



**VIVE LA EMOCIÓN,
SIENTE LA ADRENALINA**

26 DE OCTUBRE 2025

5K RUN – 18K BIKE – 2.5K RUN



CRONOGRAMA DE COMPETENCIA

- Nombre del Evento: **Duatlón Xcross ColaCao**
- Fecha: 26 de octubre 2025
- Lugar: San Bartolomé de Romerillos - Cotopaxi
- Maps: <https://maps.app.goo.gl/o88Ww2NWUBDecoE5A>
- Hora inicio entrega de kits Romerillos: 07:30-08:30 am
- Hora de concentración zona de racks: 08:00 – 08:45 am
- Hora de inicio competencia: 09:00 am
- Hora estimada de finalización: 11:30 am
- Hora de premiación: 11:40 am



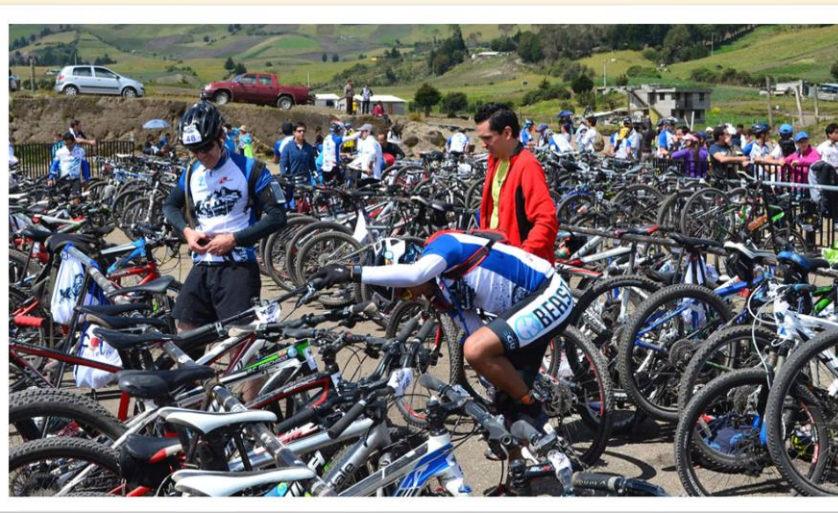


KIT DE PARTICIPACIÓN

1. Camiseta oficial del evento “USO OBLIGATORIO”
2. Número con chip descartable ´”parte frontal de su camiseta, sin tapar el logo oficial del evento”
3. Sticker numerado para el casco.“ Lo deben colocar en la parte frontal”.
4. Sticker numerado para la bicicleta, lo deben colocar en cualquier lugar de la bicicleta.
5. Bolso + frutos deshidratados Pamalí

ZONA DE RACKS

- El participante debe presentarse al juez de ingreso con sus
- números colocados correctamente.
- El participante debe parquear su bicicleta y dejar sus artículos
- personales en su canasta numerada.
- Solamente el participante puede ingresar a esta zona.



REGLAMENTACIÓN

Los deportistas deben estar registrados al menos con 15 minutos previa la hora de partida.
El parque de bicicletas se cerrara 08:45 a.m. (Ningún deportista podrá ingresar pasada esta hora).

Nota: Se recomienda no dejar artículos de valor como (joyas, celulares, etc.) La organización no se hará responsable por artículos extraviados que nada tengan que ver con el evento.

Solo el participante podrá ingresar en la zona de registro, una vez culminada la prueba será el único indicado para retirar su bicicleta y artículos personales.

(Ninguna persona ajena al evento podrá ingresar al parque de bicicletas o zona de transición.)



IMPORTANTE

El participante que no porte su **casco**, chip, y números en las zonas indicadas no podrá participar en el evento y el valor de la inscripción no será reembolsado.

-El deportista inscrito que no se presente a la competencia **no podrá realizar ningún reclamo posterior.**

-Las bicicletas de montaña no pueden usar aros ni llantas de ruta, LA RUTA ES EXCLUSIVA PARA BICLETAS DE MONTAÑA. (OJO)

-Cualquier comportamiento antideportivo como: Peleas, no ceder el paso, insultos a los jueces o miembros de la organización será motivo para descalificación de la competencia.

CONTROLES: -La prueba tendrá jueces de ruta en el trayecto, ningún deportista podrá salirse de la ruta oficial, si lo hace quedará automáticamente descalificado.

