



GUÍA DEL ATLETA

ATHLETE GUIDE

IRONMAN
70.3  **PUNTA DEL ESTE
URUGUAY**
08-ABR-2018



Amigos triatletas,

Una vez más nos encontraremos en Punta del Este para ser parte de uno de los eventos más maravillosos del mundo, el IRONMAN 70.3 es sin dudas una carrera para pocos y este año tú serás parte de ella. Queremos darte la bienvenida y contarte que Punta del Este es un lugar privilegiado en el mundo con playas de arena blanca, vistas maravillosas al océano desde los largos kilómetros de rambla y un pueblo tranquilo y amigable dispuesto a recibirte con la mejor hospitalidad esteña. La prueba está diseñada para que corras siempre con el mar a tu lado, es un recorrido que expone lo mejor de nuestras costas brindando la posibilidad de conocer el balneario y abarcar todas sus playas.

Deseamos que puedas completar una gran carrera y logres cumplir con tus objetivos, cualquiera que ellos sean, todos son igualmente importantes para nosotros. Es importante que recibas un trato de calidad durante todo el evento porque sabemos el esfuerzo que ha significado estar presente en la carrera, sabemos que has entrenado duro, dejado muchas cosas de lado, sacrificado momentos importantes para entrenar y ahora es tiempo de plasmar en hechos tanto sacrificio.

Te deseamos el mayor de los éxitos y no dudes en contactarnos ante cualquier inquietud, estamos para ayudarte a convertirte en finisher de IRONMAN 70.3 Punta del Este.

Jorge Beltrán
Director
Suca Sports
IRONMAN 70.3 Punta del Este

Dears athletes,

Once again we will meet you in Punta del Este to be part of one of the most wonderful events in the world. IRONMAN 70.3 is undoubtedly a race few can accomplish, and this year you will be part of it. We want to welcome you and tell you that Punta del Este is a privileged city with white sand beaches, wonderful ocean views, and a quiet, friendly town ready to welcome you with the best hospitality. The race was designed so that you always run with the sea at your side, it is a course that shows the best of our coast, allowing you to go around the city and get to know all its beaches.

We want you to finish a great race and achieve your goals. Whatever they are, they are all important to us. It is important that you will receive a quality treatment through the event because we know the effort you made to be in this race. We know that you have trained hard, given up many things, and sacrificed important moments to train. Now it is time for those sacrifices to pay off.

We wish you great success. Do not hesitate to contact us with any questions. We are here to help you become an IRONMAN 70.3 Punta del Este finisher!

Jorge Beltrán
Director
Suca Sports
IRONMAN 70.3 Punta del Este



MENSAJE ARBITRO PRINCIPAL



Jimmy Riccitello IRONMAN HEAD REFEREE

■	VIOLACION DE DRAFTING
	TARJETA AZUL cinco minutos de penalización a pagar en la Carpa de Penalización del recorrido de bicicleta.
■	VIOLACION POR ARROJAR BASURA
	TARJETA AZUL cinco minutos de penalización a pagar en la Carpa de Penalización del recorrido de bicicleta.
■	VIOLACION POR BLOQUEO
	TARJETA AMARILLA Un minuto (30seg) ~Stop and go~ a pagar en la carpa de penalización.
■	DESCALIFICACION (DSQ)
	TARJETA ROJA

**TRES TARJETAS AZULES
SIGNIFICA DESCALIFICACIÓN.**

Esta competencia **IRONMAN** opera bajo el principio de **“THREE STRIKES AND YOU ARE OUT/ TRES PENALIDADES Y ESTAS FUERA”**. A pesar de que el **DRAFTING** y arrojar basura son las únicas acciones que incurren en una penalidad de tiempo (que deberán pagarse en la Carpa de Penalización, PT, más cercana a lo largo de la ruta de ciclismo), todas las violaciones cuentan para las tres penalizaciones necesarias para la descalificación. Es importante recordar que toda penalización recibida dentro de la ruta de ciclismo, exige que el atleta penalizado pare en la Carpa de Penalización dentro de la ruta. Toda penalización recibida en la ruta pedestre exige que el atleta cumpla su penalización en el lugar de la infracción (es decir que no debe movilizarse hacia una carpa de penalización). La suma de tres tarjetas azules resultará en un DSQ.

Para que entiendan las reglas que se aplicarán el día de la carrera, es muy importante que lean de manera comprensiva la Guía del Atleta y las reglas de competencia de IRONMAN 2018.

Las violaciones de POSICIÓN son las siguientes:

- Siempre circulen por el lado derecho de la carretera para evitar una sanción por posición ilegal o bloqueo.
- Mantengan siempre una distancia de 5 bicicletas entre su llanta delantera y la llanta posterior del ciclista enfrente suyo para evitar una sanción por DRAFTING.
- Siempre pasen al ciclista enfrente suyo por el lado izquierdo para evitar una sanción por pase ilegal.
- Si van a pasar a un ciclista, háganlo en 25 segundos máximo para evitar una sanción por DRAFTING.
- Los atletas que hayan sido sobrepasados, deben retroceder constantemente hasta una distancia de cuatro bicicletas antes de intentar sobrepasar para evitar una sanción por DRAFTING.
- El Triatlón es un deporte individual y por lo tanto es responsabilidad de cada atleta conocer las reglas de la competencia para evitar penalizaciones.
- La decisión final en el caso de penalizaciones por violaciones a las reglas de posición es del Árbitro Principal y no habrá posibilidad de apelar a estas sanciones.

Otras acciones que serán penalizadas:

- Ajustador del Casco:**
Mantener el ajustador del casco amarrado firmemente durante toda la etapa de ciclismo.
- Número de Atleta:**
Su número de competencia siempre debe estar visible durante las etapas de ciclismo y carrera pedestre. El número de la bicicleta debe permanecer siempre pegado a la misma de manera visible.
- Arrojar Basura:**
No arrojen basura fuera de las estaciones especificadas para ello. Si un atleta arroja basura será penalizado con 5 minutos y una tarjeta AZUL.
- Equipo no autorizado:**
Está prohibido el uso de cualquier sistema de comunicación (incluyendo celulares) y cualquier tipo de sistema auditivo incluyendo Ipods, sistemas Mp3, etc.
- Asistencia Externa:**
Está prohibido que personas fuera de la carrera corran o utilicen bicicletas junto a un atleta. Los amigos, familiares, entrenadores o el público en general no podrán pasar comida, bebida o cualquier artículo al atleta, y es responsabilidad del atleta comunicarle esto a la persona que intente ayudarlo para evitar su descalificación.

Por favor tratar a todos los atletas, voluntarios, y miembros de la organización con respeto y cortesía. El no hacerlo se considera anti-deportivo y puede resultar en descalificación.

¡Les deseo una gran carrera!

