

REGLAMENT

12è TRIATLÓ L'3SCOLA
1er AQUATLÓ i
TRIATLÓ FEMENÍ

27/09/26



FEDERACIÓ CATALANA
DE TRIATLÓ



SANT JUST

3SCOLA

12è TRIATLÓ L'3SCOLA

1er AQUATLÓ i TRIATLÓ FEMENÍ

COMPLEX ESPORTIU LA BONAIGUA
Passeig de la Muntanya, s/n
SANT JUST DESVERN
27 Setembre del 2026

• HORARIS

08:00 S'OBRE LA RECOLLIDA DE DORSALS I OBERTURA DE BOX

08:45 TANCAMENT DE RECOLLIDA DE DORSALS PER A CATEGORIES LIDERESAS, AMAZONAS, CADET, INFANTIL I ALEVINS

09:00 TANCAMENT DE BOX

09:15 BRIEFING PER CATEGORIES LIDERESAS, AMAZONAS, CADET, INFANTIL I ALEVINS

09:30 INICI DE CRIDA PER DIFERENTS SÈRIES DE SORTIDA

10:00-10:45 RECOLLIDA DE DORSALS PER A CATEGORIES BENJAMÍ I PREBENJAMÍ

IMPORTANT accés pel carrer de la Muntanya S/N, PORTA PRINCIPAL Complex La Bonaigua

11:00 OBERTURA BOX PER A CATEGORIES BENJAMÍ I PREBENJAMÍ

11:20 TANCAMENT DE BOX PER CATEGORIES BENJAMÍ I PREBENJAMÍ

11:30 BREIFING PER CATEGORIES, BENJAMÍ I PREBENJAMÍ

11:45 INICI DE CRIDA PER DIFERENTS SÈRIES DE SORTIDA

12:15 BREIFING PER EQUIPS

12:30 INICI DE SORTIDES D'EQUIPS

13:20 CRIDA A PODI PER CATEGORIES I FOTOS DE GRUP

13:20 OBERTURA BOX PER A TOTES LES CATEGORIES

13:30 SORTEIG I CLOENDA

• LA RETIRADA DE MATERIAL DE BOX, ES REALITZARÀ UN COP HAGIN FINALITZAT TOTES LES CATEGORIES.

• LES CATEGORIES DE LES QUE CONSTARÀ LA COMPETICIÓ SÓN:

LIDERESAS (FEMENÍ MAJORS D'EDAT)

AMAZONAS (FEMENÍ MENORS D'EDAT)

CADETS 2011-12

INFANTILS 2013-14

ALEVINS 2015-16

BENJAMINS 2017-18

PREBENJAMINS 2019-21

EQUIPS / VÀRIES CATEGORIES BARREJADES

• S'ESTRUCTURARAN SÈRIES PER CATEGORIES EN BASE AL NÚMERO D'INSCRITS

• HI HAURÀ LLISTAT EXPOSAT AMB DORSALS I SÈRIES CORRESPONENTS

• EL SECTOR DE NATACIÓ PER A TOTES LES CATEGORIES ES REALITZARÀ A LA PISCINA INTERIOR (25M)

• L'ACCÉS DE CADA UNA DE LES SÈRIES (ACOMPANYATS DE VOLUNTARIS) ES FARÀ PER L'INTERIOR DEL COMPLEX

• EL SECTOR DE NATACIÓ (INTERIOR DE PISCINA I ZONA ESCALFAMENT) SERÀ RESTRINGIT A ESPORTISTES I TÈCNICS ACREDITATS.

DISTÀNCIES PER CATEGORIES

LIDERESAS **AQUATLÓ**

(FEMENÍ MAJORS D'EDAT)

Natació 400m (16 piscines)

Cursa a peu 3km (2 GRAN - 2 PETITA)

AMAZONAS **TRIATLÓ**

(FEMENÍ MENORS D'EDAT)

Natació 200m (8 piscines)

Ciclisme 4,8km (3 voltes)

Cursa a peu 2km (2 GRAN - 1 PETITA)

CADETS (2011/2012)

Natació 200m (8 piscines)

Ciclisme 4,8km (3 voltes)

Cursa a peu 2 km (2 GRAN-1 PETITA)

INFANTILS (2013/2014)

Natació 150m (6 piscines)

Ciclisme 3,2km (2 voltes)

Cursa a peu 1,5km (1 GRAN - 1 PETITA)

ALEVINS (2015/2016)

Natació 100m (4 piscines)

Ciclisme 1,6km (1 volta)

Cursa a peu 1,1 Km (1 GRAN - 1 PETITA)

BENJAMINS (2017/2018)

