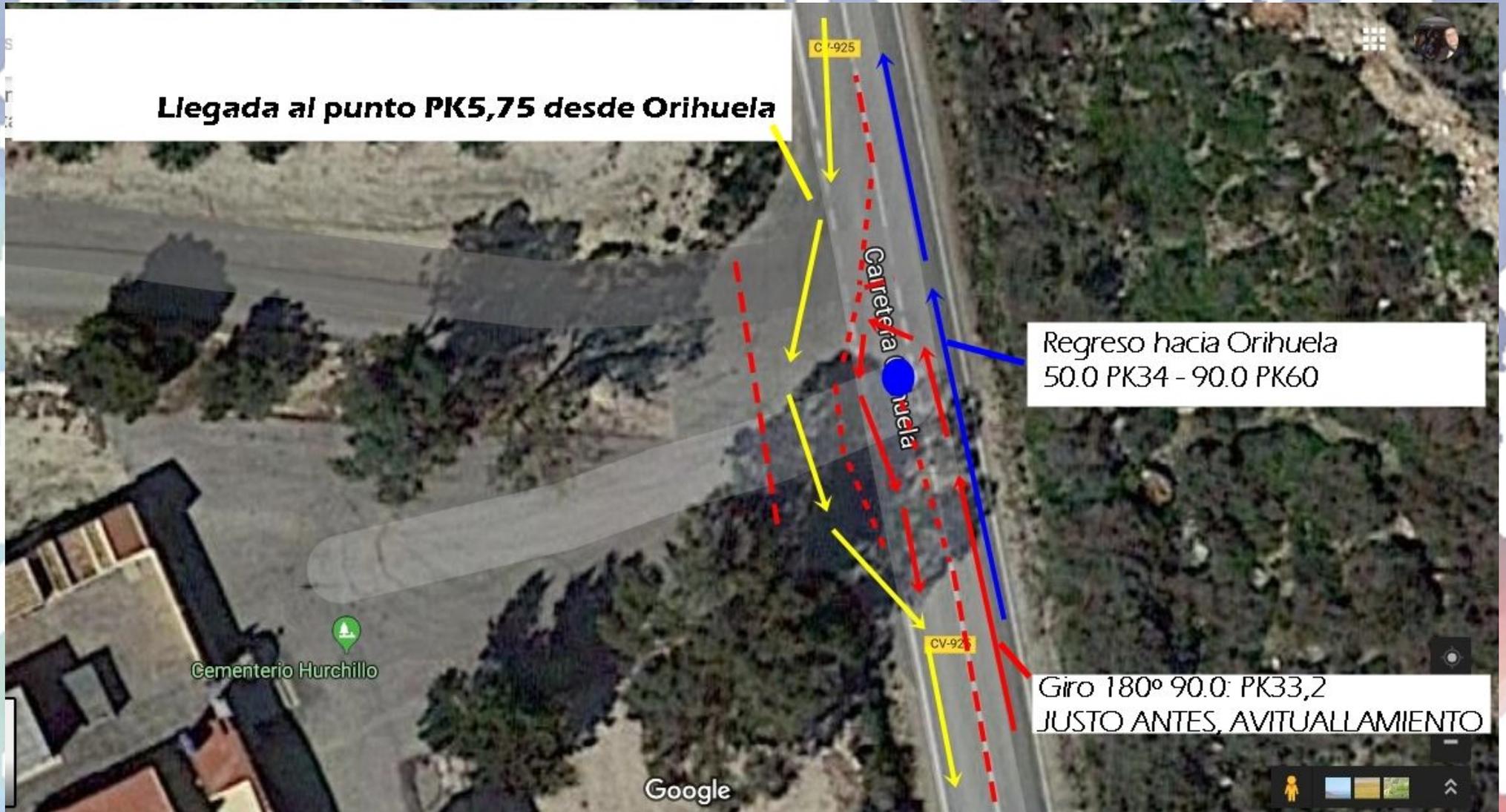
Duatlón Orihuela Vientos del Pueblo 24/03/19. Cpto. Autónomico Duatlón MD y Duatlón 50.0 No Drafting Series



### 3.3 Entrada y salida ciclismo



# 3.3 GIRO CICLISMO



### 3.3 AVITUALLAMIENTO CICLISMO 90.0 PK33 Justo antes del giro anterior



## 3.4- SEGUNDA TRANSICIÓN



## **3.5- CIRCUITOS: CARRERA A PIE, 3er SEGMENTO**

Se realiza sobre los mismos circuitos TERMINANDO LA VUELTA QUE NOS HEMOS DEJADO A MEDIAS EN PRIMER SEGMENTO. Es decir, después del enlace, al llegar enfrente del Arco de Santo Domingo, GIRAMOS A LA IZQUIERDA PARA HACER EL TRAMO CASCO URBANO.

