III Cuadriatlón & Triatlón Mendigorría (Navarra)

13 Septiembre
Sáb.-16:30 h.
Camping Errota el Molino

CAMPEONATO NAVARRO DE CUADRIATLÓN

Natación 1.000m
Natación Popular 200m

Piragua 2.1 km

Bicicleta 28 km

Correr 7 km

PREMIOS CUADRIATLÓN

CATEGORÍA MASCULINA

1er CLASIFICADO:	4 días de estancia para 4 personas en bungalow Camping Errota El Molino.
2º CLASIFICADO:	Una noche en un bungalow en el camping Urbasa.
3er CLASIFICADO:	Lote de productos ecológicos (Panadería Bioandelos).

CATEGORÍA FEMENINA

1era CLASIFICADA:	4 días de estancia para 4 personas en bungalow Camping Errota El Molino.
2ª CLASIFICADA:	Una noche en un bungalow en el camping Urbasa.
3era CLASIFICADA:	Lote de productos ecológicos (Panadería Bioandelos).

PREMIOS TRIATLÓN

CATEGORÍA MASCULINA

1er CLASIFICADO:	4 días de estancia para 4 personas en bungalow Camping Errota El Molino.
2º CLASIFICADO:	Una noche en un bungalow en el camping Urbasa.
3er CLASIFICADO:	Lote de productos ecológicos (Panadería Bioandelos).

CATEGORÍA FEMENINA

1era CLASIFICADA:	4 días de estancia para 4 personas en bungalow Camping Errota El Molino.
2ª CLASIFICADA:	Una noche en un bungalow en el camping Urbasa.
3era 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

PATROCINA:

Diario de Noticias
Eres lo que lees

COLABORAN:

CLUB PIRAGÜISMO PAMPLONA
IRUÑEKO PIRAGUISMO ELKARTEA

CAJA RURAL DE NAVARRA

Goieko
INDUSTRIA GARBITASUNERAKO SISTEMA ETA PRODUKTOAK

Coca-Cola

San Miguel 0,0

ORGANIZAN:

Ayuntamiento de Mendigorría

Bioandelos

camping ERROTA-EL MOLINO

FEDERACIÓN NAVARRA DE TRIATLÓN
NAFAR TRIATLOI FEDERAZIOA

MANCOMUNIDAD DE SERVICIOS SOCIALES DE BASE VALDIZARBE

PRUEBA ORGANIZADA POR:

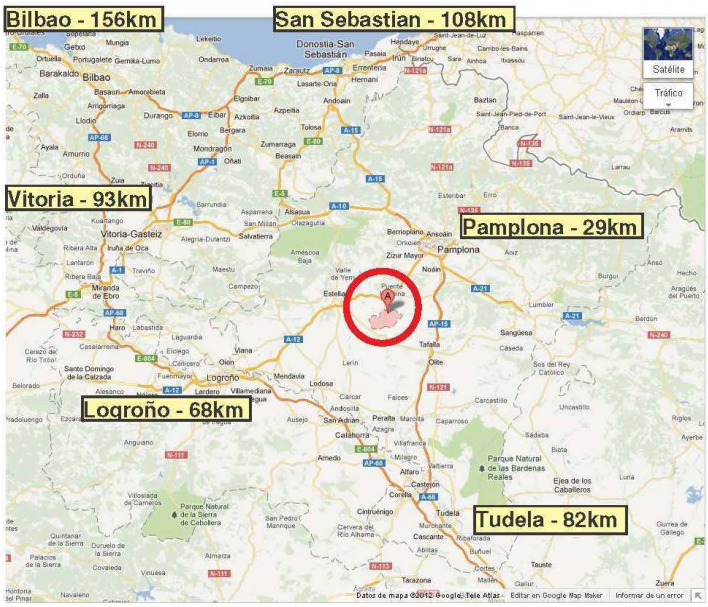
Ayuntamiento de Mendigorría
Bioandelos
Camping Errota – El Molino
Federación Navarra de Triatlón

