

SAKANAKO XVIII. HAUR TRIATLOIA

XVIII. TRIATLON INFANTIL DE SAKANA

AURKIBIDEA

INDICE

	Orrialdea
1. Data, tokia eta kokalekua..... Fecha, lugar y localización	2
2. Partaideak..... Participantes	3
3. Ibilbideak: Recorridos	
3.1. Kadete eta gazteak Cadete y junior	4-5
3.2. Haurrak Infantil	6-7
3.3. Kimuak..... Alevín	8-9
3.4. Benjaminak Benjamin	10-11
3.5. Benjaminaurrekoak Prebenjamin	12-13
4. Izen emateak..... Inscripciones	13
5. Arautegia..... Reglamento	14-15
6. Informazio interesgarria..... Información de interés	15-16

1. DATA, TOKIA ETA KOKALEKUA

DATA: 2019ko uztailak 20an

FECHA: 20 de julio de 2019

ORDUA: 1.go lasterketaren hasiera: 10:00etan

HORA: Comienzo de la primera carrera: 10:00

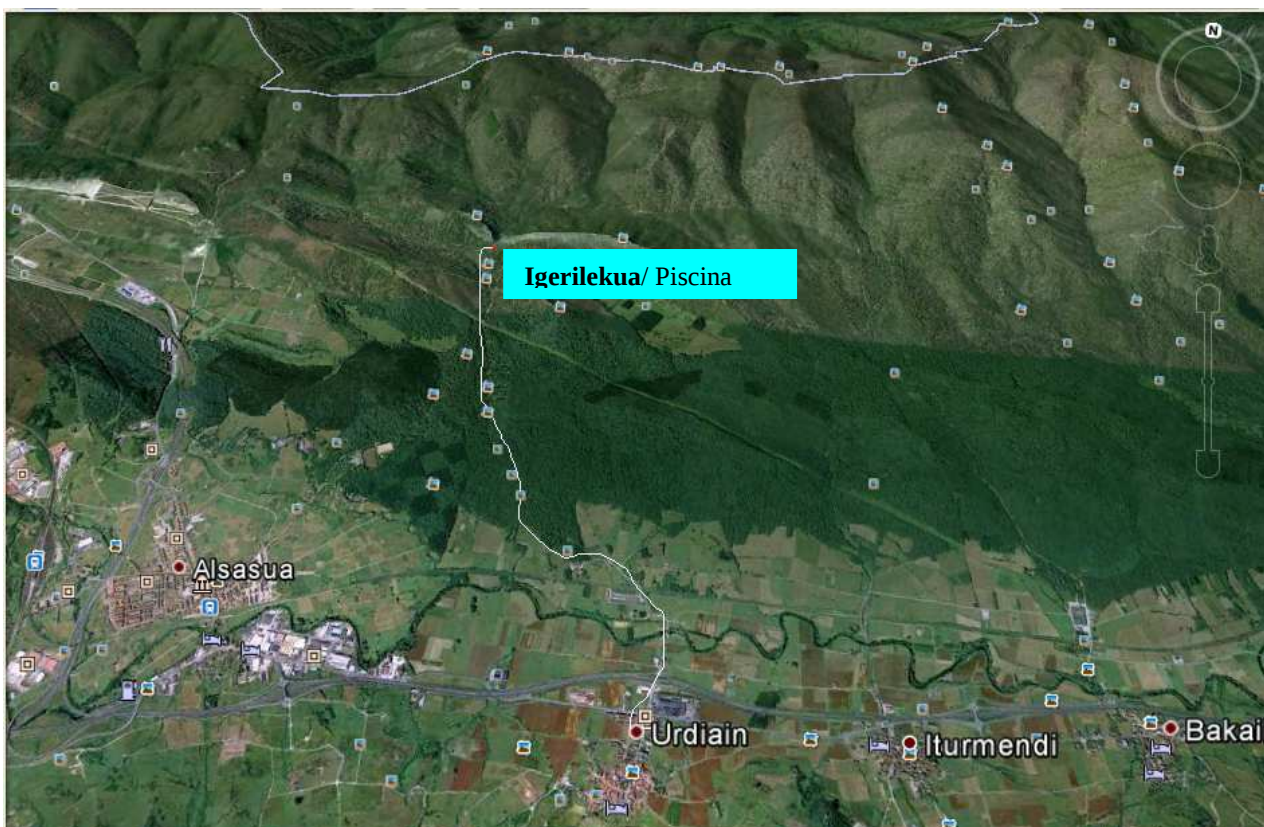
DORSAL JAKINARAZPENA, MARKATZEA, BOXAK ETA HELMUGA: Urdiaingo igerilekuan

