



CONVOCATORIA SELECCIÓN NAVARRA DE TRIATLÓN

PROGRAMA DE PERFECCIONAMIENTO 2021-2022

sábado 7 de mayo

JORNADA DE ENTRENAMIENTO DE DUATLÓN Y MULTITRANSICIONES



El **sábado 7 de mayo de 2022** se convoca a l@s siguientes triatletas de categorías cadete y juvenil a una jornada de tecnificación de natación.

INFANTIL FEMENINO	
ITZIAR ARROSAGARAY POMES	SALTOKI TRIKIDEAK
MARÍA LAINEZ RUIZ	S.D.R. ARENAS
LOREA MÉNDEZ BERTOL	VALLE ARANGUREN

INFANTIL MASCULINO	
MIKEL SEÑAS PATERNÁIN	CD UGARRANDIA - HUARTE
VICTOR FERNÁNDEZ RUIZ	CD BERRIOPLANO
PABLO MIRANDA CAMPO	VALLE ARANGUREN

CADETE FEMENINO	
NAHIKARI LOPEZ-ROSO RÍOS	SALTOKI TRIKIDEAK
PATRICIA REMACHA LAQUIDÁIN	VALLE ARANGUREN
IRIA ALVAR ESPATOLERO	SALTOKI TRIKIDEAK
ALAIA ECHEVERRÍA SAINZ	VALLE ARANGUREN
NAHIA RUBIO GONZÁLEZ	VALLE ARANGUREN

CADETE MASCULINO	
UNAI LÓPEZ LARREA	SALTOKI TRIKIDEAK
ENEKO IZCO MARTÍNEZ	SALTOKI TRIKIDEAK
MIKEL ARRIZABALAGA GARCIAINDIA	SAKANA
AIMAR ARIZKUN MARTÍNEZ	SALTOKI TRIKIDEAK
JAVIER ALCAIDE BURGUI	TRIATLÓN ATALAYA

JUVENIL FEMENINO	
JENNIFER LOPEZ-ROSO RÍOS	SALTOKI TRIKIDEAK
IRUNE ALVAR ESPATOLERO	SALTOKI TRIKIDEAK
ANE ARROSAGARAY POMES	SALTOKI TRIKIDEAK
NIOBE ARREGUI GONZÁLEZ	OBERENA
AMARA SANZ DE GALDEANO	VALLE ARANGUREN

JUVENIL MASCULINO	
AIERT MENDIOROZ ZARO	SALTOKI TRIKIDEAK
FERMÍN CAMARERO	SALTOKI TRIKIDEAK
MARTÍN LASA SALVADOR	VALLE ARANGUREN
SERGIO AJONA ZALDIBAR	SALTOKI TRIKIDEAK
ENEKO LÓPEZ DE LA HUERTA HORMAZABAL	VALLE ARANGUREN

CONFIRMACIÓN

Antes de las **17:00 del miércoles 4 de mayo de 2022** vía email o WhatsApp al Coordinador del Programa de Perfeccionamiento: errekagilrey@gmail.com. Los nuevos participantes deberán de rellenar el documento de autorización paterna que se les enviará una vez confirmada su asistencia (en el caso de los mayores de edad, únicamente con la confirmación por escrito es suficiente).

LUGAR DE LA ACTIVIDAD

Parking de las piscinas municipales de Larrainzar
Calle San Pedro, 31797 Larraintzar, Navarra
<https://goo.gl/maps/icejQzGXidVCbxoQA>

OBJETIVOS

- 1) Técnica y táctica de ciclismo en competición de triatlón
 - a. Habilidad y control sobre la bicicleta
 - b. Montaje y desmontaje de la bicicleta (T1 y T2)
 - c. Pacing (control del ritmo)
 - d. Drafting, relevos y persecuciones
- 2) Adaptación muscular a la transición a carrera a pie y control del ritmo

MATERIAL

- Materia de ciclismo (bicicleta de carretera) y carrera a pie
- Toalla
- Botellín de agua (opcional; con bebida energética y plátano)

LICENCIA FEDERATIVA

Todos los deportistas participantes en la concentración deberán estar en posesión de la Licencia de Deportista en vigor de la Federación Navarra de Triatlón para la temporada 2022. **Para participar en el cmpt. de España de autonomías es obligatorio tener en vigor la licencia FETRI.**

DURACIÓN y PROGRAMA DEL EVENTO

La fecha y hora de citación será el **sábado 7 de mayo a las 10:00 de la mañana. La jornada finalizará a las 12:30.**

DESPLAZAMIENTOS

Los costes derivados de los desplazamientos correrán a cargo de los deportistas convocados.

Para resolver cualquier duda o consulta pueden ponerse en contacto con Erreka Gil (Coordinador Programa de Perfeccionamiento):
errekaquilrey@gmail.com - 616473294