CON LA COLABORACIÓN DE:

Caja Rural de Navarra
Club de Piragüismo Pamplona / Iruñeko
Piraguismo Elkartea
Goieko
Manc. de Serv. Sociales de Valdizarbe
San Miguel 0,0
Coca-cola

PATROCINADA POR:

Diario de Noticias



Síguenos en facebook.com/**cuadriatlon.mendigorria**

FECHA: sábado 13 de septiembre de 2014

HORA DE COMIENZO: 16.30

LUGAR: Camping Errota – El Molino, en Mendigorría (Navarra).

DISTANCIAS:

- CUADRIATLÓN:
  -segmento natación: 1.000 m.
  -segmento piragua: 2.100 m.
  -segmento bicicleta de carretera: 28 km.
  -segmento carrera a pie: 7 km.

- TRIATLÓN:
  -segmento natación: 1.000 m.
  -segmento bicicleta de carretera: 28 km.
  -segmento carrera a pie: 7 km.

- TRIATLÓN POPULAR:
  -segmento natación: 200 m.
  -segmento bicicleta de carretera: 28 km.
  -segmento carrera a pie: 7 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.

CLASIFICACIONES:

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

PREMIOS:

PREMIOS CUADRIATLÓN

CATEGORÍA MASCULINA

1º CLASIFICADO:	4 días de estancia para 4 personas en bungalow Camping Errota El Molino.
2º CLASIFICADO:	Una noche en un bungalow en el camping Urbasa.
3º CLASIFICADO:	Lote de productos ecológicos (Panadería Bioandelos).

CATEGORÍA FEMENINA

1ª CLASIFICADA:	4 días de estancia para 4 personas en bungalow Camping Errota El Molino.
2ª CLASIFICADA:	Una noche en un bungalow en el camping Urbasa.
3ª CLASIFICADA:	Lote de productos ecológicos (Panadería Bioandelos).

PREMIOS TRIATLÓN

CATEGORÍA MASCULINA

1º CLASIFICADO:	4 días de estancia para 4 personas en bungalow Camping Errota El Molino.
2º CLASIFICADO:	Una noche en un bungalow en el camping Urbasa.
3º CLASIFICADO:	Lote de productos ecológicos (Panadería Bioandelos).

CATEGORÍA FEMENINA

1ª CLASIFICADA:	4 días de estancia para 4 personas en bungalow Camping Errota El Molino.
2ª CLASIFICADA:	Una noche en un bungalow en el camping Urbasa.
3ª 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

Primer clasificado en la categoría triatlón popular masculina – 1 estuche de vino D.O. Navarra
Primera clasificada en la categoría triatlón popular femenina – 1 estuche de vino D.O. Navarra
Primer equipo por relevos Cuadriatlón - Lote de productos ecológicos (Bioandelos)
Primer equipo por relevos Triatlón - Lote de productos ecológicos (Bioandelos)

1º/1ª Campeón Navarro de Cuadriatlón (para optar a este premio hay que estar federado/a)
2º/2ª Campeón Navarro de Cuadriatlón (para optar a este premio hay que estar federado/a)
3º/3ª Campeón Navarro de Cuadriatlón (para optar a este premio hay que estar federado/a)

PLAZO DE INSCRIPCIÓN:

Prueba limitada a 150 participantes (suma de triatlón y cuadriatlón).
Hasta el jueves 11 de septiembre inclusive si no se alcanza límite antes.

