SAKANAKO MANKOMUNITATEA
kirolak@sakana-mank.eus
www.sakana-mank.eus

SAKANAKO XV. HAUR TRIATLOIA

AURKIBIDEA

Orrialdea

1. Data, tokia eta kokalekua..... 2

2. Partaideak..... 3

3. Ibilbideak:

   3.1. Kadete eta juniorrak 4
   3.2. Haurrak 5
   3.3. Alebinak..... 6
   3.4. Benjaminak 7
   3.5. Aurrebenjaminak 8

4. Izen emateak..... 9

5. Arautegia..... 9

6. Informazio interesgarria..... 10

SAKANAKO MANKOMUNITATEA
kirolak@sakana-mank.eus
www.sakana-mank.eus

1. DATA, TOKIA ETA KOKALEKUA

DATA: 2016ko uztailak 16an

ORDUA: 1.go lasterketaren hasiera: 10:00etan

DORSAL JAKINARAZPENA, MARKATZEA, BOXAK ETA HELMUGA: Urdiaingo igerilekuan

IRTEERA: Urdiaingo igerilekua.

URDIAINEKO MAPA ETA IPARRALDEAN IGERILEKUA

SAKANAKO MANKOMUNITATEA
kirolak@sakana-mank.eus
www.sakana-mank.eus

2. PARTAIDEAK

Hurrengo taulan ikusi daitezke material kontrol eta lasterketa hasieraren ordutegiak, maila desberdinak (emakume zein gizonezkoentzat), dagozkien jaiotze datak eta bakoitzak egin beharreko distantzia.

MATERIAL KONTROLAREN ORDUTEGIA	LASTERKETA HASIERAREN ORDUTEGIA	MAILAK	JAIOTZE DATA	DISTANTZIAK IGERIKETA	DISTANTZIAK TXIRRINDUA BTT	DISTANTZIAK OINEZKO LASTERKETA
9:30 -9:50	10:00	Junior	1998 - 1997	405 m 15 luze	12000 m 4 buelta	3000 m 2 buelta
9:30 -9:50	10:00	Kadeteak	1999tik 2001era	405 m 15 luze	12000 m 4 buelta	3000 m 2 buelta
11:30-11:40	11:45	Haurrak	2003-2002	216 m 8 luze	6000 m 2 buelta	1500 m Buelta 1
11:30-11:40	12:30	Alebinak	2005-2004	108 m 4 luze	3000 m Buelta 1	750 m Buelta 1
13:00-13:10	13:15	Benjaminak	2007 - 2006	54 m 2 luze	1500 m Buelta 1	350 m Buelta 1
13:00-13:10	13:30	Aurrebenjaminak	2008tik 2012ra	27 m Luze 1	1000 m Buelta 1	200 m Buelta 1

3. IBILBIDEAK

3.1. KADETE ETA JUNIOR

MATERIAL KONTROLAREN ORDUTEGIA	LASTERKETA HASIERAREN ORDUTEGIA	MAILAK	JAIOTZE DATA	DISTANTZIAK IGERIKETA	DISTANTZIAK TXIRRINDUA BTT	DISTANTZIAK OINEZKO LASTERKETA
9:30 -9:50	10:00	Junior	1998 - 1997	405 m 15 luze	12000 m 4 buelta	3000 m 2 buelta
9:30 -9:50	10:00	Kadeteak	1999tik 2001era	405 m 15 luze	12000 m 4 buelta	3000 m 2 buelta

TXIRRINDUA (12000 m)
Igeri egin ondoren, kadete eta junior mailako triatletak igerilekutik atera, eta boxeetan 1.go trantzizioa egin ondoren, bizikletaz abiatuko dira ezkerretara bideberritik Urdiain aldera, ondoren pista hartuko dute ezkerretara Sarabe aldera, pibotean 180ºko buelta eman eta pista berdinetik bueltatuko dira lehenbizi eta bideberritik gora gero, igerileku aldera. Ibilbide honi lau buelta emango diote. Berriz boxetara sartuko dira eta 2.segmentua bukatu da.

