



El Gran Templo Vegetal

Sakroakuaris

te invita:

2^{do} Triatlón Ruta de la Libertad



*27 al 31
Marzo
2024*

*Homenaje al cumpleaños 84
del venerable maestro*

Kelium Zeus Induzens

Mas información

+57 3202636117

+57 3218783918



CATEGORÍAS

Niños




EDAD	MODALIDAD	KI/METROS	PREMIACIÓN		
1.0 a 2 Años: Niños que no caminan. 2. 1 a 2 Años: Niños que sí caminan.	Atletismo, caminata 1. papás cargan y corren con sus hijos. 2. Niños que sí caminan o trotan. (Solo ganarán los niños que por mérito propio lleguen a la meta sin ayuda de los padres)	1. Distancia: 800 m (Madres e hijos corren puente abajo* arkelohim) 2. Distancia niños que sí caminan: 100 m Portal hasta el arkelohim.	1. Los niños que aún no caminan tendrán un reconocimiento por su participación. los niños que ya caminan tendrán premiación solo si llegan por sí solos a la meta. 1/2 lb polén-frutas	1	
3 a 4 Años	atletismo (Solo ganarán los niños que por mérito propio lleguen a la meta sin ayuda de los padres)	Puente abajo* Arkelohim Distancia: 800m	1b miel-1b polén 1b Miel 1b polén	1	
5 a 6 Años	Atletismo (Solo ganarán los niños que por mérito propio lleguen a la meta sin ayuda de los padres)	Casa del pino* Arkelohim Distancia: 1 kilometro	1b miel-1b polén 1b Miel 1b polén	1	
7 a 8 Años	Duatlón	ARKELOHIM*COQUITA (Bajan trotando y suben en bicicleta) Distancia: 3 kilometros. 1.5 k trotando-1.5 k bicicleta	\$10000*1b miel, 1b polén \$5000,*1b miel, 1b polén Lb polén-1b miel	1	
9 a 10 Años	Duatlón	ARKELOHIM*PUENTE DEL RIO LA BATEA. (Bajan trotando por puente abajo hasta el puente y suben en bicicleta. Distancia: 4 kilometros 2 k trotando-2 k bicicleta	\$20000 *1b miel, 1b polen \$10000 *1b miel, 1b polén \$5000 Lb polen *1b miel	1	
11 a 13 Años	Duatlón	NIÑOS: Trotan hasta el Líbano y suben en bicicleta. DISTANCIA: 8 K 4 k trotando-4 k Bicicleta. NIÑAS: Trotan hasta la arenera y suben en bicicleta. DISTANCIA: 6 K 3k trotando-3 k Bicicleta.	\$40000*1b polén y 1b de miel \$30000*1b polén y 1b de miel \$20000*1b polén y 1b miel	1	
				2	
				3	



CATEGORÍA

Equipos

(Varones)

EDAD	MODALIDAD	KILOMETROS	PREMIACIÓN		
14 a 17 Años	Triatlón	ATLETISMO: 10 KM NATACIÓN: 250 MT CICLISMO: 21 KM	\$200000(polén 3lv) \$150000(polén 3lv) \$100000(polén 3lv)	1	
				2	
				3	
18 a 34 Años	Triatlón	ATLETISMO: 14 KM: NATACIÓN: 800 MT: CICLISMO: 21 KM	\$500000 \$400000 \$300000	1	
				2	
				3	
35 a 49 Años	Triatlón	ATLETISMO: 14 KM: NATACIÓN: 500 MT: CICLISMO: 21 KM	\$450000 \$350000 \$250000	1	
				2	
				3	
50 a 64 Años	Triatlón	ATLETISMO: 14 KM: NATACIÓN: 400 MT: CICLISMO: 15 KM	\$400000 \$300000 \$200000	1	
				2	
				3	
65 años en adelante.	Triatlón	ATLETISMO: 7 KM NATACIÓN: 200 MT CICLISMO: 12 KM	\$300000 \$200000 \$150000	1	
				2	
				3	



CATEGORÍA

Equipos (Damas)



