

TRIF 
TOUR
DELTEBRE

PRESENTACIÓN

Los próximos **6 y 7 de abril de 2024** en la población de Deltebre (Tarragona) tendrá lugar la IX edición del **TRIATLÓN DE DELTEBRE** bajo las siguientes distancias:

FECHA	HORA	MODALIDAD	NATACIÓN	CICLISMO	CARRERA A PIE
Sábado 6 de abril	09:00	SHORT	950m	57 km	10 km
	09:00	AQUABIKE	950m	57 km	-
	08:00	HALF	1.900	86 km	20 km
Domingo 7 de abril	09:00	OLÍMPIC	1.500	38 km	10 km
	09:40	SPRINT	750m	20 km	5 km

Este Triatlón tiene como centro neurálgico la localidad de Deltebre, que pertenece a la provincia de Tarragona, en la comarca del Baix Ebre y que es la población más cercana a la desembocadura del Río Ebro.

La prueba se ubica en la zona del puente Lo Passador y transcurrió por el Río Ebro, las bonitas y tranquilas carreteras anchas y totalmente planas de la zona y finalmente por el carril bici que va paralelo al río para acabar bajo el mismo puente el Pasador. Un lugar muy especial y bonito que hace que esta prueba se dispute en un marco incomparable.

PROGRAMA

VIERNES 5 DE ABRIL 2024

Horarios	Actividad	Lugar
17:30 – 20:30	Entrega de dorsales	Puente Lo Passador
19:30	Reunión técnica Short, Aquabike y Half	Puente Lo Passador

SÁBADO 6 DE ABRIL DE 2024

Horarios	Actividad	Lugar
06:00 – 07:30	Entrega de dorsales	Puente Lo Passador
06:30 – 07:15	Check-in Half	Boxes (Puente Lo Passador)
07:15 – 08:00	Check-in Short y Aquabike	Boxes (Puente Lo Passador)
08:00	Salida Triatlón Half	
09:00	Salida Triatlón Short & Aquabike	
12:30 – 14:30	Check Out (Retirada de Material)	Boxes (Puente Lo Passador)
13:00	Entrega de premios	Puente Lo Passador
16:00 – 19:00	Entrega de dorsales	Puente Lo Passador
18:00	Reunión técnica Sprint & Olímpico	Puente Lo Passador

DOMINGO 7 DE ABRIL DE 2024

Horarios	Actividad	Lugar
07:00 – 08:30	Entrega de dorsales	Puente Lo Passador
07:30 – 08:15	Check-in Olímpico	Boxes (Puente Lo Passador)
08:15 – 09:00	Check-in Sprint	Boxes (Puente Lo Passador)
09:00	Salida Triatlón Olímpico (Federados/as)	
09:03	Salida Triatlón Olímpico (No federados/as y relevos)	
09:40	Salida Triatlón Sprint (Federados/as)	
09:43	Salida Triatlón Sprint (No federados/as y relevos)	
11:30 – 13:30	Check Out (Retirada de Material)	Boxes (Puente Lo Passador)
12:00	Entrega de premios	Puente Lo Passador

CHECK IN

- El Check In es el acceso de los participantes a la Zona de Boxes (Área de transición) donde los jueces realizan el control y verifican el material de cada triatleta.
- **¿CÚANDO?** Short, Aquabike y Half – Sábado de 06:30 a 08:00h
 Sprint y olímpico – Domingo de 07:30 a 09:00h
- **¿DÓNDE?** Área de transición - Boxes, ubicado debajo del Puente El pasador (Av. Girona s / n). Puente que une Deltebre con Sant Jaume.
- Cada participante debe realizar su propio Check in, en ningún caso lo puede hacer un compañero u otro participante.
- El chip se entregará durante el check in.
- En la siguiente página te especificamos el material con el que tienes que acceder al Check In.

CHECK OUT

- El Check out es la retirada del material de cada participante de la Zona de Boxes (Área de transición) donde el personal de seguridad controla que cada triatleta se lleve su material.
- **¿CÚANDO?** Short, Aquabike y Half – Sábado de 12:30 a 14:30h
 Sprint y olímpico – Domingo de 11:30 a 13:30h
- **¿DÓNDE?** Área de transición - Boxes, ubicado debajo del Puente El pasador (Av. Girona s / n). Puente que une Deltebre con Sant Jaume.
- Cada participante debe realizar su propio Check out, en ningún caso lo puede hacer un compañero u otro participante.
- Al retirar el material debes llevar todo tu material sin haber perdido los dorsales que acrediten la bici, casco y dorsal de la carrera para facilitar su control.
- **IMPORTANTE:** En el caso de perder el dorsal tendrás de traer tu DNI y/o Pasaporte para acreditarlo.

