

I Cuadriatlón y Triatlón Mendigorria

15 septiembre - 16:00 h. - Camping Errota el Molino

Natación 700m
Natación: 200m

Piragua: 2 km

Bicicleta 14 km

Correr: 3,2 km



(INDIVIDUAL Y POR RELEVOS) CAMPEONATO NAVARRO DE CUADRIATLÓN

Inscripciones: <http://www.navarratriatlon.com/inscripcion.php>

SORTEO DE UN FIN DE SEMANA
EN UN BUNGALOW ENTRE
TODOS LOS PARTICIPANTES

PATROCINA:

Diario de
Noticias
Eres lo que lees

COLABORAN:

Goieko
INDUSTRIA GARBITASUNERAKO
SISTEMA ETA PRODUKTOAK

**MANCOMUNIDAD DE SERVICIOS
SOCIALES DE BASE VALDIZARBE**

JAKUE
www.jakue.com

**CAJA RURAL
DE NAVARRA**

**San Miguel
0,0**

Coca-Cola

ORGANIZAN:

**Ayuntamiento de
Mendigorría**

FEDERACIÓN NAVARRA DE TRIATLÓN
NAFAR TRIATLOI FEDERAZIOA

**camping
ERROTA-EL MOLINO**

BIOKOPLOS

PRUEBA ORGANIZADA POR:

Camping Errota - El Molino

CON LA COLABORACIÓN DE:

Ayuntamiento de Mendigorriá

BIOANDELOS

Federación Navarra de Triatlón

PATROCINADA POR:

Diario de Noticias

Y LA COLABORACIÓN DE:

Goieko

Manc. de serv. sociales de Valdizarbe

Hotel Jakue

Caja Rural de Navarra

San Miguel 0,0

Coca-cola

FECHA: sábado 15 de septiembre de 2012

HORA DE COMIENZO: 16.00

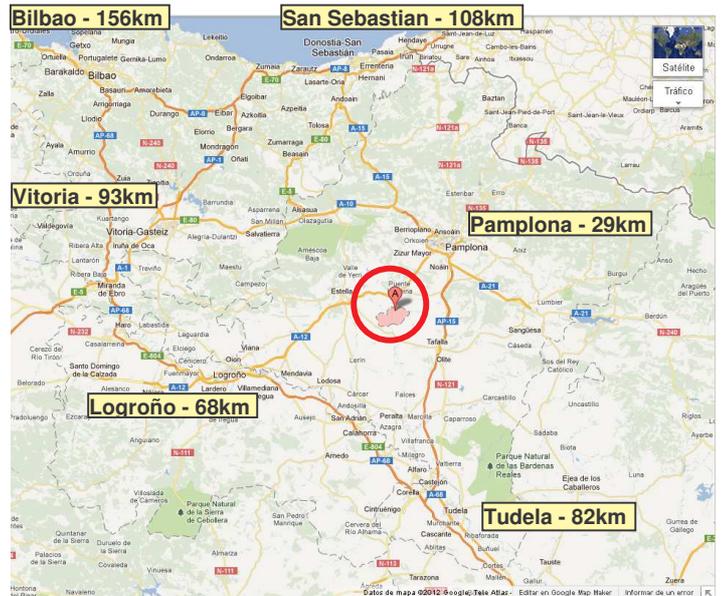
LUGAR: Camping Errota - El Molino de Mendigorriá.

DISTANCIAS:

- **CUADRIATLÓN:**
 - segmento natación: 700 m.
 - segmento piragua: 2 km.
 - segmento bicicleta: 14 km.
 - segmento carrera a pie: 3,2 km.
- **TRIATLÓN:**
 - segmento natación: 700 m.
 - segmento bicicleta: 14 km.
 - segmento carrera a pie: 3,2 km.
- **TRIATLÓN POPULAR:**
 - segmento natación: 200 m.
 - segmento bicicleta: 14 km.
 - segmento carrera a pie: 3,2 km.

MODALIDADES:

- Individual Cuadriatlón o Triatlón - La misma persona realiza todos los segmentos
- Por relevos Cuadriatlón o Triatlón - En equipos de 2 o más personas
Cada persona del equipo hace uno o varios segmentos de la prueba.



CATEGORÍAS: Esta prueba está abierta a la participación de triatletas y cuadriatletas de las categorías junior en adelante, tanto femenina como masculina. Los cadetes podrán inscribirse en la modalidad de relevos.

