IX Duatlón Valle de Aranguren

DOMINGO 12 DE MARZO DE 2023

9:45 horas Pruebas Juegos Deportivos de Navarra

PRUEBA ABSOLUTA MASCULINA 12:30 / ABSOLUTA FEMENINA 12:33

PRUEBA RELEVOS 12:36 / DUATLÓN POPULAR 12:50

ORGANIZAN

CLUB TRIATLON VALLE DE ARANGUREN

AYUNTAMIENTO DEL VALLE DE ARANGUREN

FEDERACIÓN NAVARRA TRIATLON

GOBIERNO DE NAVARRA – JUEGOS DEPORTIVOS NAVARRA

REGLAMENTO DE LA PRUEBA

Artículo 1: Fecha y organizador

El IX Duatlón Valle de Aranguren se celebrará el domingo 12 de marzo del 2023 a las 12:30h para la prueba Absoluta Masculina y a las 12:33 para la prueba Absoluta Femenina, organizado por el Club Deportivo Triatlón Valle de Aranguren, con NIF G71080675 ubicado en la calle El Soto s/n de Mutilva (Navarra), el Ayuntamiento del Valle de Aranguren y la Federación Navarra de Triatlón.

Desde las 9:45 de la mañana se celebrarán las carreras correspondientes a los Juegos Deportivos de Navarra desde categoría benjamín a categoría cadete.

Artículo 2: Lugar del evento

Todas las actividades administrativas y de gestión de la carrera, así como la salida y llegada de todas las pruebas tendrán lugar en las proximidades del Ayuntamiento del Valle de Aranguren en la Plaza Mutiloa de Mutilva Baja.

Artículo 3: Inscripciones a la prueba

En **www.navarratriatlon.com** desde el día de la apertura hasta las 23:59 del lunes 6 de marzo tanto para federados como para no federados. No se admitirán inscripciones el día de la prueba. Máximo de 250 inscripciones.

	FEDERADOS	NO FEDERADOS	RELEVOS
Hasta el 27/02	20 €	26 €	35 €
A partir del 28/02	25 €	31 €	40 €

Los integrantes de los relevos que no estén federados deberán pagar un suplemento de 6€ por el seguro de día

Las devoluciones de inscripción se realizarán en un 50% siempre que sean avisadas como mínimo 10 días antes del inicio de la prueba. (2 de marzo de 2022 a las 23:59 h.). El método de devolución será el mismo en el que se hizo la inscripción. En el caso de suspensión total de la prueba se devolverá el 100% de la inscripción.

El precio de inscripción para los participantes de Juegos Deportivos de Navarra será gratuito. Los participantes en JDN tienen que estar **federados por medio de un club, al menos 10 días antes** de la prueba.

NOTA PARATRIATLETAS: La organización del Duatlón del Valle de Aranguren se compromete a facilitar la participación de paratriatletas, siempre que sus necesidades específicas puedan ser cubiertas por los recursos disponibles por el Club. Para ello se solicita a los participantes se pongan en contacto tanto con el Club de Triatlón Valle de Aranguren en el correo triatlonaranguren@hotmail.es, como con la Federación Navarra de Triatlón en el correo mzubill@hotmail.com con el fin de recoger los requisitos propios de cada paratriatleta y de realizar las gestiones pertinentes.

En el caso de los paratriatletas, la fecha límite de inscripción es el 28 de febrero.

Artículo 4: Horarios y Distancias para las diferentes categorías

HORA	CATEGORÍA	CARRERA PIE 1		CICLISMO		CARRERA PIE 2	
		Distancia	Vueltas	Distancia	Vueltas	Distancia	Vueltas
9:45	BENJAMIN (2014-2015)	500 m	2	1.8 km	1	250 m	1
10:00	ALEVÍN (2012-2013)	1000 m	2	3.6 km	2	500 m	1
10:40	INFANTIL (2010-2011)	2000 m	2	5.4 km	3	1000 m	1
11:15	CADETE (2008-2009)	2000 m	2	7.2 km	4	1000 m	1
12:30	JUVENIL, JUNIOR Y ABSOLUTO MASCULINO	5000 m	2	18.2 km	1	2500 m	1
12:33	JUVENIL, JUNIOR Y ABSOLUTO FEMENINO						
12:36	RELEVOS						
12:50	POPULAR	2500 m	1	18.2 km	1	1400 m	1

En la carrera absoluta la organización podrá establecer posiciones prioritarias en el cajón de salida en función de criterios deportivos. La preparación de la salida se realizará entre 12:20 y 12:25 horas, no quedando opción de reclamar posición pasada dicha hora.

En la carrera absoluta (juveniles en adelante) se establecen **horarios de paso máximo y corte** en cada uno de los sectores, según el siguiente criterio:

- Sector carrera a pie 1: **Tiempo máximo 35 minutos**
- Sector ciclismo: Tiempo máximo 70 minutos. **Tiempo máximo acumulado 1 hora 45 minutos**.
- Sector carrera a pie 2: Tiempo máximo 20 minutos: **Tiempo máximo acumulado 2 hora 05 minutos**.

CATEGORÍAS	HORARIO ESTIMADO CONTROL DE MATERIAL	
	APERTURA	CIERRE
BENJAMÍN, ALEVÍN	9:20	9:40
INFANTIL, CADETE	10:20	10:35
JUVENIL, JUNIOR, ABSOLUTO, RELEVOS Y POPULAR	11:50	12:20

Artículo 5: Premios y Trofeos

ENTREGA DE TROFEOS

La entrega de trofeos se realizará una vez concluidas todas las pruebas, aproximadamente sobre las 14:30 horas en el pódium ubicado en la Plaza Mutiloa.

