ARBIZU

ARBIZUKO UDALA
www.arbizu.eus

Nafarroako Gobernua
NAFARROAKO KIROL JOKUAK

ARBIZUKO IV. HAUR DUATLOIA

IV. DUATLON INFANTIL DE ARBIZU

NAFARROAKO KIROL JOKOAK/ JUEGOS DEPORTIVOS DE NAVARRA

AURKIBIDEA
INDICE

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

1. **DATA, TOKIA ETA KOKALEKUA**
FECHA, LUGAR Y LOCALIZACION

DATA: 2016eko martxoak 19an
FECHA: 19 de marzo de 2016

ORDUA: 1.go lasterketaren hasiera: 10:00etan
HORA: Comienzo de la primera carrera: 10:00

DORSAL JAKINARAZPENA, MARKATZEA, BOXEAK ETA HELMUGA: Abizuko Udalean, herriko plazan.
ASIGNACION DE DORSALES, MARCAJE, BOXES Y META: En el ayuntamiento de Arbizu, en la plaza del pueblo.

IRTEERA: Arbizuko plazan.
SALIDA**:** En la plaza del pueblo.

ARBIZU

2. PARTAIDEAK
PARTICIPANTES

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 categorias (tanto femeninas como masculinas), los años correspondientes de nacimiento y las distancias a recorrer en cada categoría.

MATERIAL KONTROLAREN ORDUTEGIA Horario del control de material	**LASTERKETA HASIERAREN ORDUTEGIA** Horario de inicio de la carrera	**MAILAK** CAtegorías	**JAIOTZE DATA** Fecha de nacimiento	**DISTANTZIAK 1.go KORRIKA** Distancia 1ª carrera a pie	**DISTANTZIAK BIZIKLETA** Distancia bicicleta	**DISTANTZIAK 2.KORRIKA** Distancia 2. carrera a pie
9:30-9:45	**10:00**	**Aurreben jaminak** Prebenjamin	**2008tik 2011ra**	**240 m Bira 1 K2 zirkuitoari** 1 vuelta circuito K2	**900 m Bira 1 B1 zirkuitoari** 1 vuelta circuito B1	**125 m Bira 1 K1 zirkuitoari** 1 vuelta circuito K1
9:30-9:45	**10:20**	**Benjaminak** Benjamin	**2007-2006**	**400 m Bira 1 K3 zirkuitoari** 1 vuelta circuito K3	**1800 m 2 Bira B1 Zirkuitoari** 2 vueltas circuito B2	**240 m Bira 1 K1 zirkuitoari** 1 vuelta circuito K1
10:35-10:50	**10:55**	**Alebinak** Alevin	**2005-2004**	**875 m 2 Bira K3 zirkuitoari** 2 vuelta circuito K3	**3910 m 2 Bira B2 Zirkuitoari** 2 vuelta circuito B2	**475 m Bira 1 K3 zirkuitoari** 1 vuelta circuito K3
10:35-10:50	**11:25**	**Haurrak** Infantil	**2003-2002**	**1475 m 2 Bira K4 zirkuitoari** 2 vuelta circuito K4	**7700 m 4 Bira B2 Zirkuitoari** 4 vuelta circuito B2	**800 m Bira 1 K4 zirkuitoari** 1 vuelta circuito K4

Kadeteek helduen proban parte hartuko dute, distantzia erdia eginez (4km-16 km-2km). **Juniorrek** helduen aukera berdinak dituzte (8km-32km-4km)edo (4km-16 km-2km) baina distantzia erdian ez da maila kontutan hartuko.
Helduen proba egun berean eginen da 15:30etan.

Los Cadetes correrán con los adultos, a las 15:30, la mitad de la distancia (4km-16 km- 2km). Los junior tendran la opcion de escoger los recorridos como los adultos (8km-32km-4km) y (4km-16 km- 2km), pero en la popular no se tendra en cuenta la categoria.

