

Con el apoyo de: **CAFAM** **Droguerías**

# TRIA TLÓN

CAFAM 2024

## CONGRESO TÉCNICO

¡Deja que tu espíritu competitivo brille y  
**conquista el primer lugar con tu fuerza  
y determinación!**



Natación



Ciclismo



Atletismo

**23 y 24**  
de **noviembre**

📍 Centro de Vacaciones  
**Cafam Melgar**

**BODY  
TECH**

**Electrolit**

**CAFAM**

Con el apoyo de:  **Droguerías**

# TRIA TLÓN

CAFAM 2024

Lugar: Centro de Vacaciones Cafam Melgar (Piscina los Helechos, Circuito vial y Polideportivo)

Fecha y hora: Domingo 24 de noviembre de 2024, Competencia Triatlón – Acuatlón. Salida 5:00 Am.

Modalidad: Triatlón súper sprint y Acuatlón

Vigilado Supersubsidio

Cada Club y Liga son responsables por el comportamiento y deudas adquiridas por sus deportistas ante la organización.



# TRIA TLÓN

CAFAM 2024

## Distancia Super Sprint Infantil

Natación 200 m – Ciclismo 5 Km – Carrera a Pie 1.5 Km

Modalidad y Distancia	Categoría	Fecha de nacimiento		Femenino	Masculino
<b>Modalidad: Triatlón</b> <b>Distancia 200 m – 5KM – 1.5KM</b>	Infantil A	2009	2011	13 a 15 años	13 a 15 años



# TRIA TLÓN

## CAFAM 2024

### Distancia Super Sprint Juvenil y Adultos

Natación 450 m – Ciclismo 11.1 Km – Carrera a Pie 2.8 Km

Modalidad y Distancia	Categoría	Fecha de nacimiento		Femenino	Masculino
<b>Modalidad: Triatlón</b> <b>Distancia 400 m – 11.1 KM – 2.8 KM</b>	Mayores A	1995	2008	16 a 29 años	16 a 29 años
	Mayores B	1975	1994	30 a 49 años	30 a 49 años
	Mayores C	1940	1974	50 y más	50 y más

La ubicación de cada deportista en una categoría será determinada por el año de nacimiento y la edad cumplida en el año de la competencia.





# ACUA TLON

## CAFAM 2024

### 1. Modalidad Acuatlón Infantil, Distancia Natación: 100 m – carrera a pie 500 m

Modalidad y Distancia	Categoría	Fecha de nacimiento		Femenino	Masculino
<b>Modalidad: Acuatlón</b> <b>Distancia 100 m – 500 m</b>	Infantil D	2016	2017	7 a 8 años	7 a 8 años
	Infantil C	2014	2015	9 a 10 años	9 a 10 años

### 2. Modalidad Acuatlón Juvenil, Distancia Natación: 200 m – carrera a pie 1.5 Km

Modalidad y Distancia	Categoría	Fecha de nacimiento		Femenino	Masculino
<b>Modalidad: Acuatlón</b> <b>Distancia 200 m – 1.5 Km</b>	Pre-Juvenil B	2012	2013	11 a 12 años	11 a 12 años
	Pre-Juvenil A	2009	2011	13 a 15 años	13 a 15 años



# ACUA TLON

## CAFAM 2024

### 3. Modalidad Acuatlón Adultos, Distancia Natación: 450 m – carrera a pie 2.8 Km

Modalidad y Distancia	Categoría	Fecha de nacimiento		Femenino	Masculino
<b>Modalidad: Acuatlón</b> <b>Distancia 400 m – 2.8 Km</b>	Mayores A	1995	2008	16 a 29 años	16 a 29 años
	Mayores B	1975	1994	30 a 49 años	30 a 49 años
	Mayores C	1940	1974	50 y más	50 y más

La ubicación de cada deportista en una categoría será determinada por el año de nacimiento y la edad cumplida en el año de la competencia.





