X. TRIATLÓN ANTSOAIN
2021eko ekainaren 5ean, 10:00etan
5 de junio de 2021, 10:00 horas
Mancomunidad
JDN
NKJ
Gobierno de Navarra
Nafarroako Gobernua
TRIATLÓN ANTSOAIN
CASA RURAL DE NAVARRA
EROSKI
CLÍNICA DENTAL ANSOAIN
Noticias
Eres lo que lees
ANTSOFEST
NURIA
Kaiku
Km0

ÍNDICE

	Página
1. Fecha y lugar	2
2. Horarios, categorías y distancias de las carreras	2
3. Mapa de la zona norte de Pamplona con Ansoáin y su comarca	3
4. Plano de los accesos a la zona de inscripciones, área de transición, salida y meta	4
5. Recorridos:	
5.1. Categoría benjamín	5
5.2. Categoría alevín	8
5.3. Categoría infantil	11
5.4. Categoría cadete y júnior	14
6. Inscripciones	18
7. Reglamento	19
8. Información de interés	21
Entidades patrocinadoras	22
Casas comerciales colaboradoras	22
Club organizador	22

1. FECHA y LUGAR

FECHA: sábado, 5 de junio de 2021.

HORA DE COMIENZO de la primera carrera: a las 10:00 h.

INSCRIPCIONES, MARCAJE, ÁREA DE TRANSICIÓN y META: patio cubierto del Colegio Público Ezkaba, con entrada por la calle Mendikale de Ansoáin (Navarra).

SALIDA: piscinas municipales de Ansoáin, al lado del colegio Público Ezkaba.