3. IBILBIDEAK

RECORRIDOS

3.1. AURREBENJAMINAK

PREBENJAMIN

MATERIAL KONTROLAREN ORDUTEGIA Horario del control de material	**LASTERKETA HASIERAREN ORDUTEGIA** Horario de inicio de la carrera	**MAILAK** CAtegorías	**JAIOTZE DATA** Fecha de nacimiento	**DISTANTZIAK 1.go KORRIKA** Distancia 1ª carrera a pie	**DISTANTZIAK BIZIKLETA** Distancia bicicleta	**DISTANTZIAK 2.KORRIKA** Distancia 2. carrera a pie
9:30-9:45	**10:00**	**Aurreben jaminak** Prebenjamin	**2008tik 2011ra**	**240 m Bira 1 K2 zirkuitoari** 1 vuelta circuito K2	**900 m Bira 1 B1 zirkuitoari** 1 vuelta circuito B1	**125 m Bira 1 K1 zirkuitoari** 1 vuelta circuito K1

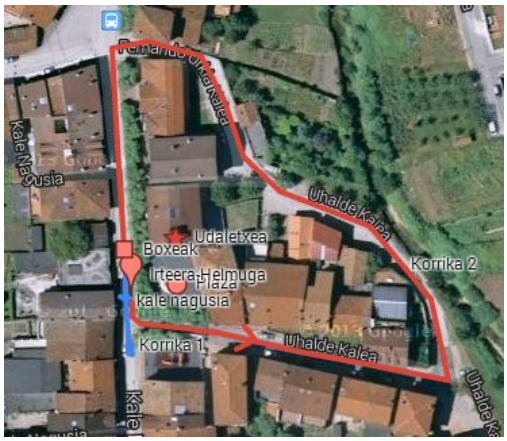
1.GO LASTERRALDIA: "KORRIKA 2: K2"(240 m)
Plaza aurrean hasiko da korrikaldia, Kale Nagusian, Uhalde kalea, Eskola atzekaldea eta kale Nagusira boxeetan sartzeko.

1ª CARRERA A PIE: "KORRIKA 2: K2"(240 m)
La carrera comienza en la plaza, Kale Nagusia, a la derecha por Uhalde kalea, trasera de la escuela y a la Kale nagusi para entrar a boxes.

2. LASTERRALDIA: "KORRIKA 1: K1" (125 m)
Boxeetatik aterako dira Kale Nagusian gora egingo dute, laster pibotean 180ºko buelta eta beherantz joango dira Helmugara.

2ª CARRERA A PIE: "KORRIKA 1: K1" (125m)
Salir de boxes, Kale Nagusia y giro de 180º para dirigirse a meta.

K1 eta K2

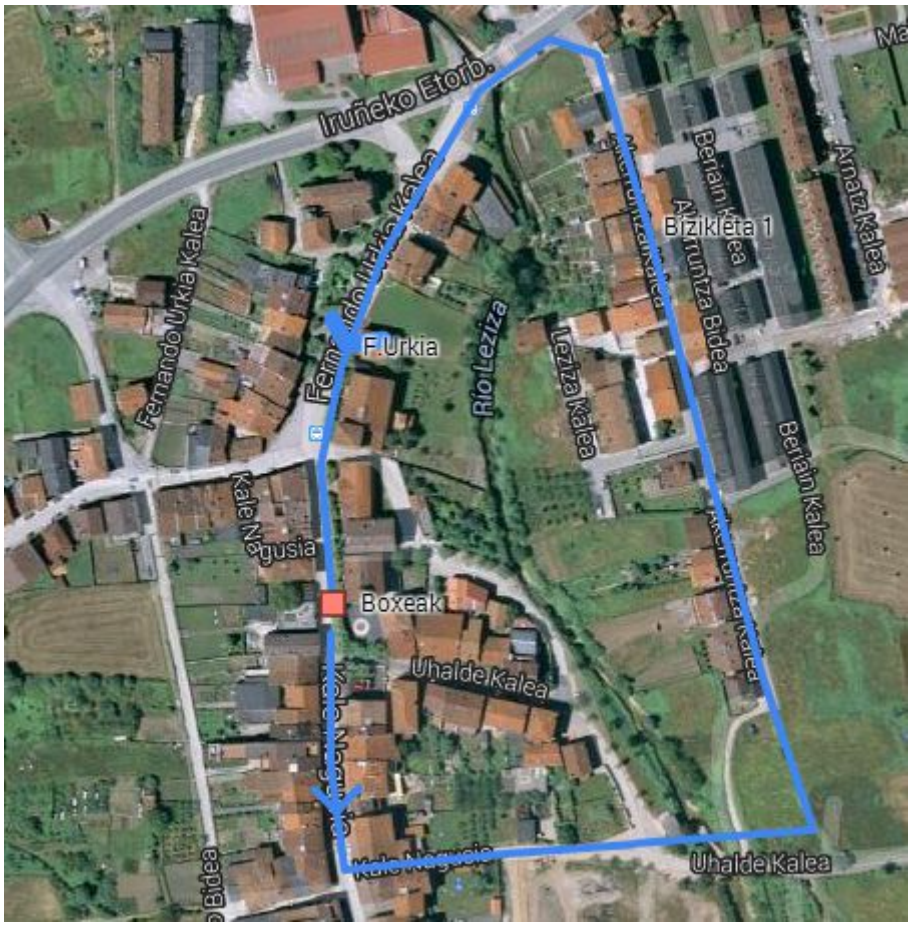


BIZIKLETA (900 m)