ASIGNACION DE DORSALES, MARCAJE, BOXES Y META: En la piscina de Urdiain

IRTEERA: Urdiaingo igerilekua.

SALIDA: Piscina de Urdiain.

URDIAINEKO MAPA ETA IPARRALDEAN IGERILEKUA



2. PARTAIDEAK

Hurrengo taulan ikusi daitezke material kontrol eta lasterketa hasieraren ordutegiak, maila desberdinak (emakume zein gizonezkoentzat), dagozkien jaiotze datak eta bakoitzak egin beharreko distantzia.

En la tabla se pueden ver los horarios del control de material y del inicio de las carreras, las distintas categorías (tanto femeninas como masculinas), los años correspondientes de nacimiento y las distancias a recorrer en cada categoría.

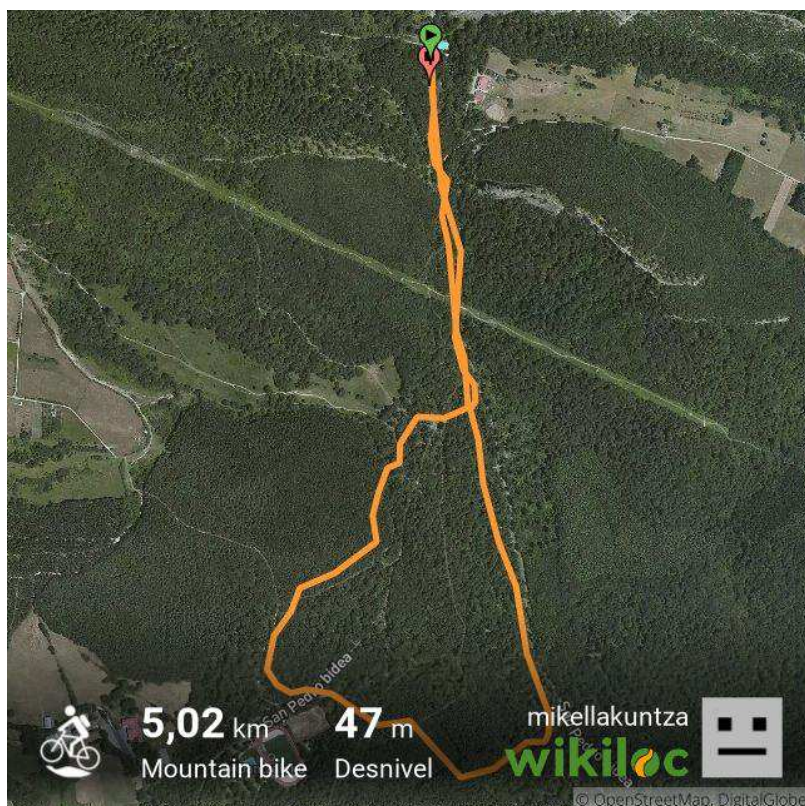
MATERIAL KONTROLAR EN ORDUTEGIA Horario de control de material	LASTERKETA HASIERAREN ORDUTEGIA Horario de inicio de la carrera	KATEGORIAK Categorías	JAIOITZE DATA Fecha de nacimiento	DISTANTZIAK IGERIKETA Distancia Natación	DISTANTZIAK TXIRRINDUA BTT Distancia bicicleta BTT	DISTANTZIAK OINEZKO LASTERKETA Distancia carrera a pie
9:30-9:50	10:00	Gazteak Junior	2001 2000	513 m 19 luze/ largos	10000 m 2 buelta	3000 m 2 buelta
9:30-9:50	10:00	Kadeteak	2004 2003 2002	513 m 19 luze/ largos	10000 m 2 buelta	3000 m 2 buelta
11:10-11:20	11:25	Haurrak Infantil	2006 2005	378 m 14 luze/ largos	5000 m Buelta 1	1500 m Buelta 1
11:10-11:20	12:15	Kimuak Alevín	2008 2007	189 m/ 7 luze/ largos	3000 m Buelta 1	750 m Buelta 1
12:40-12:50	12:55	Benjaminak	2010 2009	81 m 3 luze/ largos	1500 m Buelta 1	350 m Buelta 1
12:40-12:50	13:15	Benjaminaurkoak Prebenjamin	2011	54 m 2 luze / largos	1000 m Buelta 1	200 m Buelta 1