EDAD	MODALIDAD	KILOMETROS	PREMIACIÓN		
14 a 17 Años	Triatlón	ATLETISMO: 10 KM:	\$200000(polen 3lv)	1	
		NATACIÓN: 250 MT:	\$150000(polen 3lv)	2	
		CICLISMO: 21 KM:	\$100000(polen 3lv)	3	
18 a 34 Años	Triatlón	ATLETISMO: 14 KM:	\$500000	1	
		NATACIÓN: 600 MT:	\$400000	2	
		CICLISMO: 21 KM:	\$300000	3	
35 a 49 Años	Triatlón	ATLETISMO: 14 KM:	\$450000	1	
		NATACIÓN: 300 MT:	\$350000	2	
		CICLISMO: 21 KM:	\$250000	3	
50 a 64 Años	Triatlón	ATLETISMO: 10 KM:	\$400000	1	
		NATACIÓN: 250 MT:	\$300000	2	
		CICLISMO: 15 KM:	\$200000	3	
65 años en adelante.	Triatlón	ATLETISMO: 7 KM:	\$300000	1	
		NATACIÓN: 200 MT:	\$200000	2	
		CICLISMO: 12 KM:	\$150000	3	



CATEGORÍA

Individual

(Varones)

EDAD	MODALIDAD	KILOMETROS	PREMIACIÓN		
14 a 17 Años	Individual	ATLETISMO: 3.5KM: NATACIÓN: 350 MT: CICLISMO: 10.5 KM:	\$200000 \$150000 \$100000	1 2 3	
18 a 34 Años	Individual	ATLETISMO: 3.5KM: NATACIÓN: 600 MT: CICLISMO: 10.5 KM:	\$500000 \$300000 \$250000	1 2 3	
35 a 49 Años	Individual	ATLETISMO: 3.5KM: NATACIÓN: 400 MT: CICLISMO: 10.5 KM:	\$400000 \$250000 \$200000	1 2 3	
50 a 64 Años	Individual	ATLETISMO: 3.5KM: NATACIÓN: 300 MT: CICLISMO: 10.5 KM:	\$400000 \$250000 \$200000	1 2 3	
65 Años en adelante	Individual	ATLETISMO: 3.5KM: NATACIÓN: 200 MT: CICLISMO: 10.5 KM:	\$400000 \$250000 \$200000	1 2 3	



CATEGORÍA

Individual

(Damas)

EDAD	MODALIDAD	KILOMETROS	PREMIACIÓN		
14 a 17 Años	Individual	ATLETISMO: 3.5KM: NATACIÓN: 250 MT: CICLISMO: 10.5 KM:	\$200000 \$150000 \$100000	1 2 3	
18 a 34 a Años	Individual	ATLETISMO: 3.5KM: NATACIÓN: 250 MT: CICLISMO: 10.5KM:	\$500000 \$300000 \$250000	1 2 3	
35 a 49 Años	Individual	ATLETISMO: 3.5KM: NATACIÓN: 250 MT: CICLISMO: 10.5 KM:	\$400000 \$250000 \$200000	1 2 3	
50 a 64 Años	Individual	ATLETISMO: 3.5KM: NATACIÓN: 200 MT: CICLISMO: 10.5 KM:	\$400000 \$250000 \$200000	1 2 3	
65 Años en adelante	Individual	ATLETISMO: 3.5KM: NATACIÓN: 150 MT: CICLISMO: 10.5 KM:	\$400000 \$250000 \$200000	1 2 3	



CATEGORÍA

Recreativa

EN ESTA CATEGORÍA RECREATIVA SU PARTICIPACIÓN DEPORTIVA ES LIBRE SEGÚN LA MODALIDAD QUE PREFIERA REALIZAR; SEA:

- NATACIÓN
- ATLETISMO
- CICLISMO
- CAMINATA



(EL ATLETISMO, EL CICLISMO, Y LA CAMINATA SE LLEVARÁ A EFECTO DESDE EL ARKELOIM HASTA EL VENADO Y VICEVERSA).
LA NATACIÓN RECREATIVA SOLO SE HARÁ EL DÍA, JUEVES Y VIERNES EN LA LAGUNA)



INFORMACIÓN



Importante

1. LOS COMPETIDORES EN MODALIDAD EQUIPOS Y MODALIDAD INDIVIDUAL DE 34 AÑOS EN ADELANTE TIENEN LA POSIBILIDAD DEPENDIENDO DE SUS CAPACIDADES DE BAJARSE DE CATEGORÍA SOLO HASTA LA CATEGORÍA DE 18 A 34 AÑOS PERO NO DE SUBIRSEN.

