



XXX TRIATLÓN DE PÁLMACES

26 de julio de 2025

PRESENTACIÓN

De nuevo la ASOCIACIÓN CULTURAL PÁLMACES y el AYUNTAMIENTO DE PÁLMACES organizan su triatlón. Como ya sabéis, os estamos esperando con los brazos abiertos, pues nuestra meta es que disfrutéis, que os sintáis a gusto y que todo vaya sobre ruedas.

DESARROLLO DE LA PRUEBA

La prueba tendrá lugar el día 26 de julio de 2025 y la salida será a las 16:30h.

Las distancias a recorrer son: 1800 m de NATACIÓN en el embalse de Pálmaces, 60 km de ciclismo Pálmaces-Atienza-Pálmaces y 12 km de carrera a pie, en dos vueltas, a un recorrido de ida y vuelta desde el pueblo a la presa.

El primer Área de Transición (AT1) estará situado a pie del pantano y el segundo Área de Transición (AT2) en el frontón del pueblo. Se deberá dejar preparado en el AT1 lo que se necesite para el sector ciclista y en el AT2 todo lo que se vaya a necesitar durante la carrera a pie.

Tras la primera transición, los triatletas podrán dejar en el AT1 lo que no vayan a necesitar en el resto de la prueba, en bolsas numeradas facilitadas por la organización y que serán trasladadas hasta el AT2. Durante el desarrollo de la prueba nadie ajeno a la prueba tendrá acceso a los AT's y sólo permanecerán en ellos personal de la organización, además de los propios participantes.

Si algún participante dejase algún objeto fuera de la bolsa dispuesta por la Organización, esta no se responsabilizará del mismo.

INSCRIPCIONES

1. La organización establece un máximo de **230 plazas**, de las cuales se reservarán 15 plazas para posibles compromisos.
2. El día **14 de mayo a las 20:00 horas** se abrirá el periodo de inscripción (**web: <https://youevent.es>**) y el **21 de julio** será la fecha límite para inscribirse. La inscripción se cerrará cuando se hayan recibido 215 inscripciones.
3. Comprobadas todas estas inscripciones, se publicará un listado con los primeros 215 inscritos.
4. Una vez cerradas las inscripciones se irá elaborando una **lista de espera con las siguientes preinscripciones (que no tendrán que realizar el pago en ese instante)**. En el momento en el que se tenga una baja en la lista de inscritos, la organización se pondrá en contacto, por riguroso orden de preinscripción, con los inscritos en esta lista de espera.
5. Los **precios de las inscripciones** serán:
 - a. Desde el **14 de mayo** hasta el **19 de mayo**, **95€** para los participantes con licencia federativa y **105€** para los no federados.
 - b. Desde el **20 de mayo** hasta el **30 de junio**, **105€** para los federados y **115€** para los no federados.
 - c. Desde el **1 de julio** hasta el **21 de julio**, **120€** para los federados y **130€** para los no federados.
6. El pago se efectuará mediante **tarjeta de crédito** a través de una **pasarela de pago segura** en el momento de la inscripción.





BAJAS O ANULACIÓN DE INSCRIPCIONES

Se devolverá un 75% del importe de la inscripción sólo si la baja se comunica hasta el 7 de julio, a fin de que la organización tenga tiempo suficiente de buscar un sustituto. Una vez pasado ese plazo no se devolverá ningún importe.

RECOGIDA DE DORSALES

La entrega de dorsales se efectuará el día de la prueba a partir de las 10:00 horas y hasta las 15:30 horas en el Ayuntamiento de Pálmaces. El triatleta deberá acreditarse presentando DNI o licencia en el momento de la recogida de dorsales, donde se les pondrá una pulsera identificativa que deberá llevar puesta en toda la competición para poder acceder a las AT's.

El AT1 estará abierto desde las 15:00 horas hasta las 16:25 horas. El AT2 estará abierto desde las 15:00 horas hasta las 16:15 horas. Se recuerda que se debe mostrar la pulsera para entrar a los AT's.

Antes de los horarios indicados, los AT's no estarán vigilados.

REGLAMENTO

Todas las personas inscritas, por el mero hecho de participar en esta prueba, aceptan este Reglamento, formalizando la inscripción con todos los derechos y obligaciones que le sean atribuidas.