3. IBILBIDEAK RECORRIDOS

3.1. KADETE ETA GAZTEAK

CADETE Y JUNIOR

MATERIAL KONTROLAR EN ORDUTEGIA Horario de control de material	LASTERKETA HASIERAREN ORDUTEGIA Horario de inicio de la carrera	KATEGORIAK Categorías	JAIOITZE DATA Fecha de nacimiento	DISTANTZIAK IGERIKETA Distancia Natación	DISTANTZIAK TXIRRINDUA BTT Distancia bicicleta BTT	DISTANTZIAK OINEZKO LASTERKETA Distancia carrera a pie
9:30-9:50	10:00	Gazteak Junior	2001 2000	513 m 19 luze/ largos	10000 m 2 buelta	3000 m 2 buelta
9:30-9:50	10:00	Kadeteak	2004 2003 2002	513 m 19 luze/ largos	10000 m 2 buelta	3000 m 2 buelta



TXIRRINDUA (10000 m)

Igeri egin ondoren, kadete eta gazte kategoriako triatletak igerilekutik atera, eta boxeetan 1.go trantzizioa egin ondoren, bizikletaz abiatuko dira ezkerretara

bideberritik Urdiain aldera, km 1 egin ondoren, eskubira San Pedro aldera hartu, San Pedron eskubira hartuko da Dameroko pistatik, Usolarrain aldera iritzi arte (Dantzaleku futbol zelai ondoan), errepidea gurutzatu eta Dameroko pistatatik jarraitu hasieran eta gero basoko pistatik, Urdiaingo errepidearen paralelo, berriz San Pedrora iritzi arte, eta errepidetik Urdiaingo igerilekura itzuliko dira. Ibilbide honi bi buelta emango diote. Berriz boxetara sartuko dira eta 2.segmentua bukatu da.

BICICLETA (10000 m)

Después de nadar, el triatlleta cadete y junior sale de la piscina, y tras realizar en boxes la primera transición, irá con la bicicleta a la izquierda en dirección a Urdiain, a un kilómetro giro a la derecha hacia San Pedro, en San Pedro tomamos a la derecha la pista del Damero, para llegar a Usolarrain (junto al campo de fútbol de Dantzaleku), cruzar la carretera y coger de nuevo la pista del Damero, más adelante se coge una pista del bosque que irá junto a la carretera de Urdiain, en San Pedro se sale otra vez a la carretera y se vuelve hacia la piscina de Urdiain. En frente de la piscina, giro de 180° para comenzar la 2ª vuelta. Cuando lo finalizan, entran a boxes y finaliza el 2º segmento.

**OINEZKO LASTERKETA (3000 m)**

Oraingoan eskubitara joko dute 750 m pistatik egiteko, pibotean 180°ko buelta hartu eta igerileku aurrera bueltatu, ibilbide honi bi buelta eman beharko diote, ondoren helmugara sartuko dira.