Se entregarán a las siguientes categorías:

CATEGORÍA	**1º PUESTO**	**2º PUESTO**	**3º PUESTO**
ABSOLUTA MASCULINA	TROFEO	TROFEO	TROFEO
ABSOLUTA FEMENINA	TROFEO	TROFEO	TROFEO
VALLE DE ARANGUREN (LOCAL)	TROFEO		
RELEVOS MASCULINOS	TROFEO		
RELEVOS FEMENINOS	TROFEO		
RELEVOS MIXTOS	TROFEO		
DUATLÓN POPULAR (MASCULINO)	TROFEO	TROFEO	TROFEO
DUATLÓN POPULAR (FEMENINO)	TROFEO	TROFEO	TROFEO

Artículo 6: Descripción de la prueba

6.1. Categorías JUVENIL, JUNIOR, ABSOLUTA Y RELEVOS:

Primer y tercer segmento: CARRERA A PIE

El circuito discurre por terreno pavimentado el cual se puede ver en el plano anexo. Se darán dos vueltas completas en la primera de las fases de la carrera a pie y una vuelta en la segunda, antes de dirigirse a la zona de meta.

Segundo segmento: CICLISMO

El sector de la bicicleta discurre por carretera local, abierta al tráfico, en sentido de ida y vuelta (1 vuelta)

La organización aportará un dorsal para colocar en la bicicleta y tres pegatinas con el dorsal para colocar en el casco (una pegatina en la parte frontal del casco y dos laterales), además del dorsal en el torso como se indica en el artículo 8.

Es obligatorio el uso de casco. La bicicleta y el casco deben ajustarse a la normativa. Se aconseja el uso de bicicleta de carretera, aunque no es obligatorio.

En el desarrollo de la prueba está permitido ir a rueda (drafting), excepto entre duatletas de diferente sexo o de relevos.

El circuito se puede ver en el plano anexo.

6.2 Categorías BENJAMÍN, ALEVÍN, INFANTIL Y CADETE (JDN):

Primer y tercer segmento: CARRERA A PIE

El circuito se puede ver en el plano anexo, al que se dará una o dos vueltas dependiendo de cada categoría de JDN, en recorridos señalizados y controlados por voluntarios.

Segundo segmento: CICLISMO

El sector de la bicicleta discurre por carretera cerrada al tráfico, dentro del término de Mutilva. Se aconseja la utilización de bicicleta de carretera.

El circuito se puede ver en el plano anexo

6.3 Categoría de RELEVOS:

- Los equipos estarán formados por 2 personas. Cada uno tendrá que hacer un sector del duatlón.
- Podrán ser masculinos, femeninos y mixtos. No es necesario llevar la misma indumentaria ni pertenecer al mismo club.
- Podrán estar formados por Federados y No Federados.
- Se puede participar desde la categoría Juvenil en adelante.
- Habrá un único chip por equipo y actuará como testigo, el cuál deberá ser intercambiado en el área habilitada para ello.
- Es necesario que los dos integrantes pasen el control de material juntos.
- El deportista que realice el sector de ciclismo será el encargado de realizar la toda la transición, antes y después del ciclismo.
- Habrá dos dorsales, uno para cada miembro del equipo.
- CIRCUITOS:

Primer y tercer segmento: CARRERA A PIE

El circuito discurre por terreno pavimentado el cual se puede ver en el plano anexo. Se darán dos vueltas completas en la primera de las fases de la carrera a pie y una vuelta en la segunda, antes de dirigirse a la zona de meta.

Segundo segmento: CICLISMO

El sector de la bicicleta discurre por carretera local, abierta al tráfico, en sentido de ida y vuelta (1 vuelta).

La organización aportará un dorsal para colocar en la bicicleta y tres pegatinas con el dorsal para colocar en el casco (una pegatina en la parte frontal del casco y dos laterales), además del dorsal en el torso como se indica en el artículo 8.

Es obligatorio el uso de casco. La bicicleta y el casco deben ajustarse a la

normativa.
En el desarrollo de la prueba está permitido ir a rueda (drafting), únicamente entre duatletas de la misma modalidad (masculina, femenina o mixta) dentro de la categoría relevos. No se podrá ir a rueda de participantes en categorías individuales.
El circuito se puede ver en el plano anexo.

6.4 DUATLÓN POPULAR:

Primer y tercer segmento: CARRERA A PIE

El circuito discurre por terreno pavimentado el cual se puede ver en el plano anexo. Se dará una vuelta al circuito de la categoría absoluta en el primer segmento y una vuelta a un circuito de menor distancia en el tercer segmento.

Segundo segmento: CICLISMO

El sector de la bicicleta discurre por carretera local, abierta al tráfico, en sentido de ida y vuelta (1 vuelta).

La organización aportará un dorsal para colocar en la bicicleta y tres pegatinas con el dorsal para colocar en el casco (una pegatina en la parte frontal del casco y dos laterales), además del dorsal en el torso como se indica en el artículo 8.

Es obligatorio el uso de casco. La bicicleta y el casco deben ajustarse a la normativa.

En el desarrollo de la prueba está permitido ir a rueda (drafting), excepto entre duatletas de diferente sexo o categoría.

El circuito se puede ver en el plano anexo.

Artículo 7: Aspectos no contemplados en el presente reglamento

Los aspectos no contemplados en este reglamento se resolverán siguiendo el reglamento de la Federación Española de Triatlón.

Artículo 8: Avisos a los participantes

- Dadas las limitaciones de espacio en las inmediaciones de la plaza Mutiloa, se limitará el acceso a dicha zona a los duatletas, debiendo aparcar los vehículos en la vía pública en las calles cercanas a la celebración de la prueba. Existen amplias zonas de aparcamiento en Entremutilvas, fuera de los circuitos de competición, con fácil acceso y salida hacia todas direcciones.
- La **recogida de dorsales** se podrá efectuar a partir de las 10:30 en la carpa situada en la Plaza Mutiloa junto al área de transición.
- Habrá servicio de **consigna** en la misma carpa.