Jimmy Riccitello

CRONOGRAMA

SCHEDULE



LOS EVENTOS DE ESTE CRONOGRAMA SON TENTATIVOS Y ESTÁN SUJETOS A CAMBIOS-

EVENTS IN THIS SCHEDULE ARE TENTATIVE AND ARE SUBJECT TO CHANGES-

Friday, April 06, 2018

Start	End	Event	Location
11:00 a.m.	6:00 p.m.	Athlete Check-in	Enjoy Punta del Este
11:00 a.m.	6:00 p.m.	IRONMAN Village	Enjoy Punta del Este
11:00 a.m.	6:00 p.m.	Official IRONMAN Store	Enjoy Punta del Este
11:00 a.m.	6:00 p.m.	Official Bike Shops	Enjoy Punta del Este
11:00 a.m.	6:00 p.m.	Information Booth	Enjoy Punta del Este
12:00 p.m.	1:00 p.m.	Athlete Race Briefing (Spanish)	Enjoy Punta del Este
4:00 p.m.	5:00 p.m.	Athlete Race Briefing (Spanish)	Enjoy Punta del Este

Saturday, April 07, 2018

Start	End	Event	Location
10:00 a.m.	5:00 p.m.	Athlete Check-in	Enjoy Punta del Este
10:00 a.m.	5:00 p.m.	IRONMAN Village	Enjoy Punta del Este
10:00 a.m.	5:00 p.m.	Official IRONMAN Store	Enjoy Punta del Este
10:00 a.m.	5:00 p.m.	Official Bike Shops	Enjoy Punta del Este
10:00 a.m.	5:00 p.m.	Information Booth	Enjoy Punta del Este
11:00 a.m.	12:00 p.m.	Athlete Race Briefing (Spanish)	Enjoy Punta del Este
2:00 p.m.	6:00 p.m.	Mandatory Bike Check-in	Enjoy Punta del Este
12:00 p.m.	1:00 p.m.	Athlete Race Briefing (English)	Enjoy Punta del Este
4:00 p.m.	5:00 p.m.	Athlete Race Briefing (Spanish)	Enjoy Punta del Este

Sunday, November 26, 2017 - Race Day!

Start	End	Event	Location
4:45 a.m.	6:30 a.m.	Body Marking; Transition Open	Enjoy Punta del Este
6:40 a.m.		National Anthems	Playa Mansa in front of the Enjoy Conrad
7:00 a.m.		First Swim Wave	Playa Mansa in front of the Enjoy Conrad
10:00 a.m.	4:00 p.m.	Information Booth / Lost & Found	
1:00 p.m.	4:00 p.m.	Bike Check-Out	
6:00 p.m.		Awards Ceremony	Enjoy Punta del Este

Immediately following
Awards Ceremony

**IRONMAN World 2018
Championship 70.3 Registration
& Roll Down***

Enjoy Punta del Este

**Roll down will occur during slot allocation– Be Early!!*

CHECK IN DE ATLETAS

CHECK IN

CUANDO

-Viernes 06 de 11am a 6pm

-Sábado 07 de 10am a 5pm

-El check in de atletas no estará abierto el día de la carrera. Si no levantas tu kit en los horarios y días designados no podrás participar del evento. **TODOS LOS KITS DEBERAN SER RETIRADOS PARA LAS 5PM DEL SÁBADO 07 DE ABRIL.**

DONDE

Enjoy Punta del Este, Rambla Williman Parada 3, Punta del Este.

QUE TRAER

-Identificación con foto o pasaporte

-Carnet de la UTriU (Unión de Triatlón del Uruguay) o USD10 para comprar la licencia por un día.

-Certificado Médico/ carta de médico que avale tu participación, puede ser también carnet de salud o ficha médica.

CHECK-IN PASO 1.

1. Mostrar la identificación con foto y el certificado médico al staff de la UTriU y comprar la licencia por un día (valor USD 10)
2. Mostrar la identificación con foto a los voluntarios para recibir tu número de competición, entregar el ticket de pago de la UTriU.
3. Levantar el deslinde de responsabilidad y el deslinde Médico.
4. Leer y firmar ambos deslindes
5. Si es necesario hacer las ediciones correspondientes en la información médica (deslinde de color amarillo)
6. Dejar los deslindes
7. Levantar el kit de carrera
8. Levantar la remera y bolsas de carrera
9. Levantar el chip de cronometraje y asegurarte que tus datos en la pantalla sean los correctos.

EQUIPOS/RELAY Todos los miembros deben estar presentes durante el check in de atletas, si falta un atleta durante el check in el equipo no podrá competir. **NO SE HACEN EXCEPCIONES.**

CONTACTO EN CASO DE EMERGENCIA

-Los atletas deben hacer el check in durante los días y horarios establecidos en el cronograma. No se podrá realizar el check in en ningún otro momento. Si algún atleta llegara a tener una emergencia legítima IRONMAN intentará realizar las acciones para solucionar el problema siempre y cuando este problema sea informado a IRONMAN

-Para comunicarse en caso de emergencia durante la semana de carrera los atletas deberán enviar e-mail a agustina@sucasports.com

-Solamente se aceptará entregar el kit fuera de horario en caso de emergencia si este ha sido informado con antelación a la hora de finalización del check in.

IRONMAN 70.3 PUNTA DEL ESTE ATHLETE SERVICES agustina@sucasports.com



EL KIT DE CARRERA INCLUYE

- Número de carrera para usar en el pedestrisimo
- Número para la bicicleta y el casco
- Gorra de natación
- Ticket para bike check out (para retirar la bici del parque cerrado)
- Bolsa para colocar tu ropa
- Pulsera identificadora (*debe ser colocada en el check in y usarse hasta que la carrera termine*)

No se permiten otras pulseras. Esta pulsera te identifica como un atleta oficial y debe ser usada durante los días del evento. Es obligatoria por motivos médicos y facilita el acceso a la zona de transición y zona de llegada. Es necesario que la tengas puesta hasta que termine la ceremonia de premiación con la asignación de plazas al mundial 2018 IRONMAN 70.3



BIKE STICKERS

Recibirán los siguientes stickers con el kit:

Stickeer para el cuadro de la bicicleta (debe ser legible de ambos lados de la bicicleta, no puede ser alterado y el logo debe ser visible)

Sticker para el casco (se coloca en el frente)

Sticket para el manubrio (se coloca en el centro)

5 stickers extra para identificar todas tus prendas

Nuevo para el 2017 no se permitirán otros stickers en la bicicleta a los que se entregan durante el check in de atletas. Si tienes stickers de otras carreras debes retirarlos-

RECOMENDAMOS QUE IDENTIFIQUES TUS PARTENCIAS CON UN MARCADOR INDELEBLE ADEMAS DE COLOCARLE LOS STICKERS ENTREGADOS POR IRONMAN.





Descripción de la etapa de natación:

-La salida se desarrollará a metros del Hotel Enjoy Conrad desde la calma playa de arena blanca en la Bahía de Maldonado.
-Es un recorrido rápido de 1,9 km que los llevará paralelo a la costa hacia el Muelle de Mailhos, para luego retornar a la playa enfrente a Enjoy Conrad donde estará ubicada la transición. La playa tiene múltiples accesos para espectadores y decks de madera con pasarelas elevadas, ideales para mirar la carrera desde la orilla.

-La temperatura esperada del agua es de 19-20 grados Celcius.

-NOTA IMPORTANTE: La temperatura del agua se medirá la mañana de la carrera por oficiales de IRONMAN para determinar la legalidad de uso de traje de neopreno.

-Los trajes de agua no pueden medir más de 5mm de espesor.

-Los trajes de agua son permitidos si la temperatura del agua es igual o inferior a 24.5 grados Celsius.