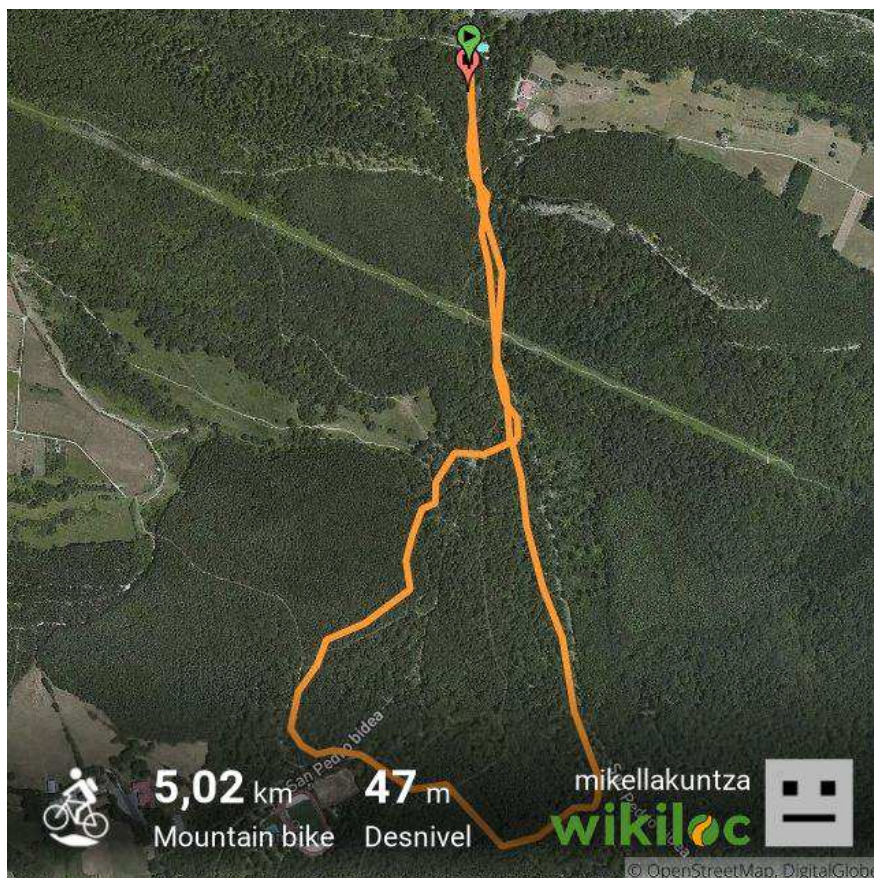
CARRERA A PIE (3000 m)

Salen de boxes y giran a la derecha para correr 750 m por pista, giro de 180° en el pivote y vuelven hacia la entrada de la piscina, darán dos vueltas a este circuito, al final de esta entrarán a meta.

3.2. HAURRAK

INFANTIL

MATERIAL KONTROLAR EN ORDUTEGIA	LASTERKETA HASIERAREN ORDUTEGIA	KATEGORIAK	JAIOITZE DATA	DISTANTZIAK IGERIKETA	DISTANTZIAK TXIRRINDUA BTT	DISTANTZIAK OINEZKO LASTERKETA
Horario de control de material	Horario de inicio de la carrera	Categorías	Fecha de nacimiento	Distancia Natación	Distancia bicicleta BTT	Distancia carrera a pie
11:10-11:20	11:25	Haurrak Infantil	2006 2005	378 m 14 luze/largos	5000 m Buelta 1	1500 m Buelta 1



TXIRRINDUA (5000 m)

Igeri egin ondoren, haur kategoriako triatletak igerilekutik atera, eta boxeetan 1.go trantzizioa egin ondoren, bizikletaz abiatuko dira ezkerretara bideberritik Urdiaín aldera, km 1 egin ondoren, eskubira San Pedro aldera hartuko dute, San Pedron eskubira hartuko da Dameroko pistatik, Usolarraín aldera iritzi arte (Dantzaleku futbol zelai ondoan), errepidea gurutzatu eta Dameroko pistatik jarraitu hasieran eta gero basoko pistatik, Urdiaingo errepidearen paralelo, berriz San Pedrorra iritzi arte, eta errepidetik Urdiaingo igerilekura itzuliko dira.

Ibilbide honi buelta bat emango diote. Berriz boxetara sartuko dira eta 2.segmentua bukatu da.