El 50.0 hace esa media vuelta y ENTRA A META.

El 90.0 hace esa media vuelta, pasa por la derecha del Arco por el pasillo habilitado a tal efecto, y da una vuelta más.

LA META ES LA PUERTA DE LA OLMA O ARCO DE SANTO DOMINGO PARA TODOS LOS PARTICIPANTES DE LAS DOS DISTANCIAS.

# 3.5- CIRCUITOS: CARRERA A PIE, 3er SEGMENTO

VIII Duatlón Orihuela Vientos del Pueblo 24/03/19 Cpto. Autonómico DMD y Duatlón 50.0 No Drafting Series

90.0: 1er segmento: 3,5 vueltas. 3er segmento: 1,5 vueltas

50.0: 1er segmento: 1,5 vueltas, 3er segmento: 0,5 vueltas



# 4- AVITUALLAMIENTOS

## CARRERA A PIE

**PUNTO DE AVITUALLAMIENTO** UBICADO EN EL PK1 DE LA VUELTA.

SE OFRECE EN LOS PKs SIGUIENTES

- **PRIMER SEGMENTO** PKs 5,75 - 10,4 - 15,05:
- **TERCER SEGMENTO** PK 3,25

**PRODUCTOS** (no necesariamente todo en todos)

- Agua en botellín
- Isotónico en vasito
- Geles energéticos
- Cola en vasito
- Fruta

## CICLISMO **ÚNICAMENTE PARA EL 90.0**

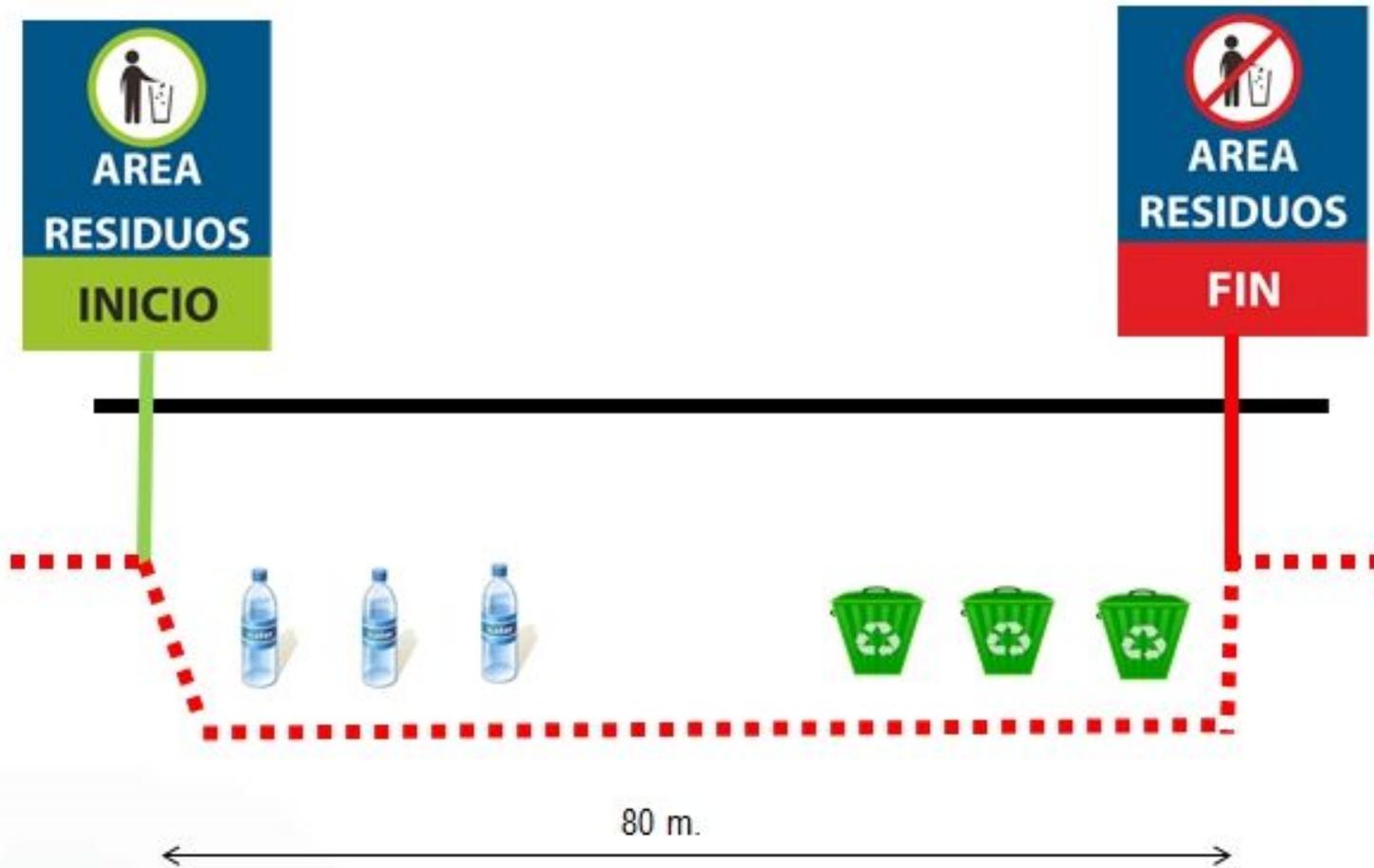
**PUNTO DE AVITUALLAMIENTO** UBICADO EN EL PK33, PRIMERA VUELTA.