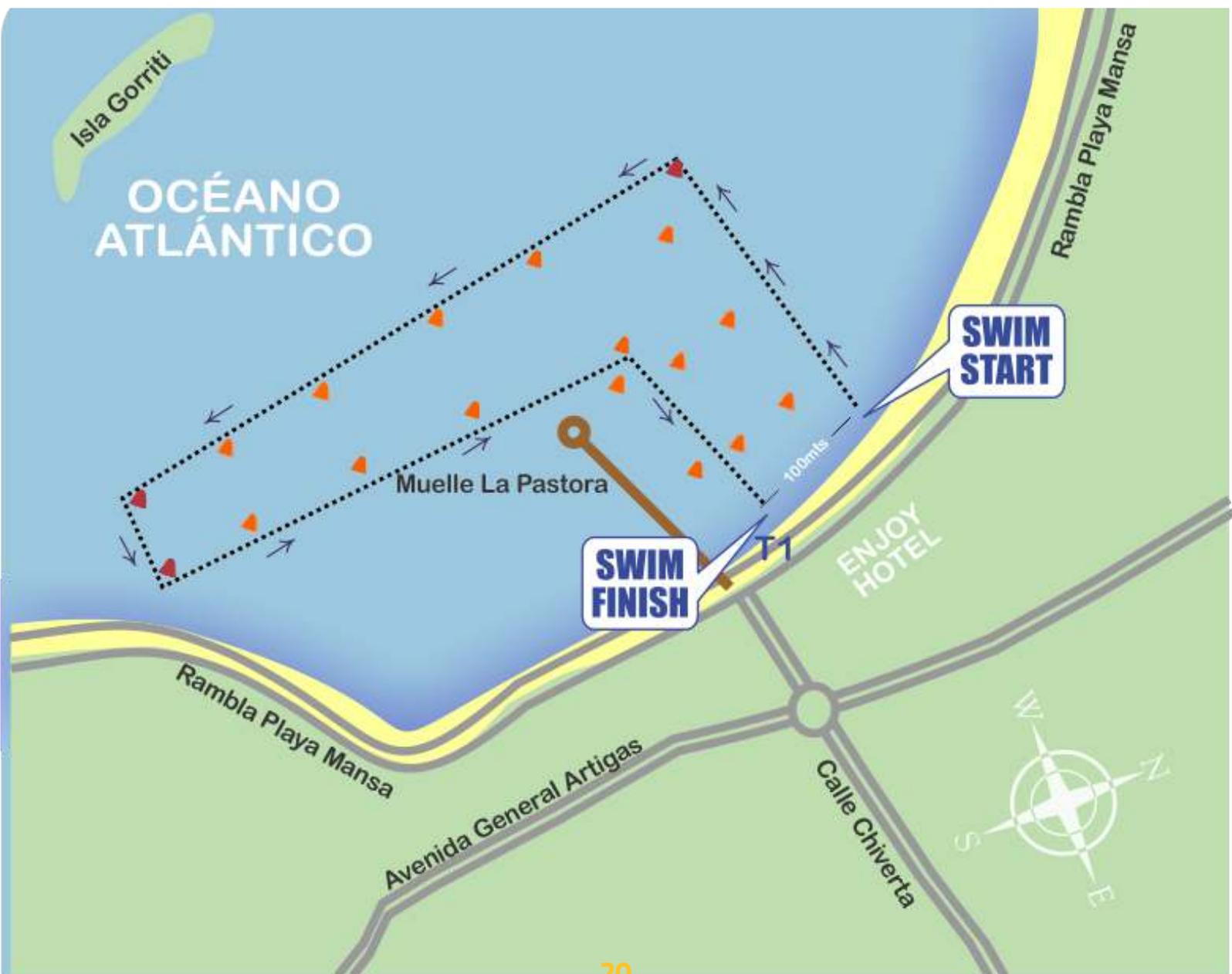
-Está prohibido el uso de trajes de agua si la temperatura del agua es mayor a 28.8 grados Celsius.

-Los atletas que decidan utilizar trajes de agua en aguas entre los 24.5 y los 28.8 grados Celsius no podrán ser premiados en las categorías por edades, ni podrán clasificar para el Campeonato del Mundo ni participar en el sistema rolldown.

-Se permite el uso de trajes de agua enteros cubriendo brazos y piernas.

-Los trajes de agua De Soto Water Rover y Speedo Elite Thriatlon con colgajo de antebrazos están PROHIBIDOS.

-Los atletas deben contactar al fabricante del traje de agua para confirmar si su traje de agua está permitido y su uso aceptado.





Tiempos límites de la etapa de natación:

El circuito de natación se cerrará 1 hora y 10 minutos después de que el último atleta empiece el recorrido. Los atletas que se demoren más de 1 hora y 10 minutos - desde su hora de partida - en completar la etapa de natación recibirán un DNF (*No Completo*), independientemente de que la etapa de natación no haya sido cerrada.

Wave	Time	División
1	07:00 a.m.	Male 18-24 - Male 25-29 - Male 30-34
2	07:05 a.m.	Male 35-39
3	07:10 a.m.	Male 40-44
4	07:15 a.m.	Male 45-49 - Male 50-54
5	07:20 a.m.	Male 55-59 - Male 60-64
6	07:25 a.m.	Female 18-24 - Female 25-29 - Female 30-34 - Female 35-39
7	07:30 a.m.	Female 40-44 - Female 45-49 - Female 50-54 - Female 55+
8	07:35 a.m.	Relay

-El circuito de natación se cerrará 1 hora y 10 minutos después de que el último grupo de natación haya comenzado la etapa. Todos los atletas que sigan en el agua después de la hora máxima serán descalificados y no podrán continuar en la competencia.

Corte de disciplina: 08:45AM.

Reglas de la etapa de natación e instrucciones:

- Los atletas deberán usar en todo momento la gorra de natación otorgado en su paquete de registro.
- Antes de salir de la Zona de Transición para la partida de la etapa de natación en la mañana de la carrera, asegúrese de que su equipo esté colocado cuidadosamente junto a su bicicleta. No se puede dejar equipo suelto en su porta-bicicletas una vez que comience la etapa de ciclismo.
- Se anunciará en la mañana de la carrera si los trajes de neopreno serán permitidos o no.
- El uso de botas de neopreno no está permitido.
- El uso de caretas o gafas de protección está permitido. Los atletas que optan por utilizar un snorkel deben presentar una solicitud al Árbitro Principal del evento antes de la carrera, o tienen el riesgo de ser descalificados. Cualquier atleta que esté aprobado para usar un snorkel no será elegible para los premios por categoría, incluyendo los cupos para el Campeonato Mundial de IRONMAN.
- Los nadadores podrán apoyarse en los kayaks o botes de apoyo siempre y cuando no haya movimiento hacia adelante. El equipo médico o de apoyo de la natación se reservan el derecho de detener el progreso del nadador si estiman que es necesario por razones de seguridad o médicas.
- Es obligatorio que los nadadores se mantengan dentro de la zona marcada. El no hacerlo puede resultar en la descalificación.
- La etapa de natación se cerrará 1 hora y 10 minutos después de que el último atleta haya partido. Cada atleta tendrá 1 hora y 10 minutos para completar esta etapa. Los Atletas que se demoren más de 1 hora y 10 minutos para completar el nado recibirán un DNF. Los oficiales de IRONMAN se reservan el derecho de retirar al atleta del circuito cuando estos hayan excedido el tiempo límite establecido.
- Si un nadador decide no proceder con la etapa de bicicleta, debe notificar a la estación de chips de tiempo que no desea continuar. Esto es necesario para mantener un conteo completo de aquellos atletas que salieron del agua o se encuentran en la ruta de la bicicleta.
- Al salir del agua habrá alfombras en las cuales voluntarios los ayudarán a sacarse el traje si el atleta así lo desea. El mismo debe ser colocado dentro de la bolsa entregada a tal efecto durante el check in, el traje debe tener colocado el número y la bolsa también. Al salir del parque cerrado para comenzar la etapa del ciclismo deberán entregar la bolsa con el traje a los voluntarios en la salida del parque cerrado, nadie podrá salir del parque cerrado sin entregar la bolsa con los elementos de natación. La misma será levantada al final de la carrera junto con la bicicleta.