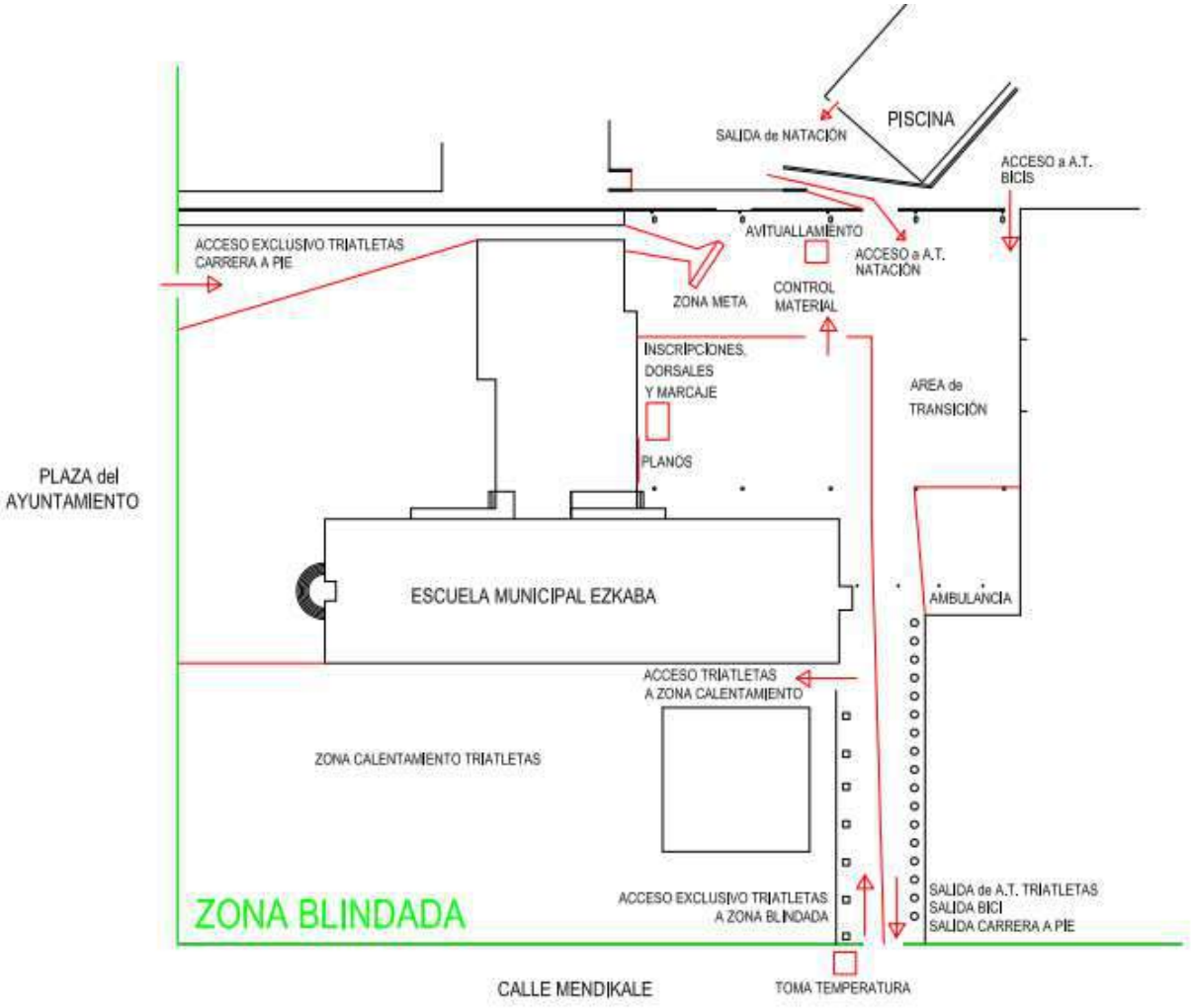
2. HORARIOS, CATEGORÍAS y DISTANCIAS

La siguiente tabla recoge las horas del control de material y las del comienzo de las pruebas, las distintas categorías (tanto femeninas como masculinas), los años correspondientes de nacimiento y las distancias a recorrer en cada categoría.

HORARIO		CATEGORÍAS	AÑOS de NACIMIENTO	DISTANCIAS		
CONTROL de MATERIAL	COMIENZO de la PRUEBA			Natación	Ciclismo BTT	Carrera a pie
De 9:30 h a 9:50 h	**10:00 h**	**Benjamín**	2012 y 2013	100 m 4 largos	1.660 m Una vuelta	362 m Una vuelta
De 10:25 h a 10:40 h	**10:45 h**	**Alevín**	2010 y 2011	200 m 8 largos	3.911 m Una vuelta	806 m Una vuelta
De 11:15 h a 11:25 h	**11:30 h**	**Infantil**	2008 y 2009	300 m 12 largos	6.971 m Dos vueltas	1.200 m Una vuelta
De 12:40 h a 12:55 h	**13:00 h**	**Cadete**	2006 y 2007	500 m 20 largos	8.690 m Tres vueltas	2.580 m Dos vueltas
		Juvenil	2004 y 2005			

3.	MAPA DE LA ZONA NORTE DE PAMPLONA Y SU COMARCA

4.	PLANO DE LOS ACCESOS, INSCRIPCIONES, MARCAJE, ÁREA DE TRANSICIÓN, SALIDA y META



5. RECORRIDOS

5.1. Categoría BENJAMÍN (Años de nacimiento: 2012/2013)

HORARIO del		**DISTANCIAS**		
control de material	comienzo de la prueba	Natación	Ciclismo	Carrera a pie
9:30 h 9:50 h	10:00 h	100 m Cuatro largos	1.660 m Una vuelta	362 m Una vuelta

NATACIÓN (100 m, cuatro largos)

Los triatletas empezarán la prueba nadando cuatro largos en la piscina cubierta municipal de 25 m de longitud hasta completar los 100 m del primer segmento.

CICLISMO (1.660 m, una vuelta)

Después del tramo de natación, los triatletas benjamines saldrán de la piscina y, tras hacer la primera transición, se dirigirán en bicicleta hasta la calle Mendikale. Siguiendo por esta calle y antes de llegar a la calle Canteras, a la derecha del mapa (300 m), continuarán hacia su izquierda por el carril bici del paseo peatonal paralelamente a la ronda Norte (ronda de Pamplona).

Tras recorrer casi un kilómetro en línea recta y dirección oeste, los triatletas llegarán a la altura de la carretera de Ansoáin, a la izquierda del mapa (1.050 m) donde cogerán la calle Larrazko. Tras recorrer esta calle de izquierda a derecha (mapa), entrarán de nuevo en la zona de las piscinas (Calle Divina Pastora) para regresar al área de transición y completar los 1.660 metros del segundo segmento.