Todas las personas inscritas en esta prueba autorizan a los organizadores a utilizar cualquier medio de grabación y ceden todos los derechos relativos a su explotación comercial y publicitaria que se considere oportuna, sin derecho a percibir por ello compensación económica alguna.

Esta competición pertenece al calendario regional de la federación de Triatlón de Castilla-La Mancha 2025 y es puntuable.

Se aplicará el reglamento de competiciones de la FETRI de 2025 y será supervisada por Oficiales del Colegio de Jueces y Oficiales de la Federación de Triatlón de Castilla-La Mancha.

No se puede acceder acompañado en meta: ni de familiares, amigos, mascotas (**sancionado con descalificación**).

En la prueba de natación solo habrá una salida para todos los participantes sin distinción de categorías ni sexo.

En el sector ciclista sólo se permitirán bicicletas de carretera (no se podrá utilizar bicicleta de montaña) y no estará permitido ir a rueda. El dorsal será obligatorio.

Es obligatorio parar en el penalti box si el/la triatleta ha sido sancionado/a.

Por lo que respecta a VB paratriatlón, el circuito es apto para todas las categorías excepto para las PTWC1 y PTWC2.

Se aplicarán los siguientes tiempos de corte: **1 h para la NATACIÓN, 3 h 30 min para la NATACIÓN + CICLISMO y 5 h para el total de la prueba.** A los participantes que no lleguen en estos tiempos a los correspondientes controles no se les permitirá continuar en carrera y serán retirados de la competición por los Oficiales.

AVITUALLAMIENTOS

Los avituallamientos se distribuyen de la siguiente manera:

- **Ciclismo:** 3 avituallamientos: kms 17, 29 y 40,7.
- **Carrera a pie:** 8 avituallamientos (2 x 4 veces).
- **Zona post-meta**



*Todos son líquidos y sólidos, excepto el del km 29 de ciclismo, que es líquido (agua).

Habrà puntos limpios señalizados en las proximidades para arrojar las botellas vacías y los desperdicios.

Se penalizará, según el reglamento, a quienes arrojen bidones y otros objetos fuera de la zona indicada por la Organización.

CATEGORÍAS

La categoría de edad estará determinada por la edad del participante el 31 de diciembre del año en que se celebre la competición.

Además de la categoría general a la que pertenecen todos los deportistas, estos podrán pertenecer a las siguientes categorías según sus edades e independientemente de su sexo:

EDAD	CATEGORÍA
18-19	Junior
20-23	Sub23
24-39	Absoluta
40-49	Veterano I
50-59	Veterano II
60 o más años	Veterano III

PREMIOS

Se hará entrega de trofeos para los tres primeros de cada categoría: JUNIOR, SUB23 y VETERANOS I, II y III, tanto masculina como femenina. También habrá trofeos para los tres primeros equipos masculinos y femeninos. Los premios en metálico serán para la clasificación GENERAL (orden de llegada a meta) y también se les entregará trofeo a los tres primeros/as clasificados/as.

Los premios en metálico se distribuirán de la siguiente forma:

	HOMBRES	MUJERES
1º	1100	1100
2º	600	600
3º	400	400
4º	200	200
5º	100	100

PARTICIPANTES

Todos los participantes reconocen que se encuentran en perfectas condiciones físicas (habiendo realizado además el entrenamiento oportuno), no padecen ninguna enfermedad que suponga riesgo para su persona o le incapacite para participar en la prueba, haciéndose él como único responsable, eximiendo a la Organización de los daños que pudiera ocasionarse derivados de su participación en la carrera.

A su vez, los corredores son conscientes de las exigencias que entrañan su participación en la prueba (distancias, recorridos, desnivel, posibles condiciones climáticas adversas...) por lo que acepta todos los riesgos y situaciones que puedan ligarse a su participación.

En la bolsa del corredor se entregará a todos los inscritos una camiseta conmemorativa, además de otros obsequios.

Al finalizar la prueba, después de la entrega de trofeos, se sortearán entre los participantes inscritos distintos regalos. Para recibir los regalos, los participantes deberán estar presentes en el sorteo.

CENA + FIESTA

Tras la entrega de trofeos y el sorteo, la organización ofrecerá a los participantes y acompañantes una merienda-cena, para recuperar fuerzas tras el largo esfuerzo, y una fiesta para el que quiera quedarse, hasta que el cuerpo aguante.