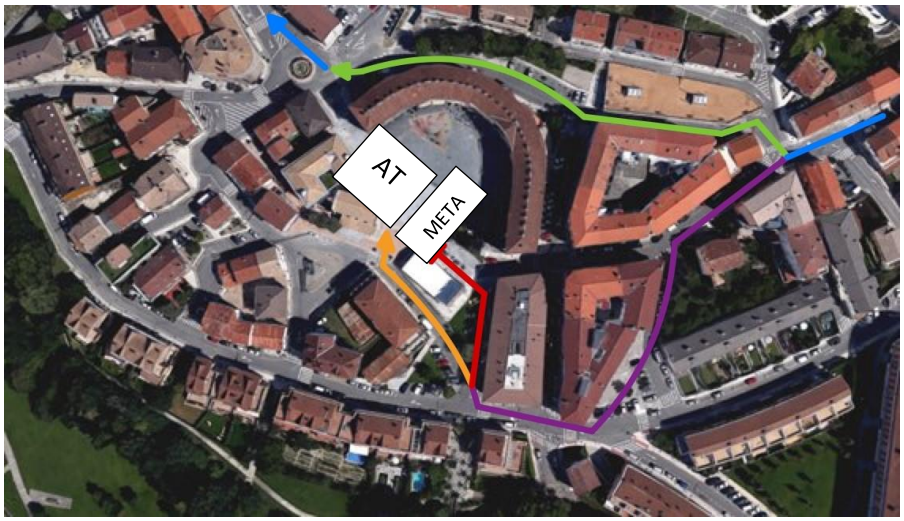
- Se habilitarán **duchas** a disposición de los participantes en el polideportivo del Valle de Aranguren, situado a unos 500 m del área de transición.
- La prueba, en categoría juvenil, junior, absoluto, será cronometrada con chips oficiales de la Federación Navarra de Triatlón. El chip de la carrera lo facilitará la Organización durante el control de material.
- Para el control del material es imprescindible presentar el **DNI o la licencia federativa en vigor con foto**, para las categorías juvenil, junior, absoluto y veteranos.
- Una vez concluida la prueba, la salida del material de la zona del área de transición sólo podrá realizarse presentando el dorsal de la prueba al personal voluntario encargado de la custodia del área de transición por los accesos habilitados para ello.

ANEXOS: CIRCUITOS DE LA PRUEBA

1. CATEGORÍAS JUVENIL, JUNIOR, ABSOLUTA Y RELEVOS:

- **CARRERA A PIE:**

El circuito tiene 2.5 km y habrá que dar dos vueltas en el primer segmento, y una en el tercer segmento. El trazado común a todas las vueltas está en azul, el tramo verde corresponde a la primera vuelta del primer segmento, el tramo morado corresponde al tramo común de la segunda vuelta del primer segmento y el tercer segmento. En naranja se muestra la entrada al área de transición y en rojo la llegada a meta.



Detalle llegada carrera a pie

Primer segmento:

Partiendo de la plaza Mutiloa, los duatletas se dirigirán por las calles de Mutilva Baja hacia la zona de Mutilnova para una vez realizado el primer bucle, ascender ligeramente por pista de hormigón hacia la zona del parque de Irulegui en un segundo bucle que desemboca en la parte alta de Mutilva Baja para acceder de nuevo a la plaza Mutiloa por las calles de la localidad cumplimentando la vuelta.

En la primera vuelta se pasará rodeando la plaza Mutiloa por la calle Las Escuelas, para incorporarse al circuito de nuevo

La llegada al área de transición se realizará desde la Avenida del Sadar y la salida por la zona del ayuntamiento.

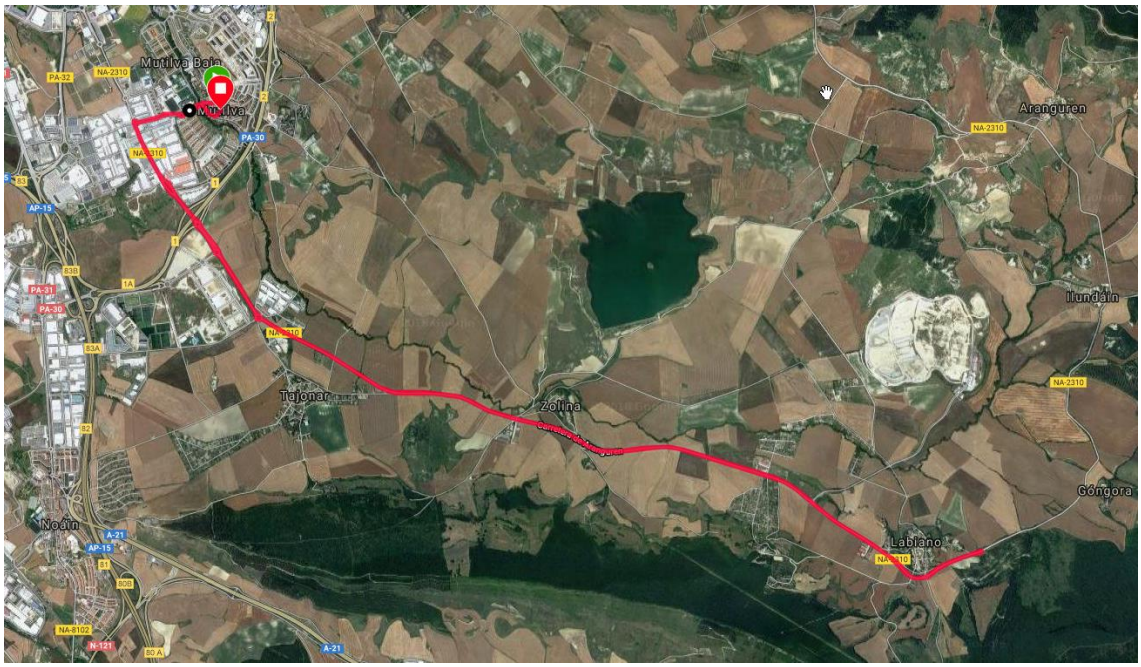
Tercer segmento:

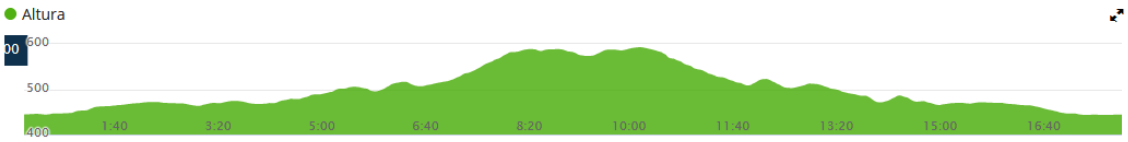
En el segundo sector de a pie, una vez realizada la segunda transición, los duatletas realizarán el mismo recorrido que en el sector 1, para una vez recorrido el circuito en su totalidad, antes de llegar al área de transición, los duatletas serán desviados para acceder a la zona de meta, en plaza Mutiloa, próxima al Ayuntamiento del Valle de Aranguren.

- **CICLISMO:**

Tramo en CARRETERA DE TRÁFICO ABIERTO, desde Mutilva a Labiano y vuelta.

Terminada la transición, los duatletas tomarán la carretera que sube al polígono de Mutilva Baja hasta la Rotonda del Caldero donde tomarán la carretera principal del Valle de Aranguren en dirección a Aranguren (NA-2310), por carretera abierta al tráfico.





El recorrido tiene una longitud de 18,2 km, con un desnivel acumulado de 210 metros.

La prueba discurre por una carretera amplia y con arcén hasta sobrepasar el pueblo de Labiano, donde se hace un giro de 180º (“oreja” de la fuente) para tomar el camino a la inversa, dirección Tajonar.

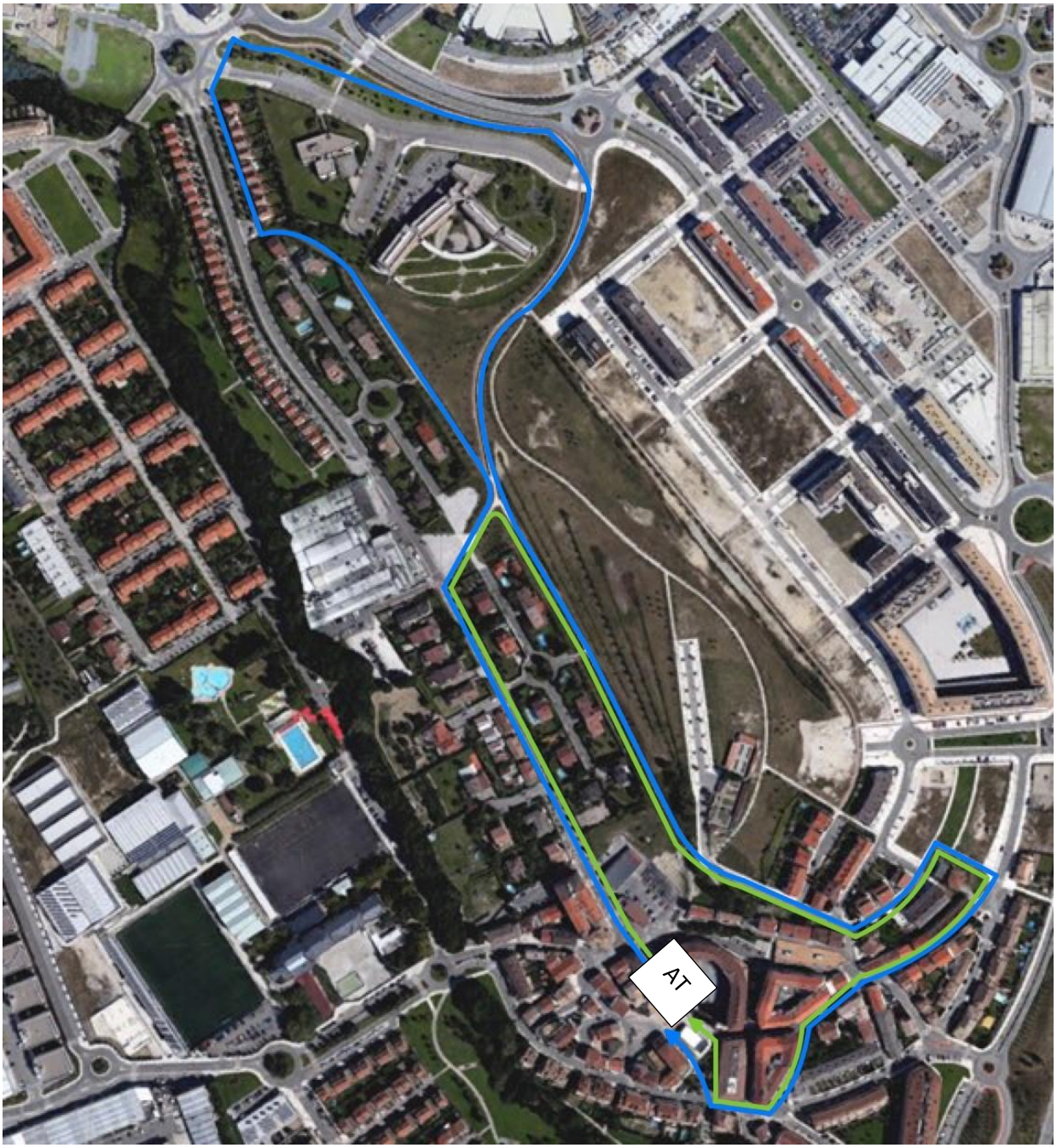
El camino de regreso se realiza por la misma carretera hasta llegar al polígono de Mutilva Baja, donde en la rotonda del Caldero, se gira 90º a la derecha por la calle E, hasta llegar a la rotonda de la guardería, donde se continúa recto en dirección al centro del pueblo y tras atravesar una nueva rotonda se enfila hacia el área de transición por un pequeño callejeo urbano por la Avenida Sadar, se accede al área de transición por Calle el Frontón, tal y como indica la siguiente imagen

