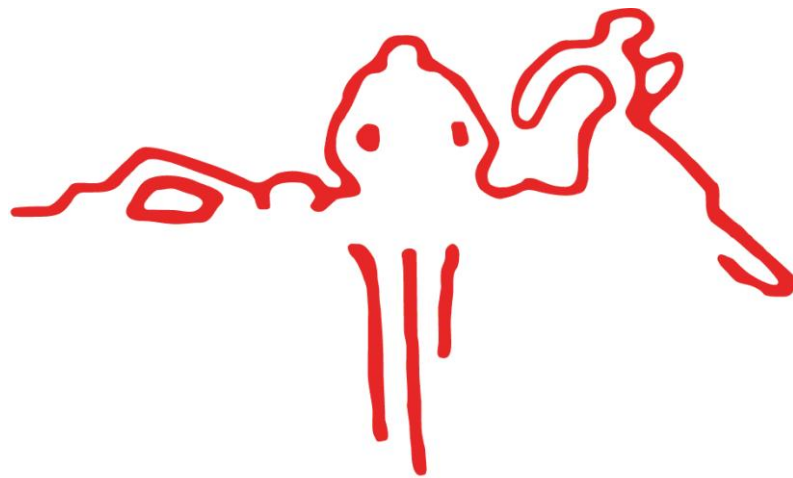


# Guia Pràctica del Federat



Federació Catalana de Triatló



FEDERACIÓ CATALANA  
DE TRIATLÓ



## Guia Pràctica del Federat

### 1. On trobar tota l'Informació de la Federació Catalana de Triatló - FCTRI

En la nostra plana web <http://www.triatlo.org> podràs trobar:



#### **LA FEDERACIÓ**

##### **Informació Pública: [Circulars]**

Circulars amb informació per a Federats. (Preus Llicències, Novetats, Acords de la Federació, Guia del Federat, etc.).

<http://www.triatlo.org/lafederacio/circulars.aspx>

##### **Informació de Normatives: [Reglament]**

Inclou Reglaments Organitzadors i Competicions, Estatuts, Guia del Federat i Cobertura Assegurança.

<http://www.triatlo.org/lafederacio/reglament.aspx>

#### **COMPETICIONS**

##### **Informació de Proves: [Calendari/Resultats]**

Calendari, Inscripcions, Llistes d'inscrits, Resultats, informació de recorreguts, dia, hora i lloc de la prova.

<http://www.triatlo.org/competicions>

##### **Informació de Rànquings: [Rànquing]**

Duatló de Muntanya, Duatló de Carretera i Triatló.

<http://www.triatlo.org/competicions/ranking.aspx>.

##### **Informació de Normatives i Reglaments: [Normativa]**

Reglament de Competició: <http://www.triatlo.org/docs/Reglamentcompeticio.pdf>

Reglament Competició per equips en Duatló: <http://www.triatlo.org/docs/reglamentperequips.pdf>

Reglament Circuit Català, Rànquing, Lliga de Clubs i Campionat de Catalunya:

<http://www.triatlo.org/docs/10regcc.pdf>

Cobertura Assegurança: <http://www.triatlo.org/docs/Cond.%20Particulars%20Acc.%20FC%20Triatló.pdf>

#### **CLUBS**

Relació de tots els clubs inscrits a la FCTRI.

<http://www.triatlo.org/clubs/>

#### **NOTÍCIES**

Relació de notícies relacionades amb el nostre esport.

<http://www.triatlo.org/noticies/>

#### **COMPETICIONS INFANTILS**

##### **Informació de Proves Infantils.**

Calendari, Inscripcions, Llistes d'inscrits, informació de recorreguts, dia, hora i lloc de la prova.