La organización atenderá cualquier reclamo o validación de resultados de la manera más cordial y respetuosa.

RECORRIDO



1.  1 Vuelta de 5k
2.  2 Vueltas de 9K
3.  1 Vuelta 2.5k

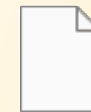




ALTIMETRÍA Y DESNIVEL



ALTURA	
Ascenso total	183 m
Descenso total	183 m
Altura mínima	3,461 m
Altura máxima	3,544 m



activity_20747155944.gpx

<https://connect.garmin.com/modern/course/413173751>



CATEGORÍAS VARONES

- Juvenil (15-29 años)
- Senior (30-45 años)
- Master (30-39 años)
- Master A (40-49 años)
- Master B (50-59 años)
- 60+ años (60+ años)

CATEGORÍAS DAMAS

- Abierta (15-29 años)
- Senior (30-45 años)
- Master (46+ años)

POSTA MIXTA

Abierta a cualquier edad



CATEGORÍAS INDIVIDUALES

1. Carrera a pie en circuito de 5K
2. Transición “zona de racks”
3. El participante deberá cambiarse de implementos en su zona asignada.
4. El participante debe salir con su bicicleta en mano hasta cruzar el arco inflable de salida.
5. El participante **no puede subirse a la bicicleta dentro del parque de bicicletas**, si lo hace será penalizado con 2 minutos a su tiempo final.
6. El Participante debe dar **dos giros de 9K** en su bicicleta.
7. Al terminar su segunda vuelta el participante debe bajarse de su bicicleta e ingresar caminando trotando al parque de bicicletas, hasta su rack de parqueo.
8. El participante **no puede ingresar a zona de racks montado en su bicicleta**, si lo hace será penalizado con dos minutos a su tiempo final.
9. El participante debe cambiarse de implementos si lo requiere en su zona asignada
10. El participante no puede dejar tirada la bicicleta ni su casco en otro lugar que no sea el asignado
11. Carrera a pie en circuito de 2.5K



CATEGORÍA POSTAS

En las postas, el participante que realice la etapa de ATLETISMO deberá utilizar el número en su camiseta, mientras que el participante que realice la etapa de CICLISMO utilizará los stickers en el casco y bicicleta respectivamente.

El deportista que realice la etapa de ciclismo deberá presentarse en zona de transición y esperar en la zona asignada a las postas hasta que su compañero realice la etapa de atletismo, se cambiaran el chip y continuara su competencia, así mismo cuando el participante termine la etapa de ciclismo, deberá nuevamente cambiarse el chip con su compañero y continuar su competencia.

OJO: no puede cambiarse el chip en otro lugar que no sea el de postas.

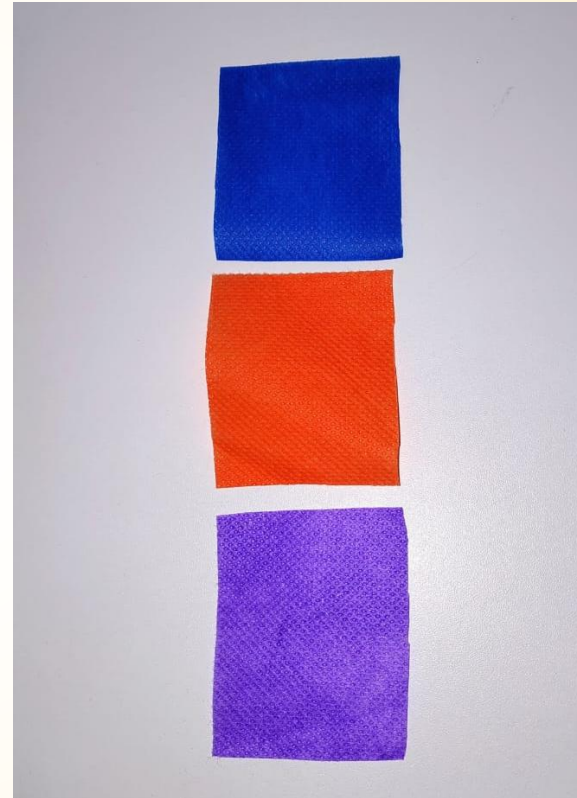


SEÑALÉTICA

5K Run 🏃

18K Bike 🚴

2.5K Run 🏃



La Ruta estará señalizada cada 50 metros con cintas de diferente color

PREMIACIÓN



La Premiación se realizará una vez se hayan validado los resultados
Aproximadamente 15 minutos luego de llegado el último participante