**SOLO SE PUEDEN SUBIR LAS SIGUIENTES CATEGORÍAS:
DE 11 A 13 AÑOS PUEDE SUBIR UNA CATEGORÍA
Y DE 14 A 17 AÑOS PUEDE SUBIR UNA CATEGORÍA**



2. EL COMPETIDOR TIENE LA POSIBILIDAD DE PARTICIPAR EN LA MODALIDAD EQUIPOS, EN LA MODALIDAD INDIVIDUAL O EN LAS DOS MODALIDADES.



3. EL MÍNIMO DE PARTICIPANTES EN CADA CATEGORÍA TANTO EN MODALIDAD EQUIPOS COMO EN MODALIDAD INDIVIDUAL DEBE SER DE 10 PARTICIPANTES

O 10 EQUIPOS. DE LO CONTRARIO DEBEN BAJARSE DE CATEGORÍA PARA ASÍ COMPLETAR LA COMPETENCIA.

EN EL CASO DE LOS NIÑOS DEBEN SUBIR DE CATEGORÍA.

Y EN CASO DE LOS ADULTOS MAYORES DE 65 AÑOS NO RIGE ESTA REGLA.

Y SE CONFORMARÁ ESTA CATEGORÍA CON LOS DEPORTISTAS QUE HAYA.





valor Inscripción



1 DE FEBRERO AL 29 DE FEBRERO



 EDAD	\$ VALOR
0 A 6 AÑOS	\$6000
7 A 10 AÑOS	\$15000
11 A 13 AÑOS	\$24000
14 AÑOS EN ADELANTE	\$44000

INDIV+GRUPO
→ **\$80.000**

1 DE MARZO AL 25 DE MARZO

 EDAD	\$ VALOR
0 A 6 AÑOS	\$10.000
7 A 10 AÑOS	\$20.000
11 A 13 AÑOS	\$30.000
14 AÑOS EN ADELANTE	\$55.000

INDIV+GRUPO
→ **\$100.000**

! IMPORTANT

El valor de la categoría individual es el mismo precio que aparece en las tablas solo si va a participar en una modalidad. Pero si participan en las dos modalidades, el precio es el que está al lado de las flechas.



PASOS DE INSCRIPCIÓN:



Pagar en la cuenta

85197109136 Bancolombia ahorros

A Nombre de:

Cristian Jiménez Callejas

Cc. 1088346618



2. INSCRIPCIONES EN ÉL

SIGUIENTE LINK:

MODALIDAD EQUIPOS:

<https://forms.gle/sRYHkL4pGWYJpxbo9>

LINK MODALIDAD INDIVIDUAL

<https://forms.gle/9RQHQuAoLH5ABqdN8>

CONFIRMAR INSCRIPCIÓN:

+57 314-640-04-51



INCLUYE

1. SEGURO.
2. ATENCIÓN DE PRIMEROS AUXILIOS.
3. HIDRATACIÓN
4. NÚMERO DE PARTICIPACIÓN.
6. CARRO ESCOBA.



CRONOGRAMA Y HORA

de salida

MIÉRCOLES 27 DE MARZO

INAUGURACIÓN

9:30 AM LINES DE RIGOR.

1. CALLE DE HONOR ANTORCHA OLÍMPICA DESDE LA BATEA HASTA EL ARKELOHIM(TODOS LOS COMPETIDORES DEBEN ESTAR EN LA BATEA Y ALLÍ ACOMPAÑAR EL DESFILE HACIA EL ARKELOHIM).