- **ÁREA DE TRANSICIÓN:**

En color verde se muestra tanto la llegada de la carrera a pie en el primer segmento, como la salida del área de transición en el tercer segmento. En color rojo se muestra tanto la salida hacia el segundo segmento, como la llegada del mismo.

2. DUATLÓN POPULAR:

- **CARRERA A PIE:**



El circuito tiene una longitud de 2.5 km para el primer segmento, mostrada en color azul, y de 1.4 km para el tercer segmento, mostrada en color verde. En ambos segmentos se completará una vuelta a su circuito.

Detalle llegada carrera a pie

Primer segmento:

Partiendo de la plaza Mutiloa, los duatletas se dirigirán por las calles de Mutilva Baja hacia la zona de Mutilnova para una vez realizado el primer bucle, ascender ligeramente por pista de hormigón hacia la zona del parque de Irulegui en un segundo bucle que desemboca en la parte alta de Mutilva Baja para acceder de nuevo a la plaza Mutiloa por las calles de la localidad cumplimentando la vuelta.

La llegada al área de transición se realizará desde la Avenida del Sadar y la salida por la zona del ayuntamiento.

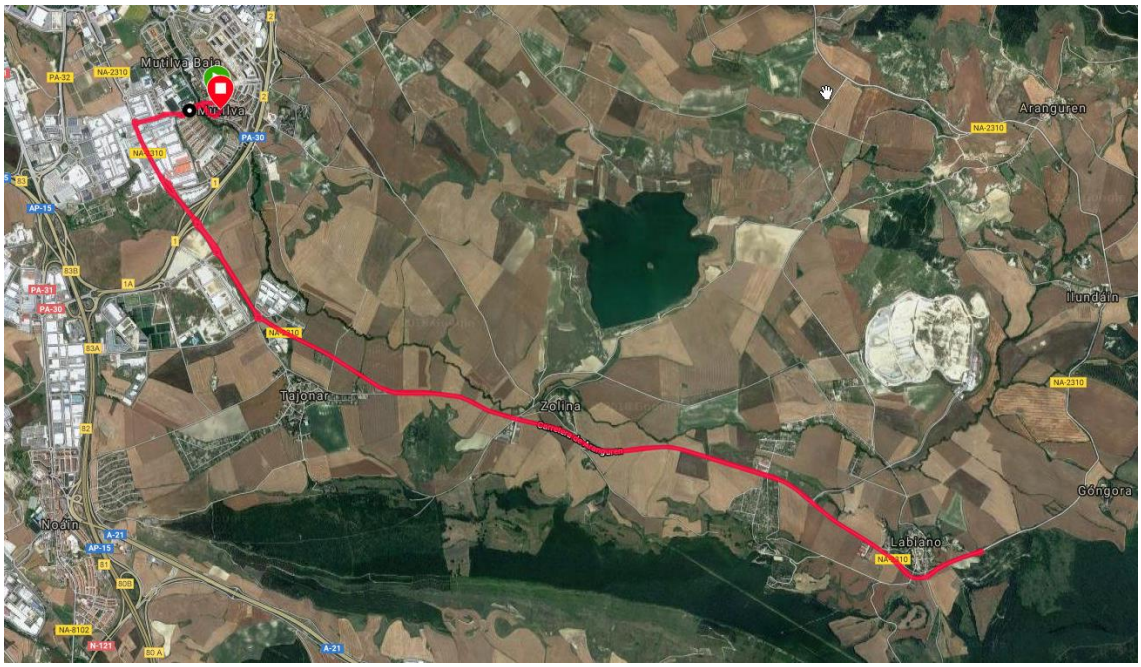
Tercer segmento:

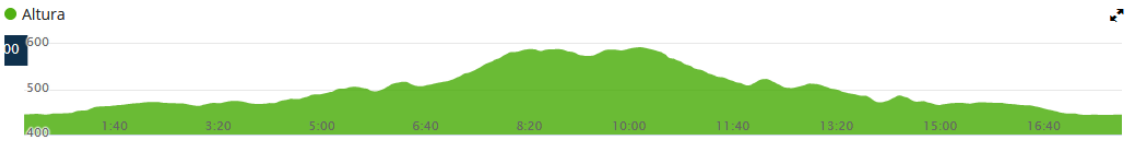
En el tercer segmento, los duatletas comenzarán la vuelta igual que en el primer segmento, pero al llegar a la altura de Panasa, se desviarán a la derecha para completar la parte final del recorrido. Antes de llegar al área de transición, los duatletas serán desviados para acceder a la zona de meta, en plaza Mutiloa, próxima al Ayuntamiento del Valle de Aranguren.

- **CICLISMO:**

Tramo en CARRETERA DE TRÁFICO ABIERTO, desde Mutilva a Labiano y vuelta.