- Premios económicos a los 3 primeros lugares generales damas y varones
- Órdenes de consumo y/o premios sorpresa, a los 3 primeros lugares de todas las categorías.
- Regalos al 4to y 5to lugar de todas las categorías.
- Las categorías que tengan un mínimo de 10 inscritos reciben un bono económico



SEGURIDAD

La organización del DUATLON XCROSS COLACAO, al realizar este evento desea fomentar el deporte combinado (atletismo, ciclismo) su sana y segura práctica para lo cual recomienda:

- Participar en este evento disfrutando del mismo priorizando su seguridad antes que la competición.

SI ERES NOVATO (OJO) -Participa tranquilamente a tu ritmo.

- No rebases por carriles internos, nunca te cambies de carril de golpe, (mirar primero) ya que puedes ocasionar accidentes.

- Nunca te distraigas en la etapa de ciclismo (Siempre atento) personas, perros, ciclistas podrían cruzarse y ocasionarte una caída.

Agárrate fuerte del volante ya que cualquier desnivel en la vía podría desequilibrarte y ocasionarte una caída.

- Nunca frenes de golpe o bruscamente, la gravedad podría hacerte caer, el frenado debe ser progresivo, debes medir riesgos y manejar a la defensiva (siempre atento).

-En caso de producirse un accidente grave (caída) es obligación de los participantes reducir la velocidad o detenerse, COMUNICAR a los jueces sobre el accidente y dar facilidad a los organismos de socorro EMERMEDIC para atender al herido.



FINAL:

La organización hará todo lo posible por brindar todas las seguridades a los participantes, sin embargo pedimos a los competidores estar siempre atentos ante cualquier circunstancia ajena que se pueda presentar como: Cruce de alguna persona, mascota, etc.

Tendremos parqueaderos seguros en Romerillos.

La organización del Duatlón Xcross ColaCao agradece a todos los participantes por acatar y cumplir con el reglamento de competencia, el mismo que nos ayudara a disfrutar de un evento seguro y muy divertido.

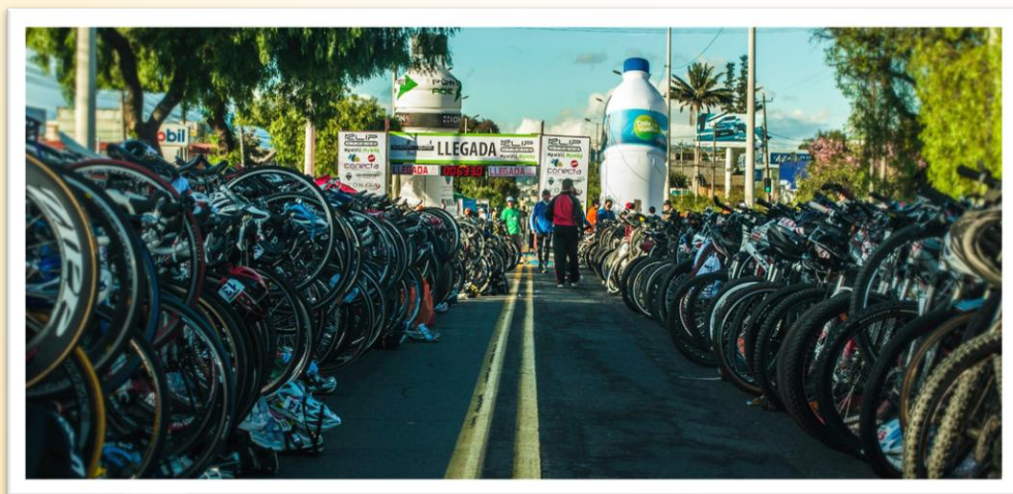


Nuestros Auspiciantes



Alicia Cevallos / Chef Administrador
Contactos: 0992507145 / 0984281616
Mail: vstfood@vital sportsec.com





AGRADECEMOS A LAS MARCAS AUSPICIANTES
Y A TODOS LOS PARTICIPANTES



<https://www.facebook.com/www.vitalsports>



<https://www.instagram.com/vitalsportsec>



<https://www.youtube.com/@Richitar1977>



0984281616



vitalsport76@hotmail.com