<http://www.triatlo.org/Infantil/>

#### **PROMOCIÓ I TECNIFICACIÓ**

Informació de les tasques que es duen a terme en els centres d'alt rendiment. CAR - BLUME

[http://www.triatlo.org/promocio\\_tecnificacio/](http://www.triatlo.org/promocio_tecnificacio/)

## Guia Pràctica del Federat

### 2. Com puc comunicar-me amb la Federació?

En la capçalera de la nostra plana web <http://www.triatlo.org> podràs trobar:



#### **CONTACTE**

Pots contactar amb la FCTRI pels següents medis:

Per correu electrònic des de la nostra plana web:

Informació en General:	<a href="mailto:info@triatlo.org">info@triatlo.org</a>
Secció Llicències:	<a href="mailto:llicencies@triatlo.org">llicencies@triatlo.org</a>
Secció Organitzadors:	<a href="mailto:organitzadors@triatlo.org">organitzadors@triatlo.org</a>
Secció Resultats i Competicions:	<a href="mailto:competicions@triatlo.org">competicions@triatlo.org</a>

Per Telèfon: 93.307.93.32

Per Fax: 93.221.52.89

Presencial: Passeig Joan de Borbó, 93 (Club Natació Barcelona),  
08039 Barcelona

Horari: Matí: 10:00h. – 13:00h.  
Tarda: 17:00h. – 20:00h.  
de Dilluns a Divendres

## Guia Pràctica del Federat

### 3. Com arribar-hi

Autobusos:

Línies: 17 – 39 – 64

17 Barceloneta – Av. Jorda

[http://www.tmb.net/ca\\_ES/barcelona/moute/planols/lineabusplano.jsp?linia=017](http://www.tmb.net/ca_ES/barcelona/moute/planols/lineabusplano.jsp?linia=017)

39 Barceloneta – Horta

[http://www.tmb.net/ca\\_ES/barcelona/moute/planols/lineabusplano.jsp?linia=039](http://www.tmb.net/ca_ES/barcelona/moute/planols/lineabusplano.jsp?linia=039)

64 Barceloneta – Pedralbes

[http://www.tmb.net/ca\\_ES/barcelona/moute/planols/lineabusplano.jsp?linia=064](http://www.tmb.net/ca_ES/barcelona/moute/planols/lineabusplano.jsp?linia=064)

### Plànol de Situació



## Guia Pràctica del Federat

### Nova seu de la Federació Catalana de Triatló



Entrada a la Federació Catalana de Triatló

### Pàrquing Privat reservat socis CNB



El pàrquing del Club Natació Barcelona es privat. Només tenen accés els socis del CNB.

## Guia Pràctica del Federat

### Pàrquing cotxes



**Pàrquing públic a 300 metres abans d'arribar al CNB.**

### Pàrquing motos



**Pàrquing públic per a motos al costat de les escales.**

## Guia Pràctica del Federat

### 4. On puc trobar tota la meva informació?

En la nostra plana web <http://www.triatlo.org> podràs trobar:



**ZONA PRIVADA FEDERATS** <http://www.triatlo.org/privada/>

Per accedir a aquesta zona només necessites entrar els teus 8 números del DNI (sense lletra) i introduir la teva paraula de pas, aquesta clau ha de tenir un mínim de 6 dígit.

La primera vegada que entris, la teva clau d'accés serà emmagatzemada per a pròximes vegades, en cas d'oblir, utilitza el botó "**Recuperar la contrasenya**" i automàticament se t'enviarà al teu correu la paraula de pas que utilitzaves.

Per accedir a la zona privada has d'introduir el DNI i la Contrasenya, i premer el botó 'Continuar'.

En cas que no tinguis contrasenya, introdueix una nova que serà la que utilitzaràs a partir d'ara.

Nº DNI:

Contrasenya:

**Prémer el botó [Continuar].**

Utilitats que pots fer servir a la teva Zona de Federat:

- Imprimir llicència (anvers).
- Imprimir llicència (revers).
- Imprimir Dorsal i Placa Bicicleta B.T.T. (Aquestes opcions imprimeixen el mateix document).
- Imprimir Placa Bicicleta de Carretera (anvers).
- Imprimir Placa Bicicleta de Carretera (revers).
- Resultats Temporada 2008-2009.
- Resultats Temporada Actual.
- Modificar Dades Personals.
- Modificar Codi de Xip Groc.
- Contestar Enquestes

**Important:**

Recomanem imprimir en paper tipus cartolina i plastificar les plaques de Bicicleta.