BICICLETA (5000 m)

Después de nadar, el triatleta cadete y junior sale de la piscina, y tras realizar en boxes la primera transición, irá con la bicicleta a la izquierda en dirección a Urdiain, a un kilómetro giro a la derecha hacia San Pedro, en San Pedro tomamos a la derecha la pista del Damero, para llegar a Usolarrain (junto al campo de fútbol de Dantzaleku), cruzar la carretera y coger de nuevo la pista del Damero, más adelante se coge una pista del bosque que irá junto a la carretera de Urdiain, en San Pedro se sale otra vez a la carretera y se vuelve hacia la piscina de Urdiain. Después de dar una vuelta entran a boxes y finaliza el 2º segmento.

**OINEZKO LASTERKETA (1500 m)**

Oraingoan eskubitara joko dute 750 m pistatik egiteko, pibotean 180ºko buelta hartu eta igerileku aurrera bueltatu, non helmuga kokatuko den.

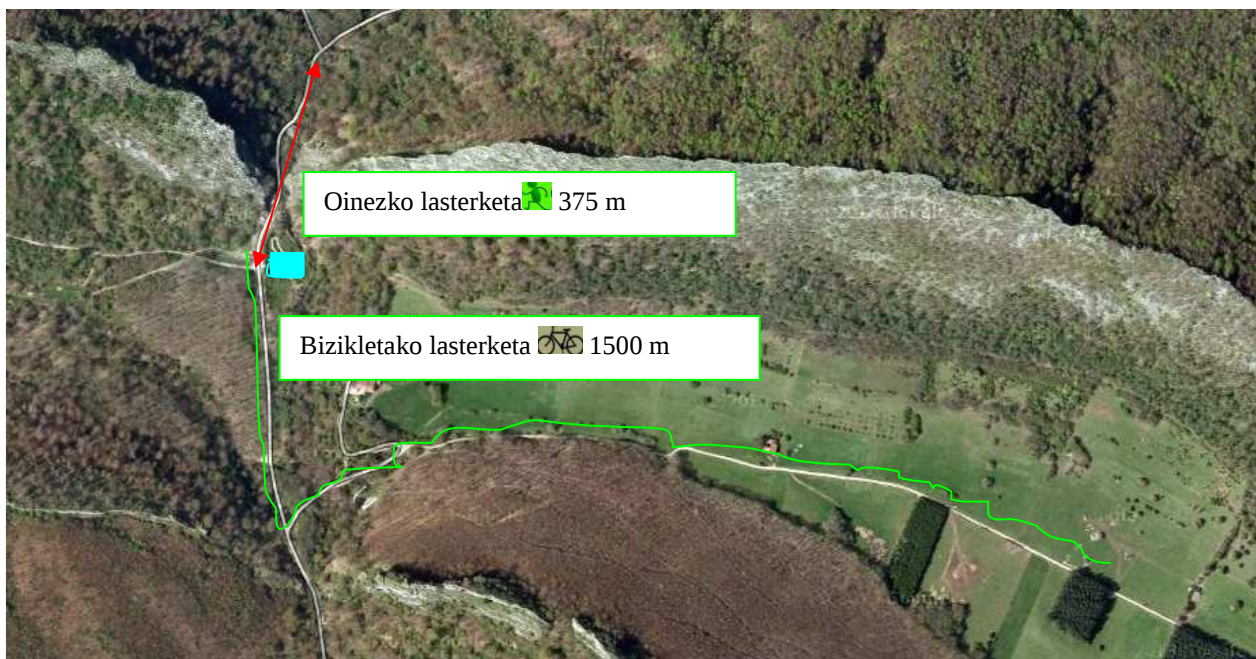
CARRERA A PIE (1500 m)

Salen de boxes y giran a la derecha para correr 750 m por pista, giro de 180º en el pivote y vuelven hacia la entrada de la piscina, donde estará la meta.