Boxeetatik atera eta kale Nagusitik joango dira, ezkerrera hartuko dute Yeregiren etxetik, zubia pasatu eta Akerruntza kalera iristeko, berriz ezkerrera egingo dute Iruñeko Etorbidetik, gero ezkerrera Fernando Urkia kalera eta Kale Nagusian agertuko dira, boxeetara sartuz.

BICICLETA (900 m)
Salir de boxes, kale Nagusia y a la izquiera por la casa de Yeregi, cruzar el puente y Akerruntza kalea, a la izquierda por Iruñeko Etorbidea, a la izquierda por Fernando Urkia y Kale nagusia entrando a boxes.

B1



3.2. BENJAMINAK

MATERIAL KONTROLAREN ORDUTEGI	LASTERKETA HASIERAREN ORDUTEGIA	MAILAK	JAIOTZE DATA	DISTANTZIAK 1.go KORRIKA	DISTANTZIAK BIZIKLETA	DISTANTZIAK 2.KORRIKA
		CAtegorías	Fecha de			Distancia 2.

A Horario del control de material	Horario de inicio de la carrera		nacimiento	Distancia 1ª carrera a pie	Distancia bicicleta	carrera a pie
9:30-9:45	**10:20**	**Benjaminak** Benjamin	**2007-2006**	**400 m Bira 1 K3 zirkuitoari** 1 vuelta circuito K3	**1800 m 2 Bira B1 Zirkuitoari** 2 vueltas circuito B2	**240 m Bira 1 K1 zirkuitoari** 1 vuelta circuito K1

1.GO LASTERRALDIA: "KORRIKA3: K3" (400 m)
Plaza aurrean hasiko da korrikaldia, Kale Nagusian gora egingo dute, laster eskubira joango dira Errekondotik, berriz eskubira Beldarrain bidea hartzeko, ondoren eskubira Fernando Urkia kalea eta azkenik, eskubira Kale Nagusira boxetan sartzeko.

1ª CARRERA A PIE: "KORRIKA 3: K3"(400 m)
La carrera comienza en la plaza, Kale Nagusia, a la derecha por Errekondo, a la derecha por Beldarrain, a la derecha por Fernando Urkia y kale Nagusia para entrar a boxes.

2. LASTERRALDIA: "KORRIKA 1: K1" (240 m)
Boxetatik aterako dira Kale Nagusian gora egingo dute, laster pibotean 180ºko buelta eta beherantz joango dira Helmugara.

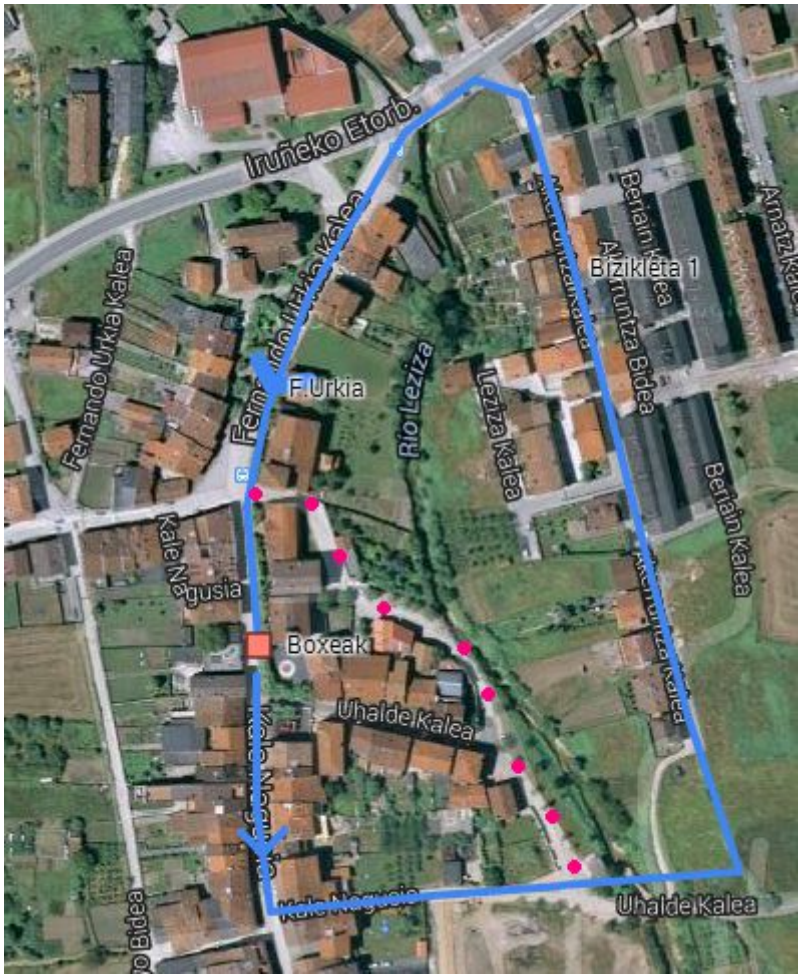
2ª CARRERA A PIE: "KORRIKA 1: K1" (240m)
Salir de boxes, Kale Nagusia y giro de 180º para dirigirse a meta.