CARRERA A PIE (362 m, una vuelta)

El tramo de carrera a pie se inicia después de la segunda transición. Los benjamines correrán desde el patio cubierto del colegio Ezkaba hasta la calle Mendikale y, tras un giro de 90º, tomarán la acera de esta calle hacia su derecha para dirigirse al Teatro de Ansoáin. Aquí, tras otro giro de 90º a la derecha, tomarán el paseo peatonal de la Plaza del Ayuntamiento, paralelamente a la valla del colegio Ezkaba, y acabarán entrando al patio del colegio Ezkaba y, desde allí, al arco de meta, al lado del área de transición.

5.2. Categoría ALEVÍN (Años de nacimiento: 2010/2011)

HORARIO del		**DISTANCIAS**		
control de material	comienzo de la prueba	Natación	Ciclismo	Carrera a pie
10:25 h 10:40 h	10:45 h	200 m Ocho largos	3.911 m Una vuelta	806 m Una vuelta

NATACIÓN (200 m, ocho largos)

Los alevines empezarán la prueba nadando ocho largos en la piscina cubierta municipal de 25 m de longitud hasta completar los 200 m del primer segmento.

CICLISMO (3.911 m, una vuelta)

Después del tramo de natación, los triatletas alevines saldrán de la piscina y, tras hacer la primera transición, se dirigirán en bicicleta hasta la calle Mendikale. Siguiendo por esta calle y antes de llegar a la calle Canteras, a la derecha del mapa, girarán hacia la izquierda por el carril bici del paseo peatonal de la ronda Norte (ronda de Pamplona). Tras recorrer los primeros 700 metros, los triatletas subirán la rotonda peatonal en caracol, cruzarán por el puente hacia el monte Ezkaba. Aquí los deportistas subirán por una pista de pronunciada pendiente pero de sólo 15 metros de longitud.

Luego, tras un giro de 90º, continuarán hacia la izquierda del mapa por el paseo peatonal del monte y tras unos 500 metros por esa pista llegarán al casco antiguo del pueblo de Ansoáin.

Tras otro giro de 90º, enseguida descenderán por el carril derecho de la carretera y por un tramo posterior de acera, cruzarán el puente que está por encima de la ronda Norte. Desde aquí girarán hacia su derecha para continuar por la hierba cerca del paseo peatonal, paralelamente a la ronda Norte. Tras recorrer más de medio kilómetro y al aproximarse a la gasolinera que hay al final del paseo, los triatletas irán girando 180º para volver hacia Ansoáin por camino herboso y paralelamente a la calle Larrazko del polígono industrial. Al llegar a la altura del cruce con la calle Ermitapea, los triatletas bajarán a la calle Larrazko para seguir por la acera ancha hasta llegar a la calle Carretera de Ansoáin. Desde aquí subirán por un paseo cementado hasta la parte sur del puente desde donde anteriormente habían transitado por su parte norte.

Desde este cruce y, cruzando otro puente, se dirigirán hacia la derecha por el paseo peatonal y descenderán hasta la parte central de la calle Larrazko. Siguiendo por esa calle, los triatletas alevines entrarán en la zona de las piscinas (Calle Divina Pastora) y regresarán al área de transición para completar los 3.911 metros del segundo segmento.

CARRERA A PIE (806 m, una vuelta)

En el tramo de carrera a pie, tras la segunda transición, los triatletas alevines se dirigirán hacia la calle Mendikale. Al llegar a esa calle girarán 90º a su izquierda e irán avanzando por la acera para completar otros 70 m y volver a girar 90º hacia su derecha. Al final de la calle Mendikale los triatletas girarán de nuevo a su derecha para cruzar el paso de cebra e irán por la acera de la calle Canteras hasta llegar a la rotonda del Parque Zelaia. Aquí seguirán corriendo hasta divisar el Teatro de Ansoáin. Tras cruzar la calle Mendikale por el paso de cebra, tomarán el paseo peatonal de la Plaza del Ayuntamiento, paralelamente a la valla del colegio Ezkaba, y acabarán, girando 90º para entrar al patio del colegio Ezkaba y, finalmente, llegarán al arco de meta, cerca del área de transición.

