



Juegos  
Deportivos  
Provinciales  
Circuitos

# DUATLÓN CROSS

**CARBONERAS**

**15-12-2018**

**BERJA**

**DEPORTE**

PARA TODOS  
ENTRE TODOS  
Y PARA

*siempre*



ALMERÍA  
**JUEGA  
LIMPIO**  
DEPORTE  
ESCOLAR

Colaboran:

Ayuntamiento de Carboneras

Ayuntamiento de Berja

Delegación Almeriense de la Federación Andaluza de Triatlón



DIPUTACIÓN  
DE ALMERÍA

## Destinatarios y categorías

Podrán participar en el “Circuito de Promoción del Duatlón Cros”, de forma general deportistas en edad escolar inscritos/as en programas de iniciación deportiva de los municipios de la provincia de Almería, en condiciones físicas idóneas por la práctica del Duatlón Cross.

El circuito estará compuesto de 2 pruebas puntuables, a celebrar en las fechas y sedes siguientes:

JORNADAS	FECHAS	SEDES
1ª	15.12.2018	Carboneras (Parque Andaluz)
2ª	Pendiente	Berja

El circuito queda abierto para las siguientes categorías, tanto masculina como femenina:

MODALIDAD	CATEGORÍA	NACIDOS EN
Duatlón Cross	Benjamín	2008/2009
	Alevín	2006/2007
	Infantil	2004/2005

## Sistema de inscripción de participantes

- Adscripción al programa:

Las entidades que estén interesadas en participar en este circuito deberán estar adscritas al programa. Este trámite de adscripción se realiza una sola vez independientemente que se pretenda participar en actividades de “Ligas Educativas de Promoción Deportiva”, “Encuentros Educativos de Promoción Deportiva”, “Talleres Educativos de Promoción Deportiva” o “Circuitos de Promoción del Rendimiento de Base”.

En el caso que el club deportivo no se haya adscrito al programa previamente para su participación en otra actividad, y quiera inscribir grupos de participación en este contenido del programa, deberá cumplimentar el formulario de adscripción para “Juegos Deportivos Provinciales”.

De conformidad con lo indicado en el art. 14.2 de la Ley 39/2015, de 1 de octubre, del Procedimiento Administrativo Común de las Administraciones Públicas, la tramitación de este procedimiento será electrónica, por lo que la realización de cualquiera de sus trámites se efectuará según el siguiente proceso:

- Procedimiento para Ayuntamientos

[http://www.dipalme.org/Servicios/Informacion/Informacion.nsf/AA57F41F111E8709C1257D57002E601E/%24file/P\\_Ads\\_JDP\\_Aytos.pdf](http://www.dipalme.org/Servicios/Informacion/Informacion.nsf/AA57F41F111E8709C1257D57002E601E/%24file/P_Ads_JDP_Aytos.pdf)

- Procedimiento para Centros Educativos y Clubes

[http://www.dipalme.org/Servicios/Informacion/Informacion.nsf/AA57F41F111E8709C1257D57002E601E/%24file/P\\_Ads\\_JDP\\_Entidades.pdf](http://www.dipalme.org/Servicios/Informacion/Informacion.nsf/AA57F41F111E8709C1257D57002E601E/%24file/P_Ads_JDP_Entidades.pdf)

Ambos formularios así como el resto de documentación (bases y normativas) de JDP se encuentra disponible en la web de la Diputación de Almería:

<http://www.dipalme.org/Servicios/cmsdipro/index.nsf/informacion.xsp?p=deportes&documentId=AA57F41F111E8709C1257D57002E601E>

En su caso, los Clubes interesados pueden acogerse a la adscripción del ayuntamiento de referencia y participar bajo su tutela.

- Derechos de Inscripción:

Para todas las categorías las inscripciones se formalizarán a través de la página web [www.todofondo.net](http://www.todofondo.net) (<http://www.todofondo.net/prueba/ver/i-circuito-provincial-de-duatlon-cros-de-promocion---155/>) y con un coste único de 6€ por deportista que incluye las dos jornadas del circuito. La inscripción quedará formalizada una vez cumplimentados los datos del participante y realizado el pago on-line correspondiente.

