



November 15th, 2026
15 de noviembre de 2026

THE PACIFIC OCEAN
EL OCÉANO PACÍFICO

TAMARINDO TRIATHLON (RUN)
TRIATLÓN DE TAMARINDO (CARRERA)

- ALPHA OPEN
- ALPHA SPRINT
- ALPHA OLYMPIC

MEDICAL
MÉDICO

AID STATION
ESTACIONES DE AYUDA

BATHROOMS
BAÑOS



START
COMIENZO

FINISH
FINAL



ALPHA OPEN:
 Bike: 0.5 miles (1 small loop)
 1) Exit T2 onto Callejón Oeste
 2) Right onto Avenida Central
 3) Right onto Calle Cardinal
 4) Right onto Calle Cruz to the finish

Bicicleta: 0.5 millas (1 pequeña vuelta)
 1) Salida T2 hacia Callejón Oeste
 2) Gire a la derecha en Avenida Central
 3) Gire a la derecha en Calle Cardinal
 4) Gire a la derecha en Calle Cruz hasta el final

Triathlon Schedule:
 - Start: 5:45 AM
 - All Bikes off roads: 9 AM
 - Last athlete: 11 AM

Horario del Triatlón:
 - Salida: 5:45 AM
 - Salida de todas las bicicletas: 9 AM
 - Último atleta: 11 AM

ALPHA SPRINT:
 Run: 2 miles (1 loop)
 1) Exit T2 onto Calle Central
 2) Right onto Avenida Central
 3) Right onto Avenida Vascos
 4) Continue onto Calle Este and Calle Cruz to the finish

Carrera: 2 millas (1 vuelta)
 1) Salida T2 hacia la Calle Central
 2) Gire a la derecha en Avenida Central
 3) Gire a la derecha en Avenida Vascos
 4) Continúe por Calle Este y Calle Cruz hasta el final

ALPHA OLYMPIC:
 Run: 6 miles (3 loops)
 1) Exit T2 onto Calle Central
 2) Right onto Avenida Central
 3) Right onto Avenida Vascos
 4) Continue onto Calle Este and Calle Cruz
 5) Repeat the loop 2 more times to the finish

Carrera: 6 millas (3 vueltas)
 1) Salida T2 hacia la Calle Central
 2) Gire a la derecha en Avenida Central
 3) Gire a la derecha en Avenida Vascos
 4) Continúe por Calle Este y Calle Cruz
 5) Repita la vuelta 2 veces más hasta el final

3x
OLYMPIC
ATHLETES ONLY
SOLO ATLETAS OLÍMPICOS