5.3. Categoría INFANTIL (Años de nacimiento: 2008/2009)

HORARIO del		**DISTANCIAS**		
control de material	comienzo de la prueba	Natación	Ciclismo	Carrera a pie
11:15 h 11:25 h	11:30 h	300 m 12 largos	6.971 m Dos vueltas	1.200 m Una vuelta

NATACIÓN (300 m, 12 largos)

Los triatletas infantiles empezarán la prueba nadando 12 largos en la piscina cubierta municipal de 25 m de longitud hasta completar los 300 m del primer segmento.

CICLISMO (6.971 m, dos vueltas)

Fase de aproximación: Después del tramo de natación los triatletas infantiles saldrán de la piscina y, tras hacer la primera transición, se dirigirán en bicicleta hasta la calle Mendikale. Girando a su izquierda y siguiendo por esa calle y antes de llegar a la calle Canteras, a la derecha del mapa, continuarán hacia la izquierda por el carril bici del paseo peatonal paralelamente a la ronda Norte (ronda de Pamplona) hasta llegar y subir la rotonda peatonal en caracol.

1ª vuelta: tras cruzar el puente hacia el monte Ezkaba, los triatletas subirán por una pista de pendiente pronunciada, pero de sólo 15 metros de longitud. Luego, tras un giro a su izquierda de 90º, continuarán por el paseo peatonal del monte y, tras unos 500 metros por esa pista, llegarán al Casco Antiguo de Ansoáin. Tras otro giro de 90º de nuevo hacia la izquierda,

enseguida descenderán por el carril derecho de la carretera y por un tramo posterior de acera hasta cruzar el puente que está por encima de la ronda Norte. Desde aquí girarán a la derecha para continuar por un camino herboso entre el paseo peatonal y un carril de bici, paralelamente a la ronda Norte. Tras recorrer más de medio kilómetro y al aproximarse a la gasolinera que hay al final del paseo, parte izquierda del mapa de la página anterior, los triatletas irán girando 180º para volver hacia Ansoáin por un camino herboso y paralelamente a la calle Larrazko del polígono industrial. Al llegar a la altura del cruce con la calle Ermitapea, los triatletas bajarán a la acera de la calle Larrazko hasta el cruce con la calle Carretera de Ansoáin. Desde aquí subirán por un paseo cementado hasta la parte sur del puente desde donde anteriormente habían transitado por su parte norte. Desde este cruce, cruzando otro puente, volverán hacia Ansoáin por el paseo peatonal, bordearán por la parte sur el parque de esparcimiento canino (enlace naranja del mapa anterior) para llegar a la parte final de la rotonda peatonal en caracol. Aquí acaban de realizar la primera vuelta.

<u>2ª vuelta: se repite el párrafo anterior</u>.

<u>Fase de finalización</u>: Tras acabar la 2ª vuelta, y sin coger ahora el enlace naranja del mapa, los triatletas infantiles descenderán desde la mitad del paseo peatonal a la parte central de la calle Larrazko. Siguiendo hacia la derecha, los triatletas entrarán a la zona de las piscinas (calle Divina Pastora) y regresarán al área de transición, para completar los 6.971 metros del segundo segmento.

CARRERA A PIE (1.200 m, una vuelta)

En el tramo de carrera a pie, tras la segunda transición, los triatletas infantiles irán hacia la calle Mendikale. Sin salir a la carretera, continuarán corriendo por la acera hacia la parte superior derecha del campo de fútbol, como se ve en el mapa de la derecha.

Al llegar al paseo peatonal girarán 90º hacia la izquierda hasta encontrar un cono (izquierda del mapa) antes de llegar al puente de la ronda norte. Aquí realizarán un giro de 180º y, volviendo por el paseo peatonal, llegarán hasta la calle Canteras (derecha del mapa).