BIZIKLETA (1800 m)
Boxeetatik atera eta kale Nagusitik joango dira, ezkerrera hartuko dute Yeregiren etxetik, zubia pasatu eta Akerruntza kalera iristeko, berriz ezkerrera egingo dute Iruñeko Etorbidetik, gero ezkerrera Fernando Urkia kalera eta, eskola atzetik Uhalde

kalea hartuko dute, 2. birari hasiera emateko. 1.go birako toki berdinetik Kale Nagusian agertuko dira, boxeetara sartuz.

BICICLETA (1800m)
Salir de boxes, kale Nagusia y a la izquiera por la casa de Yeregi, cruzar el puente y Akerruntza kalea, a la izquierda por Iruñeko Etorbidea, a la izquierda por Fernando Urkia, a la izquierda pasar por detrás de la escuela y comienzan 2.vuelta, al final de esta, Kale nagusia entrando a boxes.

B1



3.3. ALEBINAK

MATERIAL KONTROLA	LASTERKETA	MAILAK	JAIOTZE DATA	DISTANTZIAK	DISTANTZIAK	DISTANTZIAK 2.KORRIKA

REN ORDUTEGIA Horario del control de material	**HASIERAREN ORDUTEGIA** Horario de inicio de la carrera	CAtegorías	Fecha de nacimiento	**1.go KORRIKA** Distancia 1ª carrera a pie	**BIZIKLETA** Distancia bicicleta	Distancia 2. carrera a pie
10:35-11:50	**10:55**	**Alebinak** Alevin	**2004-2003**	**875 m 2 Bira K3 zirkuitoari** 2 vuelta circuito K3	**3910 m 2 Bira B2 Zirkuitoari** 2 vuelta circuito B2	**475 m Bira 1 K3 zirkuitoari** 1 vuelta circuito K3

1.GO LASTERRALDIA: "KORRIKA 3: K3" (875 m)
Plaza aurrean hasiko da korrikaldia, Kale Nagusian gora egingo dute, laster eskubira joango dira Errekondotik, berriz eskubira Beldarrain bidea hartzeko, ondoren eskubira Fernando Urkia kalea eta azkenik, eskubira Kale Nagusira boxeen ondoko pasilotik pasa eta bigarren buelta hasiko dute, aurreko ibilbide berdina egin eta boxeetan sartuko dira.

1ª CARRERA A PIE: "KORRIKA 3: K3"(875 m)
La carrera comienza en la plaza, Kale Nagusia, a la derecha por Errekondo, a la derecha por Beldarrain, a la derecha por Fernando Urkia, y kale Nagusia pasan por el pasillo al lado de boxes y comienza segunda vuelta, al finalizar esta entran a boxes.

2. LASTERRALDIA: "KORRIKA 3: K3" (475 m)
Boxeetatik atera eta, Kale Nagusian gora egingo dute, laster eskubira joango dira Errekondotik, berriz eskubira Beldarrain bidea hartzeko, ondoren eskubira Fernando Urkia kalea eta azkenik, eskubira Kale Nagusira boxeen ondoko pasilotik helmugara sartzeko.

2ª CARRERA A PIE: "KORRIKA 3: K3" (475m)
Salen de boxes, Kale Nagusia, a la derecha por Errekondo, a la derecha por Beldarrain, a la derecha por Fernando Urkia, y kale Nagusia pasan por el pasillo al lado de boxes y entran a meta.