El plazo máximo de inscripción es hasta las 14:00 h. del miércoles de la semana anterior a la disputa de cada jornada, para aquellos que quieran transporte aportado por la Diputación de Almería, y para el resto el plazo será hasta el jueves de la misma semana de la prueba. No se admitirán inscripciones posterior a esta fecha, ni en el día del evento.

- Documento acreditativo de la edad: Todos los participantes en este programa deberán acreditar (mediante documento oficial) su inscripción en la categoría que corresponda a su edad. Así pues, para la acreditación en las distintas categorías será necesario aportar la siguiente documentación: D.N.I. o pasaporte; los atletas extranjeros deberán aportar Permiso de Residencia.
- En el momento de la primera inscripción se le asignará a cada atleta un dorsal con el que deberá competir con él.
- Para el Circuito de Duatlón Cross sólo será necesaria una inscripción del atleta, valiendo para el resto del circuito.
- El día de la prueba se deberá confirmar los deportistas presentes a la Secretaría de la Organización, por parte del Monitor/Delegado de cada club/grupo hasta 15 minutos antes del comienzo de la misma no aceptándose ninguna inscripción nueva.
- Los menores de 18 años tendrán que cumplimentar la autorización paterna, según modelo normalizado debidamente firmado (anexo1) y presentarla el día de la Prueba (se recuerda que este requisito es imprescindible para admitir la inscripción y participación de un/a deportista menor de edad y que la suplantación de la firma será responsabilidad del/a monitor/a-delegado/a responsable de este procedimiento).

## Gestión presupuestaria

La Diputación de Almería gestionará los siguientes conceptos de gastos:

- Servicios de organización
- Servicios técnicos especializados.
- Transporte de los grupos de participación hasta la categoría juvenil.
  - Para grupos de participación de Ayuntamientos de hasta 10.000 habitantes adscritos al programa.
  - Los grupos de participación de Ayuntamientos mayores de 10.000 habitantes, así como de los de centros educativos y entidades deportivas no adscritas a través de su Ayuntamiento, podrán beneficiarse de los servicios de transporte ya establecidos para equipos de Ayuntamientos menores de 10.000 habitantes en función del cupo de plazas libres.

## Uso de los servicios de transporte

En los servicios de transporte facilitados por la Diputación de Almería, solamente podrán ser usuarias de éstos las personas inscritas en la actividad. En ellos, será obligatoria la presencia de un/a técnico/a-educador, sin su presencia el grupo de participación en cuestión no deberá hacer, en ningún caso, uso del servicio de transporte. Las incidencias que pudieran derivarse por el incumplimiento de esta norma son de exclusiva responsabilidad de las entidades de referencia (Ayuntamientos / Centros Escolares / Clubes).

## Presentación de Grupos de Participación

Para que una actividad pueda dar comienzo es necesario que las personas responsables de cada equipo participante se presenten, en su caso, a los/as técnico/as de supervisión y, en toda circunstancia, al equipo de dinamización.

Sin su presencia y disponibilidad efectiva para asumir las funciones que le corresponden no se permitirá la participación del equipo afectado.

## Prevención y actuación ante incidencias

Para la atención de un posible traslado de participantes a un centro sanitario o situación similar, es recomendable que los grupos de participación cuenten con más de una persona adulta que puedan asumir su responsabilidad según marca esta normativa

En última instancia, si no se puede garantizar la dirección de un grupo de participación por una persona adulta, el equipo de dinamización, con la conformidad del/la técnico/a de supervisión de turno, dará por finalizada su participación en la actividad.

## Desarrollo

La secretaría técnica, para el control de la documentación, recogida de dorsales, estará habilitada de manera general una hora antes y hasta 15 minutos previos al comienzo de la prueba.

Las dos jornadas del circuito serán puntuables para la clasificación Final.

El horario para cada encuentro será el siguiente:

10:15 – 10:45 h.: Presentación grupos de participación

11:00 h. Inicio de la actividad

13:30 h. Fin de la jornada

## Distancias aproximadas y Horarios

CATEGORÍA	1ª Carrera a pie	Ciclismo	2ª Carrera a pie	HORARIO
Benjamín	500 m.	2.000 m.	250 m.	11:00 h
Alevín	1.000 m.	4.000 m.	500 m.	11:20 h
Infantil	2.000 m.	8.000 m.	1.000 m.	11:50 h

## Sistema de puntuación y clasificación

El sistema de puntuación que se va a seguir es el siguiente:

Se hará una clasificación individual en cada una de las jornadas obteniendo premio los 3 primeros clasificados de cada categoría.