# Piscina Helechos

25 metros  
6 carriles

200m Infantil Triatlón  
450m Mayores 16 años Triatlón

100m Infantil Acuatlón  
200m Pre-juvenil Acuatlón  
450m Mayores 16 años Acuatlón

CAFAM



# Rack de bicicletas





# Pista ciclismo-atletismo

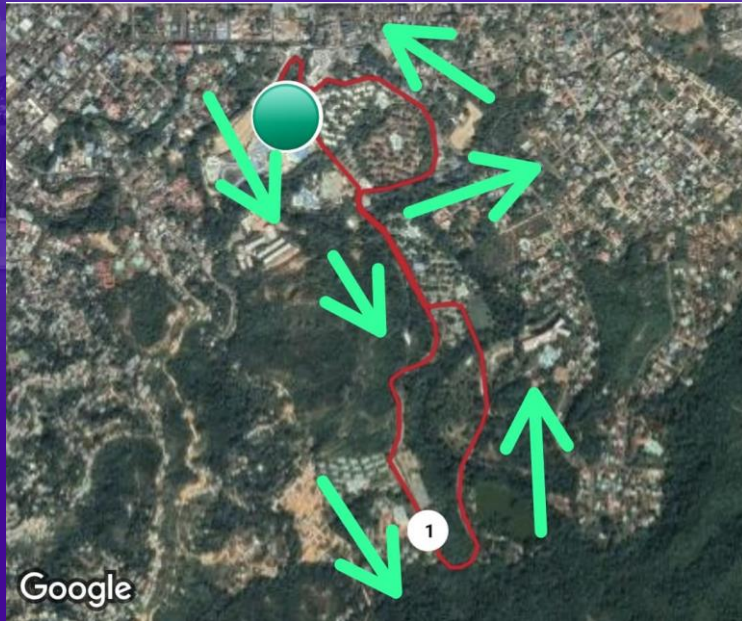
Vías del Centro de Vacaciones



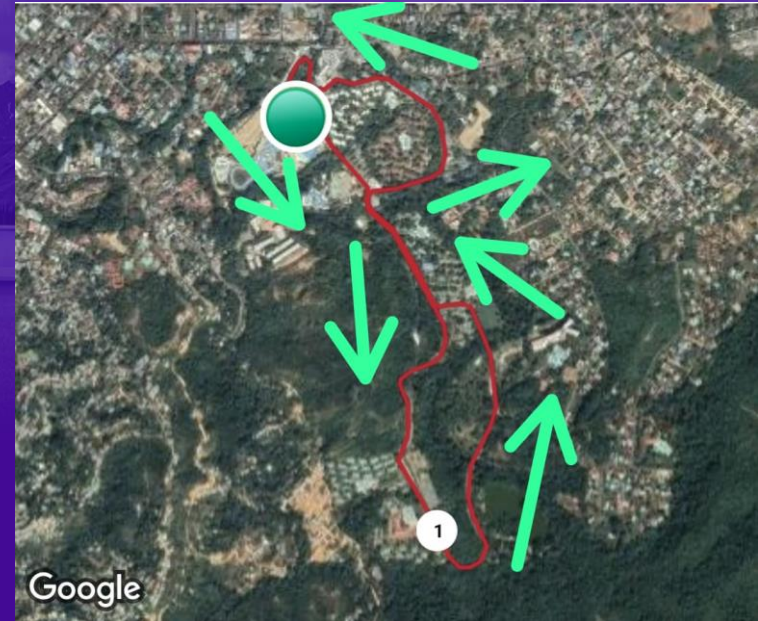
# TRIA TLÓN

CAFAM 2024

## CICLISMO



Triatlón Ciclismo 3 Giros de 3.7 km para un Total de 11.1km Mayores de 16 años.