## Guia Pràctica del Federat

### 5. On puc tramitar la meva llicència

En la capçalera de la nostra plana web <http://www.triatlo.org> podràs trobar:



#### **TRAMITACIÓ DE LICÈNCIES** <http://www.triatlo.org/renovacions>

En aquesta zona podràs donar-te d'alta com federat o bé renovar la teva llicència. Recordem que el període de validesa d'aquesta llicència comença l'**1 de Novembre** de l'any en curs i acaba el **31 d'octubre** del pròxim.

Per poder realitzar el tràmit d'alta o renovació has de marcar la opció corresponent a la teva modalitat de llicència.

1. Opció: **Clubs**: Gestió altes i renovacions reservada exclusivament al personal intern del club. S'accedeix de forma privada mitjançant usuari i paraula de pas.
2. Opció: **Federats Independents**: Gestió d'altes noves per a la modalitat "Independent" i renovacions per a federats independents. S'accedeix entrant els 8 números del DNI (sense lletra).
3. Opció: **Federats amb llicència de club al dia**: Gestió de renovacions només per a federats amb llicència de club i que el club estigui al corrent en el pagament de la llicència federativa anual.

#### **Important:**

El canvi de modalitat en la llicència ha de ser notificat a la Federació per al seu corresponent tràmit.  
Exemples: De independent a Club / De Club a independent / De Club a un altre Club

■ Alta i tramitació de llicències

Només els federats independents i de clubs que tenen la quota pagada, podran fer la renovació a través de la web.

Clubs

Usuari:

Contrasenya:

Federats independents

DNI (sense lletra / sin letra):

Federats amb llicència de club al dia

DNI (sense lletra / sin letra):

**Prémer el botó [Enviar].**



## Guia Pràctica del Federat

El següent pas serà emplenar el formulari d'alta / renovació amb tots els camps, almenys, els obligatoris, realitzar el pagament i d'aquesta forma ràpida i senzilla obtindràs la teva llicència en Triatló.

### Formulari per altes i renovacions:

Renovació de llicències

Preu renovació

Nº llicència (DNI)\*  Letra

Només pot ser 8 números

Nom\*

Nombre / Name

Cognoms\*

Apellidos / Surname

Sexe\*

Sexo / Sex

Data naixement\*

Fecha de nacimiento / Birthday

Adreça

Dirección / Address

Codi Postal

Código Postal / ZIP code

Població

Población / City

Província

Provincia / State

Telèfon\*

Teléfono / Telephone

Telèfon mòbil

Teléfono móvil / Cell Phone

E-Mail\*

Club

Dorsal

Codi xip\* -----

Código chip / Chip code

Data renovació

Fecha de renovación / Renewal date

Tipus de llicència

Tipo de licencia / License

Categoria

Categoría / Class

Grup d'edat

Grupo de edad / Age group

Nacionalitat  Espanyola  Una altra (Otra / Other)

Nacionalidad / Nationality

Observacions

Observaciones / Comments

Talla Samarreta:

Grup Sanguini:

Al·legies o altres malalties:

\* Camps obligatoris  
Campos obligatorios / Required fields

He llegit i accepto les condicions de la Federació Catalana de Triatló de Caràcter Personal.

La Federació recomana que tothom realitzi periòdicament revisions mèdiques per tal d'avaluar el seu estat físic.

Prémer el botó [Continuar].

## Guia Pràctica del Federat

### 6. Quan i com tinc que fer la inscripció?

A totes les competicions i tal com queda establert en el reglament vigent, cal fer-ho via on-line o de manera presencial a la Federació abans de les 20:00 hores del dijous abans de la prova.

**No s'acceptarà cap inscripció per correu electrònic o fax.**

No s'acceptarà cap inscripció fora de termini o no formalitzada com s'estableix en el punt anterior.

En cas de que existeixi una limitació de places, es tancarà la inscripció un cop s'arribi a les establertes encara que sigui abans del dijous a les 20:00 hores.