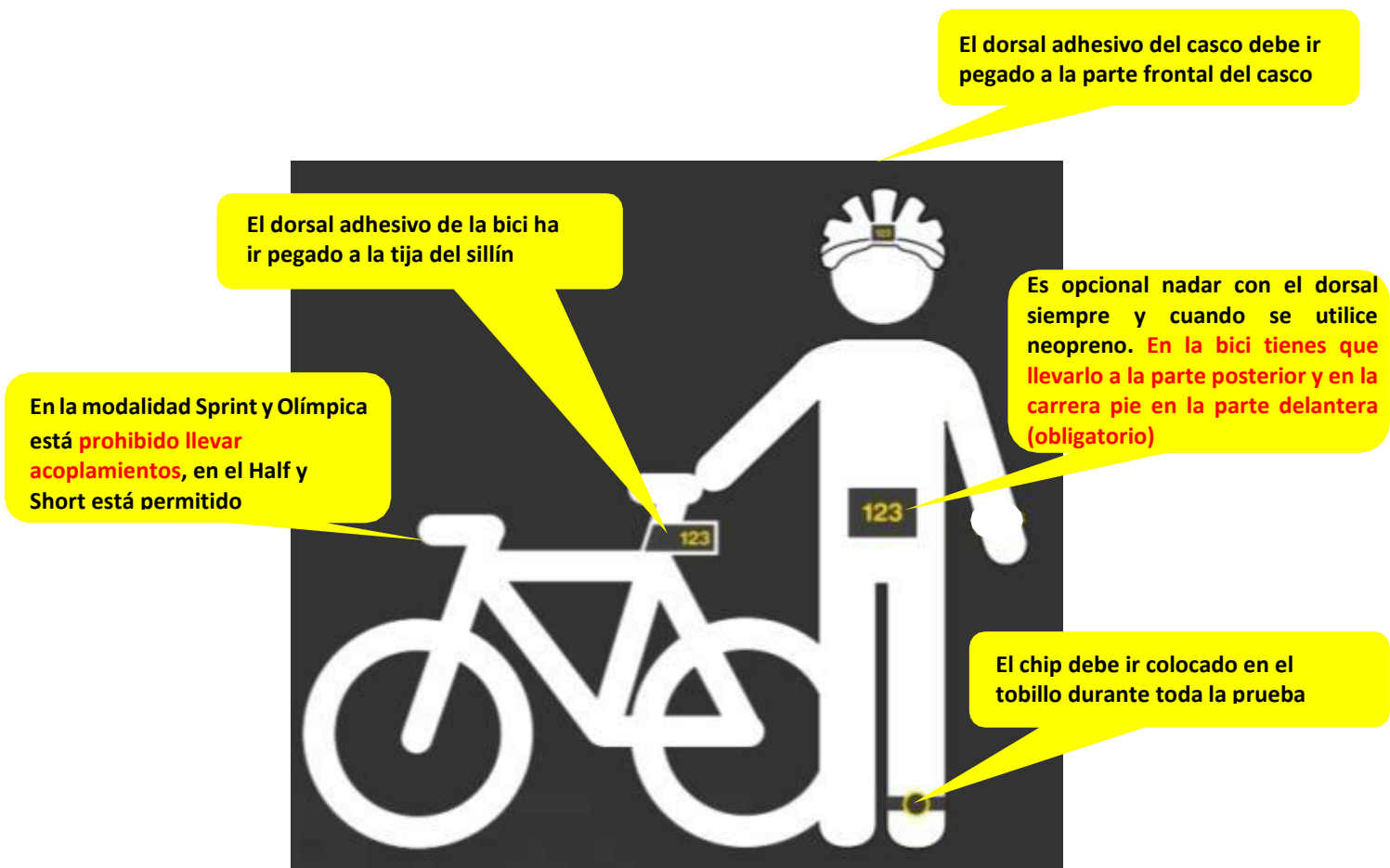
MATERIAL I BOXES

- Material necesario para la prueba y para el Check In:
 - ✓ Chip con velcro, colocado en el tobillo (entrega en la entrega de dorsales)
 - ✓ Dorsal con cinta lleva dorsal o imperdibles
 - ✓ Ropa (Sólo la que utilizarás durante la prueba)
 - ✓ Bicicleta con el adhesivo en la tija del sillín
 - ✓ Casco de bici con el adhesivo
 - ✓ Zapatillas de ciclismo (opcional pero recomendado)
 - ✓ Zapatillas de correr (excepto para la modalidad Aquabike)

- En la zona de Boxes SOLO se puede acceder exclusivamente con el material que utilizarás durante la competición. El resto de material debe dejarse en una mochila en el guardarropa con el adhesivo que se te ha entregado en la recogida de dorsales.

