

# GUÍA DEL TRIATLETA

30ª EDICIÓN

TRIATLÓN

PÁLMACES



1800 M

60 KM

12 KM

26 DE JULIO DE 2025

[triatlonpalmaces.com](http://triatlonpalmaces.com)

Pálmaces



TRIATLÓN



# ¡BIENVENIDOS TRIATLETAS!

Desde la Asociación Cultural Pálmaces y el Ayuntamiento de Pálmaces nos gustaría dar las gracias y la bienvenida a todos aquellos triatletas que este año habéis apostado por esta prueba, pudiendo sacarla adelante un año más.

Sabéis que este año no es una edición cualquiera, esta vez se cumplen 30 ediciones de triatlón en Pálmaces. Ha pasado ya mucho tiempo desde que un grupo de amigos de un pequeño pueblo de Guadalajara decidió emprender una aventura que se extiende hasta nuestros días, habiendo forjado durante este tiempo un triatlón mítico en el calendario nacional.

Poder recibirlos un año más por las calles de Pálmaces es un honor para nosotros, cuya misión será que os encontréis como en casa y podamos disfrutar todos juntos de un día de fiesta.

Todo esto sería imposible de llevar a cabo sin el apoyo de patrocinadores y colaboradores, por lo que es necesario destacar desde el principio su papel, así como el de todos los voluntarios que hacen posible este triatlón.

Ya queda poco para veros por aquí...

¡Os esperamos a todos el 26 de julio!

DEPORTES  
Castilla-La Mancha



Castilla-La Mancha

*Somos deporte* 



# XXIX TRIATLÓN DE PÁLMACES



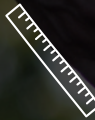
Pálmaces de Jdraque (Guadalajara)



26 de julio de 2025



16:30 h



1800m / 60km / 12km



triatlonpalmaces@gmail.com



tripalmaces



Triatlón Pálmaces



# HORARIOS

## ENTREGA DE DORSALES

10:00 h a 15:30 h (en el Ayuntamiento de Pálmaces).

## AREAS DE TRANSICIÓN

AT1: 15:00 h apertura; 16:25 h cierre.

AT2: 15:00 h apertura; 16:15 h cierre.

\* Importante mostrar la pulsera acreditativa para entrar a las AT's.

## SALIDA

16:30 h.

## LLEGADA A META

Primer participante: 19:02 h - 19:06 h.

Último participante: 21:10 h - 21:20 h.

\* Horarios aproximados.

## ENTREGA DE PREMIOS

21:50 h - 22:00 h aprox.

## CENA

22:20 h - 22:30 h aprox.