No es retornarà cap inscripció un cop formalitzada, excepte en què se justifiqui una causa mèdica amb certificat facultatiu el dimecres abans de la prova.

Els federats de la Federació Catalana de Triatló estan obligats a competir amb el xip groc de Championship de la seva propietat i facilitaran el codi en el moment d'obtenir la llicència o en el moment de formalitzar la inscripció a una prova.

#### **Molt important:**

SI CANVIES DE XIP GROC, ES NECESSARI QUE MODIFIQUIS EL TEU NOU CODI ACCEDINT A L'APARTAT [ZONA PRIVADA FEDERATS] DE LA NOSTRA PLANA WEB.

LA NO ACTUALITZACIÓ DEL CODI XIP DONA COM A RESULTAT LA PERDUA DELS TEMPS, TANT FINAL COM PARCIALS I LA NO APARICIÓ A LES CLASSIFICACIONS DE LES PROVES QUE LA FEDERACIÓ CRONOMETRI.

Es recomanable per corregir qualsevol error consultar la llista d'inscrits de cada prova que trobareu a la web <http://www.triatlo.org/competicions> abans del divendres.

#### **Molt Important:**

LA LLISTA D'INSCRITS S'ACTUALITZA EN TEMPS REAL, ES A DIR, UNA VEGADA S'HA FET EL PAGAMENT DE LA PROVA, AUTOMÀTICAMENT QUEDA REFLECTIDA LA TEVA INSCRIPCIÓ A LA LLISTA D'INSCRITS.

### 7. Quin es el material obligatori que he de portar en una competició?

Es obligatori competir amb el material que des de la Federació s'ha lliurat com a identificatiu en el moment de tramitar la llicència es a dir:

- Dorsal de la temporada en curs.
- Gorro numerat.
- Placa de la bicicleta.
- Placa per la bicicleta de B.T.T.
- Xip groc de Championship.

Tal com estableix en el reglament, la pèrdua d'algun d'aquests elements o el no portar-los es motiu de desqualificació i aquest material serà revisat a l'entrada de boxes.

També es necessari que tingueu a punt sempre el neoprè (màxim 5 mm de grossor), ja que en ocasions i com a mesura de seguretat, per exemple bancs de meduses, es pot decidir el seu ús obligatori, malgrat la temperatura de l'aigua no sigui la reglamentada i que per reglament es mesura una hora abans.

## Guia Pràctica del Federat

### 8. Que he de fer si he perdut el material obligatori per competir?

Si perds qualsevol element del material obligatori per competir (gorro, xip, dorsal, placa de bicicleta) tindràs que tenir l'element perdut abans de realitzar qualsevol competició.

Pots obtenir aquest material a:

- Comprant-lo a Esportíssim: C/ Bolívia, 97 - 08018 Barcelona, Tel 93 300 33 14.
  - Gorro
  - Xip
  - Placa Bicicleta (en blanc)
  - Placa Bicicleta BTT (en blanc)
- Federació Catalana de Triatló: Passeig Joan de Borbó, 93 – 08039 Barcelona, Tel.: 93.307.93.32.
  - Xip.
- Imprimint-lo per la nostra web en la [Zona Privada Federats]:  
<http://www.triatlo.org/privada/>
  - Dorsal
  - Placa Bicicleta (Amb Dorsal)
  - Placa Bicicleta BTT (Amb Dorsal)

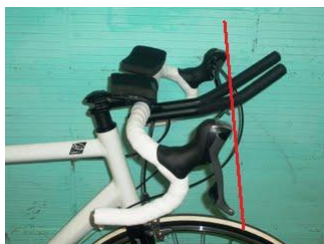
Recomanem imprimir en paper dur i plastificar la placa Bicicleta.

## Guia Pràctica del Federat

### 9. Que està prohibit fer a una competició i per que en poden desqualificar?

Cal tenir en compte per no ser desqualificat els següents punts:

- No portar el material identificatiu obligatori.
- Portar material no reglamentari per el tipus prova. Els acoblaments no podent sobresortir de les manetes de fre – en distancia superior a l'olímpica si està permès -, i tenen que estar taponats en els seus extrems.