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

HORARIOS DE LA PRUEBA:

12.00-15.30	Recogida de dorsales en la recepción del camping.
14.30-15.30	Alquiler de piraguas (si no se tiene), previamente reservadas en la inscripción. Limpieza de piraguas.
15.00-16.15	Apertura del control de material y pintado de dorsales en zona de transición. Alquiler del chip de cronometraje (si no se tiene).
16.15	Cierre del control de material.
16.30	Salida del cuadriatlón y triatlón categoría femenina individual.
16.42	Salida del cuadriatlón y triatlón categoría por relevos.
16.47	Salida del cuadriatlón categoría masculina individual.
17.00	Salida del triatlón categoría popular.
17.02	Salida del triatlón categoría masculina individual.
19.55	Finalización de la prueba.
18.45-20.10	Devolución de piraguas alquiladas y chips. Retirada del material de la zona de transición (será obligatoria la devolución del dorsal de cuerpo para la retirada).
20.15	Entrega de premios en la terraza del bar.
20.30	Txistorrada para todos los participantes.

ALQUILER O COMPRA 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 la zona de transición después del control de material. Además deberá dejar una fianza de 20 euros o el D.N.I., que se devolverán al finalizar la prueba al entregar dicho chip.
- En alternativa, el chip también se puede comprar en ese mismo momento por 20 euros.

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 10 euros. Indicar un número de teléfono y dirección de correo electrónico para poder contactar en caso necesario. El número de piraguas disponibles en alquiler el muy limitado, 16, y la organización no puede asegurar ni homogeneidad ni las características de las piraguas.

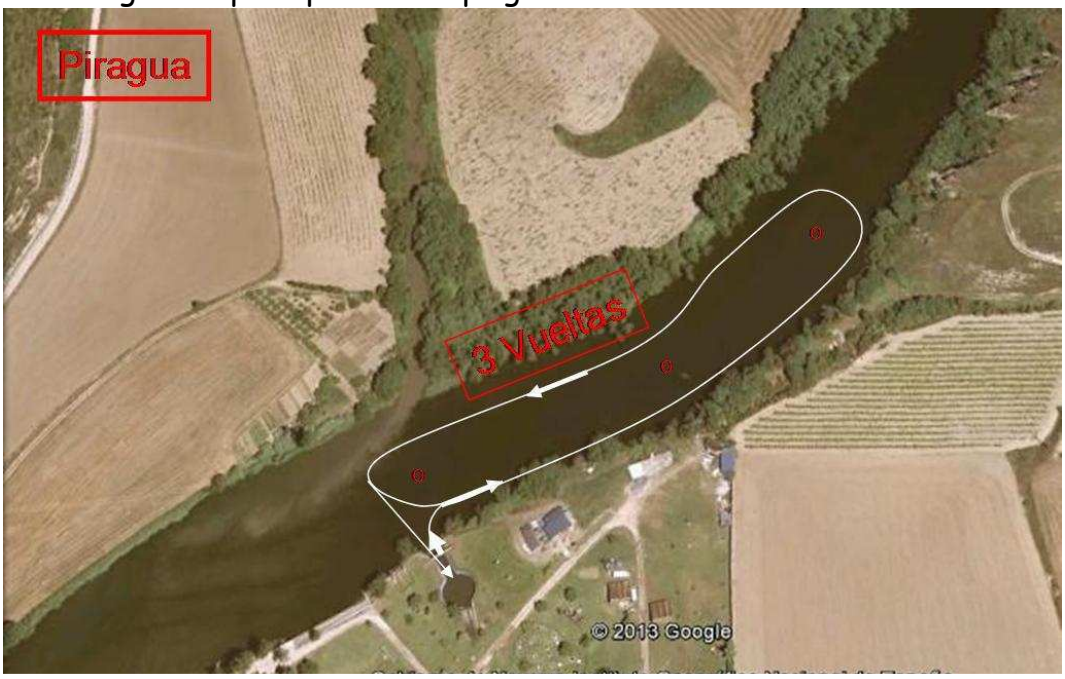
RECORRIDOS:

1º SEGMENTO TRIATLÓN Y CUADRIATLÓN - NATACIÓN:

- Distancia: 1.000 metros (200 m en el caso del triatlón popular). Se trata de un recorrido de 2 vueltas con un total de 1.000 m (en 2 vueltas de 500m cada). La salida y llegada están situadas en las gradas de las instalaciones del Camping El Molino de Mendigorría.
  Para la versión de triatlón popular, el recorrido será tan solo de 200m.
- Lugar: Río Arga a su paso por el Camping Errota – El Molino.