DIPUTACIÓN DE  
**GUADALAJARA**  
*es* DEPORTE



**VICTORY**  
**ENDURANCE**



DIPUTACIÓN DE  
**GUADALAJARA**  
*es* DEPORTE

**VICTORY**  
**ENDURANCE**

**QUEVEN**  
your event is

**META**

04:11

CASTILLA LA MANCHA

*Deportes de Castilla-La Mancha*

INFORMACIÓN

usm

usm

usm

usm

usm

usm

usm

usm

usm

usm

usm

usm

usm

usm

usm

usm

usm

# UBICACIONES DESTACADAS



1 Recogida de dorsales (Ayuntamiento)

2 Área de Transición 2

3 Área de Transición 1

4 Salida

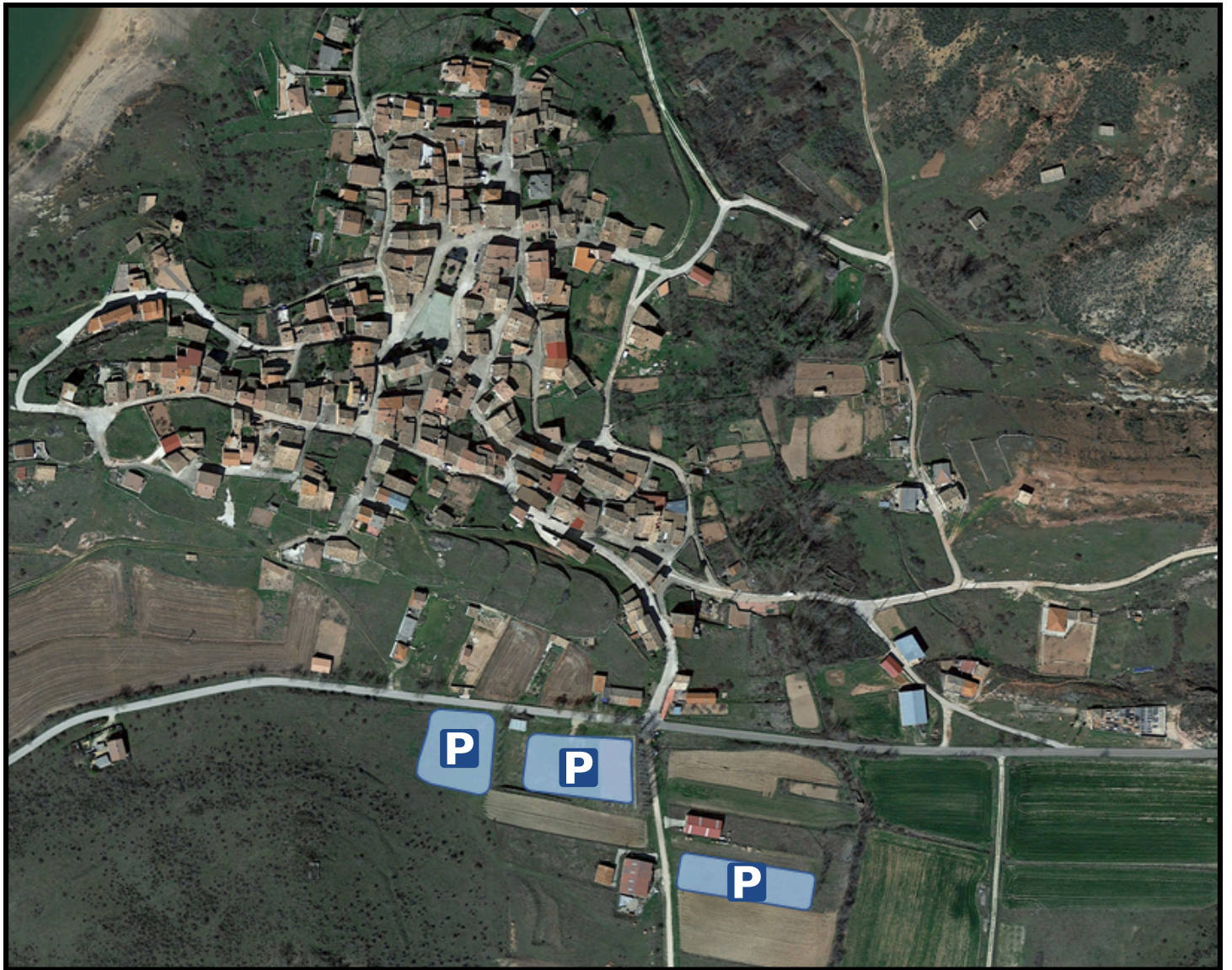
5 Meta y zona post-meta

6 Duchas

← A Palmaces llegamos desde aquí



# APARCAMIENTOS

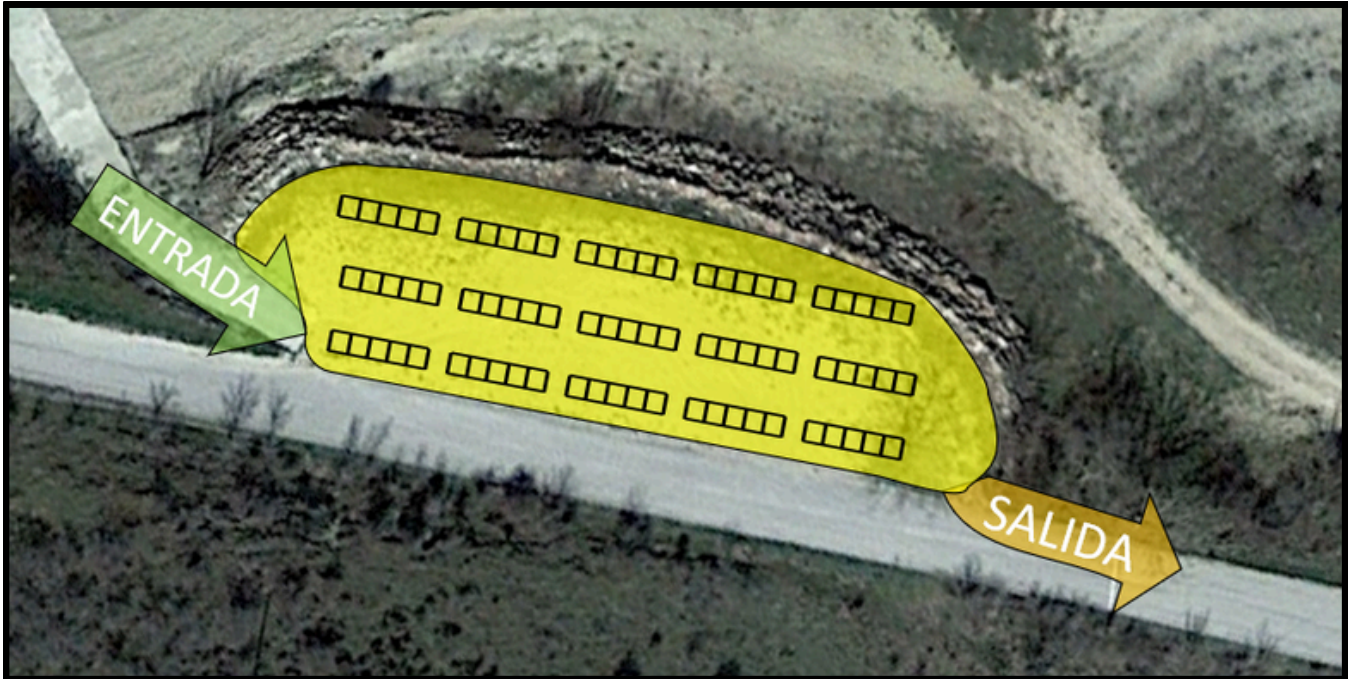