K3

BIZIKLETA (3910 m)
Boxetatik atera Kale Nagusian (25 zenbakian) ezkerrera, Yeregiren etxetik, ezkerrera eskola atzetik eta ezkerrera Fernando Urkia kaletik, San Juan bidea pasa eta ondoren Kale nagusia, Yeregiren etxetik bigarren buelta hasiko dute. Buelta berdina egin eta bukaeran eskola atzetik, Kale Nagusira eta boxeetara sartuko dira.

BICICLETA (3910m)
Salir de boxes, kale Nagusia, a la izquiera por la casa de Yeregi, a la izquiersa por detrás de la escuela, izquierda por Fernando Urkia, izquierda San Juan bidea y Kale Nagusia, por la casa de Yeregi comienzan la segunda vuelta. Hacer la misma vuelta y por detrás de la escuela, Kale Nagusia y entrada a boxes.

B2

3.4. HAURRAK

MATERIAL KONTROLAREN ORDUTEGIA Horario del control de material	**LASTERKETA HASIERAREN ORDUTEGIA** Horario de inicio de la carrera	**MAILAK** CAtegorías	**JAIOTZE DATA** Fecha de nacimiento	**DISTANTZIAK 1.go KORRIKA** Distancia 1ª carrera a pie	**DISTANTZIAK BIZIKLETA** Distancia bicicleta	**DISTANTZIAK 2.KORRIKA** Distancia 2. carrera a pie
10:35-10:50	**11:25:00**	**Haurrak** Infantil	**2002-2001**	**1475 m 2 Bira K4 zirkuitoari** 2 vuelta circuito K4	**7700 m 4 Bira B2 Zirkuitoari** 4 vuelta circuito B2	**800 m Bira 1 K4 zirkuitoari** 1 vuelta circuito K4

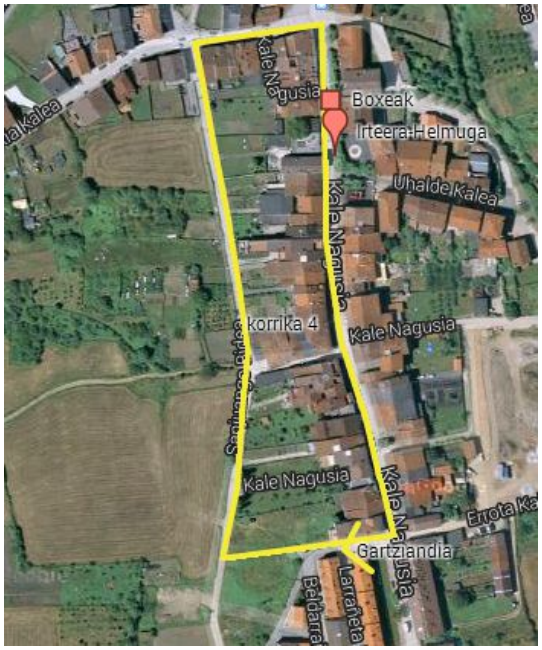
1.GO LASTERRALDIA: "KORRIKA 4: K4" (1475 m)
Plaza aurrean hasiko da korrikaldia, Kale Nagusian gora egingo dute, eskubira joango dira Gartziandia etxean, eskubira Beldarrain kaletik jaitsiko dira, eskubira Fernando Urkia kalea eta azkenik, eskubira Kale Nagusira, boxeen ondoko pasilotik pasa eta beste bira bat zirkuito berdinari boxeetan sartzeko 2. bira bukatu ondoren.

1ª CARRERA A PIE: "KORRIKA 4: K4"(1475 m)
La carrera comienza en la plaza, Kale Nagusia, a la derecha por la casa de Gartziandia, a la derecha por Beldarrain, a la derecha por Fernando Urkia, y kale Nagusia pasan por el pasillo al lado de boxes y comienza segunda vuelta, al finalizar esta entran a boxes.

2. LASTERRALDIA: "KORRIKA 4: K4"(800 m)
Boxeetatik atera eta Kale Nagusian gora egingo dute, eskubira joango dira Gartziandia etxean, eskubira Beldarrain kaletik jaitsiko dira, eskubira Fernando Urkia kalea eta azkenik, eskubira Kale Nagusira, boxeen ondoko pasilotik pasa eta Helmugara joango dira.

2ª CARRERA A PIE: "KORRIKA 4: K4" (800m)
Salen de boxes, Kale Nagusia, a la derecha por la casa de Gartziandia, a la derecha por Beldarrain, a la derecha por Fernando Urkia, y kale Nagusia pasan por el pasillo al lado de boxes y entran a meta.

