

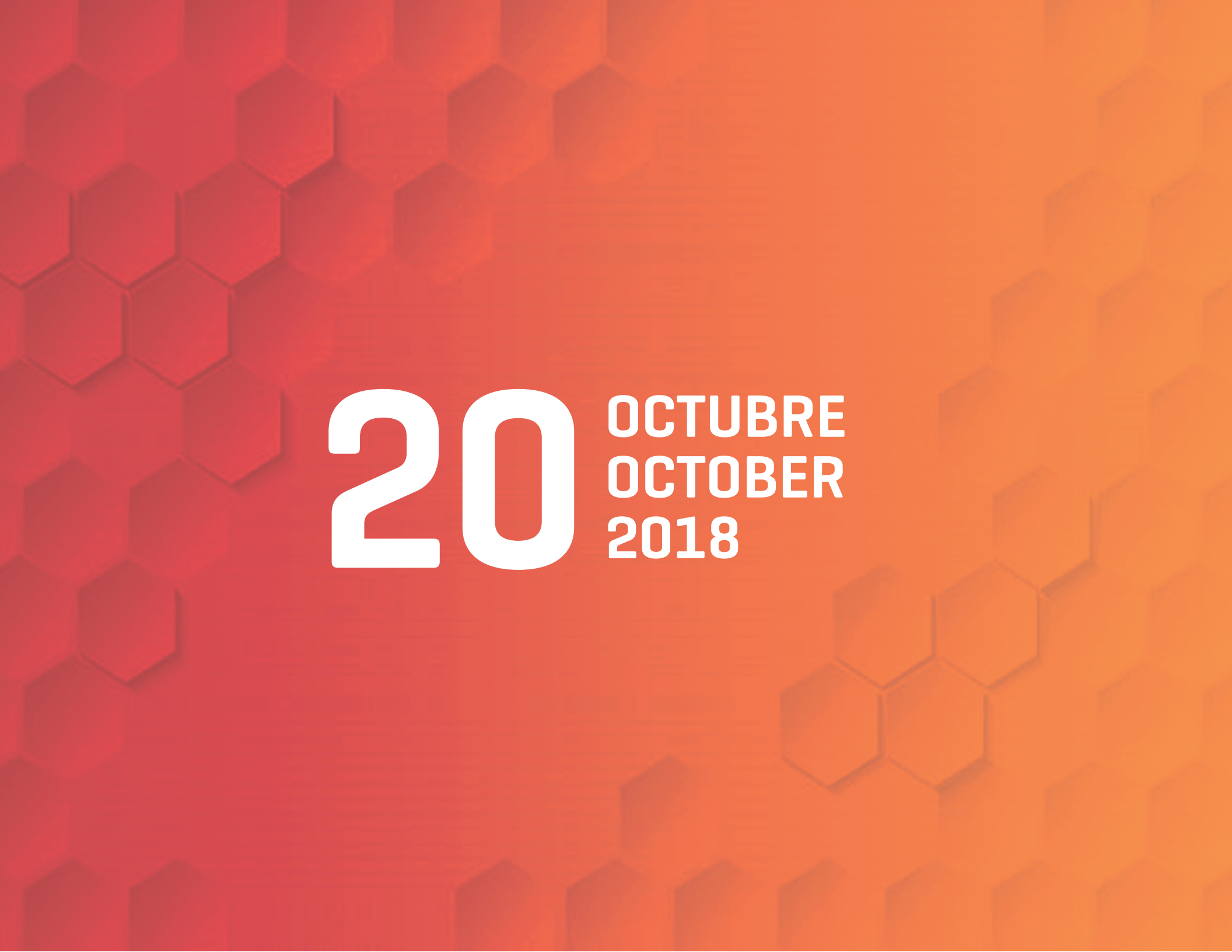


SUBARU

IRONMAN®

70.3® COQUIMBO
Chile

GUÍA DEL ATLETA
ATHLETE GUIDE



20 OCTUBRE
OCTOBER
2018

HORARIOS EXPO VILLAGE - ENJOY HOTEL COQUIMBO (Peñuelas Nte 56, Coquimbo).

Viernes: 12:00 a 20:00 Apertura y cierre EXPO VILLAGE COQUIMBO.

Sabado: 10:00 a 21:00 Apertura y cierre EXPO VILLAGE COQUIMBO.

Domingo: 10:00 a 17:00 Apertura y cierre EXPO VILLAGE COQUIMBO.