2. SE ENCENDERÁ LA ANTORCHA OLÍMPICA.

3. PALABRAS DEL VENERABLE MAESTRO SAMAEL.

4. PALABRAS DEL GRUPO ORGANIZADOR.

5. DE 12:00 AM A 7.30 PM: ENTREGA DE KID.

LUGAR:(ARKELOHIM)

6. DE 5.00 PM A 6.00 PM: INFORMACIÓN GENERAL.

CATEGORÍA EQUIPOS

JUEVES 28 DE MARZO

Atletismo:

RUTA: SE OCUPARÁ LA RUTA CHARALÁ-DUITAMA ENTRE EL KILOMETRO 58 Y 51.(TEMPLO- VENADO)

LÍDER: MAESTRA DUHAIMI

PUNTO DE ENCUENTRO: ARKELOHIM.

HORA DE SALIDA COMPETENCIA: 7.30 AM

Ciclismo:

RUTA: SE OCUPARÁ LA RUTA (VIA DUITAMA-CHARALÁ) ENTRE EL KILOMETRO 58 Y 80(CRAIZAL, ESCUELA DE NORMANDIA U 800-TEMPLO)

LÍDER: MAHATMA KROLEY, MAESTRO DÓMILSERS, LUS VELLA IFI.

PUNTO DE ENCUENTRO PARA SALIR HACIA 800: PORTAL DEL TEMPLO.

HORA DE SALIDA GRUPAL HACIA 800: 6:00 AM.

HORA DE SALIDA COMPETENCIA: 8:AM (LA COMPETENCIA ES DESDE EL RAISAL U 800 HACIA EL TEMPLO PERO LOS COMPETIDORES SE DEBEN ENCONTRAR EN EL PORTAL Y BAJAR JUNTOS).

Natación:

RUTA: LAGUNA EL PALMAR.

LÍDER: MAESTRO ARAIDUYAN.

PUNTO DE ENCUENTRO PARA SALIR A LA LAGUNA: PUENTE ARRIBA.

HORA DE SALIDA: 7:00 AM.

HORA DE SALIDA COMPETENCIA: 9:30 AM.



CRONOGRAMA Y HORA

de salida

VIERNES 29 DE MARZO

NIÑOS DE 0 A 2 QUE NO CAMINEN (CARGADOS POR SUS PADRES)

PUNTO DE SALIDA: PUENTE ABAJO.

HORA: 5:30 AM.

1

NIÑOS DE 3 A 6 AÑOS:

PUNTO DE ENCUENTRO:

PUENTE ABAJO.

HORA: 6:00 AM.

2

NIÑOS DE 1 A 2 QUE CAMINEN:

PUNTO DE SALIDA: PORTAL DEL TEMPLO.

HORA: 6:30 AM.

3

NIÑOS DE 7 A 13 AÑOS:

PUNTO DE SALIDA:

ENTRADA ARKELOHIM

HORA: 7:15 AM.

4

VIERNES 29 DE MARZO

CATEGORÍA INDIVIDUAL.

ESTA COMPETENCIA INICIA DESDE LA LAGUNA EL PALMAR.

LOS COMPETIDORES LLEGAN HASTA LA PRINCESA EN SUS

BICICLETAS LAS DEJAN ALLÍ DE FORMA INDIVIDUAL Y BAJAN

CAMINANDO HASTA LA LAGUNA.

HORA DE SALIDA COMPETENCIA: 10.30 AM.