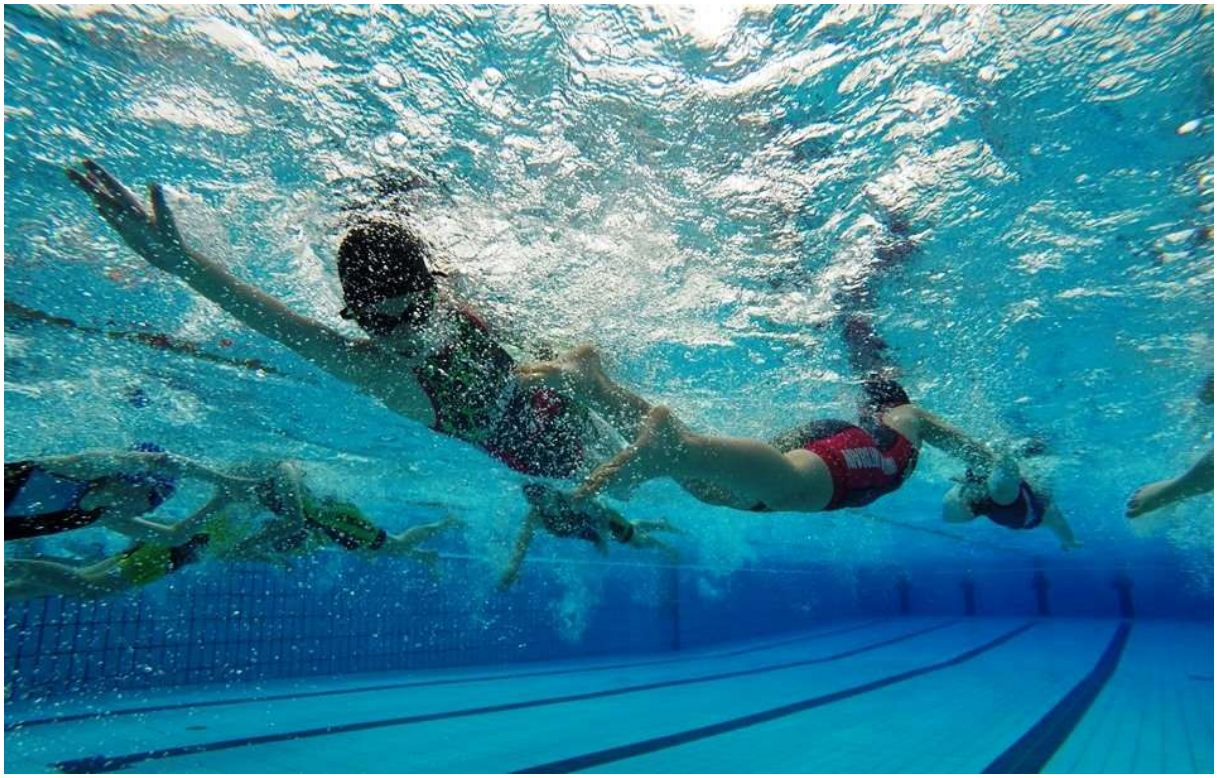
Tras cruzar el paso de cebra, los triatletas descenderán hacia abajo del mapa por la acera de la calle Canteras hasta llegar a la rotonda del Parque Zelaia y, posteriormente, al Teatro de Ansoáin. Tras cruzar la calle Mendikale por el paso de cebra, tomarán el paseo peatonal de la Plaza del Ayuntamiento, paralelamente a la valla del colegio Ezkaba, y acabarán, tras un giro de 90º, entrando al patio cubierto del colegio Ezkaba donde estará el arco de meta, cerca del área de transición.

5.4. Categorías CADETE y JUVENIL (Años de nacimiento: 2006/2007 y 2004/2005, respectivamente)

HORARIO del		**DISTANCIAS**		
control de material	comienzo de la prueba	Natación	Ciclismo	Carrera a pie
12:40 h 12:55 h	13:00 h	500 m 20 largos	8.690 m Tres vueltas	2.580 m Dos vueltas

NATACIÓN (500 m, 20 largos)

Los triatletas cadetes y juveniles empezarán la prueba nadando 20 largos en la piscina cubierta municipal de 25 m de longitud hasta completar los 500 m del primer segmento.