2º SEGMENTO (SÓLO CUADRIATLÓN) - PIRAGÜISMO:

- Distancia: 2.100 m. Hay que dar 3 vueltas a un circuito de 700 m. El punto de salida y llegada será el embarcadero del Camping.
- Lugar: Río Arga a su paso por el Camping Errota – El Molino.

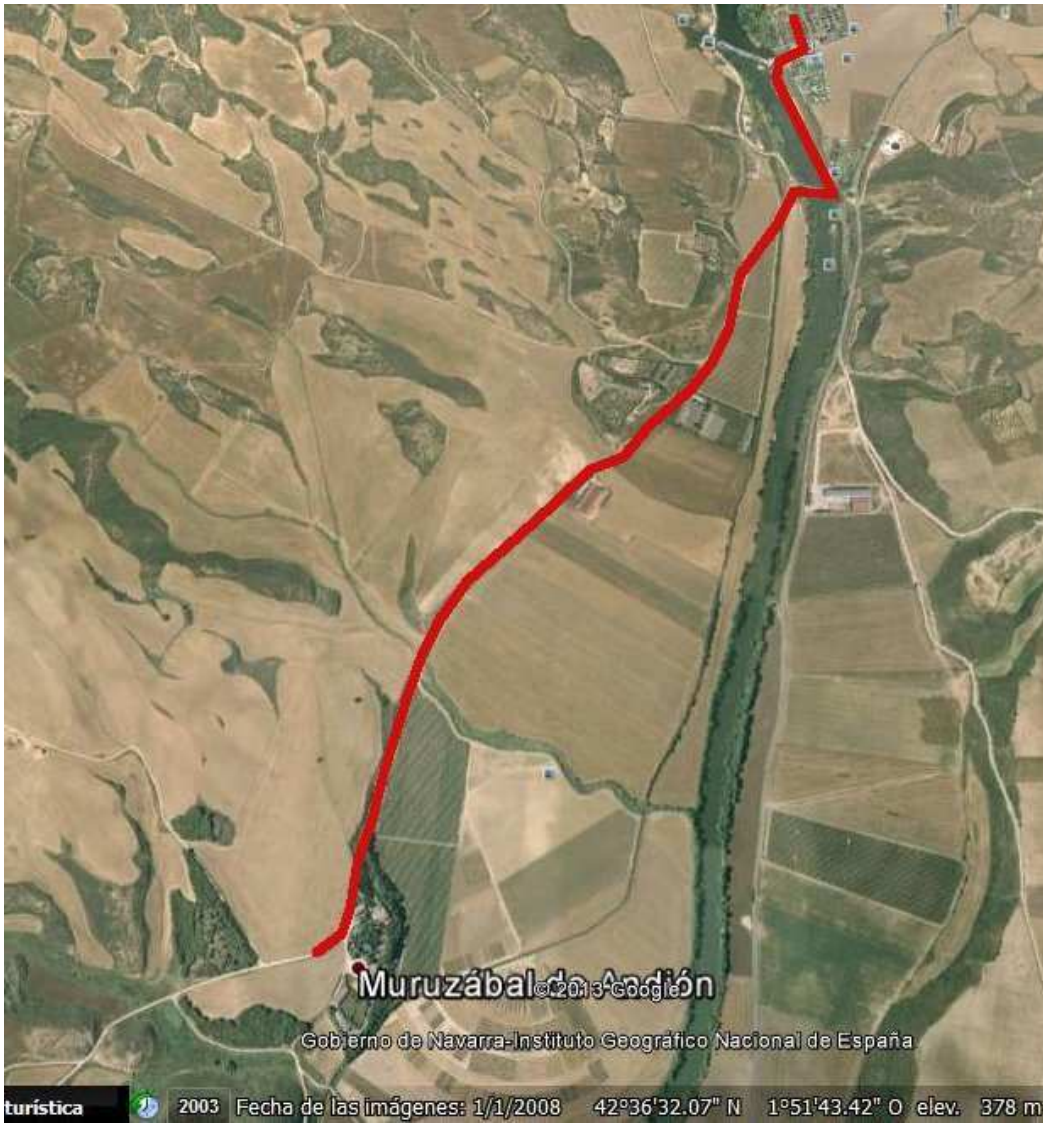


3º SEGMENTO CUADRIATLÓN / 2º SEGMENTO TRIATLÓN – CICLISMO EN CARRETERA:

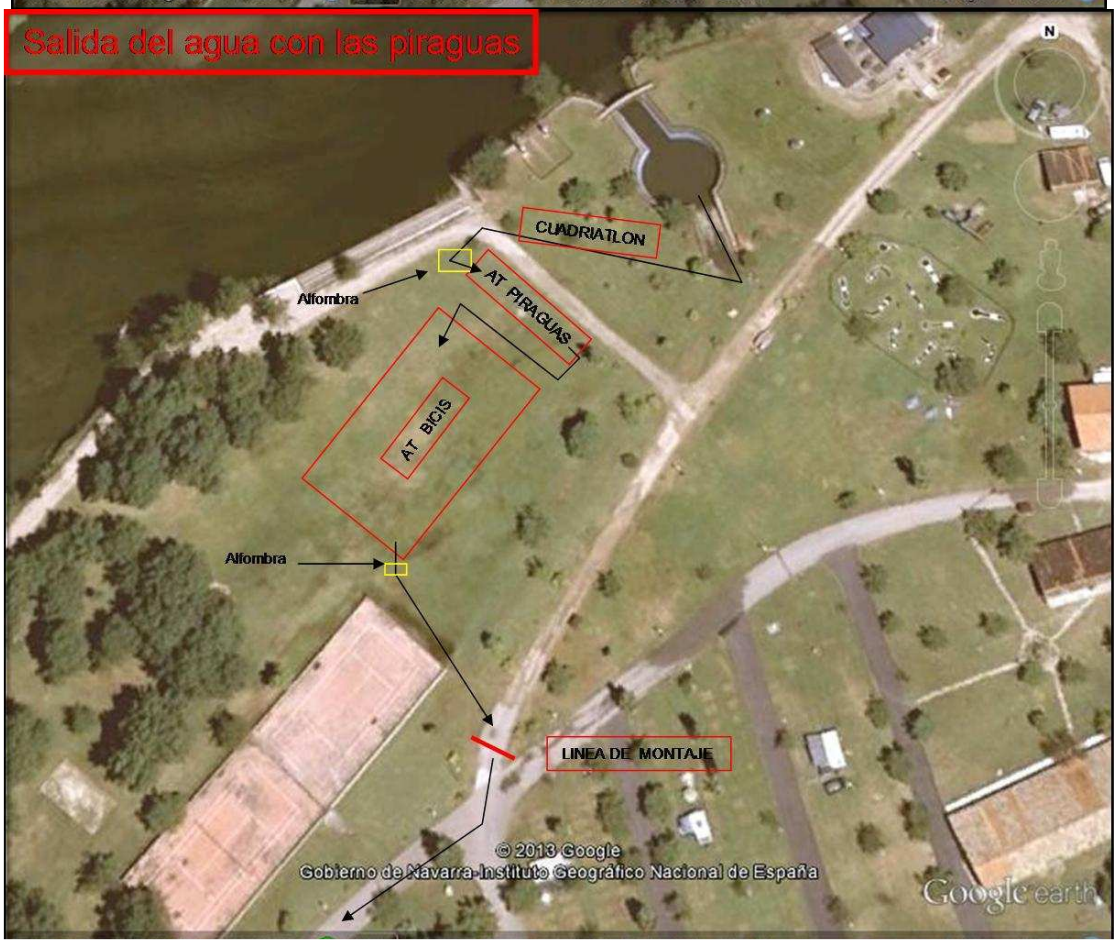
- Distancia: 28 km.
- El itinerario transcurre por los siguientes puntos: Camping Errota – El Molino → travesía de Mendigorría → Artajona por NA-6030 → Cruce de NA-6030 para coger la NA-6020 (dirección Berbinzana/Marcilla) → Cruce de NA-6020 con la NA-132 (coger la dirección Larraga/Estella) → Cruce de NA-132 con NA-601 (antes del puente sobre el río Arga), cogiendo la dirección Mendigorría (también Puente la Reina, Pamplona y Camping Errota-El Molino) → salir de NA-601 para volver al Camping Errota-El Molino.