HORARIO	JUEVES 18 OCTUBRE 2018	THURSDAY OCTOBER 18th, 2018
16:00 - 20:00	Acreditación y entrega de números, chips y bolsos de competencia SUBARU IRONMAN 70.3 COQUIMBO. - HOTEL ENJOY COQUIMBO.	Athlete Race Kit Pick up SUBARU IRONMAN 70.3 COQUIMBO. - HOTEL ENJOY COQUIMBO.
HORARIO	VIERNES 19 DE OCTUBRE 2018	FRIDAY OCTOBER 19th, 2018
12:00 - 20:00	Acreditación y entrega de números, chips y bolsos de competencia SUBARU IRONMAN 70.3 COQUIMBO. - HOTEL ENJOY COQUIMBO.	Athlete Race Kit Pick up SUBARU IRONMAN 70.3 COQUIMBO. - HOTEL ENJOY COQUIMBO.
13:00	Conferencia de Prensa oficial atletas Elite SUBARU IRONMAN 70.3 COQUIMBO. - HOTEL ENJOY COQUIMBO.	Press conference Elite Athletes of SUBARU IRONMAN 70.3 COQUIMBO. - HOTEL ENJOY COQUIMBO.
14:00	Apertura Zona de Transición.	Transition Area Opening.
17:00 - 17:45	Charla técnica. [En español] SUBARU IRONMAN 70.3 COQUIMBO EN HOTEL ENJOY COQUIMBO.	Race Briefing.[Spanish] SUBARU IRONMAN 70.3 COQUIMBO AT HOTEL ENJOY COQUIMBO.
18:00 - 18:45	Charla Técnica. [En Inglés] SUBARU IRONMAN 70.3 COQUIMBO EN HOTEL ENJOY COQUIMBO.	Race Briefing.[English] SUBARU IRONMAN 70.3 COQUIMBO AT HOTEL ENJOY COQUIMBO.
19:00 - 19:30	Charla técnica obligatoria atletas Elite SUBARU IRONMAN 70.3 COQUIMBO. - HOTEL ENJOY COQUIMBO.	Compulsory ELITE Athlete Briefing, SUBARU IRONMAN 70.3 COQUIMBO.
19:30	Cierre Zona de Transición Atletas SUBARU IRONMAN 70.3 COQUIMBO.	Close of Transition Zone, Athletes SUBARU IRONMAN 70.3 COQUIMBO.

PROGRAMA/ SUBARU IRONMAN 70.3 COQUIMBO 2018

HORARIO	SABADO 20 DE OCTUBRE 2018	SATURDAY OCTOBER 20th, 2018
6:00 - 7:40	Apertura y cierre zona de transición. Todos los deportistas deben dirigirse a la zona de largada.	Transition Zone Opening and Closing.
8:00	Inicio Competencia ELITE VARONES SUBARU IRONMAN 70.3 COQUIMBO.	MEN ELITE Start SUBARU IRONMAN 70.3 COQUIMBO.
8:05	Inicio Competencia ELITE DAMAS SUBARU IRONMAN 70.3 COQUIMBO.	WOMEN ELITE Start SUBARU IRONMAN 70.3 COQUIMBO.
8:15	Inicio Competencia AGE GROUP SUBARU IRONMAN 70.3 COQUIMBO. Formato "Rolling down" 1 deportistas cada 2 segundos - Finalizado esto se dará inicio a la competencia por Relevos	AGE GROUP SUBARU IRONMAN 70.3 COQUIMBO. Start Format "Rolling down" 1 athletes every 2 seconds - Once this is done, the Relay competition will start
12:15 - 12:45	Premiación Elite - 3 primeros lugares DAMAS y VARONES	Award ceremony - Top 3 Pro MALE and FEMALE
15:00	Retiro de bicicletas Zona de Transición [inicia cuando todos los deportistas hayan finalizado etapa de ciclismo].	Bike Check-Out [starts when all athletes have finished cycling stage]
17:00	Cierre de Competencia SUBARU IRONMAN 70.3 COQUIMBO	Competition Closure SUBARU IRONMAN 70.3 COQUIMBO
19:00	Premiación SUBARU IRONMAN 70.3 COQUIMBO EN HOTEL ENJOY COQUIMBO	Award ceremony SUBARU IRONMAN 70.3 COQUIMBO AT HOTEL ENJOY COQUIMBO
20:00	Entrega de cupos IRONMAN 70.3 WORLD CHAMPIONSHIP EN HOTEL ENJOY COQUIMBO	Slot allocation IRONMAN 70.3 WORLD CHAMPIONSHIP AT HOTEL ENJOY COQUIMBO



El atleta que entregue su kit de competencia a otra persona, así como al atleta que lo reciba, serán inmediatamente descalificados del evento y pueden ser suspendidos por hasta dos años de cualquier carrera de IRONMAN 70.3 alrededor del mundo,

Athlete who gives his/her race kit to someone else, as well as the athlete who receives it, will immediately be disqualified from the event and may be suspended for up to two years from any IRONMAN 70.3 race around the world.