CICLISMO (8.690 m, tres vueltas)

Fase de aproximación: Después del tramo de natación los triatletas saldrán de la piscina y, tras hacer la primera transición, se dirigirán en bicicleta hasta la calle Mendikale. Girando hacia su izquierda y siguiendo por esa calle y antes de llegar a la calle Canteras, a la derecha del mapa inferior, continuarán hacia el carril bici del paseo peatonal paralelamente a la ronda Norte (ronda de Pamplona) hasta llegar y subir la rotonda peatonal en caracol.

1ª vuelta: Tras cruzar el puente hacia el monte Ezkaba, los triatletas subirán por una pista de pendiente pronunciada, pero de sólo 15 metros de longitud. Luego, tras un giro a su izquierda de 90º, continuarán por el paseo peatonal del monte y, tras unos 500 metros por esa pista, llegarán al Casco Antiguo de Ansoáin. Tras un giro de nuevo hacia su izquierda enseguida descenderán por el carril derecho de la carretera y, por un tramo posterior de acera, llegarán hasta el puente que está por encima de la ronda Norte. Aquí, en la 1ª y 2ª vuelta, girarán a su derecha para continuar por el paseo herboso, entre el paseo peatonal y un carril bici adyacente, paralelamente a la ronda Norte.

Tras recorrer más de medio kilómetro y al aproximarse a la gasolinera que hay hacia al final del paseo, parte izquierda del mapa de la página anterior, los triatletas irán girando 180º para volver hacia Ansoáin por otro paseo herboso y paralelamente a la calle Larrazko del polígono industrial.

Al llegar a la altura del cruce con la calle Ermitapea, los triatletas bajarán a la acera ancha de la calle y pedaleando llegarán hasta el cruce con la calle Carretera de Ansoáin. Desde aquí subirán por un paseo cementado hasta la parte sur del puente desde donde anteriormente habían transitado por su parte norte y donde girarán también en la 3ª vuelta. Desde este cruce, pasando otro puente, volverán hacia Ansoáin por el paseo peatonal, bordearán por la parte sur el parque de esparcimiento canino (enlace naranja del mapa anterior) para llegar a la parte final de la rotonda peatonal en caracol. Aquí acaban de realizar la primera vuelta.

2ª vuelta: se repite el párrafo anterior.

Fase de finalización: los triatletas en la 3ª vuelta, al llegar al final del puente que aparece en la fotografía de la derecha (círculo verde), en vez de ir hacia la gasolinera como en la 1ª y 2ª vuelta, girarán hacia la izquierda e irán hacia el segundo puente que pasa por encima de la calle Carretera de Ansoáin. Desde aquí y siguiendo el camino peatonal, descenderán hacia la parte central de la calle Larrazko, sin realizar ya el enlace naranja del mapa de la página anterior.

Y, ya finalizando, los triatletas entrarán a la zona de las piscinas (calle Divina Pastora) y regresarán al área de transición para completar los 8.690 metros del segundo segmento.

CARRERA A PIE (2.580 m, dos vueltas)

En el tramo de carrera a pie, tras la segunda transición, los triatletas cadetes y juveniles iran hacia la calle Mendikale. Sin salir a la carretera, continuarán corriendo por la acera hacia la parte superior derecha del campo de fútbol, como se ve en el mapa adjunto.

Al llegar al paseo peatonal girarán 90º hacia la izquierda hasta encontrar un cono (izquierda del mapa) antes de llegar al puente de la ronda norte. Aquí realizarán un giro de 180º y, volviendo por el paseo peatonal, llegarán hasta la calle Canteras (derecha del mapa).

Tras cruzar el paso de cebra, los triatletas descenderán hacia abajo del mapa por la acera de la calle Canteras hasta llegar a la rotonda del Parque Zelaia y, siguiendo las indicaciones de los voluntarios, divisar el Teatro de Ansoáin. Tras cruzar la calle Mendikale por el paso de cebra, aquí tendrán que coger el enlace naranja que se muestra en el mapa de arriba para llegar a la salida de boxes y empezar a correr la 2ª vuelta.

Tras realizar de nuevo el recorrido de la 1ª vuelta en esta 2ª vuelta, y volver a llegar al paseo peatonal de la calle Mendikale con la Plaza del Ayuntamiento, los triatletas correrán paralelamente a la valla del colegio Ezkaba, y acabarán, tras un giro de 90º, entrando al patio cubierto del colegio Ezkaba donde estará el arco de meta, cerca del área de transición.