A cada duatleta se le asignará los puntos correspondientes al puesto que obtenga en la general de su categoría. Al 1º clasificado 1 punto, al 2º clasificado 2 puntos, al 3º clasificado 3 puntos, y así sucesivamente hasta completar todos los corredores que hayan terminado la carrera.

Para poder optar a la clasificación final (Campeón Provincial), habrá que haber participado en las 2 pruebas. La puntuación final de cada duatleta será la suma de las dos puntuaciones obtenidas por este. El/la duatleta que menos puntos tenga será el ganador del circuito y así sucesivamente para el resto de puestos de la clasificación final. En caso de empate se tendrá en cuenta el que mejores puestos haya obtenido.

## Organización-Reclamaciones

1.- Cada prueba deberá reunir duatletas de su misma categoría, salvo en aquellas que la organización considere que hay que unificar por su escasa participación.

2.- Cada deportista durante todo el Circuito deberá permanecer en la categoría que le corresponde por su edad, en la que se inscribió.

3.- La organización se reserva el derecho de decidir la forma de puntuación de las pruebas del Circuito, en caso de suspensión o aplazamiento de alguna de las jornadas.

4.- El órgano encargado de velar por el cumplimiento de este reglamento será en primera instancia el Juez Árbitro de la competición.

5.- Las reclamaciones relativas a resultados o cuestiones que surjan durante el desarrollo de las pruebas deben presentarse sin dilación, no más tarde de 15 minutos desde la publicación de las clasificaciones provisionales, exponiendo de forma clara y concisa el motivo de la reclamación, con la oportuna identificación y la firma del interesado.

Habrà un fallo del comité apelación antes de la entrega de premios y que será de carácter inapelable.

Una vez clausurada la prueba y entregados los premios, no se podrá modificar ningún resultado de los plasmados en el tablón de anuncios de la organización.

6.- Podrán ser descalificados los duatletas que:

- ✓ Inscribirse con datos falsos.
- ✓ No atender a las indicaciones de la Organización
- ✓ Manifiestar un comportamiento no deportivo
- ✓ No realizar el recorrido completo
- ✓ No llevar el dorsal visible, en el pecho o manillar de la bici, o llevarlo incorrectamente, manipulado o doblado.
- ✓ Llevar la publicidad del dorsal recortada o alterada.
- ✓ Participar con un dorsal/chip asignado a otro corredor/a.
- ✓ Utilizar un dorsal no autorizado por la organización.
- ✓ Ir equipado con indumentaria no apropiada para la práctica del duatlón.
- ✓ Entrar en meta sin dorsal

7.- Las jornadas de duatlón cross en los aspectos técnicos se regirán tanto por el Reglamento Nacional de Triatlón, como por las Normas Generales de Competición de la Real Federación Andaluza de Triatlón.

8.- Todos los participantes inscritos aceptarán las normas que regirán esta competición.

9.- Se sancionará con la pérdida de todos los puntos conseguido hasta la fecha, al club, entidad o grupo, que suplan la entidad entre sus miembros.

10.- Cualquier motivo que no esté recogido en la normativa, quedará supeditado al criterio de la organización.

D./D<sup>a</sup> \_\_\_\_\_, con DNI/pasaporte en vigor número: \_\_\_\_\_, y teléfono de contacto: \_\_\_\_\_, en mi condición de padre/madre/tutor/tutora de D./D<sup>a</sup> \_\_\_\_\_, con DNI/pasaporte en vigor número: \_\_\_\_\_ o en su defecto fecha de nacimiento: \_\_\_\_\_, deportista inscrito por la entidad \_\_\_\_\_, por la presente

## AUTORIZO:

1. A su inscripción en el programa "JUEGOS DEPORTIVOS PROVINCIALES 2018/19" organizado por la Diputación de Almería y a su participación en el contenido de \_\_\_\_\_, en la modalidad deportiva de \_\_\_\_\_, en cuantas actividades sean convocadas con el equipo. Igualmente manifiesto mi consentimiento para realice salidas fuera de la localidad para participar en las citadas actividades deportivas.