- El uso del neopreno será Obligatorio

- **IMPORTANTE:**
 - **El dorsal y chip de la Federación catalana de Triatlón NO SON VÁLIDOS para esta prueba**
 - **GUARDARROPA: Ubicado en el punto de inicio de la natación**



NATACIÓN

SPRINT	750m	OLÍMPIC	1.500m
SHORT & AQUABIKE	950m	HALF	1.900m

SE NADA A FAVOR DE LA CORRIENTE DEL RIO EBRO



MUY IMPORTANTE

1. El **GUARDA-ROPA** está ubicado en el punto de inicio de la natación y será un camión de la organización
2. Hay que ir con antelación al punto de inicio del segmento de natación, hay que ir **andando por el carril bici** paralelo al río

T1 – TRANSICIÓN NATACIÓN – CICLISMO



CICLISMO – SPRINT Y OLÍMPICO

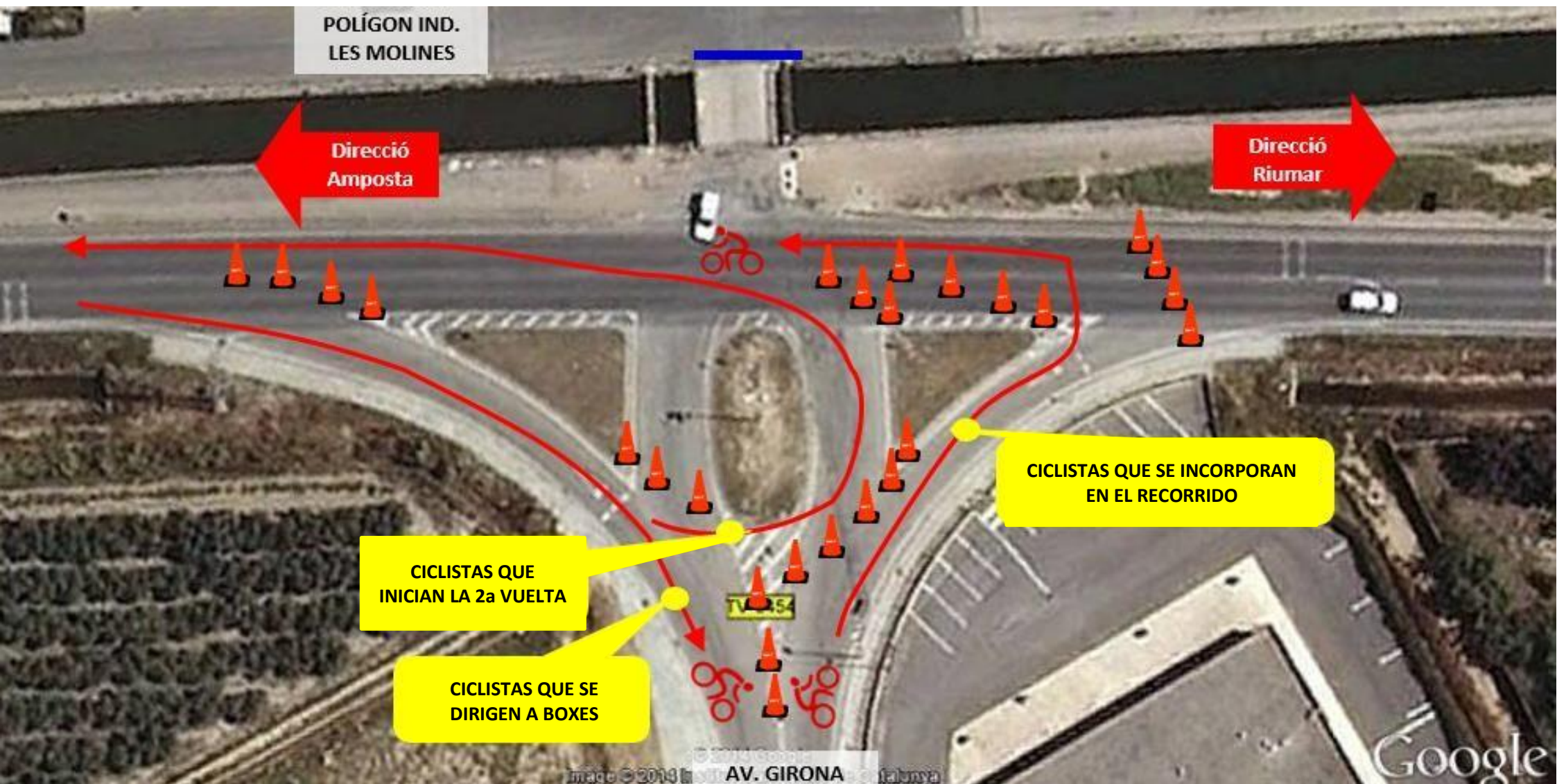
ITINERARIO: INICIO – Explanada en el lado del puente "Lo Passador" (Deltebre) - Av. Girona - Giro a la izquierda PK 12 de la Ctra. TV-3454 (dirección Amposta) - Seguir por la Ctra. TV-3454 - Punto de retorno (PK 2,7 de la carretera. TV-3454) - TV-3454 (dirección Riumar) - Giro a la derecha PK 12 de la Ctra. TV-3454 (en este cruce de la TV-3454 con c / Girona los participantes del Olímpico en la 1ª vuelta hacen giro de 180º para volver por la TV-3454 dirección Amposta y los del Sprint cogen Av. Girona hacia el Puente) - Av. Girona - Boxes de bicicletas – **FINAL**.