# TRANSICIONES



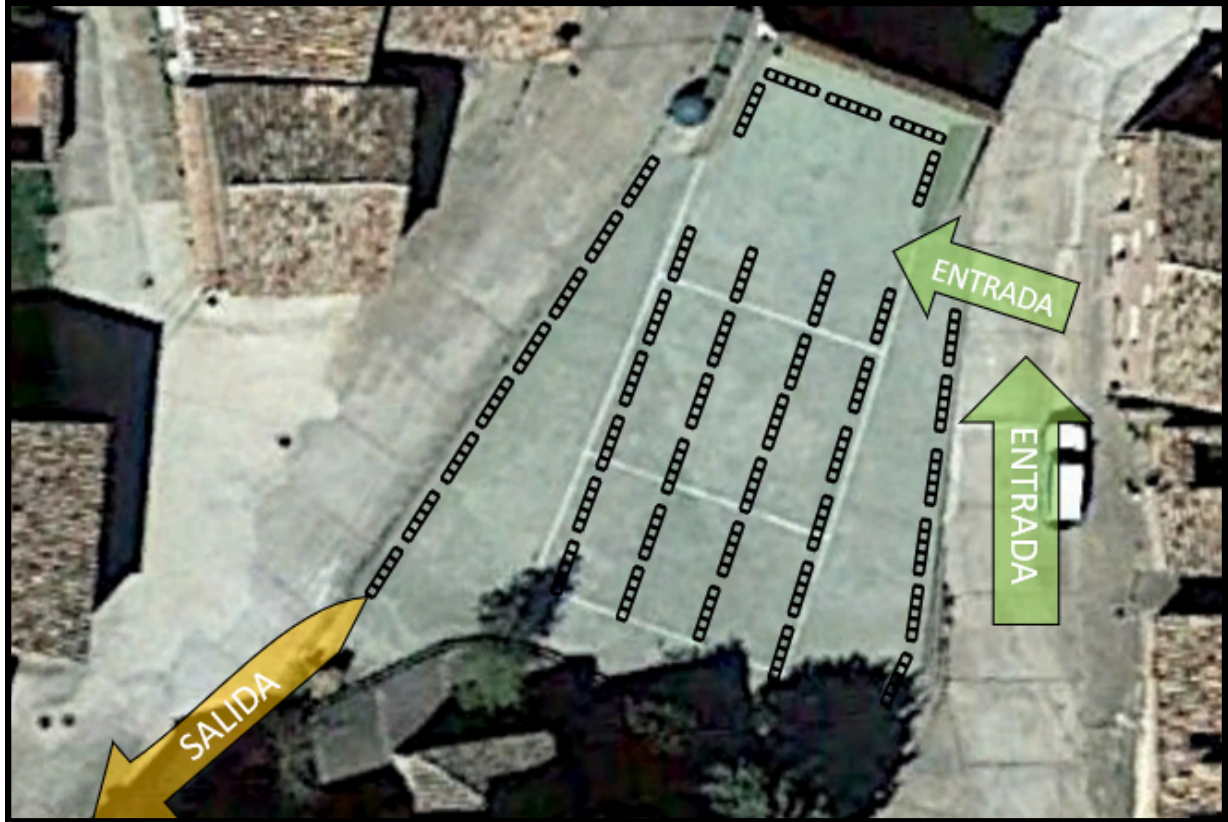
# TRANSICIONES

## Área de Transición 1



# TRANSICIONES

## Área de Transición 2





Font  
Vella

AGRO SABROSO, S.L.

XXVI TRIATLÓN  
PÁDMACES  
27 de julio de 2019  
113  
IVAN  
Font Vella



# CIRCUITOS

## Natación

1800m

1 vuelta



\*Dejamos las boyas a nuestra derecha.