2. A que la Diputación de Almería puede realizar y usar fotografías y/o grabaciones de los participantes, durante las actividades deportivas citadas en el punto anterior, en las que pueda aparecer, para la memoria y difusión de la actividad, sin derecho por parte del participante a recibir compensación económica alguna.

3. De conformidad con la normativa de protección de datos personales, le informamos que los datos que se recogen en este formulario serán objeto de tratamiento en la actividad ACTIVIDADES DEPORTIVAS responsabilidad de DIPUTACIÓN DE ALMERÍA con la finalidad de GESTIÓN DE LA ACTIVIDAD DE FOMENTO, ANIMACIÓN Y PROMOCIÓN DEL DEPORTE EN EL ÁMBITO DE LA PROVINCIA DE ALMERÍA. ASÍ COMO EL USO DEL PABELLÓN MOISÉS RUIZ, en base a la legitimación de CONSENTIMIENTO, OBLIGACION LEGAL, INTERES PUBLICO. Mas informacion sobre Proteccion de Datos personales en esta dirección electrónica: <https://app.dipalme.org/proDatos/registros/registrosActRespConsulta.zul?id=30>, en el apartado de privacidad de [www.dipalme.org](http://www.dipalme.org) o bien en la oficina de información o dependencia donde realice su gestión. Puede ejercitar los derechos de acceso, rectificación, supresión, oposición, limitación y portabilidad, siguiendo las indicaciones facilitadas, previa acreditación de su identidad. Con la firma de este formulario, confirmo que he leído y acepto el tratamiento de mis datos personales para la actividad ACTIVIDADES DEPORTIVAS.

## A SU VEZ DECLARO:

a) Que el/la autorizado/a sabe que debe aceptar las normas de seguridad y de comportamiento que le sean indicadas por los responsables del programa "JUEGOS DEPORTIVOS PROVINCIALES 2018/19" y que dispongan para cada una de las actividades y competiciones convocadas, autorizando a los responsables a imponer su criterio y eximiéndoles de toda responsabilidad en caso de cualquier incidencia o accidente producidos durante la práctica deportiva y, en su caso, durante los correspondientes desplazamientos que del incumplimiento de aquellas se pueda derivar.

b) Que conozco y acepto la normativa general del programa "JUEGOS DEPORTIVOS PROVINCIALES 2018/19", las bases específicas del contenido correspondiente, así como normativa técnica y características de la modalidad en cuestión.

c) Que le han sido administradas las vacunas que le corresponden por su edad y que, previa consulta médica realizada, no padece enfermedad, alergias u otras causas que puedan desaconsejar su participación con normalidad en las actividades programadas dentro del programa "JUEGOS DEPORTIVOS PROVINCIALES 2018/19". En caso de padecer algún tipo de enfermedad que, aún permitiéndole la práctica de las actividades de referencia, necesite de medidas preventivas especiales deberá especificarlas y adjuntar el correspondiente informe médico en el que se recojan las recomendaciones al respecto.

d) Que reúne las condiciones físicas y requisitos médicos necesarios para la realización de las actividades previstas. Expreso mi consentimiento para que, en su caso, pueda ser inscrito en equipos de una o más categorías superiores a la suya del mismo municipio y modalidad deportiva, y que soy consciente de los riesgos que esto puede implicar.

Hago extensible esta autorización al personal afecto al programa para que, en caso de máxima urgencia, con el consentimiento y prescripción médica oportuna, tomen las decisiones médico-quirúrgicas necesarias si ha sido imposible mi localización.

e) Que conozco que la cobertura del riesgo de accidentes derivado de la práctica en estas actividades y competiciones deportivas del programa "JUEGOS DEPORTIVOS PROVINCIALES 2018/19" **no lleva implícito tener un seguro de accidentes**, corriendo a cargo del participante los gastos médicos por lesión de accidente a través de la Seguridad Social o Seguros Privados, según art. 6.3 del Decreto 6/2008 de 15 de enero por el que se regula el deporte en edad escolar en Andalucía y art. 16.2 de la Orden de 11 de enero de 2011 por el que se regula el Plan de Deporte en Edad Escolar de Andalucía.

