27·09·2026

TRIATLÓ D'ANGLÈS GIRONA

CAMPIONAT DE CATALUNYA DE TRIATLÓ OLÍMPIC

+ OPEN + SPRINT + RELLEUS

MEMORIAL ROMÁN JANÉ

DISTANCE

Ajuntament d'Anglès

BENVINGUTS I BENVINGUDES A ANGLÈS

Fa molts mesos que imaginem aquest cap de setmana. Hi hem posat **moltes hores, molt esforç i, sobretot, moltíssima il·lusió** per intentar crear el triatló que a nosaltres mateixos ens encantaria córrer.

El camí fins aquí no sempre ha estat fàcil. Hem superat canvis, imprevistos i adversitats, però avui tot pren sentit: **un entorn espectacular, uns circuits exigents, un poble bolcat amb la prova i més de 300 persones disposades a viure aquesta primera edició amb nosaltres.**

És el primer any i segur que hi haurà coses per aprendre i millorar. **Estarem encantats d'escoltar-vos i prendre nota per continuar creixent**, perquè darrere de cada decisió i cada detall hi ha la voluntat de construir una prova especial, cuidada i a l'altura d'aquest entorn.

Aquesta primera edició porta, a més, un nom molt especial per a la família Distance: **Román Jané.** Aquest any hem hagut d'acomiadar un gran referent del club, una persona a qui recordarem sempre amb un somriure. Aquest triatló és també la nostra manera de tenir-lo amb nosaltres a la línia de sortida.

Gràcies a **Anglès i a la seva gent**, al voluntariat, a les entitats i marques que ho han fet possible i, especialment, a tota la **família Distance** que hi ha deixat energia i cor.

Ara us toca a vosaltres.
Gaudiu-la tant com nosaltres hem gaudit preparant-la.

Família CET Distance

HORARIS

DISSABTE 26/09

9:30 a 11:30	RECONEIXEMENT DEL CIRCUIT DE BICI
14:00 A 14:40	RECONEIXEMENT DEL CIRCUIT DE NATACIÓ
15:00 a 20:00	RECOLLIDA DE DORSALS
15:00 a 20:00	PISCINA, ACTIVITATS, FIRA AMB COL·LABORADORS
18:30	BRIEFING

DIUMENGE 27/09

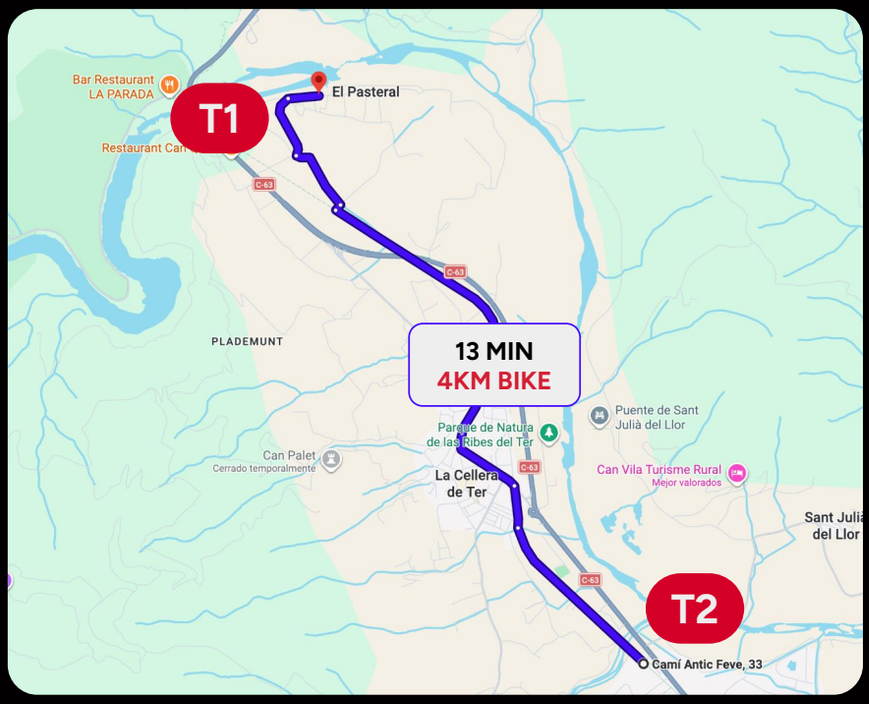
6:00 a 8:00	RECOLLIDA DORSALS
6:00 a 7:30	BOX T2 SPRINT
7:00 a 8:00	BOX T2 OLÍMPIC
7:15 a 8:15	BOX T1 SPRINT
7:45 a 8:45	BOX T1 OLÍMPIC
8:30	SORTIDA SPRINT I RELLEUS
9:00	SORTIDA OLÍMPIC MASCULÍ
9:30	SORTIDA OLÍMPIC FEMENÍ
12:45	SORTIDA MATERIAL DE BOX
13:15	LLIURAMENT DE PREMIS

ACTIVITATS DISSABTE

RECONEIXEMENT DELS CIRCUITS

9:10	**1º PUNT DE TROBADA** **RECONEIXEMENT DEL CIRCUIT DE BICI** El primer punt de trobada serà al pavelló de la T2. Des d'allà anirem en bici amb qui ho vulgui fins al Pasteral, on ens trobarem amb les persones que hi vagin directament i començarem el reconeixement del circuit de bici. PUNT DE TROBADA AL PAVELLÓ (T2)
9:30	**2º PUNT DE TROBADA** **RECONEIXEMENT DEL CIRCUIT DE BICI** PUNT DE TROBADA T 1
14:00 a 14:40	**RECONEIXEMENT DEL CIRCUIT DE NATACIÓ** Cal ser al punt de trobada a les 13.45 h per entrar a l'aigua a les 14.00 h PUNT DE TROBADA T 1
15:00 a 20:00	**LLIURAMENT DE DORSALS** **INICI DE LA FIRA, ACTIVITATS, PISCINA , BRIEFING** PUNT DE TROBADA AL PAVELLÓ (T2)

BOXES



T2 / BOX 2

T2 + META
POLIESPORTIU ANGLÈS
UBICACIÓ T2

T1 / BOX 1

T1 + SORTIDA
PANTÀ DEL PASTERAL
UBICACIÓ T1

COM FUNCIONA LA LOGÍSTICA?

PRIMER, T2 / BOX 2 · POLIESPORTIU D'ANGLÈS
Abans d'anar a la sortida, hauràs de passar per la T2. Si encara no tens el dorsal, podràs recollir-lo aquí. Deixa al teu box tot el material que necessitaràs per córrer.

DESPRÉS, CAP A LA T1 / BOX 1 · PANTÀ DEL PASTERAL
Des de la T2 hauràs d'anar fins a la T1 amb la bicicleta i tot el material de natació i ciclisme. Són aproximadament 4 km. Recomanem fer el trajecte en bicicleta: és un recorregut curt i senzill. Si prefereixes fer-lo en grup, organitzarem diverses sortides des de la T2 fins a la T1. També es pot anar en cotxe. **PÀGINA SEGÜENT →**

A LA T1 REBRÀS UNA BOSSA
A la T1 et donarem una bossa per guardar TOT EL TEU MATERIAL de natació després de la transició. Nosaltres ens encarregarem de traslladar-la de la T1 a la T2, perquè la puguis recollir després de la cursa presentant el teu dorsal. La recollida es farà en una zona habilitada i delimitada al costat de la T2

IMPORTANT → NO CAL TORNAR A LA T1 DESPRÉS DE LA CURSA.

DESPLAÇAMENT T2-T1

SORTIDES EN BICI AMB GRUP

Pots anar sol, el camí estarà senyalitzat, però si prefereixes anar acompanyat, organitzarem sortides en grup. Per garantir la seguretat, disposarem de motos que obriran i tancaran cada grup ciclista. Els grups sortiran cada 8 minuts des del punt de trobada de la T2.

PRIMERA SORTIDA: 7:10H

Sortidas cada 8'

ÚLTIMA SORTIDA: 8:15H

Els participants Sprint hauran de sortir amb antelació suficient per accedir a la T1 abans de les 8:15 h (cierre)

PUNT DE TROBADA

DESPLAÇAMENT AMB COTXE

Tant les persones acompanyants com els i les atletes podran desplaçar-se en cotxe fins a la T1. Hi haurà diferents zones d'aparcament habilitades, tot i que no totes es troben al costat del Pasteral i les places són limitades.

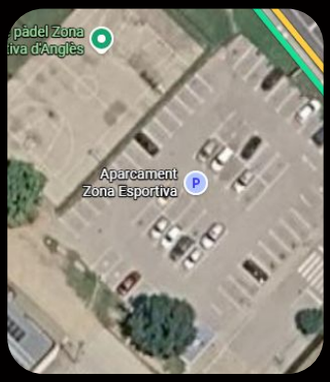
L'aparcament més proper al Pasteral estarà reservat exclusivament per als participants de la modalitat Olímpica, ja que no se'n podrà sortir fins que l'última persona hagi finalitzat el segment de natació.

En casos excepcionals, si alguna persona té dificultats de mobilitat que li impedeixen arribar fins a la T1, pot contactar prèviament amb nosaltres i intentarem facilitar-li el trasllat, sempre en funció de la disponibilitat de vehicles de l'organització.

APARCAMENT

T2 / BOX 2

T2 + META: POLIESPORTIU ANGLÈS **UBICACIÓ**



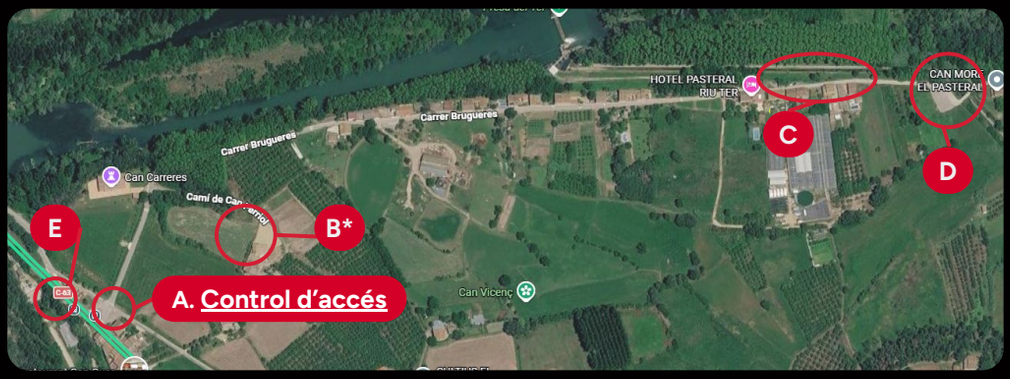
A. Aparcament Poliesportiu

B. Aparcament Dia

C. Aparcament Poliesportiu

T1 / BOX 1

T1 + SORTIDA: PANTÀ DEL PASTERAL **UBICACIÓ T1**



A. Control d'accés

B. Aparcament 1 *NOMÉS OLÍMPIC

C. Aparcament 2 davant de Can Jepet

D. Aparcament 3 al final del carrer

E. Aparcament amb poques places

l'aparcament b és només per a l'olímpic, ja que els cotxes només es podran retirar un cop hagi acabat de nedar l'últim atleta.

A LES 8:15 H ES TANQUEN TOTS ELS APARCAMENTS DE LA T1 (EXCEPTE L'E).

TRACKS OLÍMPIC

SWIM **1500M**

2 LAPS 750M

PANTÀ DEL PASTERAL

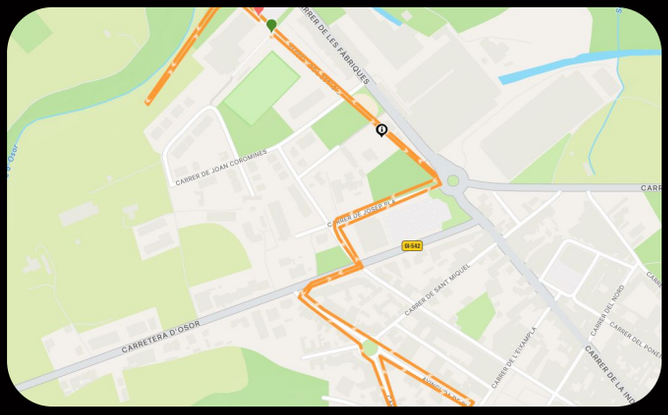
TRACK WIKILOC

BIKE

37KM 645M+

TRACK WIKILOC

NOU RECORREGUT!



RUN **10KM**

4 LAPS 2,5KM

ANGLÉS

TRACK WIKILOC

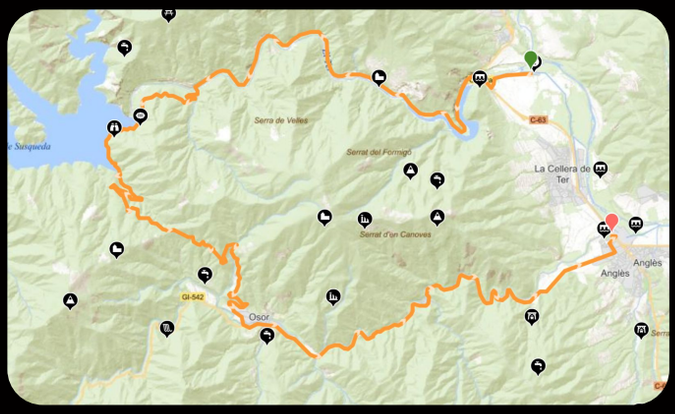
TRACKS SPRINT *PLUS*

SWIM 750M

1 LAP 750M

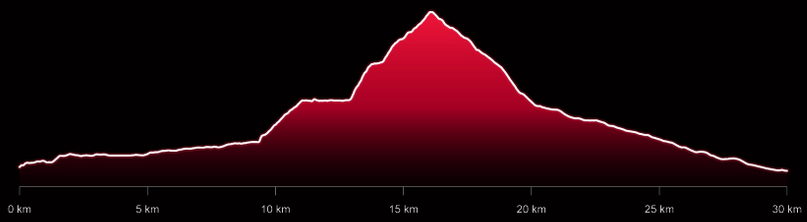
PANTÀ DEL PASTERAL

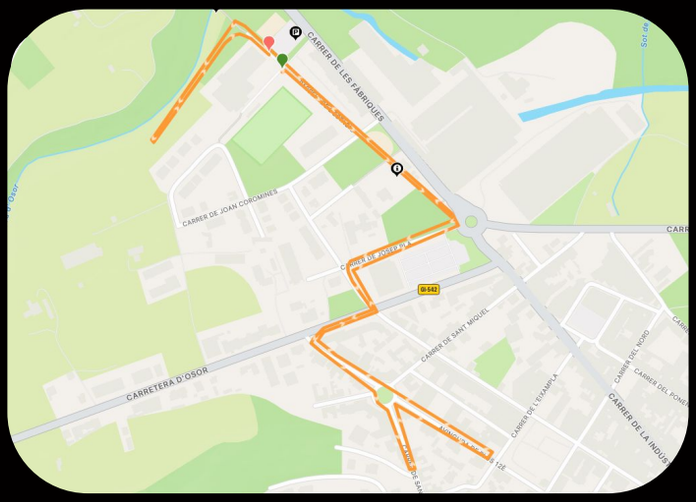
TRACK WIKILOC



BIKE 30KM 500M+

TRACK WIKILOC





RUN 5KM

2 LAPS 2,5KM

ANGLÉS

TRACK WIKILOC

LOGÍSTICA RELLEUS

- No és necessari que els tres membres de l'equip siguin presents durant la recollida de dorsals. Una sola persona podrà recollir el material de tot l'equip.
- El circuit i els tracks de la modalitat de relleus són exactament els mateixos que els de l'Sprint Plus.
- Cada rellevista haurà d'estar preparat a la zona de transició que li correspongui abans de l'arribada del seu company/a.
- **El relleu es farà mitjançant el xip i el dorsal.** El/la rellevista que espera serà qui els retirarà al seu company/a i se'ls col·locarà abans de continuar la prova.
- **Natació → ciclisme (T1):** el/la nedador/a portarà únicament el xip. El/la ciclista ja haurà de tenir el dorsal posat i, en el moment del relleu, rebrà el xip.
- **Ciclisme → cursa a peu (T2):** el/la ciclista haurà d'arribar fins al seu lloc assignat abans de fer el relleu. Un cop allà, el/la següent rellevista li retirarà el xip i el dorsal i se'ls col·locarà.
- **El/la ciclista no podrà descordar-se el casc ni treure's el dorsal fins que hagi arribat al seu lloc assignat dins de la zona de transició.**

MATERIAL OBLIGATORI

MATERIAL DONAT PER L'ORGANITZACIÓ

Tant els participants **federats com els no federats hauran d'utilitzar obligatòriament el xip i el dorsal facilitats per l'organització.** No s'hauran d'utilitzar el xip ni el dorsal de la Federació.

1. Xip de cronometratge
2. Dorsal
3. Polsera d'accés al post-race i per a la recollida de l'entrepà
4. Casquet de natació
5. Dorsal adhesiu per a la bicicleta.

MATERIAL QUE HA DE PORTAR CADA PARTICIPANT

1. Neoprè obligatori
2. Ulleres de natació
3. Casc
4. Bicicleta de carretera (olímpic)
5. Bicicleta de carretera o gravel (sprint plus)
6. Calçat esportiu

SEGURETAT I CIVISME

- **Sortida de l'aigua:** hem instal·lat una rampa per facilitar la sortida del pantà i hi haurà voluntaris i voluntàries per donar-vos un cop de mà en cas que ho necessiteu.
- **Estat de la carretera:** hem treballat per millorar alguns trams del circuit, però mantingueu-vos sempre atents a l'estat del ferm, especialment en baixades i revolts.
- **Circuleu sempre per la dreta: és fonamental per a la seguretat de tots els participants i per facilitar els avançaments.**
- **Respecteu els diferents nivels:** hem dissenyat els circuits per evitar al màxim els encreuaments conflictius. Tot i així, si coincidiu amb un/a atleta que competeix a un ritme més alt, faciliteu-li el pas sempre que sigui possible i segur.
- **Respecteu les indicacions:** seguiu en tot moment les instruccions del personal de l'organització, voluntariat i controls de seguretat.
- **Respecteu l'entorn:** està totalment prohibit llençar gels, embolcalls, ampolles o qualsevol altre residu a la carretera o al medi natural al sector de bici. Guardeu-los a la roba fins que els pugueu llençar al lloc corresponent.
- Els i les atletes que avancin hauran de fer-ho amb respecte, avisant amb antelació i evitant maniobres brusques.
- Cal respectar en tot moment les línies de muntatge i desmuntatge indicades pels oficials.

SERVEIS I INSTAL·LACIONS

- **Piscina municipal** · accés per a participants i acompanyants.
- **Vestidors i dutxes** · disponibles al Poliesportiu d'Anglès.
- **Lavabos** · disponibles al Poliesportiu.
- **Lavabos químics** · disponibles al Pasteral, a la zona de T1.
- **Fira del triatleta** · dissabte de 15:00 a 20:00 h.
- **Activitats per a tota la família** · dissabte de 15:00 a 20:00 h.
- **Bar** · servei de bar a la zona del Pavelló.
- **Post-race** · avituallament i zona de recuperació després de la cursa.
- **Entrepà post-race** · es lliurarà presentant la polsera facilitada per l'organització.

REGLAMENT GENERAL

1. CARÀCTER DE LA PROVA

CNC:
Campionat de Catalunya Absolut de Triatló en Distància Olímpica.
Prova puntuable per a la Lliga Catalana de Clubs.

Competició oficial sota la normativa de la FCTRI. La prova es regirà pel Reglament vigent de la Federació Catalana de Triatló (FCTRI), la normativa de la Federació Espanyola de Triatló (FETRI) i el reglament de World Triathlon aplicable a les competicions amb drafting.
SPRINT, RELLEUS I OPEN

2. DISTÀNCIES I RECORREGUTS

Natació: 1.500 m Olímpic / 750 m Sprint
Ciclisme: 40 km Olímpic / 30 km Sprint (drafting permès)
Cursa a peu: 10 km Olímpic / 5 km Sprint
Els recorreguts estaran senyalitzats i homologats pel delegat tècnic de la FCTRI.

3. PARTICIPACIÓ

Hi podran participar:
Esportistes amb llicència federativa en vigor (FCTRI o federació reconeguda per la FETRI).
Esportistes no federats, mitjançant la tramitació de la llicència d'un dia.
En el CNC:
Per optar al títol de Campió/na de Catalunya Absolut serà obligatori:
Disposar de llicència autonòmica FCTRI.
Complir els requisits establerts per la normativa federativa vigent

4. TEMPS DE TALL

OLÍMPIC
Natació (1.500 m): 45 minuts.
Final del segment ciclista: 2 hores i 50 minuts des de la sortida.
Temps màxim per completar la prova: 4 hores i 5 minuts des de la sortida.
SPRINT
Natació (750 m): 30 minuts.
Final del segment ciclista: 2 hores des de la sortida.
Temps màxim per completar la prova: 3 hores des de la sortida.

REGLAMENT GENERAL

5. FORMAT DE COMPETICIÓ

Sortida única o diferenciada segons criteri tècnic.
Ciclisme amb drafting permès.
És obligatori l'ús de casc homologat durant el segment ciclista.
S'admetrà bicicleta de carretera convencional d'acord amb la normativa ITU/FETRI.
NO estan permeses les bicicletes ni els acoblaments que incompleixin la normativa aplicable a les proves amb drafting.
NOMÉS en la modalitat Sprint estarà permès l'ús de bicicletes de gravel, sempre que compleixin les condicions de seguretat establertes per l'organització i la normativa tècnica aplicable.
S'establiran les classificacions següents:

6. CLASSIFICACIONS

S'establiran les classificacions següents:
OLÍMPIC
Classificació puntuable per a la Lliga Catalana de Clubs.
Classificació oficial del Campionat de Catalunya Absolut.
SPRINT
Classificació general absoluta masculina i femenina.
RELLEUS
Classificació de relleus (F, M, MM, MF)

7. PREMIS

Es lliuraran, com a mínim
Trofeu als tres primers classificats i a les tres primeres classificades de la classificació absoluta.
Trofeu als tres primers clubs masculins i als tres primers clubs femenins.

REGLAMENT GENERAL

8. INSCRIPCIONS

Les inscripcions es realitzaran a través de la plataforma oficial habilitada.
No es retornarà l'import de la inscripció, excepte per causa justificada i comunicada per escrit abans del dijous previ a la prova.
En cas de suspensió parcial de la prova per causes de força major, condicions meteorològiques adverses, resolució de l'autoritat competent o qualsevol altra circumstància que pugui comprometre la seguretat dels i les participants, del voluntariat o del públic, l'organització podrà modificar els recorreguts, les distàncies, els horaris o els formats de competició.
En aquests supòsits, no procedirà la devolució de l'import de la inscripció.
Quan no sigui possible celebrar cap alternativa, la inscripció serà automàticament vàlida per a l'edició de l'any següent, sense cap cost addicional per al participant.

9. SEGURETAT I SERVEIS

L'organització garantirà:
Dispositiu sanitari reglamentari (personal mèdic i ambulàncies).
Embarcacions de seguretat en el segment de natació.
Motos oficials per als jutges.
Vehicle escombra.
Sistema de radiocomunicació.
Zona de transició tancada i vigilada.
Avituallaments reglamentaris.

10. MATERIAL OBLIGATORI

Serà obligatori:
Dorsal visible.
Xip oficial de cronometratge.
Casc homologat.
Etiqueta de bicicleta.
Casquet de natació.
La pèrdua o la no utilització dels elements identificatius obligatoris podrà comportar la desqualificació.

REGLAMENT GENERAL

11. RECLAMACIONS

Les reclamacions s'hauran de presentar per escrit dins del termini reglamentari davant del jutge general, acompanyades del dipòsit corresponent segons la normativa federativa.

12. RESPONSABILITAT

L'organització disposarà d'una assegurança de responsabilitat civil, d'acord amb la normativa vigent, així com de les assegurances exigides per la normativa aplicable per al personal de l'organització i el voluntariat.
La participació en la prova es realitza sota la responsabilitat de cada esportista, que declara trobar-se en les condicions físiques adequades per participar-hi.
La inscripció implica l'acceptació íntegra del present reglament i de les normes tècniques aplicables.
El o la participant assumeix els riscos inherents a la pràctica del triatló i a l'ús de vies obertes al trànsit regulades per a la competició, inclosos els derivats de l'estat del ferm, les irregularitats puntuals del recorregut, les condicions meteorològiques o altres circumstàncies pròpies d'una prova esportiva a l'aire lliure.
L'organització adoptarà totes les mesures de seguretat exigides per la normativa, però no respondrà dels danys derivats dels riscos inherents a la competició, excepte en els casos previstos per la legislació vigent.
La participació en el segment ciclista implica l'acceptació dels riscos inherents a la circulació en bicicleta i a les característiques del recorregut.

13. DISPOSICIÓ FINAL

Tot allò que no estigui previst en aquest reglament es regirà per la normativa vigent de la Federació Catalana de Triatló, la Federació Espanyola de Triatló i World Triathlon.

L'organització es reserva el dret de modificar el present reglament quan sigui necessari per motius organitzatius, tècnics o de seguretat, informant-ne els i les participants abans de l'inici de la prova.

GRÀCIES

Aquesta primera edició no seria possible sense totes les persones que hi ha al darrere. Gràcies a les marques i entitats col·laboradores, al club, al voluntariat i a tot el poble d'Anglès per fer-la possible.

DISTANCE · Ajuntament d'Anglès · Biking Point · Federació Catalana de Triatló · Inverse · Nocco · Vitamin Well · Ficabi Medicina Integral · PBA · McDonald's · Salssa · Gourmet Latino · Active Nutrition Barcelona · Tri-for-fun · Gallina Blanca · grillco · BMW Motorrad Oliva Motor · Sol natural · Motocard · Electer Automatismes Manteniments Muntatges industrials · Productos de Ley · Fruites Pascual Vidal · Xtratus · Lamas Regals i oficines C/ Provença 256 - 08008 Barcelona · Dapecsa Isogrup SL Estructures metàl·liques i serralleria · Cal Mariner Wendy's BBQ · Antex · Yatekomo · Kiport

cetdistance.com/triatloangles · **@cetdistance**

DISTANCE

ANGLÈS **27·09·2026**

TOT LLEST.

ARA, GUARDEU CAMES.

cetdistance.com/triatloangles · **@cetdistance**

DISTANCE