CLASIFICACIONES:

- Individual Absoluta Masculina Cuadriatlón
- Individual Absoluta Femenina Cuadriatlón
- Individual Absoluta Masculina Triatlón
- Individual Absoluta Femenina Triatlón
- Individual Absoluta Masculina Triatlón Popular
- Individual Absoluta Femenina Triatlón Popular
- Por relevos Cuadriatlón
- Por relevos Triatlón



PREMIOS:

PREMIOS CUADRIATLÓN - CPTO. NAVARRO

CATEGORÍA MASCULINA

- 1^{er} CLASIFICADO: 4 días de estancia para 4 personas en bungalow Camping Errota El Molino.
2^o CLASIFICADO: Fin de semana para 2 personas en la casita del árbol del hotel Jakue de Puente la Reina.
3^{er} CLASIFICADO: Lote de productos ecológicos (Panadería Bioandelos).

CATEGORÍA FEMENINA

- 1^{era} CLASIFICADA: 4 días de estancia para 4 personas en bungalow Camping Errota El Molino.
2^a CLASIFICADA: Fin de semana para 2 personas en la casita del árbol del hotel Jakue de Puente la Reina.
3^{era} CLASIFICADA: Lote de productos ecológicos (Panadería Bioandelos).

PREMIOS TRIATLÓN

CATEGORÍA MASCULINA

- 1^{er} CLASIFICADO: 4 días de estancia para 4 personas en bungalow Camping Errota El Molino.
2^o CLASIFICADO: Fin de semana para 2 personas en la casita del árbol del hotel Jakue de Puente la Reina.
3^{er} CLASIFICADO: Lote de productos ecológicos (Panadería Bioandelos).

CATEGORÍA FEMENINA

- 1^{era} CLASIFICADA: 4 días de estancia para 4 personas en bungalow Camping Errota El Molino.
2^a CLASIFICADA: Fin de semana para 2 personas en la casita del árbol del hotel Jakue de Puente la Reina.
3^{era} CLASIFICADA: Lote de productos ecológicos (Panadería Bioandelos).

Inscripciones: <http://www.navarratriatlon.com/inscripcion.php>

**SORTEO DE UN FIN DE SEMANA
EN UN BUNGALOW ENTRE
TODOS LOS PARTICIPANTES**

1^o/1^a clasificado/a en triatlón popular

Primer equipo por relevos Cuadriatlón - Lote de productos ecológicos (Biopanadería Mendigorria)

Primer equipo por relevos Triatlón - Lote de productos ecológicos (Biopanadería Mendigorria)

Primer equipo individual Triatlón (suma de 3 mejores tiempos de componentes del mismo equipo)
- Lote de productos ecológicos (Biopanadería Mendigorria)

Sorteo entre todos los participantes que estén presentes en el momento de la entrega de premios (19.00) un fin de semana en un bungalow.

1^o/1^a Campeón Navarro de Cuadriatlón (para optar a este premio hay que estar federado)

2^o/2^a Campeón Navarro de Cuadriatlón (para optar a este premio hay que estar federado)

3^o/3^a Campeón Navarro de Cuadriatlón (para optar a este premio hay que estar federado)

HORARIOS DE LA PRUEBA:

12.00	Reunión técnica en el restaurante del camping.
12.00-15.30	Recogida de dorsales en recepción del camping.
14.00-15.00	Alquiler de piraguas (si no se tiene), previamente reservadas en la inscripción. Limpieza de piraguas.
14.30	Apertura del control de material y pintado de dorsales en zona de transición. Alquiler del chip de cronometraje (si no se tiene)
15.45	Cierre del control de material.
16.00	Salida del cuadriatlón categorías masculina y femenina individual y por relevos.
16.10	Salida del triatlón categorías masculina y femenina individual y por relevos.
18.15	Finalización de la prueba.
18.15-19.00	Devolución de piraguas alquiladas y chips. Retirada del material zona transición.
19.00	Entrega de premios y sorteo en la terraza del bar.
19.15	Txistorrada para todos los participantes.

ALQUILER DE CHIP DE CRONOMETRAJE:

El cronometraje se realizará con chip amarillo de Championchip. El participante que no disponga de dicho chip deberá abonar la cantidad de **5 euros** para su **alquiler** en el momento de entrada a zona de transición después del control de material. Además deberá dejar una fianza de 20 euros o el DNI, que se devolverán al finalizar la prueba al entregar dicho chip.