SÁBADO 30 DE MARZO

PREMIACIÓN

HORA: 9:00 AM

LUGAR: ARKELOHIM

DOMINGO 31 DE MARZO

CATEGORÍA RECREATIVA

PUNTO DE ENCUENTRO. ARKELOHIM

HORA: 6: AM



REGLAMENTO



- 1. PARA LA PRUEBA DE NATACIÓN ES OBLIGATORIO EL USO DE FLOTADOR COMO ACCESORIO DE SEGURIDAD.**
- 2. SERÁ DESCALIFICADO TODO AQUEL QUE, ESTANDO EN LA PRUEBA DE NATACIÓN, SE AYUDE Y SE HALE CON LA CUERDA QUE SOSTIENE LAS BOYAS.**
- 3. SERÁ DESCALIFICADO AQUEL PARTICIPANTE QUE SE MONTE SOBRE EL FLOTADOR Y AVANCE SOBRE ÉL. (PUEDE DESCANSAR EN EL FLOTADOR PERO NO NADAR SOBRE EL MISMO).**
- 4. SI EL NADADOR SUFRE UNA AFECCIÓN FÍSICA EN EL MOMENTO DE LA COMPETENCIA, SERÁ AUXILIADO POR LAS LANCHAS HASTA LA ORILLA. CUANDO YA SE RECUPERE, PUEDE VOLVER A NADAR, PERO INICIARÁ 6 METROS ATRÁS DEL PUNTO DONDE HABÍA QUEDADO.**
- 5. TODOS LOS COMPETIDORES DEBEN ESTAR EN EL MOMENTO DEL CALENTAMIENTO Y ESTIRAMIENTO ANTES DE DAR INICIO CON LA NATACIÓN.**
- 6. EN NATACIÓN ES IMPORTANTE QUE EL NADADOR NO INVADA EL CARRIL CONTRARIO.**
- 7. LOS COMPETIDORES QUE SALGAN EN EL MOMENTO DE INICIO DE LA COMPETENCIA EN UNA CATEGORÍA EQUIVOCADA SERÁN DESCALIFICADOS.**
- 8. PARA LA PRUEBA DE CICLISMO, EL USO DEL CASCO ES OBLIGATORIO.**
- 9. SE PROHÍBE LLEVAR ACOMPAÑANTE, SEA MOTO, CARRO, O ALGÚN MEDIO DE TRANSPORTE QUE HALÉ O EMPUJE AL COMPETIDOR. ASIMISMO, QUE FACILITE AL COMPETIDOR ALGÚN MATERIAL DE AYUDA, SEA BICICLETAS U AYUDA FÍSICA.**
- 10. ES OBLIGATORIO EL USO DEL NÚMERO Y QUE SEA VISIBLE EN TODO MOMENTO PARA TODAS LAS MODALIDADES.**
- 11. ESTÁ PROHIBIDO CUALQUIER TIPO DE SUSTANCIA QUE PUEDA CAUSAR DOPAJE A UN COMPETIDOR.**
- 12. SALIR ANTES DEL PITO QUE ANUNCIA EL INICIO DE CARRERA, O DESPUÉS DEL INICIO DE LA CARRERA, TRAERÁ UNA PENALIZACIÓN DE 5 MINUTOS.**



REGLAMENTO



- 13. TODO PARTICIPANTE DEBE SEGUIR EL RECORRIDO MARCADO POR LA ORGANIZACIÓN.**
- 14. QUIEN CORRA UNA DISTANCIA DISTINTA O TOME ATAJOS DURANTE EL RECORRIDO SERÁ DESCALIFICADO.**
- 15. ESTÁ PROHIBIDO QUITAR O CAMBIAR LA SEÑALIZACIÓN DEL RECORRIDO.**
- 16. DURANTE EL RECORRIDO ESTÁ PROHIBIDO ADQUIRIR PRODUCTOS DIFERENTES A LOS ENTREGADOS EN LOS PUNTOS DE HIDRATACIÓN.**
- 17. TODO PARTICIPANTE DEBE PRESTAR AUXILIO A OTRO PARTICIPANTE QUE ESTÉ EN PELIGRO O ACCIDENTADO. LA PRIVACIÓN DE AUXILIO SERÁ PENALIZADA CON DESCALIFICACIÓN.**
- 18. CADA PARTICIPANTE DEBE GUARDAR LAS ENVOLTURAS DE LOS ALIMENTOS CONSUMIDOS Y DEPOSITARLOS EN LAS BASURAS AL FINALIZAR LA PRUEBA O EN LOS PUNTOS DE HIDRATACIÓN. QUIEN ARROJE BASURA EN LUGARES NO PERMITIDOS SERÁ DESCALIFICADO.**
- 19. TODOS LOS COMPETIDORES DEBEN DEMOSTRAR RESPETO POR LOS DEMÁS PARTICIPANTES.**
- 20. LOS PARTICIPANTES PUEDEN RETIRARSE EN CUALQUIER MOMENTO. DEBEN DAR AVISO A UNA PERSONA DE LA ORGANIZACIÓN EN LOS PUNTOS DE CONTROL.**
- 21. NINGÚN COMPETIDOR PUEDE RECIBIR AYUDA EXTERNA EN EL MOMENTO DE LA TRIATLÓN INDIVIDUAL, EJEMPLO: AYUDAR A CAMBIARSE DE ZAPATOS ETC.**