3.3. KIMUAK

ALEVIN

MATERIAL KONTROLAR EN ORDUTEGIA	LASTERKETA HASIERAREN ORDUTEGIA	KATEGORIAK	JAIOITZE DATA	DISTANTZIAK IGERIKETA	DISTANTZIAK TXIRRINDUA BTT	DISTANTZIAK OINEZKO LASTERKETA
Horario de control de material	Horario de inicio de la carrera	Categorías	Fecha de nacimiento	Distancia Natación	Distancia bicicleta BTT	Distancia carrera a pie
11:10-11:20	12:15	Kimuak Alevín	2008 2007	189 m/7 luze/largos	3000 m Buelta 1	750 m Buelta 1



TXIRRINDUA (3000 m)

Igeri egin ondoren, triatleta kimuak igerilekutik atera, eta boxeetan 1.go trantzizioa egin ondoren, bizikletaz abiatuko dira ezkerretara bideberritik Urdiain aldera, ondoren pista hartuko dute ezkerretara Sarabe aldera, pibotean 180ºko buelta eman eta pista berdinetik bueltatuko dira lehenbizi eta bideberritik gora gero, igerileku aldera. Berriz boxetara sartuko dira eta 2.segmentua bukatu da.

BICICLETA (3000 m)

Después de nadar, el triatleta alevín sale de la piscina, y tras realizar en boxes la primera transición, irá con la bicicleta a la izquierda en dirección a Urdiain, giro a la izquierda por pista hacia Sarabe, giro de 180º en el pivote y vuelta por pista y luego subirán por el mismo camino hacia la piscina. Entren a boxes y finaliza el 2º segmento.

OINEZKO LASTERKETA (750 m)

Oraingoan eskubitara joko dute 375 m pistatik egiteko, pibotean 180°ko buelta hartu eta igerileku aurrera bueltatu, non helmuga kokatuko den.

CARRERA A PIE (750 m)

Salen de boxes y giran a la derecha para correr 375 m por pista, giro de 180° en el pivote y vuelven hacia la entrada de la piscina, donde estará la meta.

3.4. BENJAMINAK

BENJAMIN

MATERIAL KONTROLAR EN ORDUTEGIA	LASTERKETA HASIERAREN ORDUTEGIA	KATEGORIAK	JAIOITZE DATA	DISTANTZIAK IGERIKETA	DISTANTZIAK TXIRRINDUA BTT	DISTANTZIAK OINEZKO LASTERKETA
Horario de control de material	Horario de inicio de la carrera	Categorías	Fecha de nacimiento	Distancia Natación	Distancia bicicleta BTT	Distancia carrera a pie
12:40-12:50	12:55	Benjaminak	2010-2009	81 m 3 luze/largos	1500 m Buelta 1	350 m Buelta 1



TXIRRINDUA (1500 m)

Igeri egin ondoren, triatlleta benjaminak igerilekutik atera, eta boxeetan 1.º trantzizioa egin ondoren, bizikletaz abiatuko dira ezkerretara bideberritik Urdiaín aldera 750 m, pibotean 180ºko buelta eman eta bide berdinetik gora igoko dira berriz igerileku aldera. Berriz boxetara sartuko dira eta 2.º segmentua bukatu da.

BICICLETA (1500 m)

Después de nadar, el triatlleta benjamin sale de la piscina, y tras realizar en boxes la primera transición, irá con la bicicleta a la izquierda en dirección a Urdiaín 750 m, giro de 180º en el pivote y subirán por el mismo camino hacia la piscina. Entran a boxes y finaliza el 2º segmento.

OINEZKO LASTERKETA (350 m)

Oraingoan eskubitara joko dute 175 m pistatik egiteko, pibotean 180°ko buelta hartu eta igerileku aurrera bueltatu, non helmuga kokatuko den.

CARRERA A PIE (350 m)

Salen de boxes y giran a la derecha para correr 175 m por pista, giro de 180° en el pivote y vuelven hacia la entrada de la piscina, donde estará la meta.