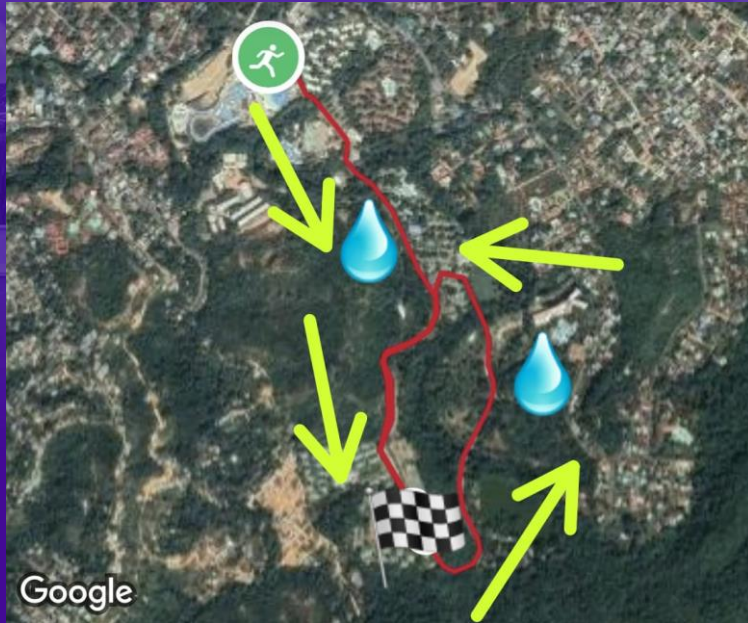


Triatlón Infantil Ciclismo 1 Giro + Medio Llegando de nuevo al Parque de Bicicletas para un Total 5km