RECOMENDACIONES



1. EN LA PRUEBA DE NATACIÓN SE RECOMIENDA EL GORRO DE BAÑO.
2. RECUERDA VIGILAR LAS BOYAS, ES POSIBLE QUE TE ENCUENTRES A UNA BUENA DISTANCIA DE TU CURSO.
3. ASEGÚRATE DE LEVANTAR LA CABEZA Y LA VISTA PARA MANTENERTE EN EL CAMINO.
4. PARA LA PRUEBA DE CICLISMO SE RECOMIENDA LLEVAR KIT DE DESPINCHE, NEUMÁTICO DE REPUESTO, HERRAMIENTA BÁSICA Y MANTENIMIENTO PREVIO A LA BICICLETA, TODO TERRENO Y EVITAR MANIOBRAS PELIGROSAS POR SU SEGURIDAD Y LOS DEMÁS PARTICIPANTES.
5. EN ATLETISMO SE RECOMIENDA USAR UN CALZADO ADECUADO Y UN SOMBRERO PARA PROTEGERSE DE EL SOL.
6. LLEVAR IMPLEMENTOS PARA ACAMPAR Y ROPA APTA PARA CLIMA FRÍO.
7. ORGANÍZATE, ESCRIBE UNA LISTA CON TODOS LOS ELEMENTOS REQUERIDOS PARA LA COMPETENCIA EN CADA DISCIPLINA, JUNTO CON OTROS ELEMENTOS QUE PUEDES NECESITAR EN LA TRANSICIÓN DE UN DEPORTE A OTRO, COMO ALIMENTOS E HIDRATACIÓN.
8. PRACTICA TUS TRANSICIONES, LOS RÁPIDOS TIEMPOS DE TRANSICIÓN TE AHORRARÁN VALIOSOS MINUTOS EN TU EVENTUAL TIEMPO DE CARRERA.
9. PRACTICA RETIRAR LO MOJADO DE LA NATACIÓN Y PONERTE TU EQUIPO DE CARRERA Y LUEGO DEL EQUIPO DE CARRERA UBICAR EL EQUIPO DE TÚ BICICLETA. ASEGÚRATE DE QUE TU CASCO ESTÉ JUNTO A TU BICICLETA, NO SE TE PERMITIRÁ SALIR DE LA TRANSICIÓN SIN ÉL EN LA CABEZA. (PUEDES UTILIZAR UN SOLO TRAJE PARA LAS TRES MODALIDADES Y ASÍ AHORRAR TIEMPO).
10. RECUERDA QUE LA ALIMENTACIÓN, EL DESCANSO, LA RESPIRACIÓN Y EL ENTRENAMIENTO PREVIO SON CLAVES PARA UN ESTADO FÍSICO ÓPTIMO.
11. ASEGÚRATE DE REALIZAR UN CALENTAMIENTO PREVIO A LA COMPETENCIA.
12. PARA LA PRUEBA DE NATACIÓN SE RECOMIENDA TAPAOIDOS Y GAFAS.