Terminada la transición, los duatletas tomarán la carretera que sube al polígono de Mutilva Baja hasta la Rotonda del Caldero donde tomarán la carretera principal del Valle de Aranguren en dirección a Aranguren (NA-2310), por carretera abierta al tráfico.





El recorrido tiene una longitud de 18.2 km, con un desnivel acumulado de 210 m.

La prueba discurre por una carretera amplia y con arcén hasta sobrepasar el pueblo de Labiano, donde se hace un giro de 180º (“oreja” de la fuente) para tomar el camino a la inversa, dirección Tajonar.

El camino de regreso se realiza por la misma carretera hasta llegar al polígono de Mutilva Baja, donde en la rotonda del Caldero, se gira 90º a la derecha por la calle E, hasta llegar a la rotonda de la guardería, donde se continúa recto en dirección al centro del pueblo y tras atravesar una nueva rotonda se enfila hacia el área de transición por un pequeño callejeo urbano por la Avenida Sadar, se accede al área de transición por Calle el Frontón, tal y como indica la siguiente imagen

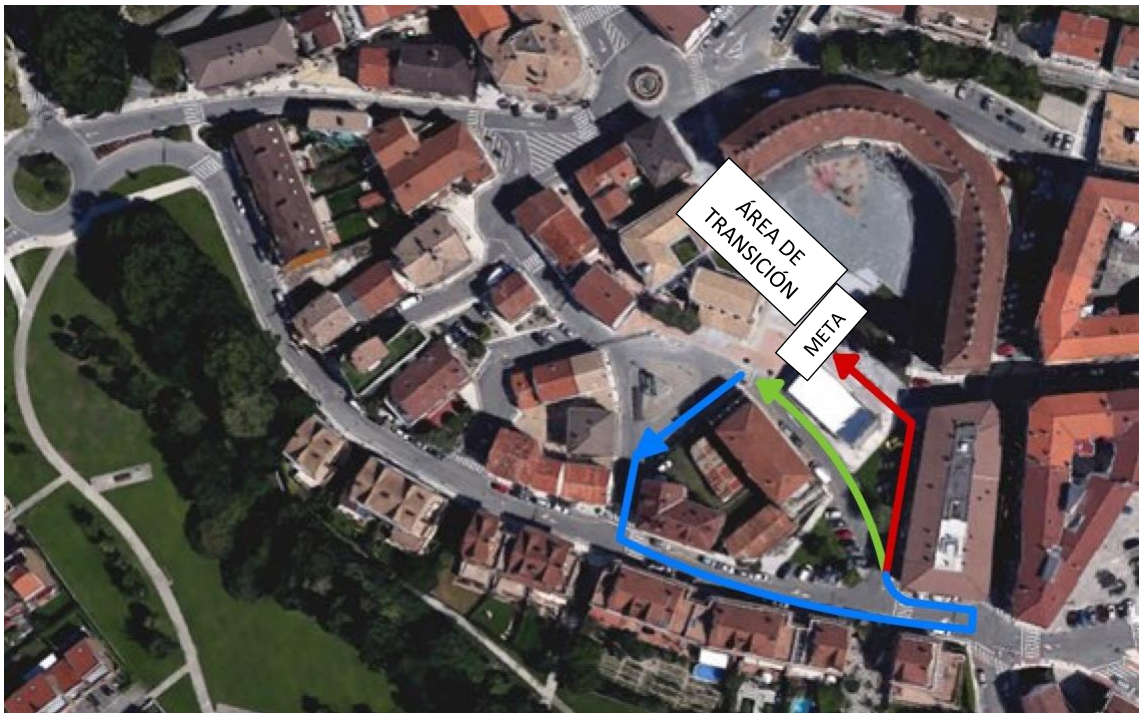
- **ÁREA DE TRANSICIÓN:**

En color verde se muestra tanto la llegada de la carrera a pie en el primer segmento, como la salida del área de transición en el tercer segmento. En color rojo se muestra tanto la salida hacia el segundo segmento, como la llegada del mismo.