3.5. BENJAMINAURREKOAK PREBENJAMIN

MATERIAL KONTROLAR EN ORDUTEGIA	LASTERKETA HASIERAREN ORDUTEGIA	KATEGORIAK	JAIOITZE DATA	DISTANTZIAK IGERIKETA	DISTANTZIAK TXIRRINDUA BTT	DISTANTZIAK OINEZKO LASTERKETA
Horario de control de material	Horario de inicio de la carrera	Categorías	Fecha de nacimiento	Distancia Natación	Distancia bicicleta BTT	Distancia carrera a pie
12:40-12:50	13:15	Benjaminaurrekoak Prebenjamin	2011	54 m 2 luze / largos	1000 m Buelta 1	200 m Buelta 1



TXIRRINDUA (1000 m)

Igeri egin ondoren, triatleta aurrebenjaminak igerilekutik atera, eta boxeetan 1.go trantzizioa egin ondoren, bizikletaz abiatuko dira ezkerretara bideberritik Urdiain aldera 500 m, pibotean 180ºko buelta eman eta bide berdinetik gora igoko dira berriz igerileku aldera. Berriz boxetara sartuko dira eta 2.segmentua bukatu da.

BICICLETA (1000 m)

Después de nadar, el triatlleta prebenjamin sale de la piscina, y tras realizar en boxes la primera transición, irá con la bicicleta a la izquierda en dirección a Urdiaín 500 m, giro de 180° en el pivote y subirán por el mismo camino hacia la piscina. Entran a boxes y finaliza el 2º segmento.

OINEZKO LASTERKETA (200 m)

Oraingoan eskubitara joko dute 100 m pistatik egiteko, pibotean 180ºko buelta hartu eta igerileku aurrera bueltatu, non helmuga kokatuko den.

CARRERA A PIE (200 m)

Salen de boxes y giran a la derecha para correr 100 m por pista, giro de 180° en el pivote y vuelven hacia la entrada de la piscina, donde estará la meta.

4. IZEN EMATEAK **INSCRIPCIONES**

Izen emateak on line egingo dira <http://www.rockthesport.com/> helbidean astelehenerarte, uztailak 15, hau barne. Ezin da izena eman probaren egunean. Izen ematea dohainik da, froga hau Nafar Kirol Jolasen barne dagoelako. Partaide guztiak federatuta egon behar dute talde baten bitartez.

Las inscripciones se realizarán on line en <http://www.rockthesport.com/> hasta el lunes, 15 de julio, este inclusive. No se puede inscribir el día de la prueba. La inscripción es gratuita porque está en el circuito de los Juegos Deportivos de Navarra. Todos los participantes tienen que estar federados a través de un club. Para federarse hay que acudir a un club de triatlón.

5. ARAUTEGIA

1. Sakanako Triatloia Sakanako Mankomunitateak antolatzen du. Sakanako Triatloi taldea, Aitziber elkarte, Urdiaingo Udala eta Nafarroako Triatloi Federazioaren laguntzarekin.

El triatlón de Sakana lo organiza la Mancomunidad de Sakana. Con la colaboración del Club de triatlón de Sakana, Sociedad Aitziber, el ayuntamiento de Urdiain y la federación navarra de triatlón.

2. Boxeak 9:30ean zabalduko dira kadete eta gazte mailentzako, eta 9:50etan itziko dira. Froga hau bukatu ondoren, 11:10etan, boxeak zabalduko dira kimu eta haur mailentzako eta 11:20etan itziko dira, haurren froga hasi baino 5 minutu lehenago. Kimu mailako froga bukatu ondoren, 12:40etan, boxeak zabalduko dira benjaminurreko eta benjamin mailentzako, eta itziko dira 12:50etan, benjamin froga hasi baino 5 minutu lehenago.

Los boxes se abrirán a las 9:30 para categoría cadete y junior, y se cerrarán a las 9:50. Después de que acabe esta prueba, a las 11:10, se abrirán los boxes para categorías alevín e infantil y se cerrarán a las 11:20, 5 minutos antes de que comience la prueba infantil. Después de que acabe la prueba alevín, a las 12:40, se abrirán los boxes para prebenjamines y benjamines, y se cerrarán a las 12:50, 5 minutos antes de que comience la prueba benjamín.

