

NORMATIVA

1. DEFINICIÓN

Es una competición por equipos que proviene de la contrarreloj por equipos del ciclismo.

2. FORMATO

El formato es de contrarreloj con salida individualizada para cada equipo

3. EQUIPOS

- Los equipos estarán compuestos por un máximo de seis y un mínimo de cuatro deportistas del mismo sexo y club.
- Dentro del mismo equipo se podrán combinar deportistas pertenecientes a diferentes categorías que podrían tomar parte en una competición individual de la misma distancia.
- Los equipos deben llevar durante toda la competición el uniforme del club que será el mismo para todos los componentes del equipo.

4. DISTANCIAS

Se celebrará sobre la distancia sprint. La distancias serán: 750 m – 22,6 Km – 5 km.

5. SALIDA

Los equipos se presentarán en la cámara de llamadas, cinco minutos antes de la hora de salida asignada. Cada equipo tomará la salida en conjunto y al completo. Los equipos que tomen la salida con retraso, deberán esperar a que el oficial de salida les permita iniciar la competición, nunca a menos de treinta segundos del equipo anterior y su hora de salida será la que tenían asignada.

6. NATACIÓN

Los miembros de un equipo pueden ayudarse entre sí (por ejemplo, empujando, tirando o llevando a un compañero) siempre por sus propios medios y sin el uso de ayudas externas.

7. CICLISMO

- Se seguirá lo estipulado en el reglamento de competiciones para aquellas competiciones en las que ir a rueda durante el segmento de ciclismo no esté permitido. Los/as integrantes de un equipo pueden ir a rueda entre ellos/as.
- Si un equipo alcanza a otro no puede situarse a la estela del equipo alcanzado. Durante los adelantamientos los equipos mantendrán una distancia lateral de dos metros. Después del adelantamiento el equipo adelantado deberá retrasarse hasta una distancia de 25 metros detrás del equipo que le ha superado. El equipo que intentando adelantar no lo consiga deberá retrasarse también 25 metros. Si fuera necesario, un oficial puede obligarles a mantener esas distancias. Los/as deportistas descolgados/as de su equipo no podrán ir a la estela ni preceder a ningún otro equipo o deportista descolgado/a. El equipo adelantado deberá facilitar la maniobra de adelantamiento del equipo que lo alcanza.
- En caso de que uno o más integrantes del equipo se encuentren descolgados/as a más de 30 segundos de su

8. CARRERA A PIE

- Los componentes de un equipo pueden ayudarse entre sí, pero sin la ayuda de elementos externos a la competición
- En el caso de que uno o más integrantes del equipo se encuentren descolgados a más de 30 segundos de su equipo deberán abandonar la competición

9. AREAS DE TRANSICIÓN

El área de transición incluirá una zona de espera, próxima a la salida de esta, en la que los/as deportistas podrán esperar a otros/as miembros de su equipo. Los equipos podrán salir del área de transición cuando estén presentes al menos cuatro de sus integrantes en la zona de espera. El/La quinto/a y sexto/a integrante tendrá un margen de 30 segundos para abandonar el área de transición. Pasado este tiempo no podrán continuar compitiendo.

10. CRONOMETRAJE Y RESULTADOS

El tiempo del equipo será el del/a cuarto/a deportista que cruce la línea de meta. Los tiempos intermedios se tomarán también sobre el/la cuarto/a componente del equipo en ese momento.