OTROS

La organización se guarda el derecho a modificar el reglamento y los recorridos, así como otros aspectos de la prueba, en beneficio a un mejor desarrollo de la misma, además de poder cancelar parcial o totalmente la prueba si por condiciones meteorológicas adversas o fenómenos relacionados no se pudiera llevar a cabo en condiciones adecuadas para su celebración, sin que esto suponga la devolución de la cuota de inscripción de los participantes.

Si se diese alguna situación o aspecto que no esté valorado en el presente reglamento, este será regulado por la organización.

INFORMACIÓN ADICIONAL

Inscripciones: <https://youevent.es>
Página web: <https://www.triatlonpalmaces.com>
e-mail: triatlonpalmaces@gmail.com
Móvil: 651657101 (Ramón Gil, responsable organización)
Facebook: <https://www.facebook.com/triatlon.palmaces>
Instagram: <https://www.instagram.com/tripalmaces/>

HORARIOS PREVISTOS Y DE PASO

Recogida de dorsales: de 10:00 h a 15:30 h

Apertura y cierre de Áreas de Transición: AT1: de 15:00 h a 16:25 h
AT2: de 15:00 h a 16:15 h

Natación:

Dará comienzo a las 16:30 horas.

Finalización: Primer participante: 16:51 horas (tiempos aproximados).

Último participante: 17:30 horas (tiempos aproximados).

Carrera Ciclista:

Km 6: Cruce carretera de Pálmac con la carretera CM-101 (Negredo).

Primer participante: 17:00 horas (tiempos aproximados).

Último participante: 17:50 horas (tiempos aproximados).

Km 25: Cruce carretera CM-101 con la carretera CM-110.

Primer participante: 17:35 horas (tiempos aproximados).

Último participante: 18:35 horas (tiempos aproximados).

Km 30: Cambio de sentido en Atienza.

Primer participante: 17:40 horas (tiempos aproximados).

Último participante: 18:45 horas (tiempos aproximados).

Km 35: Cruce carretera CM-110 con la carretera CM-101.

Primer participante: 17:45 horas (tiempos aproximados).

Último participante: 19:00 horas (tiempos aproximados).

Km 55: Cruce carretera CM-101 (Negredo) con la carretera de Pálmac.

Primer participante: 18:10 horas (tiempos aproximados).

Último participante: 19:45 horas (tiempos aproximados).

Km 60: Final de la prueba de ciclismo (Boxes Pálmac).

Primer participante: 18:15 horas (tiempos aproximados).

Último participante: 20:00 horas (tiempos aproximados).



Carrera Pie:

Llegada a meta y final de la prueba (Pálmaces).

Primer participante: 19:10 horas (tiempos aproximados).

Último participante: 21:30 horas (tiempos aproximados).

PREVISIÓN DE PARTICIPANTES

Doscientos treinta (230).

SEÑALIZACIÓN DE LA PRUEBA

El recorrido del segmento ciclista estará señalizado por personal auxiliar que se situará en los cruces con otras carreteras y en todos los puntos susceptibles.

El tramo comprendido entre el cruce de Pálmaces con la CM-101 y la CM-1001 (segunda rotonda de Atienza) estará señalizado con conos en la mediana.

El personal auxiliar estará dotado de chalecos reflectantes homologados y de señales verticales.

VEHÍCULOS DE ORGANIZACIÓN

Dentro de la prueba sólo estarán autorizados los siguientes vehículos:

- 8 motos de Oficiales.
- 4-5 motos de Organización.
- 3 ambulancias (UVI móvil-soporte vital).
 - Estarán situadas en puntos estratégicos del segmento ciclista y sólo se incorporarán al recorrido si así fuera necesario.
- 3 vehículos de Organización.
- Vehículo de apertura y cierre de prueba.

Todos los vehículos irán acreditados con el correspondiente cartel de Organización.

SERVICIO SANITARIO

En el segmento de natación se contará con el apoyo de 3 a 5 motoras y 8/9 piraguas que cubrirán el recorrido.

La prueba contará con el apoyo de tres ambulancias, (UVI Móvil o ambulancia soporte vital), con tres médicos/as, enfermeros/as y con voluntarios/as de Cruz Roja y algunos/as técnicos/as sanitarios/as de Protección Civil.