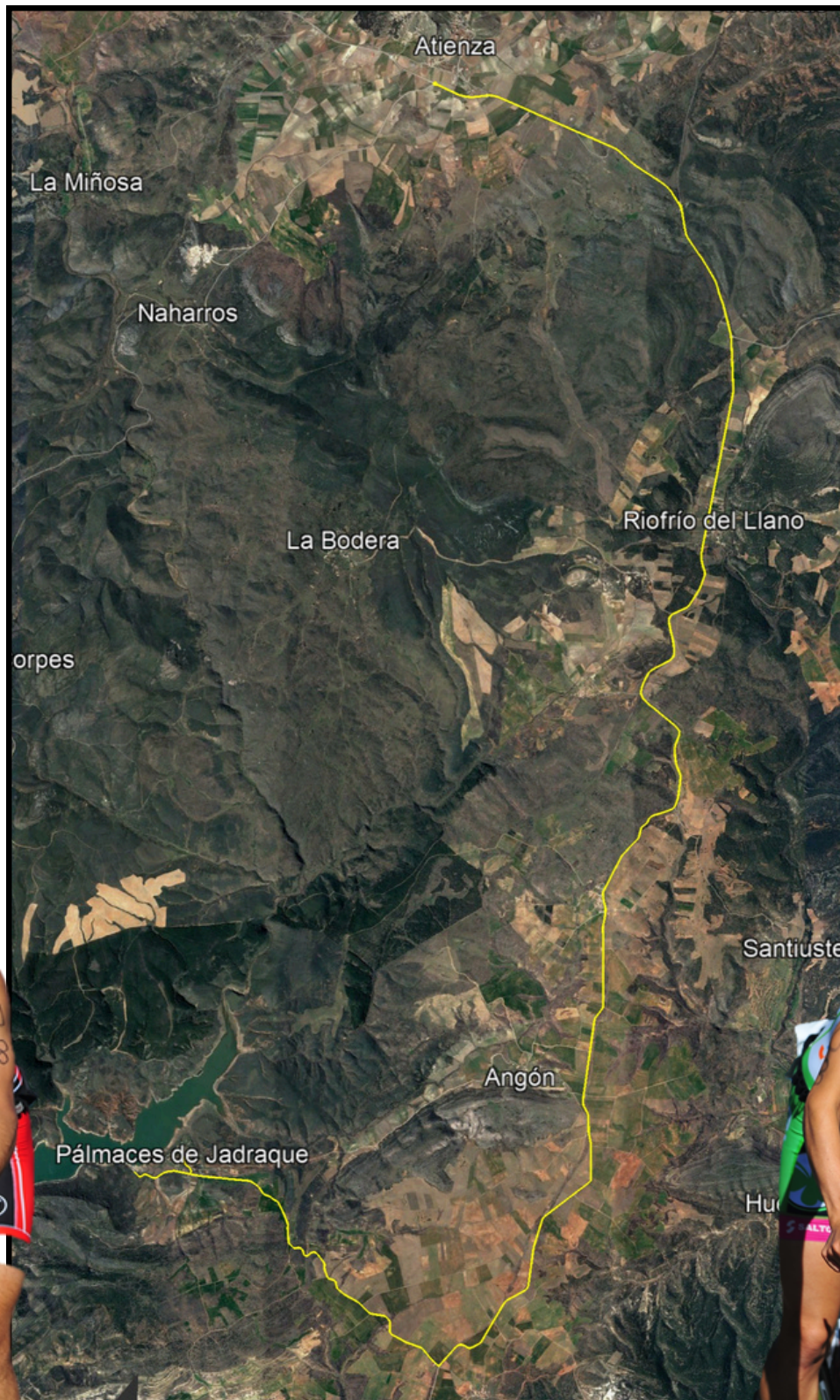


# CIRCUITOS

## Ciclismo

60km #nodrafting

Ida y vuelta





# CIRCUITOS

## Ciclismo

**PERFIL DEL CICLISMO**

**Desnivel 560m+ aprox.**



Ida y vuelta (punto de giro en Atienza).

Finaliza en el frontón de Pálmaces, donde se encuentra la T2.

**Segmento STRAVA**







# CIRCUITOS

## Carrera a pie

RECORRIDO POR LAS CALLES DE PÁLMACES



# CIRCUITOS

## Carrera a pie

*Punto de comienzo de segunda vuelta o entrada a meta.*



La **primera vez** que paso por aquí, debo seguir para completar la segunda vuelta.

La **segunda vez** que paso, realizo la entrada a meta.

En este punto (durante la carrera) debo coger una pulsera que me dará un personal de la organización.



# CIRCUITOS

Penalti box 



Es obligatorio parar en el penalti box si el/la triatleta ha sido sancionado/a.



JOE WEIDER  
**VICTORY**<sup>®</sup>  
**ENDURANCE**



BY WEIDER



# TIEMPOS DE CORTE

## NATACIÓN

1h.

## NATACIÓN + BICI

3 h 30 min.

## TIEMPO TOTAL PRUEBA

5 h.

A los participantes que no lleguen en estos tiempos a los correspondientes controles no se les permitirá continuar en carrera y serán retirados de la competición por los Oficiales.



DIPUTACIÓN DE  
**GUADALAJARA**  
*es* DEPORTE

GRUPO

**F. Tomé**

10:47:14



SKODA



Vehículos  
Comerciales

F. Tomé



# AVITUALLAMIENTOS

## CICLISMO

**3 avituallamientos:** dos líquidos\* y sólidos (Km. 17 y Km. 40,7) y uno líquido\* (km. 29).



\*Avituallamiento líquido en botellas de agua Font Vella



# AVITUALLAMIENTOS

## CARRERA A PIE

8 avituallamientos líquidos y sólidos (fruta):

Km. 0,5; 2,5; 3,7; 5,7; 6,8; 8,8; 10,1; 12,1.





Nestlé®

LINDAHL'S

# POST-CARRERA

Tras finalizar la prueba habrá una zona de avituallamiento al lado de la zona de meta con refrescos, agua, fruta, y algún tipo de batido o yogur bebido.

Zona de masaje.

Duchas disponibles (ubicación reflejada en el apartado "Ubicaciones destacadas").

Entrega de premios y sorteo de regalos.