OINEZKO LASTERKETA (3000 m)
Oraingoan eskubitara joko dute 750 m pistatik egiteko, pibotean 180ºko buelta hartu eta igerileku aurrera bueltatu, ibilbide honi bi buelta eman beharko diote, ondoren helmugara sartuko dira.

3.2. HAURRAK

MATERIAL KONTROLAREN ORDUTEGIA	LASTERKETA HASIERAREN ORDUTEGIA	MAILAK	JAIOTZE DATA	DISTANTZIAK IGERIKETA	DISTANTZIAK TXIRRINDUA BTT	DISTANTZIAK OINEZKO LASTERKETA
11:30-11:40	11:45	Haurrak	2003-2002	216 m 8 luze	6000 m 2 buelta	1500 m Buelta 1

TXIRRINDUA (6000 m)
Igeri egin ondoren, haur mailako triatletak igerilekutik atera, eta boxeetan 1.go trantzizioa egin ondoren, bizikletaz abiatuko dira ezkerretara bideberritik Urdiain aldera, ondoren pista hartuko dute ezkerretara Sarabe aldera, pibotean 180ºko buelta eman eta pista berdinetik bueltatuko dira lehenbizi eta bideberritik gora gero, igerileku aldera. Ibilbide honi bi buelta emango diote. Berriz boxetara sartuko dira eta 2.segmentua bukatu da.

OINEZKO LASTERKETA (1500 m)
Oraingoan eskubitara joko dute 750 m pistatik egiteko, pibotean 180ºko buelta hartu eta igerileku aurrera bueltatu, non helmuga kokatuko den.

3.3. ALEBINAK

MATERIAL KONTROLAREN ORDUTEGIA	LASTERKETA HASIERAREN ORDUTEGIA	MAILAK	JAIOTZE DATA	DISTANTZIAK IGERIKETA	DISTANTZIAK TXIRRINDUA BTT	DISTANTZIAK OINEZKO LASTERKETA
11:30-11:40	12:30	Alebinak	2005-2004	108 m 4 luze	3000 m Buelta 1	750 m Buelta 1

TXIRRINDUA (3000 m)
Igeri egin ondoren, triatleta alebinak igerilekutik atera, eta boxeetan 1.go trantzizioa egin ondoren, bizikletaz abiatuko dira ezkerretara bideberritik Urdiain aldera, ondoren pista hartuko dute ezkerretara Sarabe aldera, pibotean 180ºko buelta eman eta pista berdinetik bueltatuko dira lehenbizi eta bideberritik gora gero, igerileku aldera. Berriz boxetara sartuko dira eta 2.segmentua bukatu da.

OINEZKO LASTERKETA (750 m)
Oraingoan eskubitara joko dute 375 m pistatik egiteko, pibotean 180ºko buelta hartu eta igerileku aurrera bueltatu, non helmuga kokatuko den.

3.4. BENJAMINAK

MATERIAL KONTROLAREN ORDUTEGIA	LASTERKETA HASIERAREN ORDUTEGIA	MAILAK	JAIOTZE DATA	DISTANTZIAK IGERIKETA	DISTANTZIAK TXIRRINDUA BTT	DISTANTZIAK OINEZKO LASTERKETA
13:00-13:10	13:15	Benjaminak	2007 - 2006	54 m 2 luze	1500 m Buelta 1	350 m Buelta 1

TXIRRINDUA (1500 m)
Igeri egin ondoren, triatleta benjaminak igerilekutik atera, eta boxeetan 1.go trantzizioa egin ondoren, bizikletaz abiatuko dira ezkerretara bideberritik Urdiain aldera, ondoren pista hartuko dute ezkerretara Sarabe aldera, 750 m egin ondoren, pibotean 180ºko buelta eman eta pista berdinetik bueltatuko dira lehenbizi eta bideberritik gora gero, igerileku aldera. Berriz boxetara sartuko dira eta 2.segmentua bukatu da.

OINEZKO LASTERKETA (350 m)
Oraingoan eskubitara joko dute 175 m pistatik egiteko, pibotean 180ºko buelta hartu eta igerileku aurrera bueltatu, non helmuga kokatuko den.