ZONA DE TRANSICIÓN

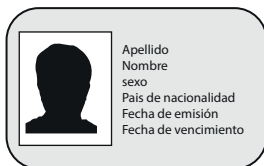
TRANSITION ZONE

18 y 19 de Octubre 2018 / October 18TH and 19TH 2018

Retiro KIT de Competencia / Athlete Check in

El KIT de competencia debe ser retirado por el mismo competidor.
No se aceptarán solicitudes de terceros.
The race KIT must be picked up by the athlete.

1.



Verificación de
Identidad.
ID Verification.

2.



Presentar comprobante de
inscripción impreso o en tu
dispositivo móvil.
Show proof of enrollment, either
printed or on your mobile device.

3.



Firma Exención de
responsabilidad.
Sign the disclaimer.

4.



Colocación de pulsera en
muñeca del deportista.
Wristband will be place on the
athlete wrist.

5.



Entrega de
KIT de competencia
+ Polera
+ Chip.
Race KIT pick up
+T-shirt
+ Timing Chip.

6.



Verificación de Chip de
Competencia.
Timing Chip verification.

*



Check-In exclusivo deportistas "All World Athlete"
Exclusive Check-In "All World Athlete"

Sábado 20 de Octubre 2018/ Saturday, October 20TH 2018

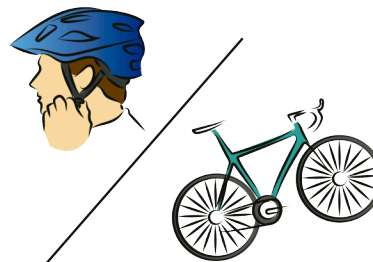
Ingreso a Zona de Transición / Bike Check in

1.



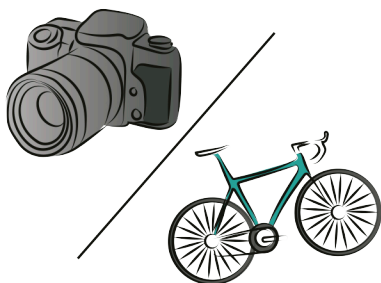
Verificación de Pulsera
Wristband verification

2.



Revisión de bicicleta
y casco.
Bike and helmet
inspection.

3.



Toma de foto
bicicleta y
deportista.
Bike and Athlete
Photo Shoot

4.



Colgar bicicleta en rack numerado.
Caminar por pasillo habilitado para
bicicletas.

Hang bicycle in numerated rack. Walk
through the hall that it's allowed for
bike.

*Zapatos de ciclismo es el único item permitido
en la bicicleta.

*Bike shoes are the only item allowed on
your bike.

5.



Colgar bolsa color rojo
[Ciclismo-Trote] en perchero número
2.

Hang red bag [bike-run] on coat rack
number 2.

6.



Colgar bolsa color azul
[natación-ciclismo] en
perchero número 1.
Hang blue bag [swim-bike]
on coat rack number 1.

7.



Salir de zona de transición y
recibir nuevo item
identificador.

Exit the transition area and
receive a new identifier item.

Transiciones / Transitions

TRANSICIÓN NATACIÓN-CICLISMO / TRANSITION SWIM-BIKE



Stripper: Retiro trajes de neopréen.
Lo debes llevar contigo hasta el
punto 3.

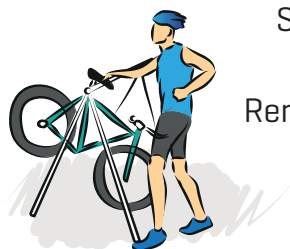
Wetsuits removal. You must take
them to step number 3.

Recoge la bolsa azul [natación-ciclismo]
con tu número.
Pick up your blue numbered bag [Swim-Bike]

Guarda tu indumentaria de natación y
equípate con la de ciclismo.
Put away your swim equipment in the
bag and dress up with your biking gear.