NADA DE MANERA INTELIGENTE

La natación en aguas abiertas es sustancialmente diferente a nadar en una piscina. Para aliviar el stress es importante que llegues al día de la carrera saludable, en forma y preparado. Nosotros te ayudamos a prepararte haciendo una lista con 10 puntos importantes a tener en cuenta.

1. **PREPARATE PARA LAS CONDICIONES ESPECIFICAS DE LA CARRERA.** El día de la carrera no debe ser tu debut en aguas abiertas. Asegúrate que tu entrenamiento replique las condiciones reales de carrera, la proximidad a otros nadadores y la costumbre del uso del traje de neopreno son aspectos importantes a tener en cuenta.
2. **PARTICIPA EN EVENTOS CORTOS.** Estar entrenado correctamente es la mejor manera de reducir la ansiedad. Si es posible participa en eventos más cortos para prepararte a las aguas abiertas. Para obtener consejos extras en este tema habla con un entrenador con experiencia.
3. **ESTUDIA EL RECORRIDO.** Es importante que te prepares mentalmente tanto como físicamente para la carrera. Revisa muy atentamente el recorrido en la web del evento y en la Guía del atleta. Recuerda que cada curso de agua es diferente, vas a tener que educarte a ti mismo antes de la prueba conociendo el lugar dónde vas a nadar. Los horarios de natación supervisados serán posteados en el Facebook del evento en la semana previa a la carrera. **NO TE LOS PIERDAS!**
4. **ASEGURATE DE LA SALUD DE TU CORAZON.** Como un atleta entrenado debes siempre mantener consultas regulares con tu médico. La Asociación Americana del Corazón sugiere un proceso de screening de 12 pasos a todos los atletas en competencia. Esto incluye un examen físico, un análisis de tu historial familiar y de tu corazón.
5. **PRESTA ATENCION A LAS SEÑALES.** Si sientes dolor en el pecho, incomodidad, falta de aliento, mareos o debilidad al entrenar consulta a tu médico.
6. **NO USES NADA NUEVO EL DÍA DE LA CARRERA.** Enfócate en controlar todos los aspectos posibles de ser controlados, nunca deberías usar equipamiento con el cual no has entrenado. Asegúrate que tu traje te quede cómodo, que las antiparras y la gorra trabajen correctamente. Prepárate para lo inesperado con equipo extra por las dudas.
7. **ENTRADA EN CALOR EL DÍA DE LA CARRERA.** Llega temprano para una correcta entrada en calor, preferentemente en el agua. Si no te permiten calentar en el agua destina entre 5 y 10 minutos a aflojarte- Asegúrate de hacer ejercicios cardiovasculares, un trote suave para aumentar la circulación y preparar tus músculos.
8. **CHEQUEEA EL RECORRIDO.** Fijate dónde es la entrada al agua, las condiciones del agua, la salida, los lugares donde se dobla y las locaciones de las boyas. Identifica puntos básicos para orientarte en el agua y saber hacia dónde vas a estar nadando.
9. **EMPIEZA SUAVE. RELAJATE Y RESPIRA.** No nades en un esfuerzo máximo desde el principio. Relájate y concéntrate en respirar bien hasta que te estabilices en tu ritmo.
10. **ESTATE ALERTA Y PIDE AYUDA SI LA NECESITAS.** En una carrera siempre debes parar ante un problema médico. Si tu o un amigo necesita ayuda solamente levanta tu mano para alertar a los guardavidas o botes de rescate. Las reglas te permiten parar, agarrarte de un bote, descansar y luego seguir todas las veces que lo necesites- Asegúrate de parar si es necesario, agarrarte de un objeto flotante y luego continúas, esto no es penalizado. **LA SEGURIDAD ES LO PRIMORDIAL PARA TENER UNA BUENA CARRERA**

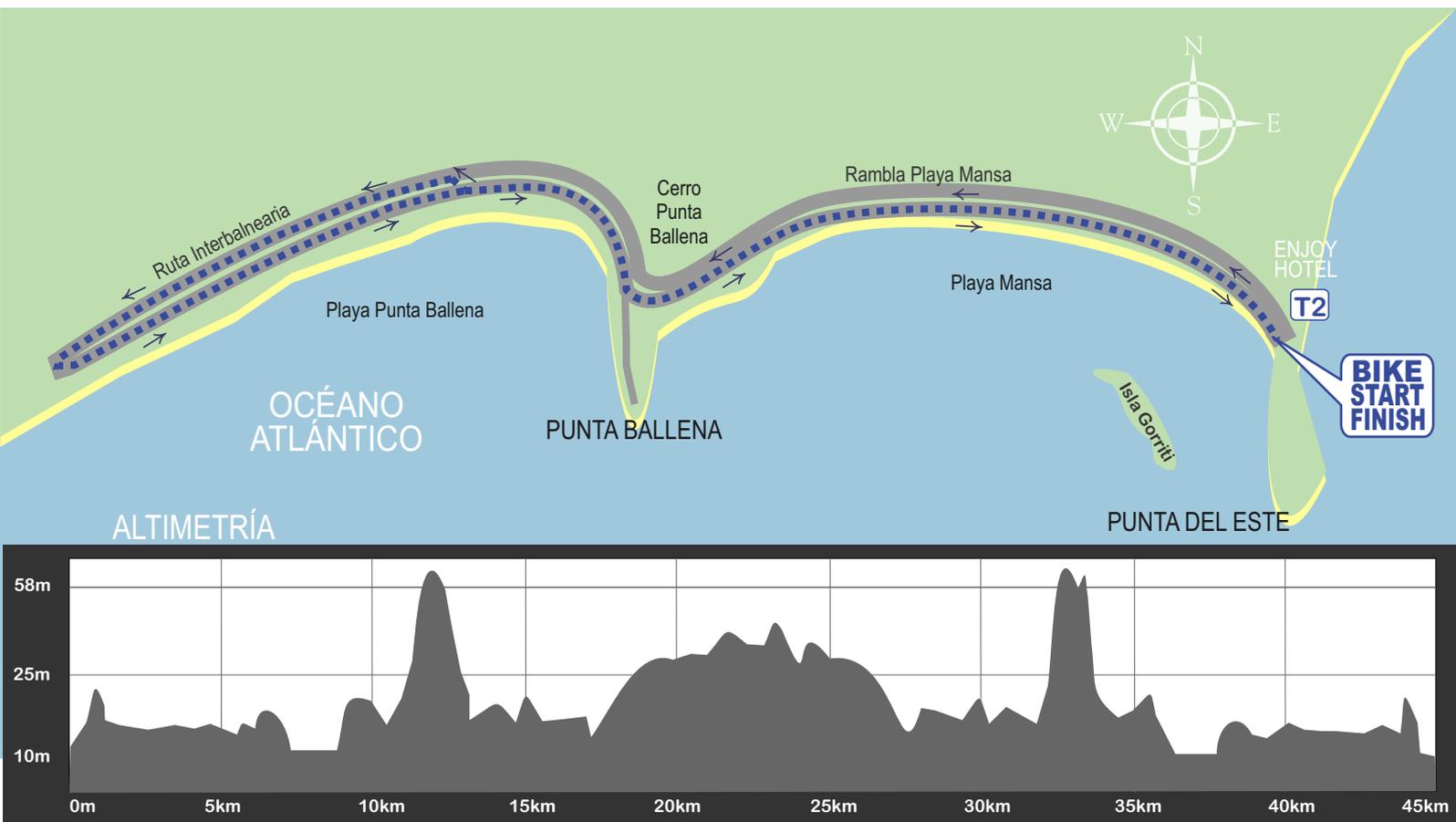


Descripción de la etapa de ciclismo:

-Luego de la transición los atletas saldrán hacia el lado de Solanas bordeando la playa Mansa, pedaleando hacia uno de los lugares más pintorescos del país: Punta Ballena, lugar dónde se ubica Casapueblo, la famosa casa del mundialmente conocido artista Carlos Páez Vilaró.