En el segmento de natación, las ambulancias estarán en la zona cercana a la salida del agua, para disponerse durante el segmento ciclista en puntos estratégicos de este recorrido. Y luego al inicio del segmento de carrera a pie, una de ellas se situará en Meta y la otra en la parte contraria del recorrido de carrera a pie.

IDENTIFICACIÓN DEL DIRECTOR EJECUTIVO Y DEL RESPONSABLE DE SEGURIDAD VIAL

Director Ejecutivo de la prueba: **Don JOSÉ RAMÓN GIL MÍNGUEZ**, con DNI 03087041G
Tel.: 651 657 101

Responsables de seguridad vial: **Don JOSÉ RAMÓN GIL MÍNGUEZ**, con DNI 03087041G
Tel.: 651 657 101
Doña ALICIA MUCIENTES BAUTISTA, con DNI 00803956Z
Tel.: 639 044 790



Recorridos Triatlón Pálmac.es 2025

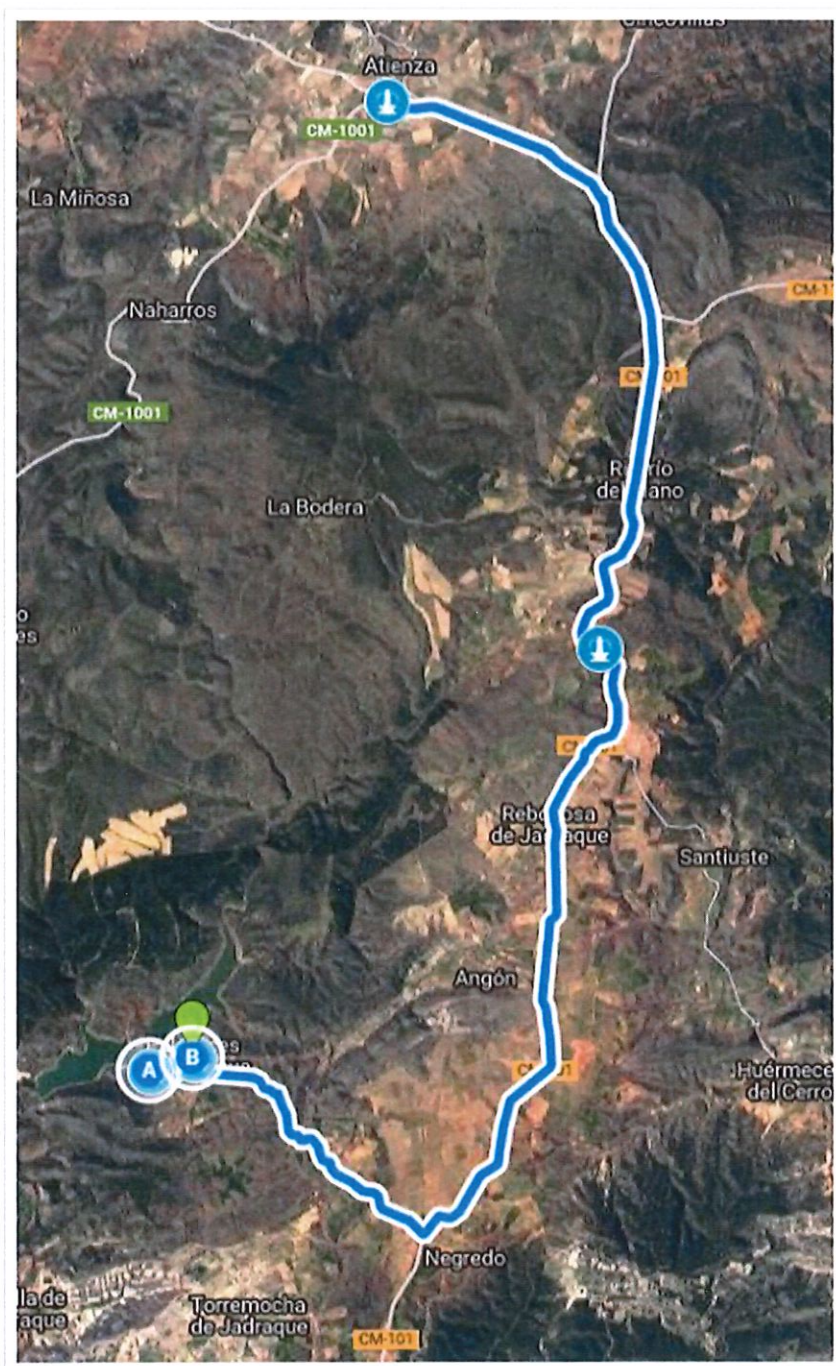
Natación:

La natación se lleva a cabo en el embalse de Pálmac.es y consiste en un triángulo de 1.800 metros al que se da una sola vuelta, en el sentido de las agujas del reloj.