JUSTO ANTES DEL GIRO DE 180º  
CUIDADO

## PRODUCTOS

- Agua en botellín
- Bidón ciclista con isotónico
- Medias barritas
- Medios plátanos

# 5- AVITUALLAMIENTOS: ROJA DIRECTA SI SE ARROJAN DESPERDICIOS FUERA DEL ÁREA DE AVITUALLAMIENTO



# 5- META



# 5- META

¡Ya eres finisher, enhorabuena! Medalla solidaria elaborada por C.O. Altabix y patrocinada por Caja Rural Central para todos los finisher



Y tradicional camiseta finisher para los de la MEDIA DISTANCIA



## 6- POST META

- Fruta, agua, refrescos y LÁSER recuperador.
- 3 paellas gigantes a cargo de Vega Baja Paellas a partir de las 11h30, una de ellas para celiacos
- Concierto de rock a partir de las 12h a cargo de The Winders
- Servicio de fisioterapia a cargo de Clínica Marpe

Además el día de la prueba:

- Guardarropía
- Servicio mecánico



## 6- POST META

## ¿LÁSER RECUPERADOR?



## 7- TROFEOS Y MEDALLAS

- Trofeos a podios absolutos y clubes de las dos distancias de la prueba
- Trofeos y medallas a podios absolutos y GGEE del Autonómico de Media Distancia
- Medallas para todos los podios de LAS DOS DISTANCIAS



# 8- SEGUIMIENTO

⊗ Seguimiento online: <http://www.a300w.com/a300wlive/>

⊗ PARCIALES:

⊗ VUELTAS CARRERA

⊗ PRIMER SEGMENTO CARRERA A PIE

⊗ T1

⊗ SEGMENTO CICLISMO

⊗ T2

⊗ VUELTAS CARRERA

⊗ TERCER SEGMENTO CARRERA A PIE

⊗ GP The Orioler Walking Dead: % ritmo 3er segmento / ritmo 1er segmento

# ¡GRACIAS POR VENIR Y BUENA CARRERA! Que la fuerza del Oriol te acompañe



CONCEJALÍA DE DEPORTES  
unpasomás...



Excmo. Ayuntamiento de Orihuela  
CONCEJALÍA DE DEPORTES



GENERALITAT  
VALENCIANA