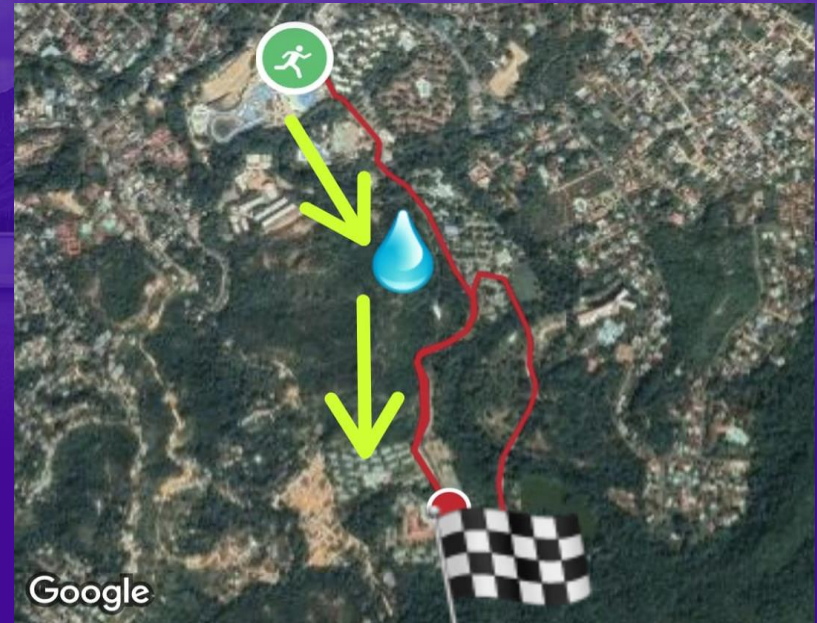
# TRIA TLÓN

CAFAM 2024

## ATLETISMO



Triatlón MAYORES 16 Años 1 Giro 2.8km

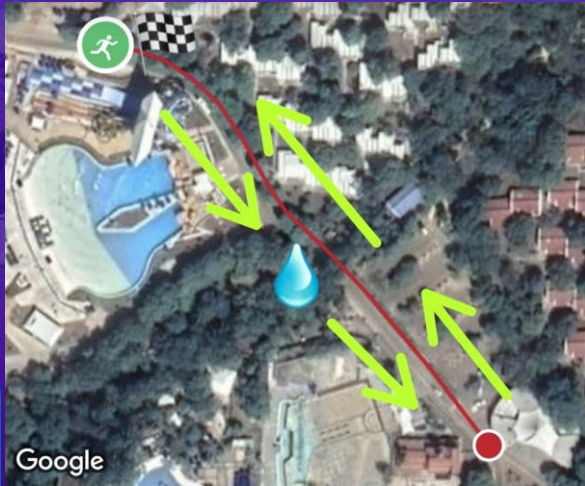


Triatlón Infantil CAP 1.5KM

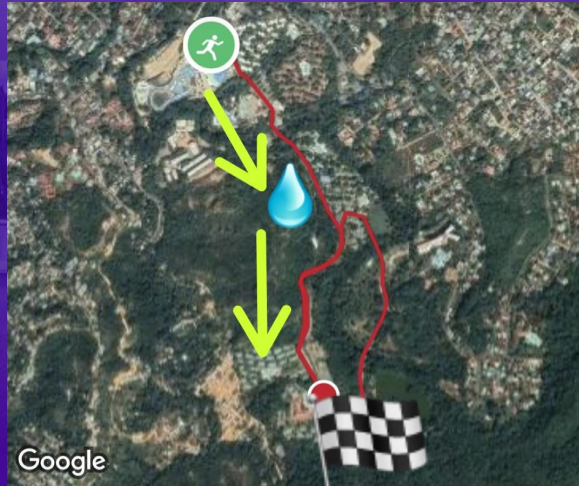


# ACUA TLON

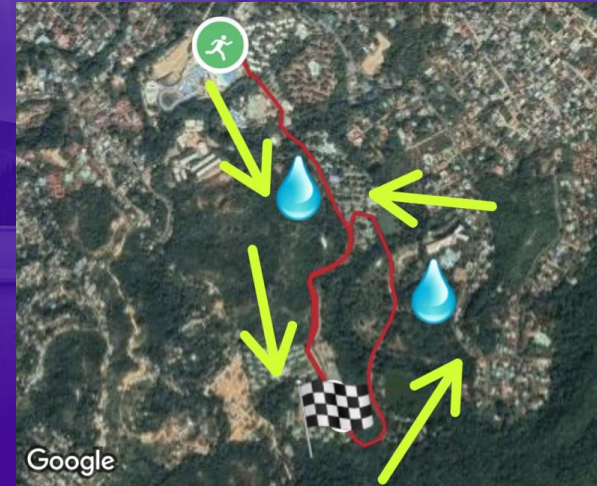
CAFAM 2024



Acuatlón Infantil CAP 1 Giro 500m



Acuatlón CAP 1.5KM PREJUVENIL



Triatlón CAP MAYORES 16 Años  
1 Giro 2.8km

The image shows an outdoor sports event. In the foreground, there is a basketball court with a green playing area and a red outer boundary. White and yellow lines mark the court's layout. To the left, a series of blue pop-up tents are set up, with people standing under them. A white and blue striped banner runs along the front of the tents. In the background, there are lush green trees and a hill. A utility pole with wires is visible. The sky is overcast. The text "Llegada y Premiación" is overlaid in the center. The CAFAM logo is in the bottom right corner.

# Llegada y Premiación



# Centro de Vacaciones Cafam Melgar





# TRIA TLÓN

## CAFAM 2024

### ÁREA DE TRANSICIÓN PISCINA AL PARQUE DE BICICLETAS

- Distancia 55 m.
- Superficie: pavimento

### PARQUE DE BICICLETAS

- Superficie: Pavimento
- Área 250 metros cuadrados

### ÁREA DE TRANSICIÓN PARQUE DE BICICLETAS A CIRCUITO DE CICLISMO - Distancia 20 m.

- Superficie pavimento

### CICLISMO

- Circuito de 3,7 km. en terreno ondula técnico.
- Superficie en cemento y asfalto en buen estado, con cinco (5) m. de ancho.
- Cierre total de vías
- Señalización en la vía

### ÁREA DE TRANSICIÓN PARQUE DE BICICLETAS A CIRCUITO DE ATLETISMO

- Distancia 20 m.
- Superficie pavimento

### ATLETISMO

- Circuito terreno ondulado superficie en pavimento
- Con dos puestos de hidratación sobre el recorrido y otro en la meta.



Con el apoyo de:  **Droguerías**

# TRIA TLÓN

CAFAM 2024

SE RECOMIENDA A TODOS LOS CLUBES, PRESIDENTES, DELEGADOS, TÉCNICOS, ENTRENADORES Y DEPORTISTAS, LA PUNTUALIDAD EN LA ASISTENCIA Y DESARROLLO DE LA FASE DE COMPETENCIA, PARA ASÍ PODER CUMPLIR CON EL HORARIO ESTABLECIDO POR LA ORGANIZACIÓN EN EL INICIO DE CADA OLA.