Natació 50m (2 piscines)

Ciclisme 1,6km (2 voltes)

Cursa a peu 700 m (1 GRAN)

PREBENJAMINS (2019/2021)

Natació 25m (1 piscina)

Ciclisme 800m (1 volta)

Cursa a peu 450m (1 volta)

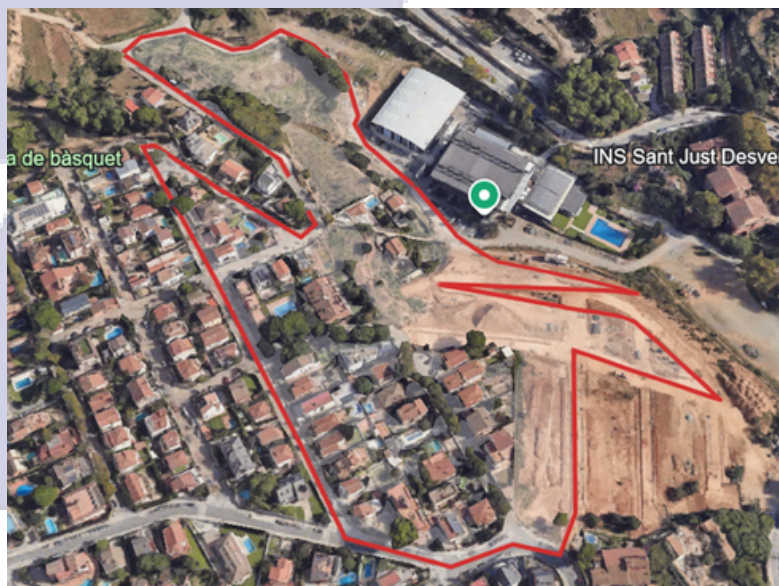
EQUIPS

Natació 50m

Ciclisme 800m (1 volta PETITA)

Cursa a peu 450m (1 volta)

CIRCUITS CICLISME



CIRCUIT CICLISME

AMAZONAS 3 VOLTES 4,8 km

CADETS 3 VOLTES 4,8 km

INFANTILS 2 VOLTES 3,2 km

ALEVINS 1 VOLTA 1,6 km



CIRCUIT CICLISME

BENJAMINS 2 VOLTES 1,6 km

PREBENJAMINS 1 VOLTA 800 m

EQUIPS 1 VOLTA

CIRCUITS RUN



CIRCUIT RUN

LIDERESAS 4 VOLTES (2 GRANS-2 PETITES) 3 km
AMAZONAS 3 VOLTES (1 GRAN-2 PETITES) 2 km
CADETS 3 VOLTES (1 GRAN-2 PETITES) 2 km
INFANTILS 2 VOLTES (1 GRAN-1 PETITA) 1,5 km



CIRCUIT RUN

ALEVINS 2 VOLTES (1 GRAN- 1 PETITA) 1100m
BENJAMINS 1 VOLTA GRAN 700m



CIRCUIT RUN

PREBENJAMINS 1 VOLTA 450 m
EQUIPS

SÈRIES

la natació de totes les categories es realitzarà a la piscina interior de La Bonaigua (25m)

CATEGORIA	CRIDA A CAMBRA	SÈRIE	HORA SORTIDA SÈRIE
LIDERESAS	9:30	FEMENÍ	9:45
AMAZONAS	9:30	FEMENÍ	9:50
CADET	9:50	MASCULÍ	10:05
CADET	9:50	FEMENÍ	10:10
INFANTIL	10:10	MASCULÍ	10:20
INFANTIL	10:10	FEMENÍ	10:25
ALEVÍ	10:25	MASCULÍ 1	10:35
ALEVÍ	10:25	MASCULÍ 2	10:40
ALEVÍ	10:25	FEMENÍ 1	10:45
ALEVÍ	10:25	FEMENÍ 2	10:50
BENJAMÍ	11:45	MIXTE	11:55
BENJAMÍ	11:45	MIXTE	12:00
PREBENJAMÍ	12:00	MIXTE	12:10
EQUIPS	12.30	MIXTE	12:40
EQUIPS	12.30	MIXTE	12:45

- LES SÈRIES PODEN SER MODIFICADES SEGONS EL NOMBRE D'INCRITS PER CATEGORIA
- L'ACCÉS DE CADA UNA DE LES SÈRIES (ACOMPANYATS DE VOLUNTARIS) ES FARÀ PER L'INTERIOR DEL COMPLEX

1. Cronometratge i resultats

- Al tractar-se d'una prova no competitiva, el cronometratge el durem a terme els propis organitzadors de forma voluntària, es per això que volem deixar clar que poden apareixer errors involuntaris en la classificació i que no s'admetrà cap reclamació al respecte.