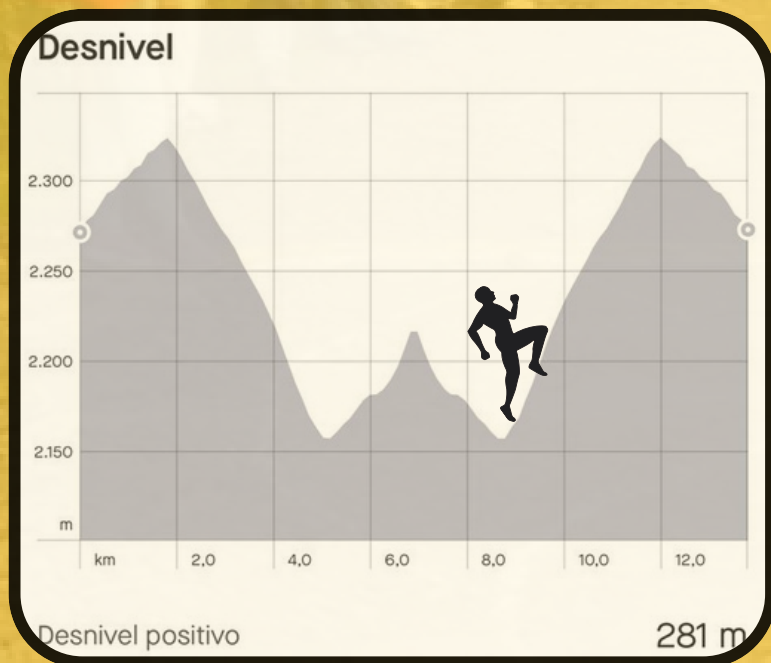


ALTIMETRÍA TRIATLÓN

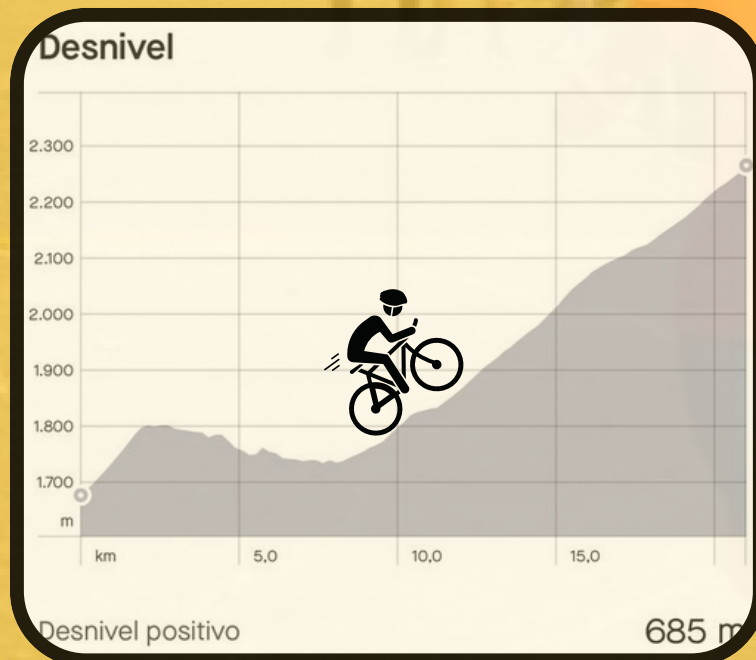
LAGUNA EL PALMAR



ALTIMETRÍA, PRUEBA DE CICLISMO EN EQUIPOS




ALTIMETRÍA, PRUEBA DE ATLETISMO EN EQUIPOS.



MAYORES
INFORMES:

MAESTRO ARAIDUYAN:
(Mauricio pinzón)



320-263-61-17 

MAHATMA KROLEY:



(Cesar Rua)

313-354-24-24  

MAESTRA DAMKIA:

301-370-11-59  

MAHATMA IVDI:

321-878-39-18  



LUGAR: TEMPLO VEGETAL SAKROAKUARIUS

COMUNIDAD TAOISTA 

SIGUENOS EN NUESTRAS REDES SOCIALES EN

 **FACEBOOK:** [https://www.facebook.com/profile.php?](https://www.facebook.com/profile.php?id=61556569102617&sfnsn=scwspmo&mibextid=RUbZ1f)

[id=61556569102617&sfnsn=scwspmo&mibextid=RUbZ1f](https://www.facebook.com/profile.php?id=61556569102617&sfnsn=scwspmo&mibextid=RUbZ1f)

 **Instagram** [https://www.instagram.com/triatlon.templovegetal?](https://www.instagram.com/triatlon.templovegetal?igsh=MWpiYnl4dzRscmN4Yg%3D%3D&utm_source=qf)

[igsh=MWpiYnl4dzRscmN4Yg%3D%3D&utm_source=qf](https://www.instagram.com/triatlon.templovegetal?igsh=MWpiYnl4dzRscmN4Yg%3D%3D&utm_source=qf)