3. JDN. CATEGORÍAS BENJAMÍN, ALEVÍN, INFANTIL Y CADETE

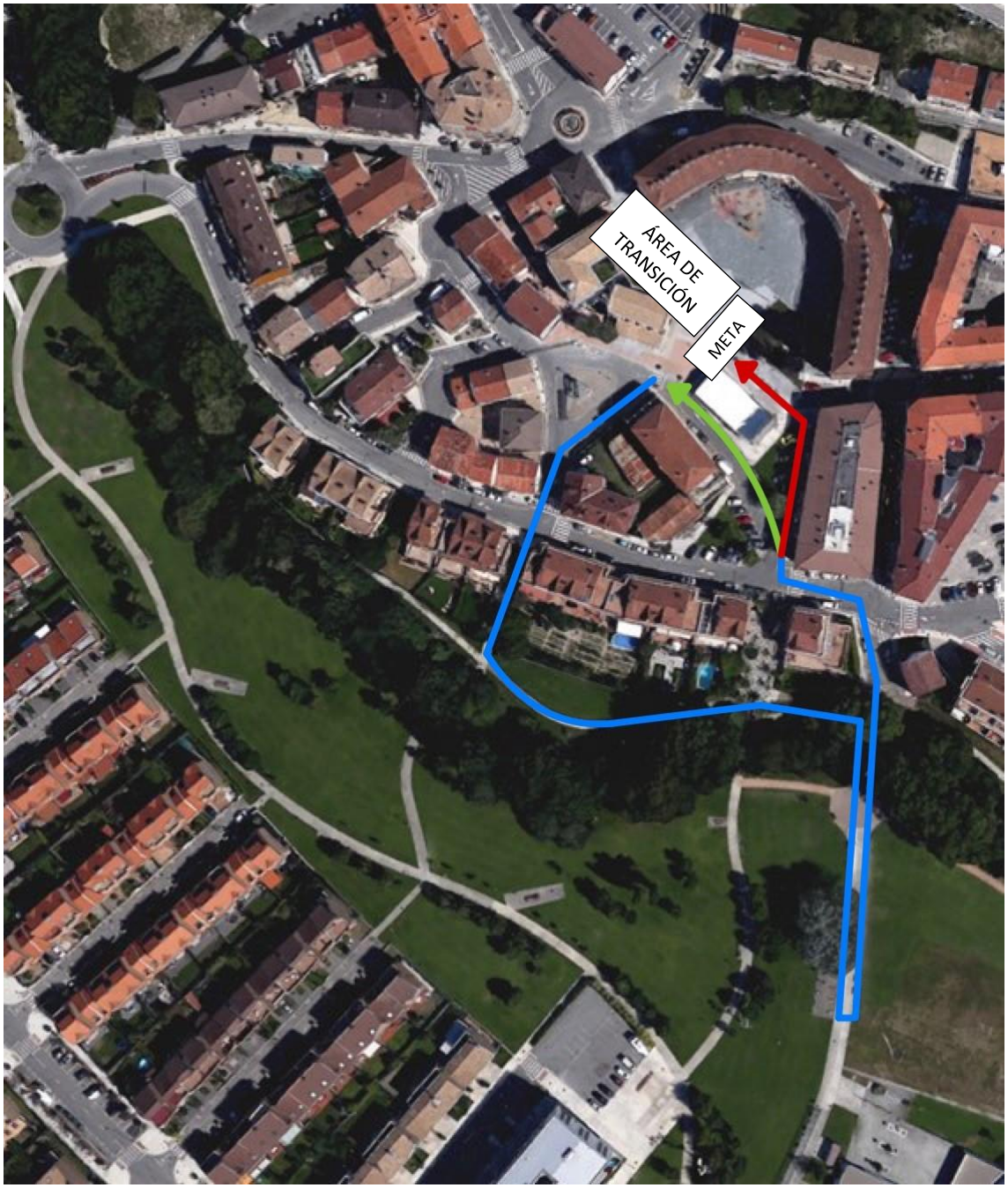
- **CARRERA A PIE:**

3.1 BENJAMÍN:



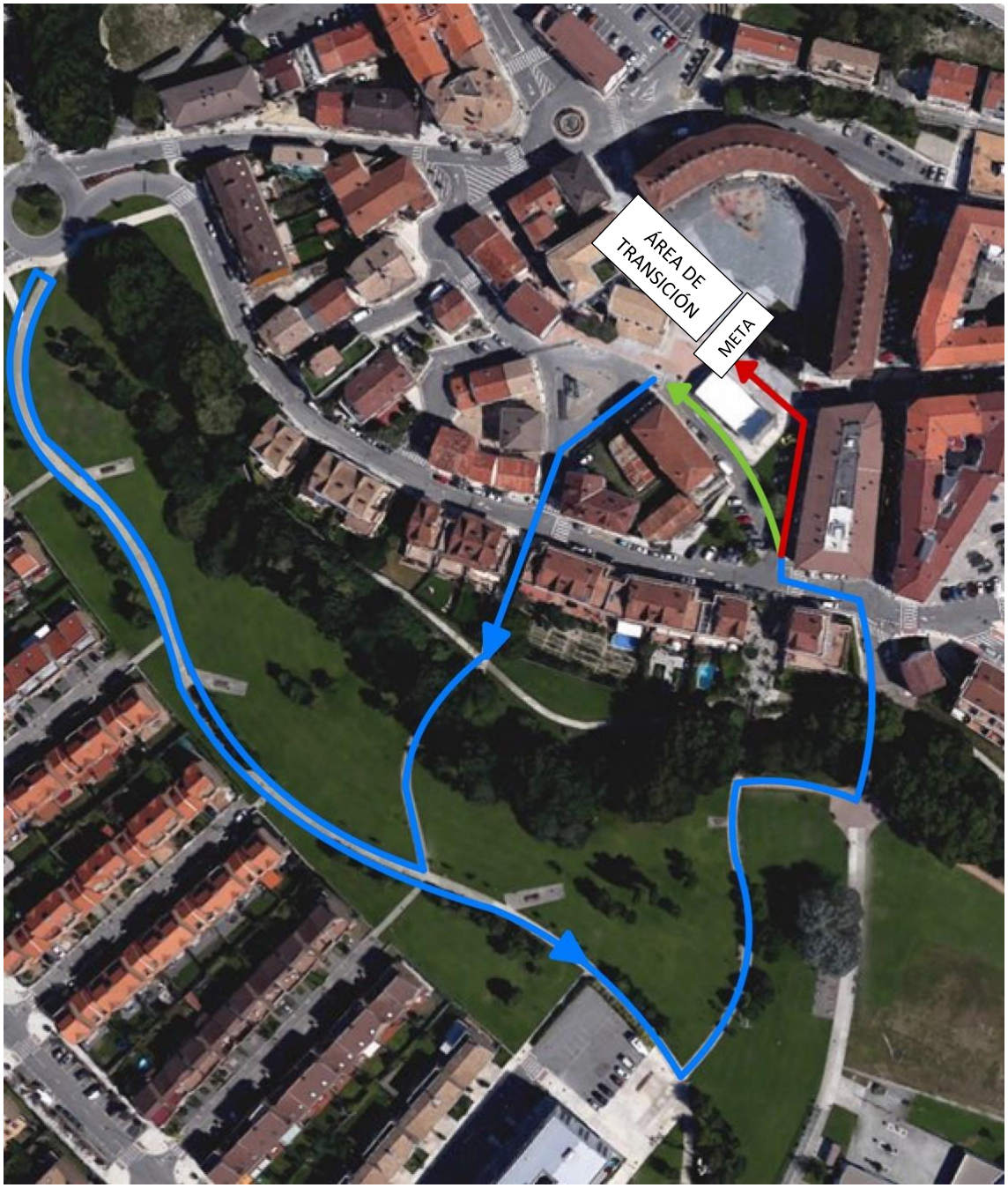
El circuito se muestra en color azul y tiene una distancia de 250 m. En el primer segmento hay que dar dos vueltas y en el tercer segmento, una. En ambas vueltas del primer segmento se cogerá el camino verde, para dirigirse hacia la segunda vuelta o hacia el área de transición. En el tercer segmento se cogerá el camino rojo para dirigirse a meta.