Serán dos vueltas, siempre bordeando el mar, y deberán ascender a lo alto de Punta Ballena cuatro veces, antes de retornar a la transición ubicada en Hotel Enjoy.

Habrá dos puestos de abastecimiento, uno en cada retorno por lo que encontrarán el puesto en cuatro oportunidades.



Recorrido por puntos de referencia:

Una vez que salgan de la zona de transición, los ciclistas tomarán la Rambla Mansa utilizando la vía Sur (más cercana al mar) hacia Montevideo. Es importante mantener la derecha en todo momento.

Continuarán por la Rambla Mansa utilizando la vía del mar y subirán la subida de Punta Ballena hacia Montevideo. Una vez descendido, los ciclistas pasarán al carril norte de la ruta para ir hacia Montevideo compartiendo la ruta con los vehículos (habrá conos cada 10mts separando autos de ciclistas) Los ciclistas circularán siempre por la izquierda y los autos por la derecha. Una vez que alcanzan la zona de La Capuera encontrarán el primer retome y luego el abastecimiento, justo después del retome que se hará bordeando el cantero central.

Los ciclistas retomarán usando la izquierda de la vía sur de la ruta interbalnearia hacia Punta del Este, separados nuevamente de los autos que irán por la derecha, por conos. Al alcanzar la zona previa a la subida de Punta Ballena volverán a compartir la ruta sur con los ciclistas que van hacia el retome.

Seguirán hasta el retome ubicado en Enjoy Conrad Punta del Este, una vez que den la vuelta para empezar la segunda vuelta encontrarán otro puesto de hidratación.

Los ciclistas recorrerán dos vueltas iguales, entrando al parque cerrado al terminar la segunda vuelta.



Tiempos límites de bicicleta:

10:55 am Los atletas deberán haber empezado Lap #2

1:05 pm Fin de la etapa de ciclismo.

Mecánica de bicicletas:

-Habrá tres equipos móviles y en cada puesto de abastecimiento habrá un equipo de herramientas para Self Service. En la transición cerca del retome estarán ubicados visibles los mecánicos en sus carpas.

Reglas de la etapa de bicicleta e instrucciones:

- Todas las bicicletas deben tener su número en un lugar visible.
- No se permiten tandems, bicicletas reclinadas o cualquier dispositivo add-on diseñado exclusivamente para reducir la resistencia. Cualquier equipo nuevo, inusual, o prototipo estará sujeto a una determinación de la legalidad por los organizadores del evento y/o Árbitro Principal.
- Todas las bicicletas y cascos deben ser registrados hasta las 6:00pm del día previo a la carrera. Los oficiales de carrera se reservan el derecho de rechazar cualquier bicicleta o casco que no cumpla con los parámetros de seguridad. Si la bicicleta no cumple con alguno de los parámetros de seguridad, se le pedirá al atleta que corrija este problema antes del inicio de la competencia. Una vez que la bicicleta esté registrada en el área de transición no se permitirán plásticos o forros que cubran toda la bicicleta, sólo pequeños forros para el asiento.

Reglas de Posición:

- a. No se permite DRAFTING con otra bicicleta o vehículo. Un pase ocurre cuando la rueda de al frente del atleta que está sobrepasando pasa la rueda de al frente del atleta sobrepasado.
- b. Los atletas deben rodar en una sola fila en el carril derecho de la carretera, excepto cuando van a sobrepasar a otro ciclista o por razones de seguridad. Las rodadas uno al lado del otro no están permitidas y conllevan una penalidad de posición.
- c. Los atletas sobrepasando podrán pasar por la izquierda hasta en un máximo de 25 segundos, pero deberá moverse hacia el lado derecho de la carretera después de sobrepasar. Si no se completa el pase en 25 segundos se dará una penalidad por DRAFTING.
- d. Los atletas deben mantener una distancia de 5 bicicletas entre cada bicicleta excepto cuando se está sobrepasando al ciclista frente a usted. De no cumplir esta condición, el resultado será una infracción de "Drafting".
- e. Los atletas que violen las reglas serán notificados al momento por un oficial/ árbitro de carrera.
- f. El oficial de carrera procederá de la siguiente manera:
 - i. Notificará al atleta que ha recibido una tarjeta AZUL por DRAFTING o por botar basura, o una tarjeta AMARILLA por otras penalidades. El oficial de carrera mostrará al atleta la tarjeta de penalidad con el color correspondiente.
 - ii. El oficial de carrera le instruirá al atleta que debe reportar la penalidad en la PT (Penalty Tent/ carpa de penalización). La PT estará ubicada a 1km del retorno en Enjoy Conrad Hotel al costado derecho de la ruta.
- g. El Atleta procederá de la siguiente manera:
 - i. El atleta reportará en la PT que ha recibido una tarjeta AZUL o AMARILLA. El no reportar conlleva a la descalificación automática del competidor.
 - ii. En la PT los oficiales marcarán el número del atleta con el símbolo "/"
 - iii. Completar y firmar un registro en la PT
 - iv. El atleta podrá volver a la competencia una vez que su número haya sido marcado y que haya completado el registro para los casos en que ha recibido una tarjeta AMARILLA.
 - v. Para los casos que el atleta ha recibido una tarjeta AZUL por DRAFTING, o por botar basura; el atleta deberá permanecer en la PT por el tiempo indicado de acuerdo a los oficiales de carrera en base a la tabla oficial.
- h. Los atletas que reciban cualquier combinación de TRES tarjetas azules serán descalificados. (Recibirán una tarjeta ROJA)
Los atletas que hayan sido descalificados podrán mantenerse en la ruta excepto estipulado lo contrario por un oficial de carrera
- i. Los atletas sobrepasados deben retroceder 7 metros (4 bicicletas) antes de tratar de sobrepasar nuevamente. Tratar de sobrepasar sin completar dicha distancia resultara en una penalidad por DRAFTING.
- ii. Los atletas que impidan el progreso de otros ciclistas recibirán una penalidad por BLOQUEO



Reglas generales:

- Los cascos, zapatos de ciclismo, y cualquier otro implemento que será utilizado durante la etapa de ciclismo puede permanecer en la zona de transición en una bolsa junto a la bicicleta.
- Los atletas deben utilizar zapatos y camiseta durante toda la carrera.
- Los "Race Bibs" deben usarse solo durante la pedestre (en la parte del frente). En la Bicicleta es opcional (se usa en la espalda)
- Los atletas deben utilizar cascos que cumplan con los parámetros de seguridad (Aprobados por CPCS) durante toda la carrera incluyendo la zona de transición. Los atletas que corran sin casco o que lo hagan sin ajustar la tira de seguridad serán descalificados. No se puede hacer alteraciones en el casco que afecten su integridad.
- No se permite apoyo individual. Habrá suficiente comida y asistencia en las estaciones de abastecimiento. Los familiares, amigos, entrenadores o el público en general NO podrán manejar, rodar, o correr al lado de los atletas, y NO podrán pasarles comida, líquidos o cualquier tipo de artículo a los atletas para evitar que dicho atleta sea descalificado. Es responsabilidad de cada atleta rechazar inmediatamente cualquier tipo de asistencia o apoyo.
- Botellas de Agua deben ser descartadas en el comienzo o final de la zona de hidratación. Atletas recibirán una penalidad si arrojan las botellas de agua fuera de esta zona.
- Los atletas son responsables de reparar y mantener sus propias bicicletas. Los atletas deben estar preparados para atender cualquier problema mecánico. Sin embargo SÍ está permitido recibir ayuda de los oficiales de carrera y del equipo mecánico oficial de la competencia.
- Los atletas deben seguir las instrucciones y direcciones de los oficiales del evento al igual que autoridades públicas. De no cumplir con esta condición, puede que resulte en descalificación para el atleta.
- Los atletas pueden caminar con la bicicleta de ser necesario pero no pueden continuar en la competencia sin su respectiva bicicleta.
- Los atletas deben montar y desmontar sus bicicletas en las zonas permitidas para hacerlo. No está permitido montar su bicicleta dentro de la zona de transición.

NO SE PERMITEN AUDÍFONOS, HEADSETS, iPods, Teléfonos Celulares o cualquier otro aparato de escuchar música EN NINGUNA ETAPA DE LA COMPETENCIA.

- Si necesita asistencia médica, la organización lo llevará a la carpa médica para recibir tratamiento. Dependiendo su condición, podrá ser transportado a la estación de abastecimiento más cercana para ser asistido, o de ser una condición de urgencia, una ambulancia lo llevará al hospital más cercano para recibir la atención necesaria.
- Todos los atletas que sigan en la ruta al momento del corte de tiempo serán recogidos por la organización y llevados a la zona de transición.
- Los atletas que hayan sido recogidos en la ruta no podrán continuar en la carrera. Una vez que los atletas completen la etapa de ciclismo, deben cruzar las alfombras de tiempo en la zona de transición y cambiarse a su equipo para la etapa pedestre. *(No está permitido desnudarse en público).*
- Los atletas deben dejar su bicicleta y su equipo de ciclismo en su "Bike Rack" de manera organizada ya que habrán atletas que ingresen a la zona de transición después de ellos. Favor los demás artículos personales en la zona debajo de la bicicleta y fuera de los pasillos transitados por atletas en competencia. Después de la carrera, recoja su bicicleta y artículos personales del área de transición, esté seguro que no tenga nada suelto en la bicicleta como los rayos, frenos, cables, etc. Ajuste las ruedas y manubrio adecuadamente.
- Asegúrese que los cables y llantas están en buenas condiciones. Amarre su equipo y manténgalo todo junto antes de cargarlo fuera del área de transición.
- Los espejos para casco u otro tipo de espejos no son permitidos excepto para personas con alguna condición médica verificable.
- Los atletas a los que se les permita utilizar espejos en su casco o bicicleta no serán elegibles para recibir premios o cupos para el Campeonato Mundial. Atletas que usen espejos sin permiso serán descalificados.
- Está prohibido arrojar basura. Cualquier tipo de objeto (papel, botellas, gels, piezas rotas de la bicicleta, etc.) debe ser arrojado en las áreas designadas de basura. Arrojar basura fuera de las áreas establecidas conlleva a una penalidad: TARJETA AZUL.
- Por favor no utilizar ninguna propiedad privada como baño.
- Por favor pidan a sus amigos y familiares que se abstengan de pintar las calles de la ruta. Esto es una ofensa sancionable.



Descripción de la etapa Pedestre:

El pintoresco recorrido de atletismo los llevará a lo largo de la franja costera al punto dónde se encuentran el Río de la Plata y el Océano Atlántico. Además van a pasar por los famosos restaurantes portuarios, el puerto de yates y Los Dedos, la icónica escultura de la mano gigante que emerge de las arenas de la playa Brava, una de las imágenes más reconocidas del país. Serán dos vueltas a través de La Península para arribar a la meta a pocos metros de la Calle 20 y Gorlero, dos de las calles más famosas de Punta, en la Rambla Mansa y Calle 30, un lugar ideal para recibir el aplauso y aliento del público.



Tiempos límite de la etapa pedestre:

2:35pm Deben haber empezado lap 2

4:05 Cierre del circuito



- No se acepta ningún tipo de movimiento fuera de correr, caminar o gatear.
- Los atletas deben usar en todo momento su número asignado por IRONMAN en la parte delantera y mantenerlo visible en todo momento.
- El doblar, cortar, alterar el número intencionalmente o el no usar su número está PROHIBIDO y puede resultar en la descalificación del atleta.
- Zapatillas y camisetas son requeridas durante la competencia pedestre.

Esto es un evento INDIVIDUAL. NO SE PERMITE VEHÍCULOS O PERSONAS FUERA DE LA CARRERA QUE CORRAN / MANEJEN al lado del atleta para dar apoyo.

- Este es un evento de alto rendimiento y el trabajo en equipo provee una ventaja sobre los otros competidores individuales y no está permitido. El tener este tipo de asistencia resultará en la descalificación del atleta. Los amigos, familiares, entrenadores, o el público en general no podrá rodar, manejar o correr al lado del atleta, no podrá pasar comida, bebida o cualquier artículo al atleta y es responsabilidad del atleta comunicarle esto a la persona que intente ayudarlo para evitar su descalificación. Es de suma importancia que el Atleta en cuestión rechacé toda ayuda, asistencia y apoyo inmediatamente.
- Es la responsabilidad de cada atleta el conocer y seguir la ruta pedestre trazada. No se hará ningún ajuste en los tiempos o resultados a los atletas que no siguieron las rutas por cualquier motivo
- Los atletas deben seguir las direcciones e instrucciones de los oficiales y árbitros de la carrera, así como de las autoridades en las carreteras.
- En todo momento se debe usar una camisa o "top" o el atleta será descalificado.
- La etapa pedestre terminará oficialmente 8 horas y 30 minutos después de la última ola de natación.





Natación:

En la salida de la etapa de natación habrá:

- Agua Salus
- Gatorade

Ciclismo:

En la etapa de ciclismo los atletas contarán con 2 estaciones de abastecimiento que tendrán:

- Gatorade.
- Fruta (banana y naranja)
- Agua Salus
- Implementos de mecánica para la bicicleta (en ambos puntos)

IMPORTANTE:

Las botellas de Agua que estarán a disposición de los atletas en las estaciones de abastecimiento son botellas de agua SALUS, de 600 ml. Es muy importante que revisen las dimensiones de esta botella para planificar dónde las colocarán en la etapa de bicicleta.