2. Material necessari:

- Natació: Casquet de natació (obligatori el facilitat per l'organització), banyador/trimono i ulleres de natació
- Ciclisme: Bicicleta (carretera o BTT), casc, dorsal, porta-dorsals, calçat i peça per cobrir el pit (no està permès fer el sector de ciclisme amb el pit descobert)
- Cursa a peu: calçat, dorsal, porta-dorsals i peça per cobrir el pit (no està permès fer el sector de cursa a peu amb el pit descobert)

3. Premis

Medalla per a tots els participants (+ bossa del corredor)

4. Sorteig

En finalitzar la prova es realitzarà un sorteig de material cedit pels patrocinadors de la prova

5. Inscripcions

A la plataforma de la web de la federació catalana de triatló triatlo.org

El preu de la inscripció serà de **15 euros** per participant federat i **25 euros** pels no federats

El límit d'inscrits serà de 200 participants.

L'INSCRIPCIÓ A LES PROVES DE PROMOCIÓ FEMENINA LIDERESAS I AMAZONAS ÉS GRATUÏTA

6.. Reglament

El reglament que s'aplicarà serà el de la Federació Catalana de Triatló.

7. Drets d'imatge i protecció d'imatge

L'organització té contractada una assegurança de responsabilitat civil.

Els participants assumiran els danys que es puguin causar a si mateixos o a terceres persones. L'organització declina qualsevol responsabilitat al respecte.

Segons estableix la nova llei (UE) 2016/679, del 27 d'abril de 2016 del Parlament i Consell Europeu, us informem que les dades incloses a la inscripció s'incorporaran a un fitxer automatitzat propietat del Club Natació Sant Just.

Tramitant la inscripció consentiu expressament i autoritzeu perquè es tractin les dades personals amb aquestes finalitats.

Es podran exercir els drets d'accés, rectificació, cancel·lació i oposició, al Club Natació Sant Just,

amb NIF G-68604133, Passeig de la Muntanya 23, 08960 Sant Just Desvern o a l'email l3scolakatoa@gmail.com.

Els participants permeten explícitament que el seu nom, cognom, sexe, club i any de naixement siguin publicats a les llistes d'inscrits; així com a les de resultats, si acaben la cursa seguint la normativa establerta.

També s'autoritza al Club Natació Sant Just i a L'3scola Triatló a publicar fotos de la competició on apareguin els participants, a les diferents

plataformes de comunicació i xarxes socials propietat del CE Club Natació Sant Just i L'3scola Triatló.

Les reclamacions s'hauran de presentar a l'organització per escrit fins 30 minuts després d'haver fet públics els resultats i la decisió de l'organització serà inapel·lable.

El fet d'inscriure's a la cursa implica l'acceptació d'aquest reglament. L'organització decidirà sobre qualsevol incidència que no estigui prevista.

8. Accés d'acompanyants i tècnics

Tots els circuits són a l'exterior i l'accés a la piscina no estarà permès per als acompanyants. Els tècnics dels diferents clubs sí que podran accedir a la zona de piscina (cambrà de crida) sempre que hagin estat acreditats prèviament (el director de cursa acreditarà mitjançant segell)

9. Com arribar

<https://goo.gl/maps/Sv2v4zokYfev9u5c7>

Com a pàrquing de vehicles, com cada any, s'habilitarà el descampat delimitat pels carrers 11 de Setembre amb camí de la Riera Pahissa. Intenteu fer un bon ús de l'espai d'aparcament, ja que l'espai del que disposem és limitat degut a obres majors.

10. Mes informació

cnsantjust.cat

triatlo.org

l3scolakatoa@gmail.com

FAQS

- Els triatletes rebran a la finalització de la seva prova avituallament líquid i sòlid
- Les sèries de benjamins, prebenjamins i equips seran mixtes
- El cronometratge de la prova serà realitzat per l'organització, preguem comprensió!!
- Hi haurà servei de bar a la cafeteria del complex esportiu
- Hi hauran habilitats serveis i vestuaris
- Hi haurà servei de fisioteràpia pels participants

TRIATLÓ PER EQUIPS el nostre final de festa

- EQUIPS DE 5 / 6 TRIATLETES DE IGUAL O DIFERENT CLUB, ON HI HAGI COM A MÍNIM UN PARTICIPANT DE CADA CATEGORIA (S'HAURÀ DE FACILITAR NOM D'EQUIP I DE COMPONENTS A LA RECOLLIDA DE DORSALS)

Benvinguts !