El chip se puede también **comprar** en ese mismo momento por **20 euros**.



Si dispones de un chip de ChampionChip y no aparece tu código de chip al hacer la inscripción, escríbelo en la casilla indicada

Carrera	Apellidos	Nombre	Chip ó nºDNI	Cat	Club	Precio	
Triatlón Mendigorria	MORENO GOMEZ	JUAN		1º 68=M	FEDERADO 1 DIA	30 €	Anular
Nº chips necesarios						30 €	
Suma Inscripción						30 €	
Si no tienes chip en propiedad deberás alquilar (5€) uno en zona de boxes y dejar como fianza de 20€, el DNI o la licencia por cada chip.						30 €	

ALQUILER DE PIRAGUAS:

Si no se dispone de piragua propia la organización ofrece la posibilidad de alquilarla. Para ello en la página web de inscripciones seleccionar la opción de alquiler de piragua y pagar 5 euros. Indicar un número de teléfono y dirección de correo electrónico para poder contactar en caso necesario.

Selecciona carrera	- Selecciona Carrera -	a la que te inscribes.
Segmento de natación	- Selecciona Carrera -	
Cuota de inscripción:	Du San Juan	
	Cuad Mendigorria	
	Tri Mendigorria	
	Alquiler Piragua	
	Triatlón Tudela	
Selecciona esta casilla	Triatlón Aritzaleku	rente por tu categoría. (S

RECORRIDOS:

1º SEGMENTO.- NATACIÓN:

- Distancia: 700 metros. Triatlón y Cuadriatlón / 200 metros Triatlón Popular
- Lugar: Río Arga a su paso por el Camping Errota - El Molino.



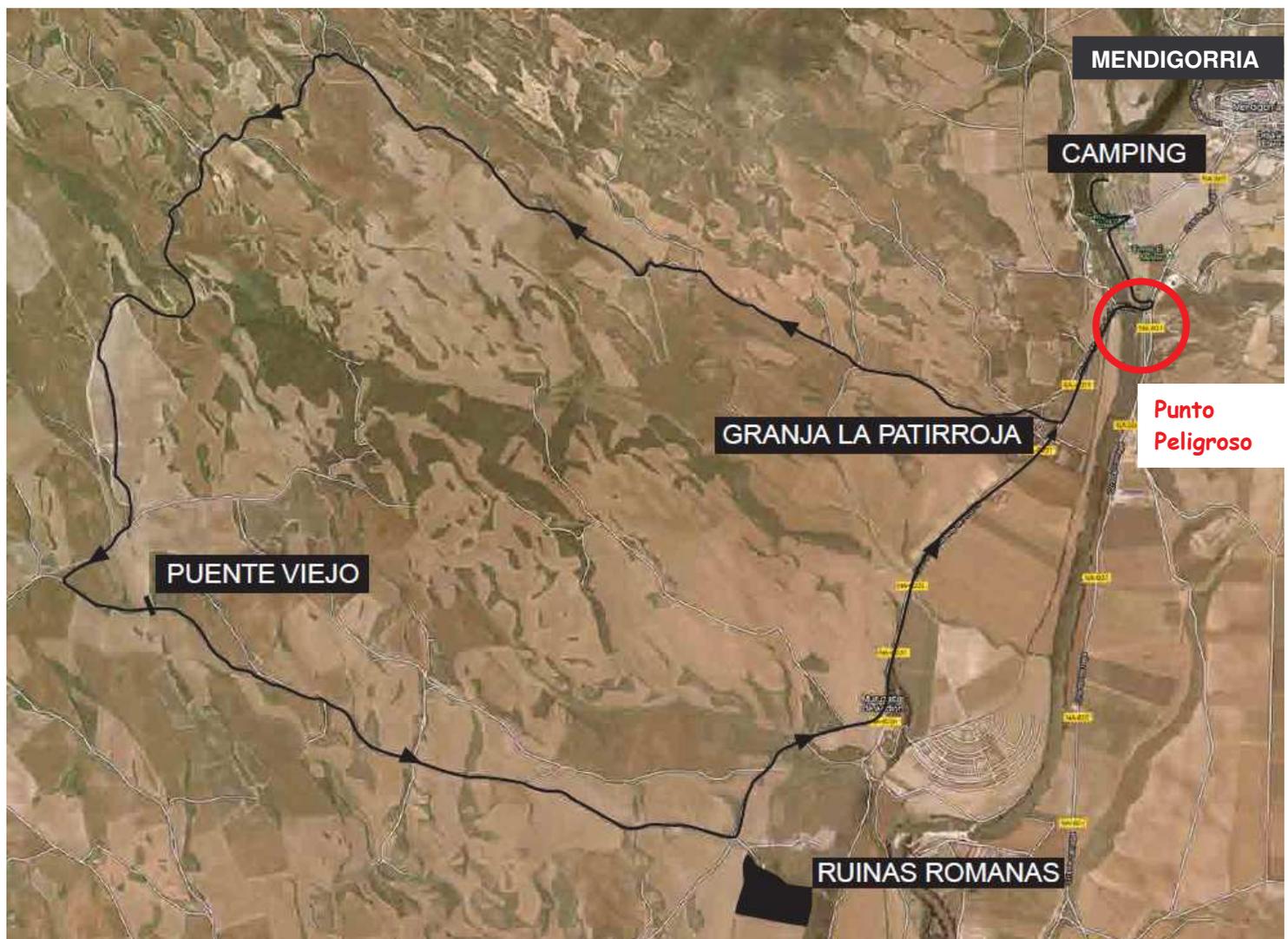
2º SEGMENTO (CUADRIATLÓN).- PIRAGÜISMO:

- Distancia: 2 km. Hay que dar 2 vueltas a un circuito de 1 km.
- Lugar: Río Arga a su paso por el Camping Errota - El Molino.



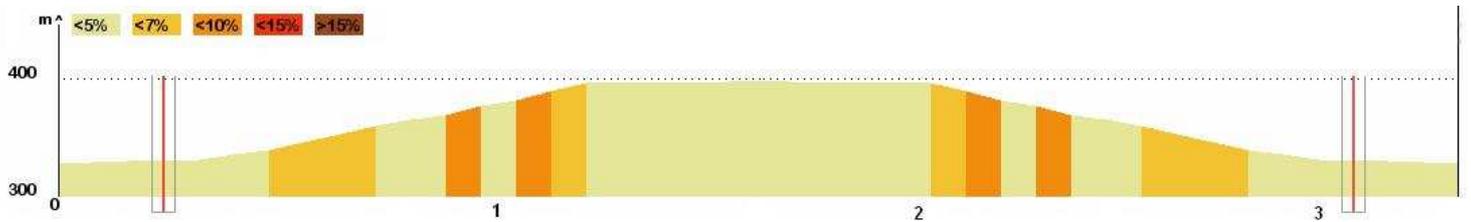
3º SEGMENTO CUADRIATLÓN / 2º SEGMENTO TRIATLÓN.- CICLISMO:

- Distancia: 14 km.
- Lugar: Se sale del camping hacia la carretera de Andelos por un camino estrecho, pegado al río, hasta llegar a un puente donde se encuentra el único punto peligroso del recorrido: hay que cruzar un puente estrecho por el que sólo pasa una bici. Desde aquí se sube al puente de la carretera y por ésta se hace 1 km. Se coge un camino hacia la derecha ancho y con buen firme, aunque de vez en cuando encontramos alguna rodada. Hacia el kilómetro 9 salimos a la carretera que va desde Andelos hacia Mendigorria y en el kilómetro 13 volvemos a encontrarnos el punto peligroso ya mencionado anteriormente. Desde aquí hasta la zona de transición hacemos de nuevo el tramo inicial de este segmento.



4º SEGMENTO CUADRIATLÓN / 3º SEGMENTO TRIATLÓN.- CARRERA A PIE:

- Distancia: 3,2 km.
- Lugar: Se sale del camping por la carretera que sube hacia el pueblo. Después de callejear por el pueblo se vuelve a la carretera por la que hemos subido hasta llegar de nuevo al camping donde estará instalada la meta. Todo el recorrido transcurre por terreno duro, hormigón o asfalto, en buen estado. La primera mitad es de subida y la segunda de bajada.