Pedestrismo:

En la etapa de trote los atletas contarán con 3 oportunidades en cada vuelta (*1 puesto en cada retome y uno al medio*) de abastecimiento que tendrán:

-Puesto 1: Gatorade/Pepsi/ Agua Salus

Puesto 2: Agua Salus

Puesto 3: Agua Salus/ Fruta y snack salado





Plan de comunicación:

Al igual que con cualquier plan de viaje internacional que pueda haber tenido en el pasado, asegúrese de establecer un plan de comunicación con familiares y amigos en su país de origen. Favor compartir la información de contacto a continuación con sus familiares para cualquier emergencia el día de la carrera que necesite ser contactado.

Info@sucaweb.com

Puntadeleste70.3@ironman.com

Registro de atletas: LEER CON ATENCIÓN

-Los horarios de registro de atletas son:

Viernes 06 de Abril de 11:00 a.m. a 6:00 p.m.

Sábado 07 de Abril de 10:00 a.m. a 5:00 p.m.

El registro de atletas **no estará abierto el domingo 08 de Abril** (*día de la carrera*). Si usted no se registra durante los horarios designados no podrá competir.

Por favor, **traer una identificación personal válida** (pasaporte, licencia de conducir, etc.) para el registro y **certificado médico, carnet de salud, ficha médica o carta de un médico que lo autorice a competir en el evento**. Es condición indispensable para poder competir.

Durante la entrega de kits y registro de atletas deberán abonar el Canon de la Unión de Triatlón del Uruguay correspondiente a la licencia de un (1) día, la misma tiene un costo de USD 10. Los atletas federados en Uruguay no deberán abonarlo. No se entregarán kits a quienes no abonen el canon.

Brazalete del atleta:

-Se le entregará un brazalete con su número de atleta y será ajustado en su muñeca al momento del registro. Este brazalete lo identificará como un participante oficial y deberá ser utilizado durante todo el fin de semana de la competencia. Es obligatorio el uso del brazalete por motivos de identificación médica y para acceder al área de transición y áreas de recuperación. No le será permitido remover su bicicleta y/o equipo del área de transición después de la carrera si no tiene éste brazalete en su muñeca.

Registro Obligatorio de Bicicletas:

-El registro de su bicicleta será el sábado 07 de Abril de 2:00 p.m. a 6:00 p.m. Todas las bicicletas deberán ser registradas en la transición y permanecer hasta la mañana de la carrera.

-Mientras las bicicletas estén en la transición, se les permitirá a los atletas cubrir los asientos y manubrios. Las coberturas completas **NO SERÁN PERMITIDAS** ya que presentan un riesgo de seguridad para los voluntarios y otros competidores. Toda cobertura completa será removida del área de transición. Los zapatos de ciclismo y cascos pueden permanecer junto a su bicicleta. Los competidores tendrán acceso a su bicicleta y equipo desde las 4:45 a.m. en la mañana de la carrera pero no podrán removerla de la transición hasta el comienzo de la etapa de la bicicleta. Cascos, zapatillas de bicicleta e indumentaria para la carrera pueden ser ingresados al Área de Transición durante la mañana. Favor de mantener su área limpia y sea consciente de su vecino / otros atletas.

Estacionamiento- Día de la Carrera:

-Es importante que todos los atletas y sus familiares vayan en el menor número de vehículos posibles el día de la carrera. Los atletas y espectadores que vayan en su propio vehículo podrán estacionarse en las calles aledañas al hotel Enjoy Conrad pero **no sobre la Rambla de playa Mansa ni sobre los estacionamientos de la Playa Mansa**.



Procedimiento de entrada al Área de Transición en la mañana:

-El área de transición abrirá a las 4:45 a.m. en la mañana del día de la carrera. Recuerde traer su **chip de cronometraje, gorra de natación y lentes de natación**. Los técnicos de las bicicletas estarán disponibles en el área de transición. Por favor **no usar su número de atleta durante la natación** y dejarlo con sus pertenencias en el área de transición. Este no durará el transcurso de la carrera al mojarse.

-La numeración con marcadores comenzará a las 4:45 a.m. No se marque usted mismo por evitar hacer la fila. Los atletas son responsables de que los voluntarios marquen su edad correspondiente a la división de edad en la cual competirá. Por favor **no aplicar vaselina o cualquier tipo de loción antes de ser marcado** por los voluntarios. No se permitirá entrar a la transición el día de la carrera sin su brazalete, gorra de natación, chip de cronometraje y su número de atleta marcado. Si usted ha perdido alguno de estos requisitos, por favor reportarse al director de transición. El área de transición cerrará a las 6:30am. Todo atleta debe estar fuera de la transición y rumbo a la salida de la natación antes de este horario.

Política del Área de Llegada:

-No se permite que familiares y/o amistades crucen la meta con los atletas. Esta política permite que todos los participantes puedan celebrar su llegada sin interferencia de otras personas, además de garantizar la seguridad de todos los corredores, voluntarios, y público en general. Los atletas que no sigan este procedimiento serán descalificados automáticamente.

Tiempos de Carrera:

-El recorrido pedestre cerrará al momento que se cumplan las ocho y media (8:30) horas después de que el último nadador de categoría por edad o relay entre al agua. (*excluida una posible ola de largada con trajes de agua para los casos que éstos no estén permitidos*). Cada competidor individual tendrá 08:30hs para completar la competencia. Aquellos atletas que tomen más tiempo que las 08:30hs para completar la competencia recibirán un DNF. (*do not finish*). Toda parada en los abastecimientos, transición, etc. contarán hacia la totalidad de su tiempo de carrera.

-Cuando recoja su paquete de registro y chip de cronometraje en el registro de atletas, favor pasar por la mesa de control de chip para asegurar que su nombre correcto aparece en la pantalla del ordenador.

-Tiene que usar su chip de cronometraje en todo momento durante la Carrera. Debe colocar el chip en el tobillo con la correa de velcro que se le entregó y mantenerlo puesto hasta terminar la carrera. Los voluntarios le ayudarán a quitar el chip en la meta.

-Si no empieza la carrera, es su responsabilidad devolver el chip.

-Si se da de baja de la carrera en cualquier momento, favor de entregar el chip a un director de la carrera. De no entregarlo corre el riesgo de no poder participar en eventos futuros de IRONMAN y IRONMAN 70.3. Es esencial para nosotros el saber donde se encuentra en todo momento por su seguridad y para nuestra tranquilidad. Si es transportado a una estación médica, el personal médico se hará cargo de su chip.

-El chip de cronometraje es prestado. Al recoger su número de atleta y chip, usted se hace responsable del mismo y garantiza que va a regresar el mismo a los organizadores del evento, o se le cobrará por el reemplazo.

-Si usted pierde su chip durante el evento, es su responsabilidad reemplazarlo en una de las siguientes ubicaciones; salida de natación, salida de bicicleta, o salida de pedestre. Los voluntarios tendrán chips extras de tiempo en los lugares antes mencionados. Si usted pierde su chip durante el transcurso de la Carrera, favor notificarlo a un oficial de Carrera al momento de cruzar la meta.

-No usar su chip durante el transcurso de la carrera, no regresarlo después de la carrera o no pagarlo por haberlo perdido puede descalificarlo de otros eventos IRONMAN/IRONMAN 70.3

-Los chips electrónicos de tiempo marcarán los splits durante su carrera (*natación, T1, bicicleta, T2, pedestre*) y el tiempo total.

NO CHIP = NO TIEMPO



Horarios limites:

-Por favor tener en cuenta que en base a los permisos para el uso de las vías y el plan de tránsito creado por las autoridades además de la seguridad de los atletas que participan, los tiempos máximos en cada etapa deben ser respetados para todos los eventos de IRONMAN.