3.5. AURREBENJAMINAK

MATERIAL KONTROLAREN ORDUTEGIA	LASTERKETA HASIERAREN ORDUTEGIA	MAILAK	JAIOTZE DATA	DISTANTZIAK IGERIKETA	DISTANTZIAK TXIRRINDUA BTT	DISTANTZIAK OINEZKO LASTERKETA
13:00-13:10	13:30	Aurreben jaminak	2008tik 2012ra	27 m Luze 1	1000 m Buelta 1	200 m Buelta 1

TXIRRINDUA (1000 m)
Igeri egin ondoren, triatleta aurrebenjaminak igerilekutik atera, eta boxeetan 1.go trantzizioa egin ondoren, bizikletaz abiatuko dira ezkerretara bideberritik Urdiain aldera, ondoren pista hartuko dute ezkerretara Sarabe aldera, 500m egin ondoren, pibotean 180ºko buelta eman eta pista berdinetik bueltatuko dira lehenbizi eta bideberritik gora gero, igerileku aldera. Berriz boxetara sartuko dira eta 2.segmentua bukatu da.

OINEZKO LASTERKETA (200 m)
Oraingoan eskubitara joko dute 100 m pistatik egiteko, pibotean 180ºko buelta hartu eta igerileku aurrera bueltatu, non helmuga kokatuko den.

4. IZEN EMATEAK

Izen emateak on line egingo dira http://www.rockthesport.com/ helbidean ostegunerarte, uztailak 14, 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.

5. ARAUTEGIA

1. Sakanako XV. Triatloia Sakanako Mankomunitateak antolatzen du. Sakanako Triatloi taldea, Aitziber elkartea, Urdiaingo Udala eta Nafarroako Triatloi Federazioaren laguntzarekin.

2. Boxeak 9:30ean zabalduko dira kadete eta junior mailentzako, eta 9:50etan itziko dira. Froga hau bukatu ondoren, 11:30ean, boxeak zabalduko dira alebin eta haur mailentzako eta 11:40etan itziko dira, haurren froga hasi baino 5 minutu lehenago. Alebin mailako froga bukatu ondoren, 13:00etan, boxeak zabalduko dira aurrebenjamin eta benjamin mailentzako, eta itziko dira 13:10, benajmin froga hasi baino 5 minutu lehenago.

3. Partaide bakoitzarei dortsal zenbaki bat jakinaraziko zaio, eta antolatzaileek errotulagailuz ezkerreko beso eta hankan idatziko diote.

4. Igeriketa segmentua Urdiaingo 27 metroko igerilekuan eginen da.

5. Bizikletako segmentuan kaskoa derrigorrezkoa da eta bizikleta mendikoa bakarrik izan daiteke.

6. Frogak irauten duen bitartean, aurrebenjamin, benjamin, kimu eta haur mailako partaideek kanpoko laguntza jaso ahal izango dute, bakarrik epaile, teknikari akreditatuak edo antolakuntzako partaideengandik, arazo mekaniko bat konpontzeko. Kadete eta junior mailako partaideek ezin izango dute inolako laguntzarik jaso.

7. Ibilbidea zaindua, markatua eta trafikoari itzita izanen da.

8. Istripuak gertatzen badira, antolatzaileak ez dira arduradunak izango.

9. Zerbitzu medikuak Ambulancias Olmoren esku egongo dira.

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

11. Partaide guztiek Nafarroako Triatloi Federazioko epaileen esanak beteko dituzte, arautegi hau betetze aldera.

12. INFORMAZIO INTERESGARRIA

a. Froga bukatu ondoren partaideak Urdiaingo igerilekuko aldageletan dutxatu ahal izango dira.

b. Partaide guztiei ogitartekoa eta zukua banatuko zaie.

c. Froga bukatzen denean, parteideak eta familiak igerilekutik atera beharko dira, edo gelditu nahi badute, bakoitzari dagokion sarrera ordaindu. Igerilekura ezin da kanpotik bazkaria ekarri, izan ere tabernakoek eskaintzen dute zerbitzu hori.

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