3. Partaide bakoitzarek dortsal zenbaki bat jakinaraziko zaio, eta antolatzaileek errotulagailuz ezkerreko beso eta hankan idatziko diote.

A cada participante se le asignará un dorsal, y la organización se la pintará con rotulador en el brazo y pierna izquierda.

4. Igeriketa segmentua Urdiaingo 27 metroko igerilekuan egingen da.

El segmento de natación se realizará en la piscina de 27 m. de Urdiain.

5. Bizikletako segmentuan kaskoa derrigorrezkoa da eta bizikleta mendikoa bakarrik izan daiteke.

En el segmento de bici es obligatorio el casco y la bicicleta tiene que ser de monte.

6. Frogak irauten duen bitartean, benjaminurreko, benjamin, kimu eta haur mailako partaideek kanpoko laguntza jaso ahal izango dute, bakarrik epaile, teknikari akreditatuak edo antolakuntzako partaideengandik, arazo mekaniko bat konpontzeko. Kadete eta gazte mailako partaideek ezin izango dute inolako laguntzarik jaso.

Durante el transcurso de la carrera, los participantes, de las categorías, infantil, alevín, benjamín y prebenjamín podrán recibir ayuda externa para solucionar una avería mecánica solo por parte de jueces, técnicos acreditados u organización. Los participantes de las categorías cadete y junior no podrán recibir ningún tipo de ayuda.

7. Ibilbidea zaindua, markatua eta trafikoari itzita izanen da lasterketa bakoitzak irauten duen bitartean.

El recorrido estará controlado, señalizado y cerrado al tráfico mientras dure cada carrera.

8. Istripuak gertatzen badira, antolatzaileak ez dira arduradunak izango.

En caso de accidente el participante exime de toda responsabilidad a los organizadores de la prueba.

9. Zerbitzu medikuak Ambulancias Olmoren esku egongo dira.

Servicios médicos de la mano de Ambulancias Olmo.

10. Korrikalariek, izena ematen dutenean, araudia onartzen dute.

Los participantes aceptan el reglamento en el momento que se inscriben.

11. Partaide guztiek Nafarroako Triatloi Federazioko epaileen esanak beteko dituzte, arautegi hau betetze aldera.

Todos los participantes se comprometen a respetar las indicaciones de los jueces de la federación navarra de triatlón, que velarán por el cumplimiento del reglamento.

6. INFORMAZIO INTERESGARRIA

- Froga bukatu ondoren partaideak Urdiaingo igerilekuko aldageletan duxatu ahal izango dira.

Al finalizar las pruebas los deportistas podrán ducharse en los vestuarios de la piscina de Urdiain.

- Partaide guztiei ogitartekoa eta fruta banatuko zaie.

A tod@s l@s participantes se le dará un bocadillo y fruta.

- Froga bukatzen denean, partaideek eta familiek igerilekutik atera beharko dira, edo gelditu nahi badute, bakoitzari dagokion sarrera ordainduko du. Igerilekura ezin da kanpotik bazkaria ekarri, izan ere tabernakoek eskaintzen dute zerbitzu hori.

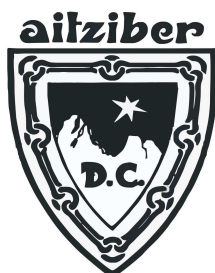
SAKANAKO MANKOMUNITATEA

kirolak@sakana-mank.eus
www.sakana-mank.eus

Una vez, finalizadas todas las pruebas, l@s participantes y las familias abandonarán el recinto de las piscinas. Si quieren quedarse, cada cual pagará su entrada. No se puede llevar comida a la piscina, ya que hay servicio de bar para ello.

- Zalantzak argitzeko edo proposamenak egiteko antolakuntzarekin harremanetan jarri kirolak@sakana-mank.eus helbidean edo 948 46 48 66 telefonoan.

Si tienes alguna duda o propuesta ponte en contacto con la organización a través del correo electrónico kirolak@sakana-mank.eus o llamando al 948 46 48 66.



JUEGOS DEPORTIVOS DE NAVARRA