-Nos reservamos el derecho de remover a cualquier atleta durante el recorrido si nuestro staff de carrera determina que no hay la posibilidad de que ese atleta termine la etapa dentro del tiempo límite establecido en base a la ubicación del atleta, la hora, y la velocidad promedio.

-Adicionalmente, los atletas que comiencen la etapa de natación en un grupo más temprano y tengan un tiempo total de carrera de más de 8.5 horas pero logren llegar antes del corte de tiempo de 8.5 hrs. total se les considerará como "Official finisher" y será elegible para recibir un premio en su categoría y espacios en el Campeonato mundial de IRONMAN 70.3.

Reclamo de bicicletas:

-Deberá recoger su bicicleta de la zona de transición después de la carrera. Debe tener su brazalete de atleta para poder entrar a la zona de transición. Si no puede reclamar personalmente su bicicleta, un familiar o amigo podrá retirar su bicicleta con el pase que se le proporcione dentro de su paquete de registro. Debe darle éste pase a su familiar o amigo antes de la carrera como medida de precaución para evitar que lo pierda, incluso si usted planea retirar su bicicleta. El horario de reclamo de bicicleta es de 1:00 p.m.-4:00 p.m.

Bolsa de Equipo:

-Usted recibirá una bolsa de nylon al momento de registrarse: Bolsa blanca para guardar elementos de natación, colocarle el número en lugar visible, guardar todos los elementos de la etapa de la natación y entregarla en el lugar asignado del parque cerrado antes de salir al ciclismo.

Artículos perdidos:

-Por artículos perdidos pasar por la carpa de "Lost and Found" ubicada en la zona de transición o envíe un e-mail a info@sucaweb.com

Charla técnica obligatoria:

-Es obligatorio que todos los atletas asistan a una Reunión Técnica previo al día de la carrera. Por favor recordar que la asistencia a estas reuniones es PERSONAL.



INFORMACIÓN (4) GENERAL



Fotografía oficial del evento:

FinisherPix estará en el IRONMAN 70.3 Punta del Este para cubrir tu carrera. 24 – 48 horas después del fin de la carrera tus fotos personales estarán disponibles aquí [here](#).

Link: <http://www.finisherpix.com/e/2109>

GRATIS: Tus fotos en tu biografía con la aplicación FinisherPix Facebook App!

Con la aplicación FinisherPix-Facebook-App una selección de tus fotos de Carrera van a ser subidas automáticamente y de manera gratuita en Facebook. Simplemente haz click en (<https://apps.facebook.com/finisherpix>) digita tu numero dorsal y acepta la instalación de la app en tu perfil.

TUS MEJORES FOTOS!

- Cuando veas a nuestros fotógrafos sonrío, incluso si duele.
- Por favor asegúrate de que tu número sea visible en todo momento.
- Sonríe & celebra cuando cruces la meta!

MAS INFORMACIÓN Y CONTACTO EN:

support@finisherpix.com|www.finisherpix.com finisherpix.com/facebook | #finisherpix WeChat: FinisherPix

IRONMAN Track.

La APP IRONMAN Track provee el tiempo oficial de carrera en tiempo real para eventos IRONMAN y IRONMAN 70.3.

Descarga la app en tu celular y podrás seguir el ritmo de los atletas, encontrar mapas interactivos y también compartir cada momento en las redes sociales!.





-Habrá atención médica y voluntarios a lo largo de toda la ruta.

-En la etapa de natación habrá una estación médica enfocada en atender a los atletas que tengan problemas médicos en esta etapa. Asimismo, tendremos cobertura de kayaks, stand ups, y botes salvavidas en la ruta de natación.

-Habrá una carpa de atención médica en la llegada al igual que equipos médicos a lo largo de toda la ruta. Las estadísticas dictan que más de la mitad de las atenciones médicas se llevan a cabo al finalizar la carrera. **Por favor, permanecer en el área de llegada hasta que se encuentre recuperado en su totalidad.**

-La estación médica cerrará nueve (9) horas después del inicio de la competencia. Todo participante que requiera atención médica luego de este horario será dirigido a uno de los hospitales locales.

-Todos los gastos médicos son responsabilidad del atleta y **NO de IRONMAN o Suca Sports**. Los organizadores del evento proporcionarán coberturas secundarias en circunstancias que califiquen. El incumplimiento de la responsabilidad financiera de servicios médicos locales incurridos resultará en la suspensión de eventos futuros de IRONMAN/IRONMAN 70.3 hasta que dichas cuentas sean pagadas.

-Es importante considerar riesgos de deshidratación, quemaduras de sol, fatiga, y lesiones. Por favor pedir asistencia médica si siente algún síntoma que necesite atención. Usted no será penalizado por recibir una evaluación médica. Los atletas que necesiten ser transportados, los que necesiten recibir fluidos intravenosos, y los que el personal médico considere que no pueden continuar participando por el riesgo de sufrir daños adicionales serán retirados de la competencia.

-Es importante recordar que durante los eventos de resistencia extrema el dolor del cuerpo se eleva y puede que el atleta esté en más problemas de los que se imagina. El personal médico hará todo lo posible para mantener a los atletas en la carrera y asegurar que tengan una llegada segura.

-Si usted está tomando cualquier medicamento o si tiene alguna condición física que puede afectar su desempeño en la carrera o su tratamiento en caso de una lesión, por favor comunicar a la organización antes de la competencia. Es requisito notificar cualquier condición al equipo médico por escrito al momento de su registro si ha habido algún cambio en su estatus médico desde que completó su registro en línea. El no divulgar dicha información puede resultar en la suspensión de participar en cualquier evento IRONMAN/IRONMAN 70.3.

-Usted es responsable de evitar el consumo de los medicamentos que aparecen en la lista de sustancias prohibidas según lo determinado en las reglas antidopaje de WTC. Además, es importante mantenerse hidratado antes y durante el evento.



ROLLDOWN



Clasificadorio para el Campeonato Mundial & Rolldown:

-El Registro para el Campeonato Mundial IRONMAN 70.3 del 2018 se llevará a cabo durante la entrega de premios para los atletas que hayan obtenido una clasificación directa por su resultado por categoría. Los atletas deben traer una identificación con fotografía (pasaporte, licencia de conducir, etc.) y una tarjeta de crédito para registrarse en el Campeonato Mundial a llevarse a cabo en el 2018.

-Aquellos cupos que no sean reclamados pasarán al posterior Roll-Down, inmediatamente después de la ceremonia de premiación en el Enjoy Conrad. Los atletas que tomen un cupo deben traer una identificación con fotografía (*pasaporte, licencia de conducir, etc.*) y una tarjeta de crédito para registrarse en el Campeonato Mundial.

Políticas de asignación de cupos:

-Por lo menos un espacio se asignará a cada categoría de edad. Si no hay atletas inscritos en dicha categoría de edad, el cupo será movido a la categoría de edad de mayor participación.

¡Los atletas deben estar presentes en la ceremonia de premiación para reclamar sus espacios!





IRONMAN[®]

70.3[®] PUNTA DEL ESTE URUGUAY



Intendencia
de Maldonado



Secretaría Nacional
del Deporte



enJOY[®] PUNTA DEL ESTE



MUNICIPIO DE PUNTA DEL ESTE

SALUS

EL OBSERVADOR

ESPN


GATORADE

¡Te esperamos
en
Punta del Este!