Cena (tras la entrega de premios) en la plaza del pueblo.

Discomóvil en el frontón (a partir de las 23:30 h).





provimad

Agente Digitalizador Autorizado

 **Cómo Heredar**

 provimad  
Agente Digitalizador Autorizado

 **Cómo Heredar**

Pálaces

LAURENTIU GRANJA

a

www.victor

Castilla la Mancha

riat  
XXVII

2

7

# CATEGORÍAS

La categoría de edad estará determinada por la edad del participante el 31 de diciembre del año en que se celebre la competición.

Además de la categoría general a la que pertenecen todos los deportistas, estos podrán pertenecer a las siguientes categorías según sus edades e independientemente de su sexo:

EDAD	CATEGORÍA
18-19	Junior
20-23	Sub 23
24-39	Absoluta
40-49	Veterano I
50-59	Veterano II
60 o más años	Veterano III



# Talentes Povleja



# PREMIOS

Los premios en metálico serán para la clasificación general (orden de llegada a meta) y se distribuyen de la siguiente manera:

	<i>Masculino</i>	<i>Femenino</i>
1°	1100	1100
2°	600	600
3°	400	400
4°	200	200
5°	100	100

También se hará entrega de trofeos a l@s tres primer@s de cada categoría (JUNIOR, SUB23, ABSOLUTA y VETERANOS I, II y III), así como a los tres primeros equipos femenino y masculino.





**SegurMAS**

1

# ALOJAMIENTO

PÁLMACES	
El Rincón de Palmacio	619 786 704
Torreón Triatlón Pálmaces (alojamiento entero)	646 377 282
"La casa rural de Pálmaces" (alojamiento entero)	661 124 271
JADRAQUE	
Hostal restaurante "El Castillo"	949 89 02 54
Hostal restaurante "Cuatro Caminos"	949 89 00 21
ATIENZA	
Hostal restaurante "El Mirador de Atienza"	659 643 084
Hotel rural "Convento de Santa Ana"	677 994 483
Alojamiento rural "La Casa de San Gil"	626 165 544



# ALOJAMIENTO

MATILLAS	
Hostal restaurante "Rijujama"	949 30 51 02
BUJALARO	
Apartamentos rurales "La bodega del Abuelo"	649 337 793
MANDAYONA	
Hostal Rural "Cumbres de Castilla"	949 30 58 18
IMÓN	
Hotel "Salinas de Imón"	655 825 505

**\* Importante tener en cuenta que en Pálmaces no hay cajeros ni restaurantes**





**Federación  
Triatlón Castilla La Mancha**

# BAJAS Y DEVOLUCIONES

Se devolverá un 75% del importe de la inscripción sólo si la baja se comunica hasta el 7 de julio. Una vez pasado ese plazo no se devolverá ningún importe.

Para tramitar la baja puedes ponerte en contacto con la organización a través del siguiente correo: [triatlonpalmaces@gmail.com](mailto:triatlonpalmaces@gmail.com) o contactando directamente a [info@youevent.es](mailto:info@youevent.es)