- Portar neoprè si està prohibit. Els majors de 50 anys el poden portar sempre.
- Nedar amb el dorsal. El dorsal ha de quedar a boxes en el segment de natació.
- Retallar recorreguts (no passar per una boia, escurçar recorregut).
- Descordar-se el casc tenint contacte amb la bicicleta, sigui en el tram de ciclisme o en la transició a boxes o dins de boxes.
- Rebre ajut extern ja sigui d'un altre competidor o públic.
- Deixar coses mal col·locades a box, fer marques d'orientació dins de box.
- Portar el dorsal mal col·locat i no visible. Es sempre obligatori portar el dorsal visible per davant a la cursa a peu.

#### **Molt Important:**

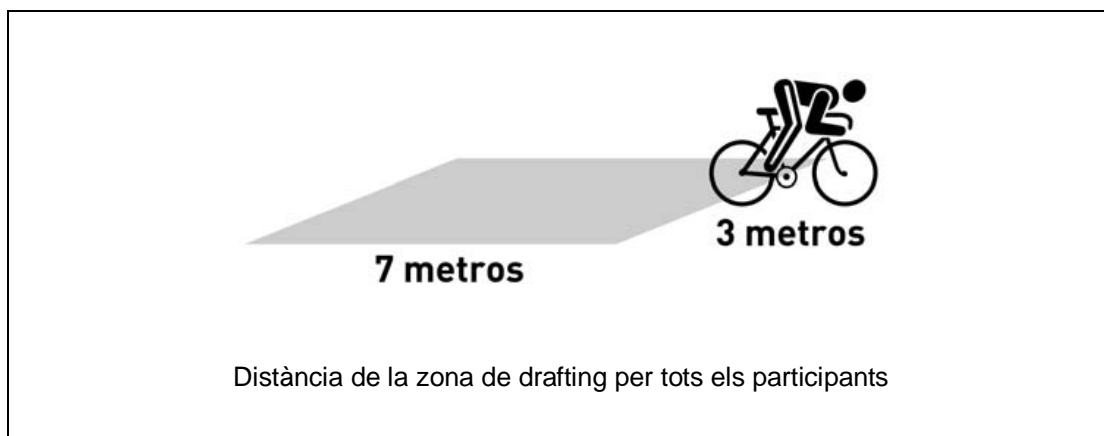
EL COMPETIDOR HA D'ARRIBAR A META AMB EL DORSAL DAVANT, PER FACILITAR ELS JUTGES LA PRESA MANUAL DE DORSALS I PER LA POSTERIOR COMPROVACIÓ DE LES CLASSIFICACIONS O POSSIBLES RECLAMACIONS.

- No obeir les indicacions dels jutges, comportaments antiesportius i falta de respecte a tercer.
- Anar a roda (Drafting) si no està permès.

## Guia Pràctica del Federat

### Reglament Drafting:

6.4.2. En les competicions en les quals no estigui permès anar a roda, no està permès aprofitar el deixant d'un altre competidor o d'un vehicle durant el segment ciclista. Es considerarà que un participant està infringint aquesta norma quan es trobi a menys de 7 m. per darrere o 1,5 m. a un costat d'un altre participant, o en algun lloc dins del rectangle delimitat per aquestes distàncies, en el que es coneix com zona de drafting. Un triatleta pot entrar en la zona de drafting per avançar al triatleta que el precedeix. Per a efectuar aquesta maniobra té 15 segons. Si passat aquest temps no s'ha produït l'avançament, el triatleta ha infringit la norma 6.4.4 de no anar a roda.



Un triatleta pot entrar en la zona de drafting d'altre triatleta, subjecte a la decisió dels jutges i oficials, en les següents circumstàncies:

- Si avança abans de 15 segons
- Per raons de seguretat
- En un avituallament
- A l'entrada o sortida de l'àrea de transició
- En girs pronunciats
- Altres raons de seguretat determinades pels jutges i oficial.