6. INSCRIPCIONES

Las inscripciones se realizarán *on line* en www.navarratriatlon.com hasta las 23:59 horas del lunes 31 de mayo de 2021. Los triatletas apuntados, y que no puedan participar, se podrán dar de baja hasta el 2 de junio, miércoles. No se admitirán inscripciones una vez finalizado el plazo. Dado que se trata de una competición dentro de los Juegos Deportivos de Navarra, la inscripción será gratuita. Todos los inscritos deberán estar federados a través de un club con al menos 10 días antes de la prueba.

7. REGLAMENTO

1. El X Triatlón Antsoain está organizado por el Club Triatlón Antsoain en colaboración con la Mancomunidad de la Comarca de Pamplona, el Ayuntamiento de Ansoáin, a través de su Servicio Municipal de Deportes, y la Federación Navarra de Triatlón.

2. El área de transición para la categoría benjamín se abrirá a las 9:30 h y se cerrará a las 9:50 h, 10 minutos antes del comienzo de la primera carrera. Una vez finalizada la prueba benjamín, a las 10:25 h, se abrirá de nuevo el área de transición para la categoría alevín y se cerrará a las 10:40h, cinco minutos antes del inicio de la siguiente prueba. Tras acabar la carrera alevín, a las 11:15 h, se abrirá de nuevo para la categoría infantil, cerrándose cinco minutos antes del inicio de la carrera de esa categoría que será a las 11:30 h. Y por último, el control de material para las categorías cadete y juvenil comenzará a las 12:40 h y durará hasta las 12:55 h, cinco minutos antes del inicio de la última carrera.

3. Cada participante tiene asignado un número con dos dorsales para toda la temporada. El más pequeño deberá colocarse, mediante bridas, en la parte delantera de la bicicleta de montaña. El dorsal grande deberá colocarse en el porta dorsales personal del triatleta y será obligatorio llevarlo encima en el segundo segmento, en la parte posterior, y en el tercer segmento, en la carrera a pie, se pondrá mirando al frente. Para el tramo de natación los organizadores marcarán con rotulador negro a cada triatleta el número de su dorsal en el brazo izquierdo y en la parte frontal del muslo izquierdo y siempre en lectura vertical. La organización no aportará dorsales ni porta dorsales el día de la prueba.

4. El segmento de natación se realizará en la piscina cubierta municipal de Ansoáin de 25 metros de largo.

5. En el segmento de ciclismo es obligatorio el uso del casco y la bici será exclusivamente de montaña (BTT).

6. Ante una avería de la bicicleta en las categorías benjamín, alevín e infantil se permitirá la ayuda externa para solucionar la avería, pero sólo la podrán proporcionar oficiales, técnicos y miembros de la organización. En las categorías cadete y juvenil, sin embargo, no se podrá recibir ayuda externa y solamente se la podrán prestar entre los participantes siempre que esta ayuda no suponga que el deportista que ayuda no pueda acabar su prueba.

7. No está permitido seguir la estela de ningún vehículo a motor.

8. El recorrido estará controlado, señalizado y cerrado al tráfico.

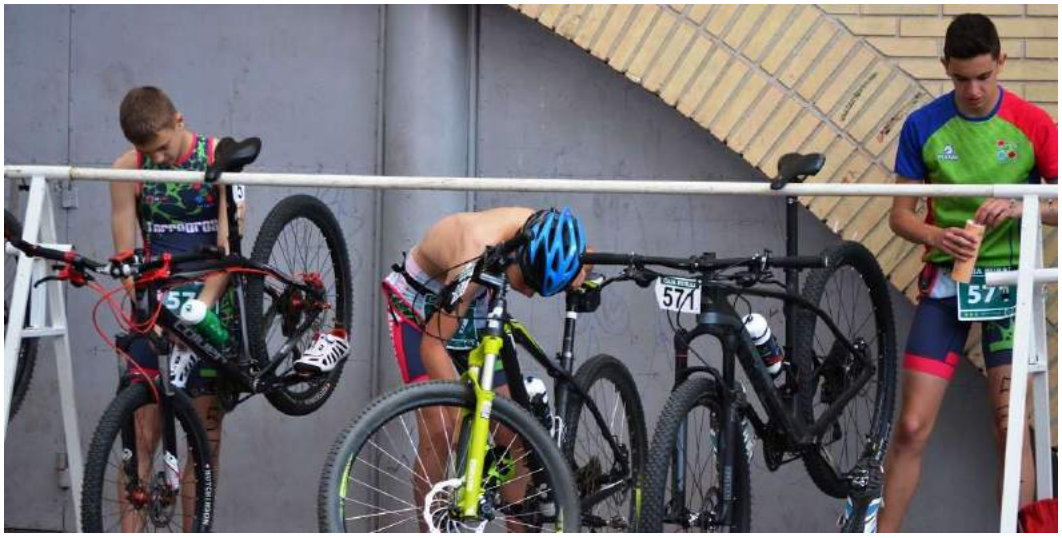
9. En caso de accidente, se exime de toda responsabilidad a los organizadores de la prueba.