En \_\_\_\_\_, a \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_

Firmado

*En caso de no otorgar autorización para alguno de estos asuntos debe remitir un escrito razonado a: Delegación de Deportes y Juventud Diputación de Almería. Pabellón Moisés Ruiz. Carretera de Níjar-Los Molinos, 1. 04009 Almería.*

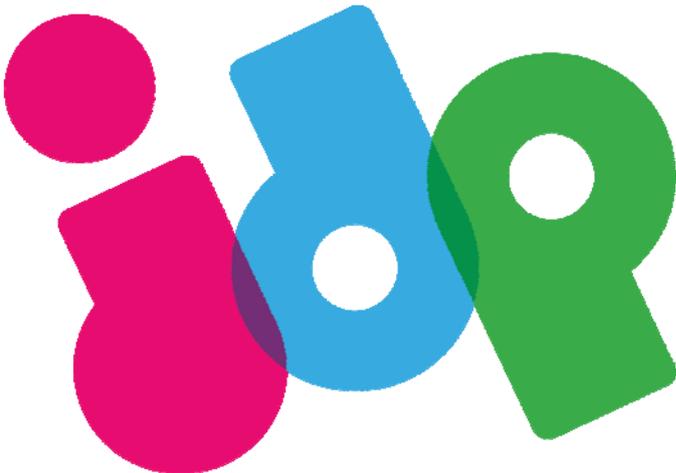
## Recomendaciones sobre protección para todo tipo de actividades deportivas

### Recomendaciones Generales

- Realizar controles médicos básicos previos. Hacer revisiones periódicas.
- Adquirir hábitos posturales correctos.
- Ejecutar el ejercicio con moderación.
- Hidratar durante el ejercicio (si es posible) y después del mismo.
- No competir si el nivel de entrenamiento previo es insuficiente.
- No ejecutar movimientos demasiados bruscos.
- No usar sustancias, métodos y elementos farmacológicos prohibidos en la legislación vigente.
- Preparar una competición con antelación y adaptarse progresivamente a sus circunstancias.
- Realizar calentamientos y estiramientos minuciosos antes y después del entrenamiento.
- Trabajar por sensaciones corporales más que por objetivos, metas o cronos.
- Usar ropa y calzado seguros, confortables, cómodos y adecuados a cada tipo de ejercicio.
- Utilizar las medidas de prevención para evitar rozaduras, esguinces, tendinitis, etc.
- Vigilar la alimentación y el descanso.
- Seguir las indicaciones y recomendaciones en el uso de la instalación (zonas de estancias, vestuarios, gradas y zonas deportivas).
- Verificar que las instalaciones y sus elementos deportivos se encuentren en adecuadas condiciones higiénicas y de uso para evitar enfermedades y accidentes (porterías, canastas, aparatos y elementos de musculación, vestuarios, espacios deportivos, etc.)

### Recomendaciones para actividades al aire libre

- A menor latitud y mayor altura, mayor radiación solar.
- Educar y proteger adecuadamente a los niños y jóvenes de la radiación solar.
- Considerar la existencia de superficies reflectantes: nieve, agua, arena, hierba, asfalto, etc.
- Evitar la exposición al sol entre las 13 y las 17 horas.
- En verano, evitar hacer ejercicios en las horas centrales del día.
- No aplicarse colonias o productos perfumados antes de la exposición al sol.
- No utilizar cremas bronceadoras intensificadoras de los efectos nocivos de las radiaciones solares.
- Usar filtro solar aunque el día esté nublado.
- Usar filtro solar adecuado antes de cada exposición, aplicándolo entre media y una hora antes de la exposición y repetirlo cada dos horas (o después de nadar o sudar).
- En actividades en el mar, utilizar chalecos salvavidas y seguir las instrucciones de los técnicos deportivos en todo momento.
- En actividades de montaña, mar y nieve es recomendable el uso de gafas de sol para la protección contra los rayos solares.



Juegos  
Deportivos  
Provinciales