TRACK WIKILOC: [AQUÍ](#)



PUNTO IMPORTANTE CICLISMO – SPRINT Y OLÍMPICO

Inicio de vueltas o entrada al circuito



CICLISMO – HALF, SHORT Y AQUABIKE

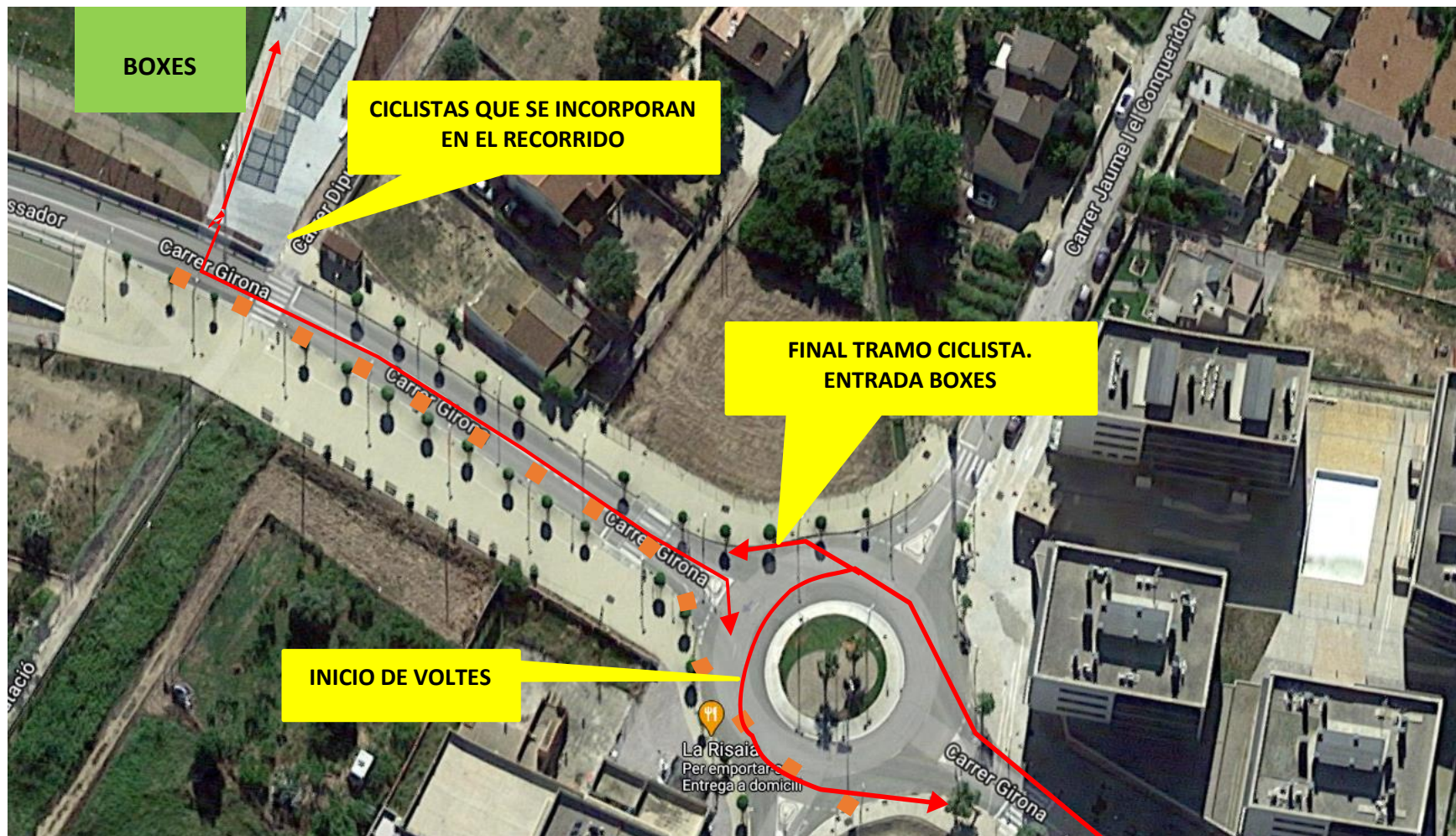
INICI – Explanada el lado puente "El pasador" (Deltebre) - Av. Girona - Giro a la derecha PK 12 de la Ctra. TV-3454 (dirección Riumar) - Seguir por la Ctra. TV-3454 - Punto de retorno (PK 13 de la carretera. TV-3454) - TV-3454 (dirección Amposta) - Giro a la derecha PK 8,3 de la Ctra. TV-3454 - TV3454a (Dirección la Aldea) - Camino del Lligallo de Victoria - Punto de regreso en el PK 4,5 de la Ctra. T-340 - Camino del Lligallo de Victoria (dirección Jesús y María) - TV-3454 - Giro a la derecha en el PK 8,3 de la carretera. TV-3454 - TV-3454 (dirección Amposta) - Punto de regreso PK 1 de la carretera. TV-3454 - TV-3454 (Dirección Riumar) - Giro a la derecha en el PK 12 de la Ctra. TV-3454 - Av. Girona - Cruce Av. Girona con c / Jaime I el Conquistador (Rotonda) — **INICIO Y FINAL DE VUELTAS.**