10. A la zona blindada solo podrán acceder los triatletas, voluntarios, oficiales y un técnico por equipo, que tiene que ser el mismo para todas las categorías. Dicho técnico deberá dar su nombre, firmar el documento acreditativo y recibirá una pulsera que le permitirá estar en la zona blindada y entrar en la zona de transición hasta unos minutos antes de comenzar las carreras.

11. Para entrar en la zona blindada será obligatorio llevar mascarilla, lavarse las manos con gel y la organización tomará la temperatura a todas las personas que tengan que entrar en la zona blindada (deportistas y responsables).

12. Los fotógrafos y los periodistas también deberán estar identificados. Para ello, la organización les facilitará acreditaciones que tendrán que pedir antes de la prueba al correo del Club (clubtriatloantsoain@gmail.com), para poder entrar a la zona blindada.

13. Todos los participantes se comprometen a respetar las indicaciones de los oficiales (jueces) de la Federación Navarra de Triatlón, que velarán por el cumplimiento de este Reglamento. Los aspectos no contemplados en este Reglamento se resolverán siguiendo el Reglamento de la Federación Española de Triatlón.



8. INFORMACIÓN DE INTERÉS

- **Las cuatro carreras se transmitirán en directo** y se podrán ver a través de los teléfonos móviles, tabletas, ordenadores, televisiones… gracias a la productora audiovisual Antsofest. El enlace estará disponible el mismo día de la prueba en las páginas de Facebook y de Instagram del Club Triatlón Antsoain.

- Para pedir este enlace o cualquier otra información, contacta con la organización a través del correo electrónico: **clubtriatlonantsoain@gmail.com**

Gracias por tu atención y/o participación.

Autora del cartel:
Maitane Mina Ederra

Fotógrafo del cartel:
Ibai Andreu Monforte

Triatleta protagonista del cartel:
Anand Montero Aldaz

PATROCINADORES / *BABESLEAK*

Mancomunidad Comarca de Pamplona
Iruñerriko Mankomunitatea

ANTSOAINGO UDALA
AYUNTAMIENTO DE ANSOÁIN

Alfatarrabia
mantenimientos y eficiencia energética

Gobierno de Navarra
Nafarroako Gobernua

FEDERACIÓN NAVARRA DE TRIATLÓN
NAFAR TRIATLOI FEDERAZIOA
www.navarratriatlon.com

JDN Juegos Deportivos de Navarra

NKJ Nafarroako Kirol Jokoak

COLABORADORES / *LAGUNTZAILEAK*

Diario de Noticias
Eres lo que lees

A4XKM

CAJA RURAL DE NAVARRA

Kaiku
Km0

CLÍNICA DENTAL ANSOAIN
ANTSOAINGO HORTZ KLINIKA

EROSKI

Galletas Ecológicas Belsi
www.belsi.com

ANTSOFEST
AUDIOVISUAL

Dánae centro óptico
Cuidados Visuales

frutas y verduras
NURIA

ORGANIZA / *ANTOLATZAILEA*

TRIATLON ANTSOAIN

Correo electrónico: **clubtriatlonantsoain@gmail.com**
Instagram: **triatlonantsoain**
Facebook: **Club triatlón Antsoain**