Vigilado Supersubsidio 

# TRIA TLÓN

CAFAM 2024

## TRIATLÓN DOMINGO 24 DE NOVIEMBRE DE 2024

04:00 a.m.	Llegada de Personal Organizador	
05:00 a.m.	Llegada a Recepción Principal	
05:15 a.m.	Apertura Parque de Bicicletas 1	
05:40 a.m.	Cierre de Parque de Bicicletas 1	
05:50 a.m.	Inicio Ola No. 1: Mayores B 30 a 49 años Masculino	- 32 Triatletas
06:05 a.m.	Inicio Ola No. 2: Mayores A 16 a 29 años Masculino	- 13 Triatletas
	Mayores C 50 y más Masculino	- 10 Triatletas
06:30 a.m.	Inicio Ola No. 3: Mayores A 16 a 29 años Femenino	- 6 Triatletas
	Mayores B 30 a 49 años Femenino	- 8 Triatletas
	Mayores C 50 y más Femenino	- 2 Triatletas
06:50 a.m.	Inicio de Ola No. 4: Infantil 13 a 15 años Fem y Masc	- 7 Triatletas



# TRIA TLÓN

## CAFAM 2024

### ACUATLÓN DOMINGO 24 DE NOVIEMBRE DEL 2024

07:00 a.m.	Llegada a Recepción Principal	
07:45 a.m.	Inicio de Ola No. 1: Mayores B 30 a 49 año Masculino	- 1 Atleta
08:00 a.m.	Inicio de Ola No. 2: Prejuvenil B 11 y 12 años Femenino	- 2 Atletas
	Prejuvenil C 13 a 15 año Masculino	- 2 Atletas
08:15 a.m.	Inicio de Ola No. 3: Infantil C 7 a 8 años Femenino	- 1 Atleta
	Infantil D 9 a 10 año Masculino	- 4 Atletas
10:30 a.m.	Premiación Triatlón y Acuatlón	

NOTA: De acuerdo a las políticas establecidas por Cafam, los deportistas que no se presenten en el horario anteriormente indicado, no se le permitirá la participación, teniendo en cuenta que las salidas serán por categoría.

# TRIA TLÓN

CAFAM 2024

## NORMAS TÉCNICAS

- Cualquier interpretación diferente será regida por el reglamento de la Federación Colombiana de Triatlón y la World Triathlon.
- Se deben tener en cuenta los procedimientos de la Federación Colombiana de Triatlón y la World Triathlon, para cualquier apelación deportiva.
- En caso de reclamación tendrá un costo de \$170.000 y deberá realizarse máximo 30 minutos después de la publicación de resultados en la cuenta DAVIVIENDA AHORROS No. 473870076105

# TRIA TLÓN

CAFAM 2024

## RECOMENDACIONES

### LOS COMPETIDORES DEBEN:

- Ser responsables de su propia seguridad y la de los demás.
- Completar los recorridos de la competencia.
- Evitar el uso de insultos, lenguaje agresivo, abusivo a cualquier juez, personal de apoyo, compañero u organizadores de la competencia.
- No aceptar ayuda de ninguna persona durante la competencia.



# TRIA TLÓN

CAFAM 2024

## JUEGO LIMPIO

- Es obligatorio el uso del casco duro mientras esté en contacto con la bicicleta y éste debe ir abrochado.
- Es obligatorio el uso del gorro de baño.
- El dorso debe ir cubierto en el ciclismo y en atletismo.
- El número se debe portar en la parte de atrás en ciclismo y en la parte de adelante en el atletismo.
- Solo se permite el Rafting (Chupada de rueda), hombres con hombres, mujeres con mujeres, únicamente para deportistas de 16 años en adelante.
- No se permite el uso de acoples, aditamentos, ruedas lenticulares y semi lenticulares para todas las categorías.
- No aceptar ayuda de ninguna persona durante la competencia.

# TRIA TLÓN

CAFAM 2024

## REGLAMENTO DESCALIFICACIÓN NATACIÓN

- Es obligatorio el uso del gorro de baño.
- No completar el recorrido.

## DESCALIFICACION CICLISMO

- No es permitido el dorso desnudo en el recorrido.
- No utilizar casco aprobado por los organizadores.
- No tener el casco abrochado.
- Avanzar sin su bicicleta.
- Todo deportista debe mantenerse a la derecha de la ruta.
- No debe bloquear a otros competidores.
- No hay lapeada.