Track Wikiloc: [AQUÍ](#)

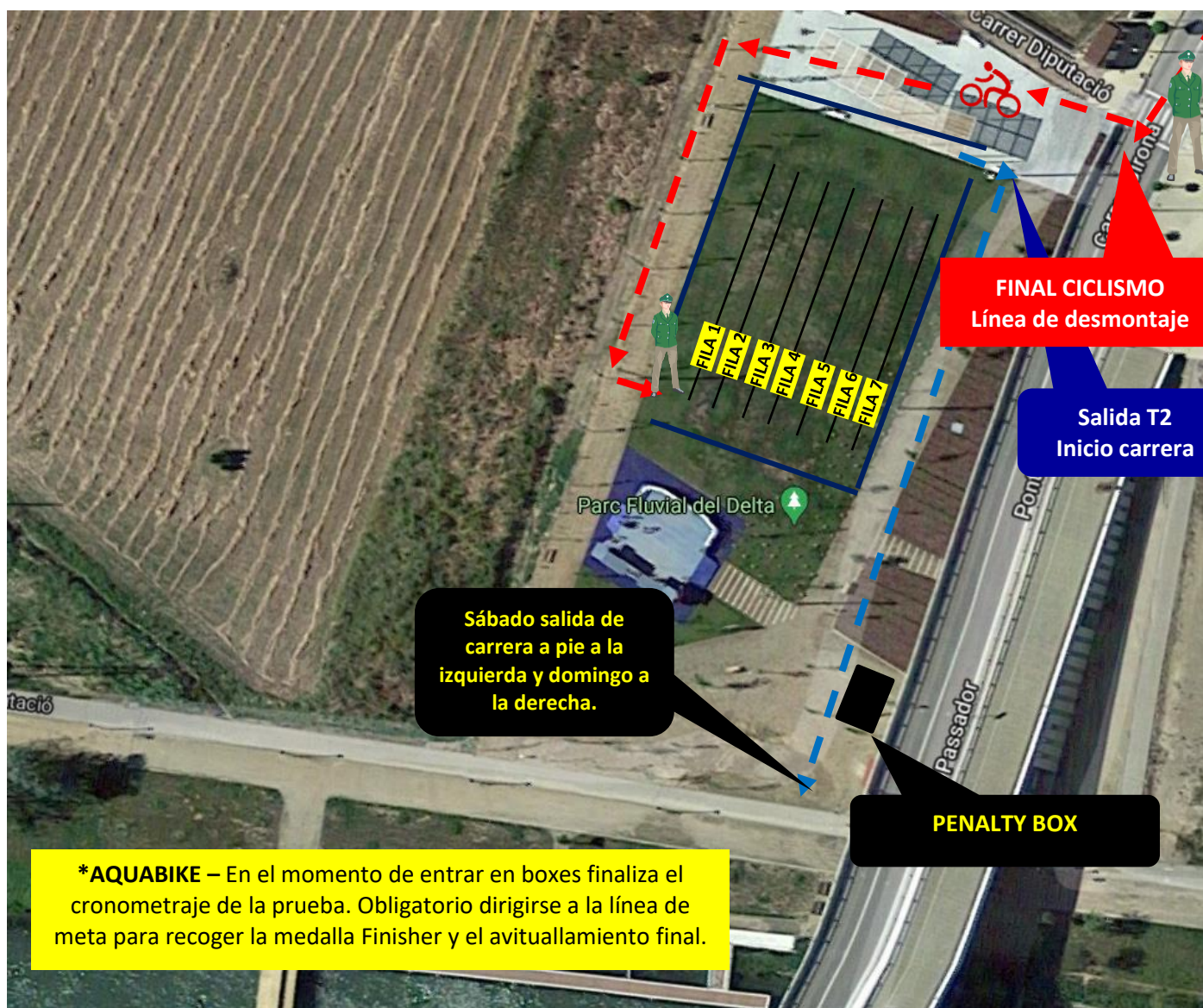


PUNTO IMPORTANTE CICLISMO – HALF Y SHORT

Inicio y final de vueltas o entrada al circuito



T2 – TRANSICIÓN CICLISMO – CARRERA A PIE (Final para la modalidad Aquabike*)



CARRERA A PIE – SPRINT Y OLÍMPICO

SPRINT 5 km (1 vuelta)

OLÍMPICO 10 km (2 vueltas de 5 km)

ITINERARIO:

El recorrido transcurre todo por el carril bici del Río Ebro por el lado de Deltebre. El recorrido es siempre de 2 sentidos.

TRACK WIKILOC: [AQUÍ](#)



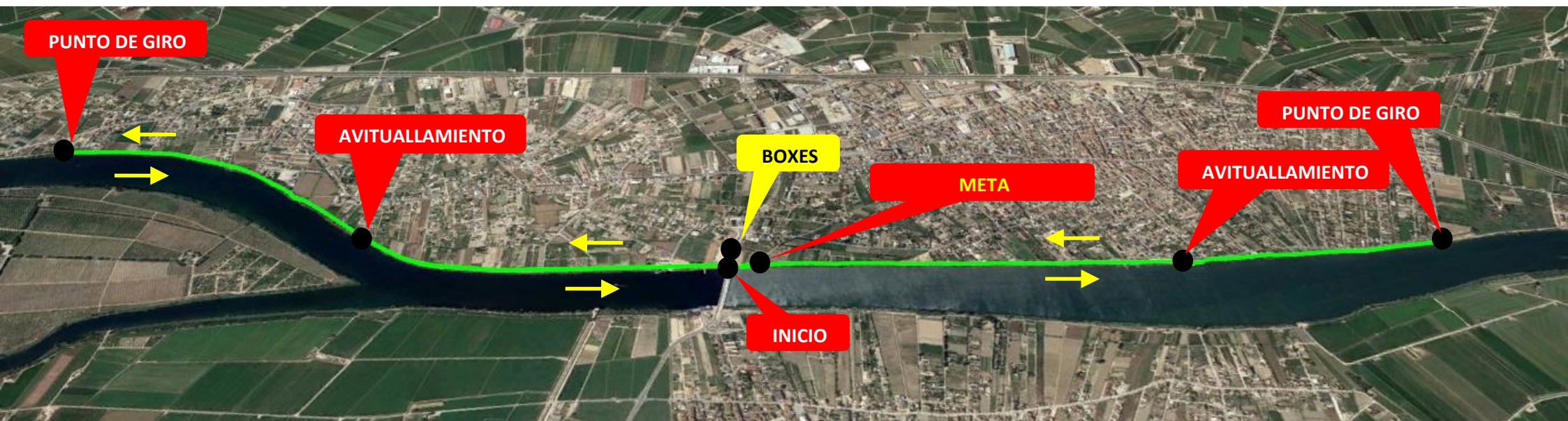
CARRERA A PIE – HALF Y SHORT

SHORT 10 km (1 vuelta) *HALF* 20 km (2 vueltas de 10km)

ITINERARIO:

El recorrido transcurre todo por el carril bici del Río Ebro por el lado de Deltebre. El recorrido es siempre de 2 sentidos.