Un triatleta que és avançat, ha d'abandonar immediatament la zona de drafting del triatleta que l'està avançant.



Correcte: B està atrapant a A.

## Guia Pràctica del Federat



Incorrecte: B està atrapant a A, i B ara està en la zona de drafting de A.



Correcte: A i B mantenen una separació adequada. A i B no fan drafting.

Incorrecte: C no està intentant avançar a B, i està dins la seva zona de drafting.

6.4.3. En les competicions on estigui permès anar a roda, no està permès aprofitar el deixant d'un participant de diferent sexe. Tampoc està permès anar a roda per a aquells triatletes que circulant en el mateix grup, no es trobin en la mateixa volta del segment ciclista.

Això són algunes de les infraccions més comunes, però és molt aconsellable que us reviseu el reglament que està publicat a la web en la seva versió completa.

<http://www.triatlo.org/docs/Reglamentcompeticio.pdf>

## 10. Quin temps tinc per fer una reclamació , com i a qui?

Un cop penjades les classificacions provisionals i s'han anunciat els desqualificats podreu presentar durant una hora les al·legacions que trobeu oportunes, presentant un escrit amb una fiança de 30 € al jutge general de la prova.

S'estableix un període de gràcia de 24 hores un cop finalitzada la prova per tal de fer reclamacions sobre les possibles errors en les classificacions, que es tindrà que fer per escrit signat, fent-lo arribar a la Federació via fax al 93 221 52 89. No s'admetrà cap reclamació per correu electrònic. Passat aquest temps no es podrà variar la classificació.

## Guia Pràctica del Federat

### 11. Quines assegurances tinc, que he fer en cas d'accident i qui es l'àmbit de la meva llicència?

La teva llicència te àmbit nacional i internacional en tots aquells països en què hi ha acord de reciprocitat amb la Federació Española de Triatlón. Queden coberts per aquesta pòlissa els accidents soferts pels esportistes federats durant la pràctica esportiva conforme a l'establir en el RD 849/1993, de 4 de juny per MAPFRE, quedant excloses malalties o lesions cròniques o preexistents. Per a això s'haurà de presentar sempre el DNI.

El lesionat comunicarà l'accident a MAPFRE a través del telèfon 902.136.524, indicant el N° de pòlissa següent 055-0580000517 on li facilitaran el número d'expedient. Una vegada facilitat el número d'expedient, el lesionat demanarà a la Federació un comunicat d'accident i acudirà al Centre Mèdic concertat per MAPFRE més proper al lloc de l'accident o lesió per a ser atès, on farà lliurament d'aquest N°. de part degudament emplenat, sempre no es tracti d'una intervenció d'emergència que es tractarà el centre mèdic més proper.

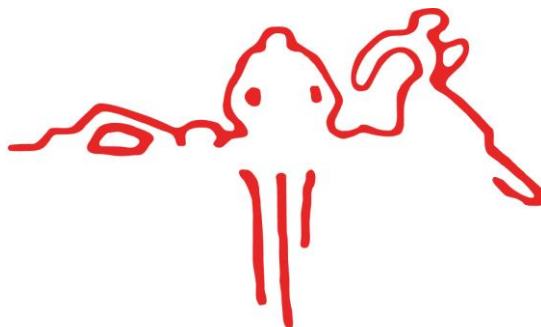
També teniu una pòlissa de Responsabilitat Civil contractada amb MNA N° 032400102680, que cobreix els danys que podeu provocar a tercer ( no propis ) amb una franquícia de 300,00.- €. En cas de sinistre us teniu que posar en contacte amb la Federació.

La llicència de temporada comença a partir del 1 de Novembre fins a 31 d'Octubre del any proper. Cobreix des de el dia de la tramitació.

#### **Contracte de la Federació amb Mapfre:**

<http://www.triatlo.org/docs/Cond.%20Particulars%20Acc.%20FC%20Triatló.pdf>

Esperem que aquesta breu guia sigui d'utilitat i així entre tots millorar el nostre esport a tots els nivells.



Federació Catalana de Triatló

La Federació que dóna més del que tu demanes