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

- Distancia: 7 km. Ida y vuelta a un recorrido de 3,5 km (7 km en total).
- El itinerario transcurre por los siguientes puntos: Zona de transición → puerta del parking → orilla del río → puente de Andión → carretera de Andión hasta pasado el caserío → vuelta por el mismo trayecto.



CIRCULACIÓN EN ZONA DE TRANSICIÓN:



Llegada con la bici y salir a correr
Alfombra
AT PIRAGUAS
AT BICIS
Alfombra
LINEA DE DESMONTAJE
© 2013 Google
Gobierno de Navarra-Instituto Geográfico Nacional de España
Google earth
Fecha de las imágenes: 1/1/2008
2003
42°37'33.72" N 1°50'35.18" O elev. 329 m
Alt. ojo 490 m

Meta
AT PIRAGUAS
AT BICIS
Línea de meta
Tablón de anuncios
Postmeta
Avituallamiento
© 2013 Google
Gobierno de Navarra-Instituto Geográfico Nacional de España
Google earth
Fecha de las imágenes: 1/1/2008
2003
42°37'33.72" N 1°50'35.18" O elev. 329 m
Alt. ojo 490 m

REGLAMENTO DE LA PRUEBA:

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

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

3.-En el segmento de piragüismo del cuadriatlón 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 los boxes de las bicis para el control de los jueces.
- Dorsal adhesivo que se deberá colocar en la tija.
- 3 dorsales adhesivos que se deberán colocar en en casco.

•Carrera a pie: el mismo dorsal para el cuerpo usado en ciclismo que deberá llevarse en la cintura por delante.

Cada atleta deberá devolver el dorsal de cuerpo a la organización en el momento de recogida de material al finalizar su participación en la prueba.

5.-Sólo se podrá dejar en boxes 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 lo hubiera alquilado).

7.-En la categoría Relevos, cada equipo deberá presentarse con todos sus miembros en simultáneo en el momento de control de material.

8.- NOTA PARA TRIATLETAS Y PARACUADRIATLETAS: La organización del III Cuadriatlón y Triatlón Mendigorría 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 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 hasta el 9 de septiembre de 2014.

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

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

•CUADRIATLÓN: - final natación: 30' - final piragüismo: 1h 10' - final ciclismo: 2h 20' - final carrera a pie: 3h 15'
•TRIATLÓN: - final natación: 30' - final ciclismo: 1h 40' - final carrera a pie: 2h 35'

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

11.-El material depositado en boxes se deberá retirar (devolviendo el dorsal) desde el momento que acabe la prueba en la franja indicada en el apartado "HORARIOS DE LA PRUEBA" arriba. A partir de esta hora la organización no se hará responsable de dicho material.

12.-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 el horario indicado en el apartado "HORARIOS DE LA PRUEBA" arriba.

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 60ºC), 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.

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

NOTA FINAL: este documento informativo tiene la finalidad de ayudar a los/as atletas a prepararse para la prueba. No obstante, podrá sufrir modificaciones, designadamente las que sean relevantes para la organización y una fluida ejecución de la prueba, bien como las que sean requeridas por la Administración u otras entidades relevantes.
En consecuencia, el/la atleta no está dispensado de consultar la información que se afijará el mismo día de la prueba.