Deja la bolsa azul en los contenedores.
Place the blue bag in the bins.



Saca tu bicicleta de las estructuras y corre
por el pasillo destinado a bicicletas.
Remove your bike from the structure and run
through the bike hallway.

TRANSICIÓN CICLISMO-PEDESTRISMO / TRANSITION BIKE-RUN

1.

Cuelga tu bicicleta en las
estructuras según tu número.
Hang your bike in the BIB number.



2.



Recoge la bolsa roja
[ciclismo-pedestrismo] con tu número.
Pick up your red numbered bag
[Bike-Run].

3.

Guarda tu indumentaria de ciclismo y equípate con la
de pedestrismo.
Put away your bike equipment in the bag and dress
up with your running gear.

4.



Deja la bolsa roja en los
contenedores.
Place the red bag in the bins.

5.

Sábado 20 de Octubre 2018 / Saturday, October 20TH 2018

Retiro de bicicletas y recolección de bolsas / Bike Check out and bags pick up

Se podrá ingresar una vez terminada la etapa de ciclismo.
Access will be allowed once the bike leg is finished.

1.

Ingresar a zona de transición.
Transition Area access.

- Número de dorsal / Race BIB
- Pulsera competidor / Athlete Wristband
- Identificador sorpresa para competir / Surprise identifier item to compete

2.



Retirar bolsa color azul en perchero número 1.
Pick up blue bag in coat rack number 1.

3.



Retirar bolsa color rojo en perchero número 2.
Pick up red bag in coat rack number 2.

4.



Retirar bolsa color verde en Guardarropía.
Pick up green bag in wardrobe.

5.



Retirar bicicleta.
Bike pick up.

6.

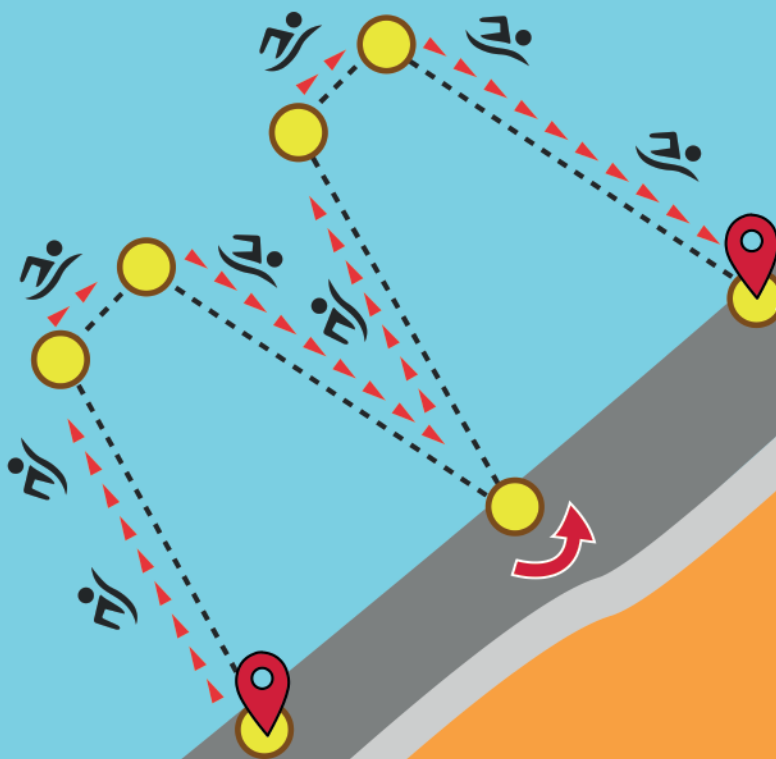


Retiro de pulsera de competidor. No se permitirá nuevamente el acceso.
Wristband removal. Access won't be allowed afterwards.