CIRCULACIÓN EN AREA DE TRANSICIÓN:

TRANSICIÓN



PLAZO DE INSCRIPCIÓN:

Prueba limitada a 150 participantes (suma de triatlón y cuatriatlón)

Desde el 21 de mayo hasta el miércoles 12 de septiembre inclusive si no se alcanza límite.

PRECIO Y FORMA DE INSCRIPCIÓN:

- Federados: 25 euros. <http://www.navarratriatlon.com/inscripcion.php>
- No federados: 30 euros. <http://www.navarratriatlon.com/inscripcion.php>
- Relevos: 25 euros. <http://www.navarratriatlon.com/relevos.pdf>

REGLAMENTO DE LA PRUEBA:

1.- El segmento de natación podrá realizarse con neopreno si la temperatura del agua es menor a 22°C

2.- El segmento de ciclismo sólo se podrá realizar con bicicleta de montaña. Es obligatorio el uso de casco en este segmento.

3.- **El segmento de piragüismo del cuatriatlón es obligatorio llevar chaleco salvavidas. El deportista reconoce al hacer la inscripción su experiencia en la navegación de ríos y el conocimiento de los posibles peligros que pudiera suponer la práctica de esta actividad.**

4.- Todo participante deberá portar los dorsales facilitados por la organización (sin doblarlos ni alterarlos), que son:

- Natación: gorro con el dorsal marcado y el pintado en brazo y pierna izquierdos.
- Piragüismo: dorsal adhesivo colocado en la parte anterior de la piragua.
- Ciclismo:
 - Dorsal para el cuerpo sujeto con imperdibles a una goma o similar que deberá llevar en la espalda. Este dorsal se debe dejar en la zona de transición de las bicis para el control de los jueces.
 - Dorsal rígido para la bicicleta que se deberá colocar con unas bridas en el manillar.
- Carrera a pie: el mismo dorsal para el cuerpo usado en ciclismo que deberá llevarse en la cintura por delante.

5.- Sólo se podrá dejar en la zona de transición el material que se vaya a utilizar para la prueba, colocado en la parte derecha de la bici y/o piragua (visto desde delante).

6.- Es obligatorio presentar el DNI o la licencia federativa para realizar el control de material y para recoger la piragua alquilada y el chip de cronometraje (si fuera necesario)

7.- El número máximo de participantes será de 150, por riguroso orden de inscripción.

8.- Por motivos de organización se establecen los siguientes tiempos de corte:

- **CUADRIATLÓN:**
 - Final natación: 16'
 - Final piragüismo: 40'
 - Final ciclismo: 1 h 50'
 - Final carrera a pie: 2h 15'

- **TRIATLÓN y TRIATLÓN POPULAR:**
 - Final natación: 16'
 - Final ciclismo: 1 h 40'
 - Final carrera a pie: 2h 05'

El participante que supere estos tiempos de corte deberá retirarse de la prueba.

9.- El material depositado en la zona de transición se deberá retirar (presentando el dorsal) desde el momento que acabe la prueba a las 18.15 hasta las 19.00. A partir de esta hora la organización no se hará responsable de dicho material.

10.- Para la prevención de la **plaga de mejillón cebra** las piraguas que se utilicen deberán **cumplir con las exigencias del "Protocolo de desinfección de embarcaciones" siguiente, pasando si es necesario** por el lugar establecido por la organización para su limpieza en horario de 14.00 a 15.00.

Protocolo de desinfección de embarcaciones

1º Vaciado de los restos de aguas presentes en la embarcación y el material. Desaguar el agua de lastre, interior de piraguas. Vaciar y limpiar viveros en el terreno drenante.

2º Revisión visual e inspección con retirada de residuos, material vegetal o mejillones cebra, que hayan podido adherirse al casco de la embarcación. Posterior recogida en cubeta para desechar en contenedores de residuos sólidos urbanos.

3º Aplicación de sistema mecánico de limpieza y adición de agua caliente a presión (mínimo 160 Bar y 60°C), todas las aguas de limpieza se recogerán en una canaleta de recogida y verterán a terreno drenante. Nunca se desaguará directamente a embalse, río, alcantarillado o cualquier cauce de agua. En la limpieza se incidirá especialmente en los siguientes aspectos:

4º Secado de embarcaciones y materiales mediante elementos secantes o al aire.

11.- Para todo lo no contemplado en este reglamento se aplicará el reglamento de competiciones de la Federación Española de Triatlón.