TRACK WIKILOC: [AQUÍ](#)



RELEVOS

1. Los equipos de Relevos pueden estar integrados por 2 o 3 personas, pudiendo ser masculinos, femeninos o mixtos.
2. Cada componente realizará un segmento, o en el caso de ser 2 componentes, uno de ellos realizará 2 disciplinas del triatlón y la otra la restante.
3. Cada equipo tendrá un dorsal, menos el nadador que tendrá un gorro de natación marcado con el nº de dorsal del equipo. El Ciclista debe llevar el dorsal en la parte posterior (opcional) y el corredor en la parte delantera.
4. Todos los miembros de cada uno de los equipos de relevos deben entrar JUNTOS en la zona de BOXES para realizar el Check In.
5. En el espacio delimitado del equipo sólo se podrá dejar exclusivamente el material que se utilizará durante la prueba.
6. Sólo se permite entrar en boxes al relevista cuando el anterior componente ha iniciado su segmento.
7. El relevo se ejecuta en el lugar donde se tiene colgada la bicicleta en BOXES.
8. Para efectuar el relevo se debe entregar el chip el siguiente relevista. El chip debe ir colocado siempre en el tobillo.
9. Todos los componentes del equipo podrán acompañar al relevista que hace la carrera a pie en los últimos 100 metros de la prueba para cruzar juntos la línea de llegada.
10. Después todo el equipo podrá acceder a la zona de Post meta donde estuvo ubicado el avituallamiento final con todos los servicios para los triatletas.
11. Sólo habrá una sola clasificación por equipos de relevos, ya sean masculinos, femeninos y / o mixtas.

AQUABIKE

1. Las distancias de esta modalidad serán las mismas que para la modalidad Short, con la diferencia que se elimina el sector de carrera a pie.
2. Los participantes de la modalidad Aquabike harán la salida conjunta con los participantes de la modalidad Short.
3. La llegada para el Aquabike se establece de la siguiente manera:
 - Los deportistas acaban la competición cuando pasan por encima de la catifa de cronometraje situada en la entrada de boxes (final del segmento ciclista).
 - El tiempo registrado en ese momento, será el tiempo de llegada a meta.
 - Una vez el participante llegue a boxes, y teniendo en cuenta que la prueba ya ha acabado, debe dejar su material en su sitio en boxes y dirigirse a la zona de llegada para cruzar la meta.
 - ¡Sonríe! Te haremos tu foto de llegada, recibirás la medalla de participación y el avituallamiento final.

AVITUALLAMENTOS

MODALIDAD	CICLISMO	CARRERA A PIE
SPRINT	0	2
OLÍMPICO	0	4
SHORT	2*	4
AQUABIKE	2*	-
HALF	3*	8

* Km. 16, 44 y 72 del ciclismo

En la carrera a pie los avituallamientos están cada 2 km aproximadamente.

PRODUCTOS CICLISMO:

Agua + Plátano + Bebida Isotónica FINISHER + Geles de Glucosa FINISHER + Barretas FINISHER

PRODUCTOS CARRERA A PIE:

ESPRINT Y OLÍMPICO: Agua + Bebida Isotónica FINISHER + Geles de Glucosa FINISHER + Barretas FINISHER

HALF Y SHORT: Agua + Bebida Isotónica FINISHER + Coca-cola + Fruta + Geles de Glucosa FINISHER + Barretas FINISHER + Golosinas

NOTA MUY IMPORTANTE:

Al final de los avituallamientos habrá una zona habilitada para tirar todos los residuos. Es importante que todos los participantes tengan cuidado del medio natural para preservar el espacio tal como lo han encontrado. Tirar envoltorios o residuos por el recorrido es motivo de descalificación.

ASPECTOS IMPORTANTES

➤ Tiempo de corte

MODALIDAD	NATACIÓN	NATACIÓN + CICLISMO	LÍNEA DE LLEGADA
SPRINT	25'	1h 30'	2h 15'
OLÍMPICO	40'	2h 30'	3h 40'
SHORT	30'	3h 30'	5h
AQUABIKE	30'	3h 30'	3h 30'
HALF	50'	4h 15'	6h 30'

NOTA IMPORTANTE: La natación es con la corriente del río Ebro a favor.