NOTA: Finalizada la competencia cada triatleta será responsable de su bicicleta y demás elementos deportivos y deberá retirarlos del parque de bicicletas antes de las 12:00m del domingo 24 de noviembre. Pasada esta hora el Centro de Vacaciones cesa cualquier responsabilidad.

# TRIA TLÓN

CAFAM 2024

## CARRERA

- No cumplir con la prueba completa
- No portar el número de la competencia (adelante)
  - Correr con acompañante
  - Correr con el dorso desnudo

## TRANSICIÓN

- No respetar el área designada para monte y desmonte de la bicicleta.
  - Montar la bicicleta dentro del área de transición



# TRIA TLÓN

CAFAM 2024

## PREMIACIÓN

Todos los que crucen la meta, reciben medalla de participación.

Para los tres primeros lugares de cada categoría en MODALIDAD TRIATLÓN, independientemente de la categoría y el género, se les entregará:

1er lugar: MEDALLA Y TROFEO ORO + 1 SEMESTRE PLATINO EN EL GIMNASIO BODYTECH

2do lugar: MEDALLA Y TROFEO PLATA + 1 TRIMESTRE PLATINO EN EL GIMNASIO BODYTECH

3er lugar: MEDALLA Y TROFEO BRONCE + 1 MES PLATINO EN EL GIMNASIO BODYTECH

Se les enviará por correo electrónico el proceso, la vigencia y el código para redimirlo.

Podrán comprobar sus tiempos en: <https://tricafam2024.deportescafam.com.co/>

# ACUA TLON

CAFAM 2024

## PREMIACIÓN

Todos los que crucen la meta, reciben medalla de participación.

Para los tres primeros lugares de cada categoría en MODALIDAD ACUATLÓN, independientemente de la categoría y el género, se les entregará:

1er lugar: MEDALLA Y TROFEO ORO + UN PASADÍA DOBLE EN CLUBES DE BOGOTÁ O MELGAR

2do lugar: MEDALLA Y TROFEO PLATA + UN PASADÍA DOBLE EN CLUBES DE BOGOTÁ O MELGAR

3er lugar: MEDALLA Y TROFEO BRONCE + UN PASADÍA DOBLE EN CLUBES DE BOGOTÁ O MELGAR

Se les enviará por correo electrónico el proceso, la persona podrá escoger en qué sede escoge su pasadía.

Podrán comprobar sus tiempos en: <https://tricafam2024.deportescafam.com.co/>



# TRIA TLÓN

CAFAM 2024

## NOTAS DE INTERÉS:

- Cafam contara con personal de primeros auxilios durante el recorrido.
- El ingreso de deportistas se hará por la recepción principal de Centro de Vacaciones.
- Deportistas participantes en la prueba de Triatlón ingresar al Centro de Vacaciones 5:00am
- Deportistas participantes en la prueba de Acuatlón ingresar al Centro de Vacaciones 7:00am.
- Para el día de competencia el parqueadero de vehículos será en la zona de pasadía (ingreso CVM).
- Parqueadero tendrá un cobro de \$7.000 moto y \$9.000 carro. Tarifa Única
- Para el ingreso deben presentar documento de identidad (Tarjeta de Identidad niños /Adultos Cédula de Ciudadanía) para corroborar su inscripción.
- Acompañantes deberán presentar cedula de ciudadanía y/o voucher de pago de pasadía.
- Se recomienda a los participantes y acompañantes el cuidado de sus elementos personales, Cafam no se hace responsable de la perdida de estos.
- Acompañantes durante la competencia solo pueden transitar por los andenes del Centro de Vacaciones. PROHIBIDO IR POR LA VIA, ya que se pueden generar accidentes a los competidores.
- Finalizada la competencia deben presentarse y permanecer en el polideportivo para la respectiva premiación.

Con el apoyo de:  **Droguerías**

# TRIA TLÓN

CAFAM 2024



¡Deja que tu espíritu competitivo brille y  
**conquista el primer lugar con tu fuerza  
y determinación!**



Natación



Ciclismo



Atletismo

**23 y 24**  
de **noviembre**

 Centro de Vacaciones  
**Cafam Melgar**

**BODY  
TECH**

**Electrolit.**

**Cafam**