



INFORMACIÓN/NORMATIVA

MULTISPORT RACES DAYS se desarrollará en 3 días consecutivos, a elegir por los participantes, entre las 00:00 del 28 de agosto y las 23:59 del 13 de septiembre, y en cada uno de ellos se disputará una disciplina diferente.

MODALIDADES:

IRONMAN	<ol style="list-style-type: none">1. 3.800 m NATACIÓN2. 180 Km CICLISMO3. MARATÓN 42.200 m
TRIATLÓN OLÍMPICO	<ol style="list-style-type: none">1. 1500 m NATACIÓN2. 40 Km CICLISMO3. 10 Km CARRERA A PIE
DUATLÓN	<ol style="list-style-type: none">1. 5 Km CARRERA A PIE2. 20 Km CICLISMO3. 5 Km CARRERA A PIE
ACUATLÓN	<ol style="list-style-type: none">1. 3 Km CARRERA A PIE2. 1000 METROS NATACIÓN3. 5 Km CARRERA PIE
SÓLO NATACIÓN <i>(en aguas abiertas o piscina)</i>	<ul style="list-style-type: none">• 3000 metros• 1500 metros
SÓLO CICLISMO	<ul style="list-style-type: none">• 100 Km• 50 Km
SÓLO CARRERA A PIE	<ul style="list-style-type: none">• 10 Km• 21 Km• 42 Km• 100 Km• 100 millas
SÓLO PATINES	<ul style="list-style-type: none">• 10 Km• 21 Km• 42 Km• 100 Km

RELEVOS: por equipos de 2 o de 3 personas en relevos en las modalidades Ironman, Triatlón Olímpico, Duatlón y Acuatlón.

El lugar, el día y la hora es a libre elección del participante, siempre que se haga dentro de las fechas indicadas.

Cada participante, puede inscribirse a las pruebas que quiera, tanto en modalidad como en distancia (ver tabla de modalidades), bien por separado, o en conjunto (como el Duatlón, Acuatlón, Triatlón Olímpico o Ironman)

Los valientes que terminen las tres distancias del Triatlón Olímpico o del Ironman, así como aquellos que lo hagan en 3 modalidades distintas (patinar, natación, ciclismo o carrera a pie), conseguirán una pieza de diseño único de la medalla del evento y se coronarán como **SUPERFINISHER** de **MULTISPORT RACES DAYS**.

El lugar y día de realización de cada prueba, es de libre elección por el participante, debiendo enviar a la organización un link con cada actividad una vez realizada como tarde el 13/09/2020.

Forma de proceder: cada vez que se realice una actividad, debe registrarse en un dispositivo o aplicación para enviar el link público de la misma (Garmin, Suunto, Strava, Endomondo...) a la organización para ir estableciendo clasificaciones.

FORMATO DE COMPETICIÓN EN TRIATLÓN OLÍMPICO Y IRONMAN:

Cada disciplina deportiva se desarrollará de forma individual durante el periodo de competición. Los tiempos totales de cada atleta durante los 3 días, decidirán el podio de los 3 mejores atletas masculinos y femeninas de cada categoría de **MULTISPORT RACES DAYS**.

Los participantes en Triatlón Olímpico o Ironman, deben comenzar el primer día por la prueba de natación, el segundo día, por la prueba de ciclismo y el tercer día, por la carrera a pie, o pueden hacerlo el mismo día, de tirón, pero en ese orden. La modalidad de Duatlón y Acuatlón deben realizarse de una vez, en una sola jornada.

Todas las pruebas (tanto las de un deporte único como cada una de las pruebas individuales de las modalidades multideporte) deberán realizarse en actividades NON STOP.

CUOTA DE INSCRIPCIÓN:

- **A cualquier modalidad individual: 7€ (incluye dorsal y diploma e inclusión en la clasificación general y por categorías)**
- **Con carácter voluntario y previa solicitud: 18€ (incluye Camiseta, medalla y gastos de envío por correo certificado)**
- **Si consigues trofeo en tu categoría: 10€ (lo puedes hacer a posteriori de la finalización de las clasificaciones)**
- **Si consigues medalla especial de SUPERFINISHER: 5€ (lo puedes hacer a posteriori de la finalización de las clasificaciones)**

(Esto se hace así para que no todos paguen una cuota más alta para compensar los trofeos y medallas SUPERFINISHER)

CATEGORÍAS:

- **CATEGORÍAS INDIVIDUALES:** Se establecen dos categorías: hasta 50 años y más de 50 años. En todas las modalidades, tanto en la clasificación masculina como en la femenina.
- **CATEGORÍAS POR EQUIPOS:** Única, no se distinguirá por sexos ni por edades de los distintos integrantes.
- **TROFEOS:** Trofeo a los tres primeros de cada categoría.

INFORMACIÓN E INSCRIPCIÓN: www.chiptiempo.com

Info Whatsapp: + 34 667529746 / +34 657667784 / +34 605684547

Facebook : Races to Live-Multi Sport Race Days