K4



BIZIKLETA (7700 m)

Boxetatik atera Kale Nagusian (25 zenbakian) ezkerrera, Yeregiren etxetik, ezkerrera eskola atzetik eta ezkerrera Fernando Urkia kaletik, San Juan bidea pasa eta ondoren Kale nagusia, Yeregiren etxetik bigarren buelta hasiko dute. Buelta berdina egin lau aldiz eta bukaeran eskola atzetik, Kale Nagusira eta boxeetara sartuko dira.

BICICLETA (7700m)
Salir de boxes, kale Nagusia, a la izquiera por la casa de Yeregi, a la izquiersa por detrás de la escuela, izquierda por Fernando Urkia, izquierda San Juan bidea y Kale Nagusia, por la casa de Yeregi comienzan la segunda vuelta. Hacer la misma vuelta cuatro veces y al final por detrás de la escuela, Kale Nagusia y entrada a boxes.

B2

4. IZEN EMATEAK
INSCRIPCIONES

Izen emateak on line egingo dira http://www.rockthesport.com/ helbidean ostegunerarte, martxoak 17, 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, **froga baino 10 egun lehenago gutxienez**. Federatzeko triatloi talde batera jo behar da.
Oharra: Kadeteek helduen orrian eman beharko dute izena.

Las inscripciones se realizarán on line en http://www.rockthesport.com/ hasta el jueves, 17 de marzo, 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 traves de un club, mínimo 10 días antes de la prueba. Para federarse hay que acudir a un club de triatlón.
Nota: L@s cadetes se apuntarán con los mayores.

5. ARAUTEGIA
REGLAMENTO

1. Arbizuko IV. Haur Duatloia Arbizuko udalak antolatzen du. Sakanako Triatloi taldea, Sakanako Mankomunitatea eta herriko kirol talde laguntzarekin..

El IV. Duatlón Infantil de Arbizu lo organiza el ayuntamiento de Arbizu. Con la colaboración del Club de triatlón de Sakana, Mancomunidad de Sakana y clubes locales.

2. Boxak 9:30ean zabalduko dira aurrebenjamin eta benjamin mailentzako, eta 9:45etan itxiko dira. Benjamin froga bukatu ondoren, 10:35etan, boxeak zabalduko dira alebin eta haur mailentzako eta 10:50etan itziko dira, alebinen froga hasi baino 5 minutu lehenago.

Los boxes se abrirán a las 9:30 para prebenjamines y benjamines, y se cerrarán a las 9:45. Después de que acabe la prueba benjamin, a las 10:35, se abrirán los boxes para categorías alevín e infantil y se cerrarán a las 10:50, 5 minutos antes de que comience la prueba alevín.

4. Dortsalak federaziotik hartu eta bere kirolariei banatzeaz klubak arduratuko dira

Los clubes se encargaran de recoger y entregar los dorsales a sus deportistas

5. Oinezko eta bizikletako ibilbideak herrian zehar izango dira.

Los circuitos están en zona urbana.

6. Bizikletako segmentuan kaskoa derrigorrezkoa da eta bizikleta mendikoa edo bideberrikoa izan daiteke.

En el segmento de bici es obligaorio el casco y la bicicleta puede ser de monte o carretera.

7. Frogak irauten duen bitartean partaideek ezin dute kanpoko laguntzarik jaso, ezta ibilgailuen atzetik ibili ere ez.

Los participantes no pueden recibir ayuda del exterior mientras dure la prueba, ni circular detrás de ningún vehiculo.

8. Ibilbidea zaindua, markatua eta trafikoari itxita izanen da lasterketa bakoitzak irauten duen bitartean.

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

9. Parte-hartzaileak istripua edukiz gero, antolatzaileak ez dute inongo erantzunkizunik izango.

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

10. Zerbitzu medikuak egongo dira DYAren eskutik.

Servicios médicos de la mano de DYA.

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

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

12. 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**
INFORMACION DE INTERES

- Froga bukatu ondoren partaideak Arbizuko kiroldegian dutxatu ahal izango dira.

  Al finalizar las pruebas los deportistas podrán ducharse en los vestuarios del polideportivo de Arbizu.

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

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

ARBIZUKO XIX. DUATLOIAREN LAGUNTZAILEAK:

ANTOLATZAILEA:
ARBIZUKO UDALA

Adeitasunez – Atentamente.

Arbizuko Udala