3.2 ALEVÍN:



El circuito se muestra en color azul y tiene una distancia de 500 m. En el primer segmento hay que dar dos vueltas y en el tercer segmento, una. En ambas vueltas del primer segmento se cogerá el camino verde, para dirigirse hacia la segunda vuelta o hacia el área de transición. En el tercer segmento se cogerá el camino rojo para dirigirse a meta.

3.3 INFANTIL Y CADETE:



El circuito se muestra en color azul y tiene una distancia de 1000 m. En el primer segmento hay que dar dos vueltas y en el tercer segmento, una. En ambas vueltas del primer segmento se cogerá el camino verde, para dirigirse hacia la segunda vuelta o hacia el área de transición. En el tercer segmento se cogerá el camino rojo para dirigirse a meta.

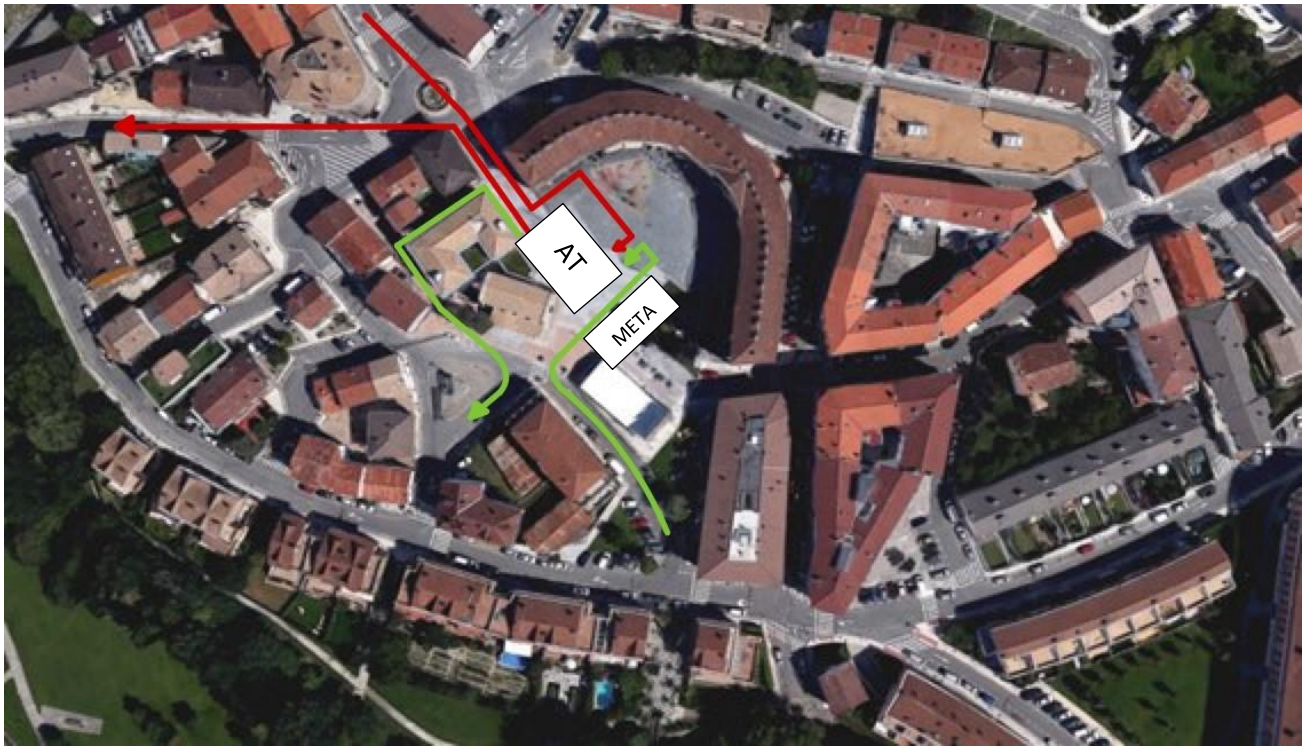
- **CICLISMO:**

El circuito es común para las categorías benjamín, alevín, infantil y cadete. Tiene una longitud de 1.8 km y se tendrán que completar una, dos, tres y cuatro vueltas, respectivamente.

Partiendo de la Plaza Mutiloa los duatletas se dirigirán por la calle Cordovilla a la rotonda de la calle del Soto según indica el plano adjunto, para completar las vueltas al recorrido indicadas para cada categoría y finalmente entrar en la plaza de Mutiloa, donde se encuentra el área de transición.

Se aconseja el uso de bicicleta de carretera, aunque están permitidas tanto bicicletas de carretera como BTT.

- **ÁREA DE TRANSICIÓN JDN:**



En color verde se muestra tanto la llegada de la carrera a pie en el primer segmento, como la salida del área de transición en el tercer segmento. En color rojo se muestra tanto la salida hacia el segundo segmento, como la llegada del mismo.