CIRCUITOS COURSE

NATACIÓN / SWIM

OCÉANO PACÍFICO



CIRCUITO NATACIÓN
SWIM COURSE
1.900 mts.
2 VUELTAS / LAPS

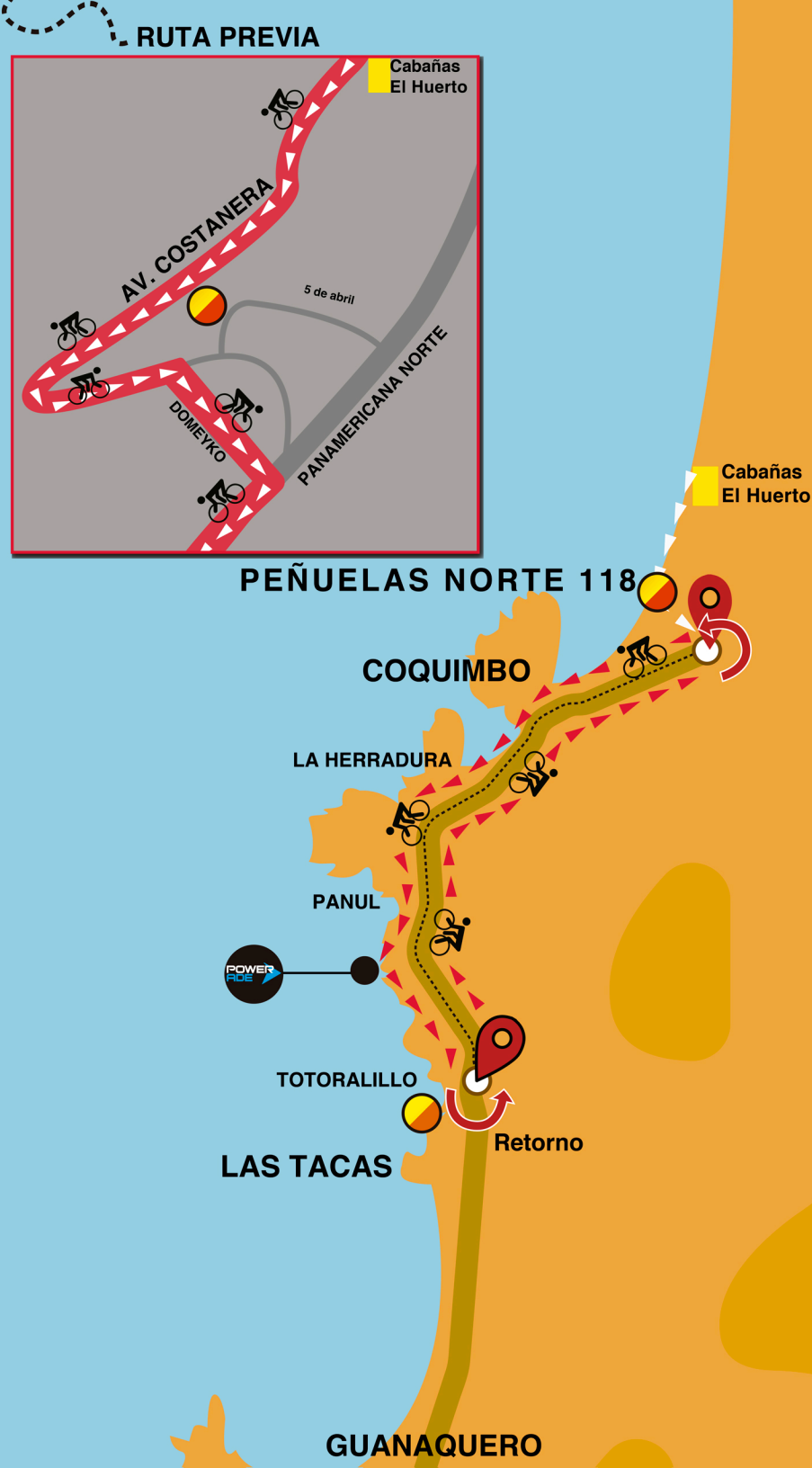
SIMBOLOGÍA
SYMOLOGY

-  ZONA DE TRANSICIÓN/
TRASITION AREA
-  RUTA/ ROUTE
-  GIRO/ TURN AROUND

Cabañas
El Huerto

CICLISMO / BIKE

OCEANO PACÍFICO



SUBARU
IRONMAN
70.3[®] COQUIMBO
Chile

CIRCUITO CICLISMO
BIKE COURSE
90 km.
3 GIROS / LAPS
1200 Mts. DESNIVEL

SIMBOLOGÍA
SYMOLOGY

-  ZONA DE TRANSICIÓN/
TRASITION AREA
-  RUTA/ ROUTE
-  GIRO/ TURN AROUND
-  PENALTY BOX

-  **HIDRATACIÓN/**
HYDRATATION
-  **POWERADE**
-  **AGUA/ WATER**
-  **COLA**
-  **BASURA/ TRASH**

TROTE / RUN



CIRCUITO TROTE
RUN COURSE
21 km.
4 GIROS / LAPS

SIMBOLOGÍA SYMOLOGY

- ZONA DE TRANSICIÓN/
TRANSITION AREA
- RUTA/ ROUTE
- GIRO/ TURN AROUND
- META/ FINISH LINE

HIDRATACIÓN/ HYDRATATION

- POWERADE
- AGUA/ WATER
- COLA
- COMIDA/ FOOD
- BASURA/ TRASH

Av. Costanera 450

OCÉANO PACÍFICO

Cabañ
El Hue

San Ramó

Regimiento Arica

José Joaquín Pérez

PANAMERICANA NORTE





DRAFTING

TIRAR BASURA LITTERING

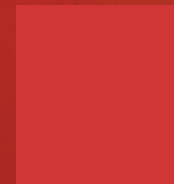
5 minutos en la siguiente
carpa de penalización
5 minute time penalty
served in a penalty
tent on the bike course



BLOQUEAR BLOCKING

30 segundos
"stop and go"
en la siguiente carpa