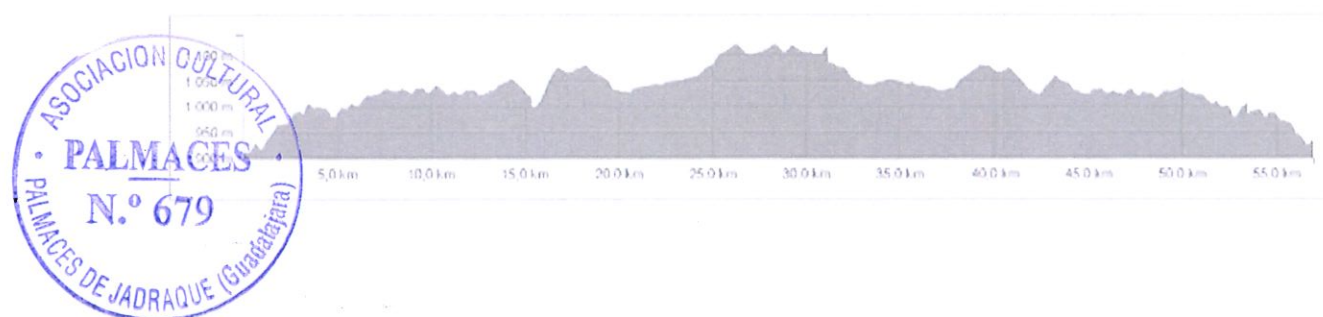


Ciclismo:

El ciclismo consiste en un recorrido de 60 kilómetros que va desde los boxes en la AT1, en el lugar donde se efectúa la natación, y un recorrido de ida y vuelta hasta Atienza, terminando en la plaza del pueblo de Pálaces, donde se encuentra la AT2.



Perfil del ciclismo:



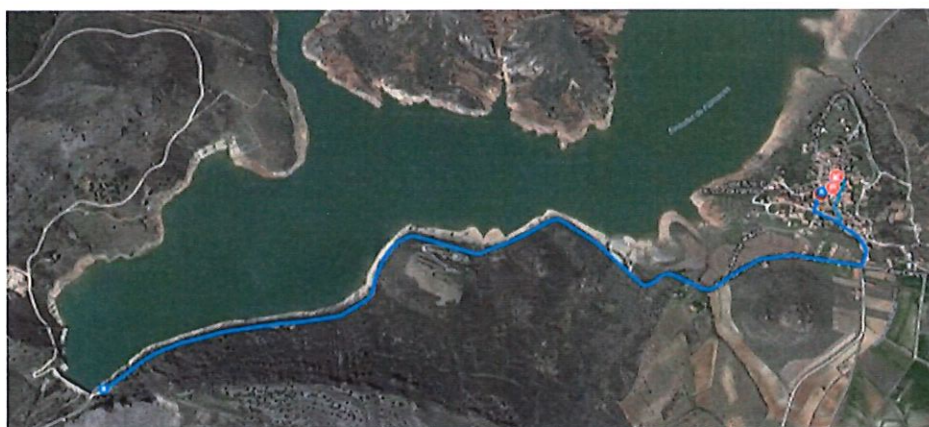
Carrera a pie:

La carrera a pie de 12 kilómetros se lleva a cabo dando dos vueltas a un circuito de 6 kilómetros en un ida y vuelta desde la plaza del pueblo hasta la caseta que se encuentra unos metros antes de la presa del embalse.

En la siguiente figura se puede ver el recorrido de carrera a pie en la zona de boxes y meta, y la salida del pueblo para iniciar cada una de las dos vueltas:



En la siguiente imagen se puede apreciar el recorrido completo, desde el pueblo hasta la caseta de la presa:



Perfil de carrera a pie:

