

TRIATLÓN

1. CATEGORÍAS Y EDADES

Categoría	Año	Permitido
Prebenjamín (Iniciación)	2019-2020 y 2021	2022
Benjamín (Iniciación)	2017-2018	
Alevín	2015-2016	
Infantil	2013-2014	
Cadete	2011-2012	
Juvenil	2009-2010	

*La categoría de edad estará determinada por la edad del deportista el 31 de diciembre del año en que se celebre la competición. No podrán participar deportistas menores del 2022.

2. FASES Y CATEGORÍAS

Fase	Categorías				
Provincial	Iniciación	Alevín	Infantil	Cadete	Juvenil
Regional		Alevín	Infantil	Cadete	Juvenil

3. LUGARES Y FECHAS DE CELEBRACIÓN.

Calendario escolar Triatlón CLM 2026				
Febrero				
San Pedro (Albacete)	Duatlón	Asoc. Clubes Triatlón Ab.	08.02.2026	Domingo mañana
Marzo				
Hellín (Albacete)	Duatlón	Club Triatlón Hellín	01.03.2026	Domingo mañana
Campo de Criptana (C.Real)	Duatlón	Club Tierra de Gigantes	28.03.2026	Sábado Tarde
Abril				
Jábaga (Cuenca)	Duatlón	Trischool Cuenca	18.04.2026	Sábado mañana
Almansa (Albacete)	Triatlón	Club Triatlón Almansa	26.04.2026	Domingo mañana
Mayo				
Albacete	Acuatlón	Club Triatlón Albacete RES	01.05.2026	Viernes festivo mañana
Tomelloso (C.Real)	Acuatlón	Víctor y José Ángel Benito	09.05.2026	
Cuenca	Triatlón	Trischool Cuenca	16.05.2026	Sábado mañana
La Roda (Albacete)	Acuatlón	EQTR	23.05.2026	Sábado tarde
Tarancón (Cuenca)	Acuatlón	CDA Tarancón	23.05.2026	
Toledo	Acuatlón	Monteverde	30.05.2026	Sábado mañana
Guadalajara	Triatlón	Club Triatlón Guadalajara	30.05.2026	Sábado Tarde
Junio				
	Regional Triatlón		07.06.2026	Domingo mañana

***OBLIGATORIO PRESENTAR DNI EN TODAS LAS COMPETICIONES A PARTIR DE ALEVÍN.**

4. NORMAS TÉCNICAS.

4.1. FASE PROVINCIAL:

Para la clasificación para el Campeonato Regional se seguirá el siguiente procedimiento en la Fase provincial:

Clasificación provincial interna otorgando un número de 6 plazas que permita a los deportistas de esa provincia clasificarse en igualdad de condiciones, premiando la regularidad, sobre la puntuación final.

Se establece como mínimo una competición por provincia, denominada fase provincial, con al menos una jornada, pudiendo desarrollarse dos o más jornadas a criterio de la Comisión Técnica Provincial.

Las pruebas de esta fase provincial se podrán celebrar en cualquiera de las modalidades del triatlón, acuatlón, duatlón, duatlón cross, triatlón y triatlón cross. La modalidad estará en función del organizador y del mes en el que se celebre. Se utilizará el cronometraje mediante chip en pruebas con una participación superior a los 70 triatletas.

Se disputarán en fines de semana (preferentemente sábados mañana, sábados tarde, domingos por la mañana o festivos) entre los meses de octubre y junio a criterio de la Comisión Técnica Provincial

Las distancias establecidas para las diferentes categorías son las siguientes:

• ACUATLÓN

Categoría	Natación	Carrera a pie
Prebenjamín	50 m	250 m
Benjamín	100 m	500 m
Alevín	200 m	1.000 m
Infantil	500 m	2.500 m
Cadete	500 m	2.500 m
Juvenil	500 m	2.500 m

• DUATLÓN

Categoría	Carrera a pie	Ciclismo	Carrera a pie
Prebenjamín	250 m	1 km	125 m
Benjamín	500 m	2 km	250 m
Alevín	1000 m	4 km	500 m
Infantil	2000 m	5 a 8 km	1000 m
Cadete	2000 m	5 a 10 km	1000 m
Juvenil	2000 m	5 a 10 km	1000 m

• **DUATLÓN CROSS**

Categoría	Carrera a pie	Ciclismo	Carrera a pie
Prebenjamín	250 m	1 km	125 m
Benjamín	500 m	2 km	250 m
Alevín	1000 m	4 km	500 m
Infantil	2 a 3 km	4 a 5 km	1 a 1,5 km
Cadete	2 a 3 km	5 a 10 km	1 a 1,5 km
Juvenil	2 a 3 km	5 a 10 km	1 a 1,5 km

• **TRIATLÓN**

Categoría	Natación	Ciclismo	Carrera a pie
Prebenjamín	50 m	1 km	250 m
Benjamín	100 m	2 km	500 m
Alevín	200 m	4 km	1 km
Infantil	250 a 300 m	5 a 8 km	1,5 a 2 km
Cadete	250 a 500 m	5 a 10 km	1,5 a 2,5 km
Juvenil	250 a 500 m	5 a 10 km	1,5 a 2,5 km

• **TRIATLÓN CROSS**

Categoría	Natación	Ciclismo	Carrera a pie
Prebenjamín	50 m	1 km	250 m
Benjamín	100 m	2 km	500 m
Alevín	200 m	4 km	1 km
Infantil	200 a 250 m	5 a 8 km	1,2 a 1,6 km
Cadete	250 a 500 m	6,5 a 13 km	1,5 a 3 km
Juvenil	250 a 500 m	13 km	1,5 a 3 km

4.2. FASE REGIONAL

La **Fase Regional de triatlón escolar**, se disputa a una sola competición en la que podrán participar los deportistas clasificados en la Fase Provincia escolar. El cronometraje (Regional de duatlón y triatlón) se realizará mediante chip y supervisado por los oficiales de la Federación de Triatlón de Castilla-La Mancha.

El **Campeonato Regional de triatlón se hará siempre en la modalidad de triatlón** para las categorías Alevín, Infantil, Cadete y Juvenil, que deberán clasificarse previamente.

Podrán participar en dicho Campeonato, un total de **30 participantes por categoría (existiendo una plaza a Criterio técnico)**.

Con un total de **6 participantes por provincia**, categoría y sexo, siendo la plaza de éstos 5 participantes, seleccionados directamente al quedar en los cinco primeros



Castilla-La Mancha

puestos de la fase provincial, de cada provincia, mientras que se quedará una plaza para dirimir mediante el Criterio Técnico.

Somos 3-18
deporte

La clasificación para el Cpto Regional seguirá el siguiente sistema de puntuación:

Acuatlón /Duatlón/ Triatlón	
Puesto	Puntos
1	40
2	38
3	36
4	34
5	32
6	30
7	28
8	26
9	24
10	22
11	20
12, 13,14...	-1 en la puntuación anterior

En las provincias con 2, 3, 4 o 5 pruebas los triatletas deberán realizar un mínimo de 2 pruebas. Mientras que en las provincias en las que sólo hay una prueba, se solicitará una única prueba. Podrán acudir a otra provincia a obtener esa puntuación, obteniendo todos los deportistas un coeficiente de ponderación.

Prueba misma provincia	Puntuación (x1)
Prueba otra provincia	Puntuación (x0,8)

En las pruebas de la misma provincia (x1) en la que participe se tenga el centro educativo, la puntuación será la máxima posible, en caso de acudir a otra provincia, dicha puntuación será multiplicada por un factor corrector (x0,8).

En las provincias en las que **sólo puntuarán las dos mejores pruebas** de cada deportista independientemente de si el deportista ha obtenido la puntuación en su misma provincia o en otra provincia, en las provincias en las que no hay dos pruebas, todos los deportistas tendrán las mismas posibilidades para clasificarse viajando a otras pruebas. En caso, de que una provincia suspenda la prueba días antes de su realización se podrán clasificar aquellos inscritos a esa prueba al Campeonato Regional de Triatlón.

En caso de empate entre dos deportistas con la misma puntuación, primará el deportista que haya quedado delante en caso de un enfrentamiento directo en el mayor número de pruebas, en caso, de no haber acudido ambos a las mismas pruebas, quedará delante el deportista que más pruebas haya realizado, en caso, de que ambos tuvieran las mismas pruebas, se permitirá a ambos deportistas acudir al Campeonato Regional.

En caso de que no se cubran las 30 plazas en el Campeonato Regional se atenderá este criterio:

Estas plazas se concederán partiendo del 7º clasificado de cada provincia, comenzando por las provincias que más puntos tenga ese 7º clasificado, dividiendo la puntuación por las pruebas que pueden hacer como máximo. Es decir, si solo ha puntuado en 1 prueba (será la puntuación de esa prueba), si ha puntuado en 2 pruebas (será la puntuación de 2).

Las categorías que podrán participar en la fase Regional y las distancias que recorrerán serán:

Categoría	Natación	Ciclismo	Carrera a pie
Alevín	200 m	4 km	1 km
Infantil	250 a 300 m	5 a 8 km	1,5 a 2 km
Cadete	250 a 500 m	5 a 10 km	1,5 a 2,5 km
Juvenil	250 a 500 m	5 a 10 km	1,5 a 2,5 km

El desarrollo de los diferentes segmentos, variará en el número de vueltas, según las posibilidades de los diferentes organizadores, limitando el recorrido. Se establece un máximo de 5 vueltas para el segmento de ciclismo y 2 vueltas para el recorrido de carrera a pie.

Limitaciones reglamentarias, el triatlón que se disputará como Campeonato Regional, aplicará el Reglamento vigente de la **Federación Española de Triatlón**, siendo obligatorio su cumplimiento.

Es obligatorio que la bicicleta con la que se participe en esta fase sea de carretera (categoría Cadete y Juvenil), en caso de otras categorías se podrá utilizar la bicicleta de montaña o carretera indistintamente. (se prohíben accesorios que el juez considere inadecuados, tales como cesta, guardabarros metálicos...). **No se permiten acoples de ningún tipo.**

4.3. CONSIDERACIONES GENERALES PARA TODAS LAS FASES

Se seguirá el reglamento de competición de la **Federación Española de Triatlón**, teniendo en cuenta las siguientes consideraciones:

La competición deportiva contará con todos los permisos de celebración que serán validados por el **colegio de jueces y oficiales de la Federación de Triatlón de Castilla-La Mancha**. El circuito de carrera a pie y ciclismo estará totalmente cerrado al tráfico.

Se harán competiciones separadas para **chicos y para chicas** (si el número de inscritos lo aconseja). A excepción de categorías infantiles, alevines e iniciación. Dependerá del número de participantes en la prueba de agua.

En la modalidad de acuatlón existe una única transición entre la natación y la carrera a pie. En la zona de transición deberán ponerse las zapatillas y el dorsal para comenzar la carrera a pie. El dorsal se podrá llevar en una camiseta que se dejará en la zona de transición junto a las zapatillas o en una cinta elástica si se compite con mono de triatlón.

En la modalidad de triatlón existirán dos transiciones, una transición entre la natación y el ciclismo, y otra entre la bicicleta y la carrera a pie.

En la zona de transición deberán ponerse las zapatillas y el dorsal para comenzar la bicicleta. El dorsal se podrá llevar en una camiseta que se dejará en la zona de transición junto a las zapatillas o en una cinta elástica o porta-dorsal si se compite con mono de triatlón. Es obligatorio llevar el torso tapado durante los segmentos de bicicleta y carrera a pie.

Se realizará una clasificación individual por prueba y una clasificación por equipos mixta, en la que sumarán los tiempos de los dos mejores chicos y las dos mejores chicas de cada equipo por categorías. En caso de que no se pueda completar el equipo mixto, los equipos se clasificarán teniendo en cuenta el siguiente orden:

- 1º Suma de tiempos de equipos en los que finalicen 2 chicas y 2 chicos (la habitual).
- 2º Suma de tiempos de equipos en los que finalicen 2 chicas y 1 chico o 2 chicos y 1 chica.
- 3º Suma de tiempos de equipos en los que finalicen 1 chica y 1 chico
- 4º Suma de tiempos de equipos en los que finalicen 2 chicas o 2 chicos.
- 5º Tiempo de equipos en los que puntúe 1 chica o 1 chico solamente.

4.4 MATERIAL

Es necesario describir el material necesario para cada uno de los segmentos que se pueden utilizar en los diferentes segmentos.

Para la natación:

Bañador o mono de triatlón,

Gafas de natación. Son necesarias para proteger los ojos en la natación.

Para la bicicleta:

Casco protector homologado.

Bicicleta, de carretera o montaña, según modalidad en fase provincial y de carretera con desarrollos homologados según categoría, en fase Regional.

Para la carrera a pie:

Camiseta deportiva o mono de competición, siendo obligatorio en chicos correr con el torso tapado y en chicas, se puede correr con bañador en caso de que éste sea de competición. Zapatillas de carrera. Si es posible, con cordones elásticos para poder calzárselas lo antes posible.

4.5 LA CLASIFICACIÓN PARA EL CPTO. ESPAÑA ESCOLAR, SERÁ:

Categoría Juvenil.

- Los 4 primeros clasificados en el **Campeonato Regional Escolar Juvenil de triatlón**, tanto en categoría masculina como femenina.

Categoría Cadete.

- Los 4 primeros clasificados en el **Campeonato Regional Escolar Cadete de triatlón**, tanto en categoría masculina como femenina.

Categoría Infantil.

- Dos deportistas por sexo en categoría infantil, que serán los dos primeros clasificados en el **Campeonato Regional Escolar Juvenil de Triatlón**.

SISTEMAS DE COMPETICIÓN CAMPEONATO DE ESPAÑA ESCOLAR:

Este Campeonato que se celebrará en Tudela (Navarra) el 27 y 28 de Junio de 2026 tendrá tres competiciones independientes y una competición por Comunidades Autónomas.

Campeonato de España de Triatlón en Edad Escolar Femenino Juvenil.
Campeonato de España de Triatlón en Edad Escolar Masculino Juvenil.
Campeonato de España de Triatlón en Edad Escolar Femenino Cadete.
Campeonato de España de Triatlón en Edad Escolar Masculino Cadete.
Campeonato de España de Triatlón en Edad Escolar por Relevos Mixtos Juveniles.
Campeonato de España de Triatlón en Edad Escolar por Relevos Mixtos Cadetes.
Campeonato de España de Triatlón en Edad Escolar por Relevos Mixtos Infantiles.
Campeonato de España de Triatlón por Relevos Inclusivos.