# PATROCINADORES Y COLABORADORES

## Organizadores



Palacios



## Patrocinadores

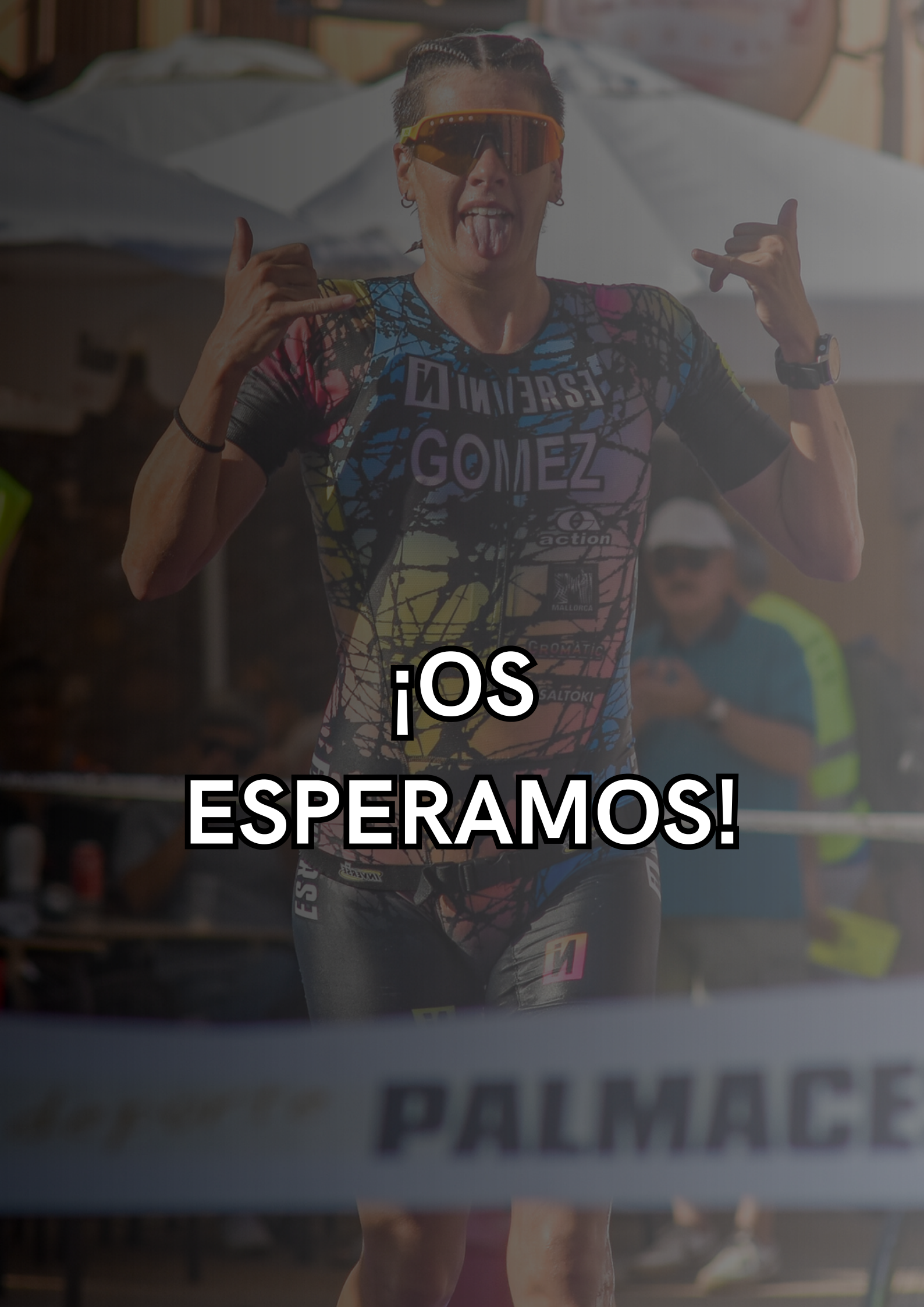


Castilla-La Mancha



## Colaboradores





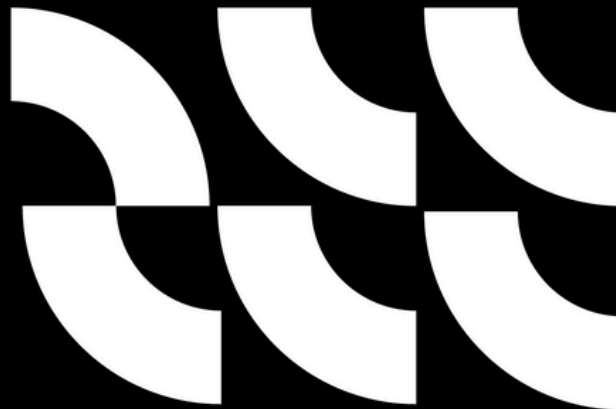
**¡OS  
ESPERAMOS!**

**PALMACE**

**30ª EDICIÓN**

**TRIATLÓN**

**PÁLMACES**



**1800 M**

**60 KM**

**12 KM**

[triatlonpalmaces.com](http://triatlonpalmaces.com)