➤ Cómo llegar – Consúltalo [aquí](#)

➤ Zona de aparcamiento – La zona habilitada de aparcamiento es la explanada ante la Biblioteca de Deltebre, ubicada en la Av. Girona s/n. Consúltalo [aquí](#)

➤ Servicios a los participantes

- ✓ Camiseta oficial TriTour
- ✓ Bolsa del participante con productos locales y colaboradores
- ✓ Avituallamiento(s) completos y variados durante el recorrido
- ✓ Avituallamiento final
- ✓ Para las distancias Short y Half, degustación de arroz del Delta en el avituallamiento final gracias a Arròs Montsià
- ✓ Medalla finisher para todos los participantes
- ✓ Recuperación post-carrera de la mano de Compex
- ✓ Fotografías al largo del recorrido
- ✓ Servicio de guardarropa. IMPORTANTE: se entrega en el punto de inicio de natación y se recoge en la línea de llegada
- ✓ Servicio de vestuarios y duchas después de la prueba (Complex Esportiu del Delta)
- ✓ Entrada gratuita al Complejo Deportivo del Delta para todos los participantes el viernes, sábado y domingo. Para acceder se tiene que mostrar el justificante de inscripción a la prueba
- ✓ Seguimiento online de los participantes durante la prueba gracias a Wefeel Crono
- ✓ Gran dispositivo médico a lo largo de toda la prueba.
- ✓ Zona de aparcamiento gratuita

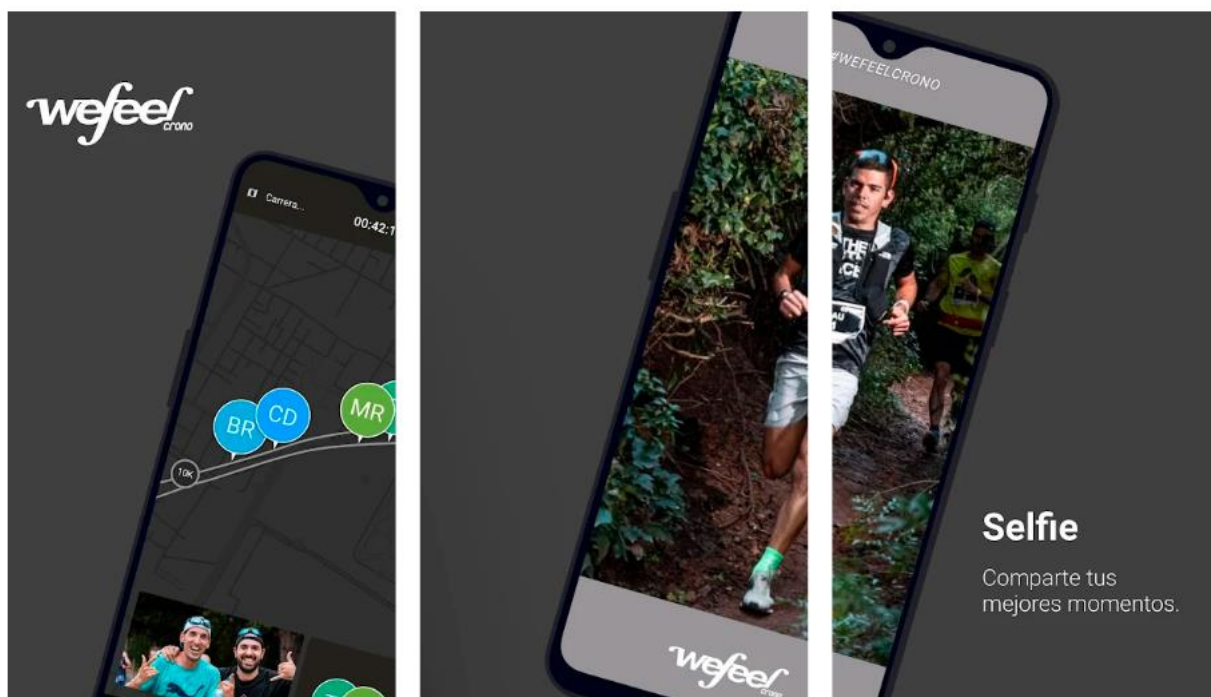
APP WEFEEL CRONO

¡Consulta los tiempos y sigue en directo a los tuyos con Wefeel Crono!

Con la aplicación de **Wefeel Crono** podrás acceder a contenidos exclusivos del triatlón de Deltebre y mucho más. Además, te permitirá ver de forma rápida las clasificaciones al instante así como consultar el predictivo de las personas a las que sigues.

[DESCARGA PARA IOS](#)

[DESCARGA PARA ANDROID](#)



TRITOUR
2024

TRI
TOUR
DELTEBRE

6-7 Abril

TRI
TOUR
AMPOSTA

8-9 Juny

TRI
TOUR
PONT DE SUERT

6-7 Juliol

TRI
TOUR
TOSSA DE MAR

14 Setembre