de penalización

30 seconds stop and
go time penalty served
at the next penalty tent



DISPOSITIVOS DE SONIDO SOUND DEVICES

3 TARJETAS AZULES 3 BLUE CARDS

Descalificación
Disqualification

CARPA DE PENALIZACION CERCANA AL GIRO SUR Y LLEGANDO A LA ZONA
DE TRANSICION./

PENALTY BOX NEAR THE SOUTH RETURN AND ARRIVING TRANSITION AREA

PERMITIDO/ALLOWED

Consumir Agua Y Alimento
Que Tenga el Atleta

Consume Water And Food
Placed On Athlete`s Bike

NO PERMITIDO/NOT ALLOWED

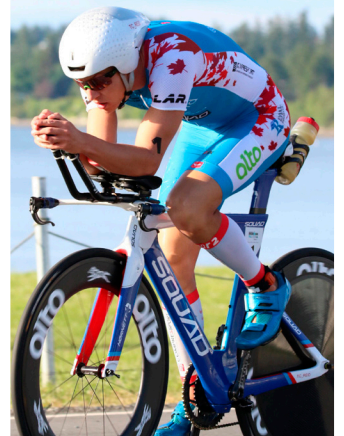
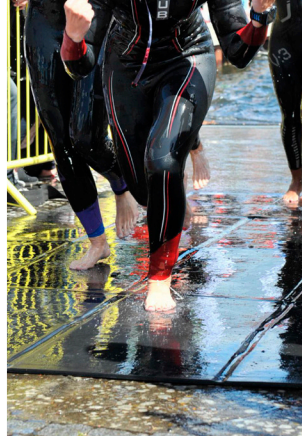
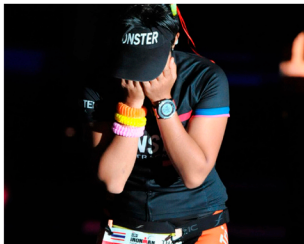
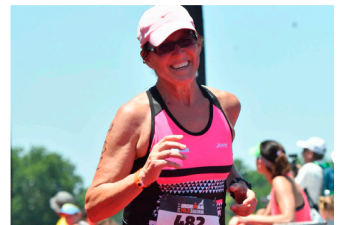
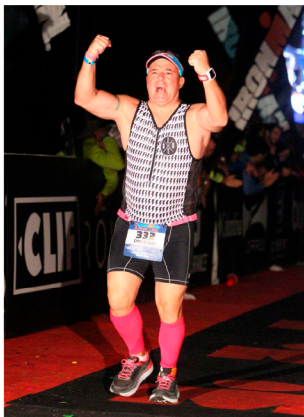
Usar El Baño Y
Ajustes De La Bicicleta

Use The Toilet And
Equipment Adjustments

Lea el reglament completo en www.Ironman.Com/rules, es un deber del atleta tener conocimiento completo de las reglas de la carrera
Read the complete race rules available at the oficial website: www.Ironman.Com/rules it`s an athlete duty to hace complete knowledge of the race rules



NEVER FORGET **YOUR RACE**





SUBARU



macron



LATERCERA



El Gráfico



TRIATLONCOQUIMBOUC.CL

#YOCORROCOQUIMBO

#IRONMAN703COQUIMBO

#TIERRASPIRATAS

Organiza: Club Deportivo Universidad Católica
TRIATLONCOQUIMBOUC.CL

