ARBIZU

ARBIZUKO

XIX

DUATLOIA

ARBIZU

AURKIBIDEA

- ANTOLAKUNTZA
- IBILBIDEEN AZALPENA

  OINEZKO LASTERKETA
  OINEZKO LASTERKETAREN PLANOA

  TXIRRINDUKO LASTERKETA
  ZIGOR EREMUA
  TXIRRINDUKO PROBAREN PLANOA

  OINEZKO LASTERKETA
- TRANTSIZIO GUNEA
- EDARI HORNIDURA
- MAILAK
- PARTEHARTZAILEAK
- IZEN-EMATEAK
- PROGRAMA
- DUTXAK
- MATERIAL KONTROLA
- MOTXILAK UZTEKO TOKIA
- SARIAK
- LAGUNTZAILEAK ETA ANTOLATZAILEA

XIX. DUATLOIA
A R B I Z U

2015eko martxoaren 28an, arratsaldeko 16:00etan
28 de marzo de 2015, a las 16:00 de la tarde
Arbizu (Nafarroa)

EUSKAL HERRIKO ZIRKUITORAKO ETA NAFARROAKO TXAPELKETARAKO PUNTUAGARRIA
PUNTUABLE PARA EL CIRCUITO DE EUSKAL HERRIA Y EL CAMPEONATO NAVARRO

EZIN DA GURPILARI LOTUTA JOAN

NO DRAFTING

- **IBILBIDEEN AZALPENA –** DESCRIPCION DE LA PRUEBA
  Distanziak/Distancias:
  Betiko ibilbidea/ Circuito clásico: 8 km / 32 km / 4 km
  Ibilbide herrikoia/ Circuito popular: 4 km/ 16 km/ 2 km
  Paratriatletak: 8 km / 32 km / 4 km
  Erreleboak bikoteka/ Relevos por parejas: 8 km / 32 km / 4 km

***Oinezko lasterketa*: Herriko enparantzaren alboan dago irteera, udaletxearen aurrean, Kale Nagusian. Kale Nagusia jarraitu Lizarraranzko bidean, autobidea azpitik gurutzatu eta errepidetik jarraitu. Hemen, 180 graduko buelta eman eta herrirantz itzuli. Kale Nagusian sartu, enparantzara iritsi aurretik eskuinera joan Uhalde kalean sartzeko, zubia gurutzatu eta Akerruntza kalean sartu. Ezkerrera bira eginez Iruñako Etorbidean aurkituko gara, berriz ezkerrera eta Fernando Urkia kalea zehar Kale Nagusira iristen da, berriz udaletxera.**

Honela lehenengo itzulia eta 4 km betetzen dira. Beste itzuli berdina egin behar da.

DENBORA MUGA:
2 itzuliak bukatzeko gehienez 45 minutu izango dira.

Oharra: Kadeteek buelta bakarra egingo dute.

ARBIZU

Carrera a pie: La salida se encuentra en los alrededores de la plaza del pueblo en Kale Nagusia, junto al Ayuntamiento. El recorrido se hará siguiendo la Kale Nagusia hacia Lizarraga, pasando por debajo del puente de la autovía y siguiendo la carretera, lugar donde se hará un giro de 180ºC, para volver hacia la plaza, debiendo girar a la derecha antes de llegar a dicha plaza para entrar en la calle Uhalde, cruzar el puente y atravesar la calle Akerruntza en cuyo final giraremos a la izquierda para salir a la avenida Iruñeko Etorbidea, desde donde entraremos en la calle Fernando Urkia para atravesarla volviendo al punto de partida, es decir la calle Kale Nagusia, junto al Ayuntamiento.

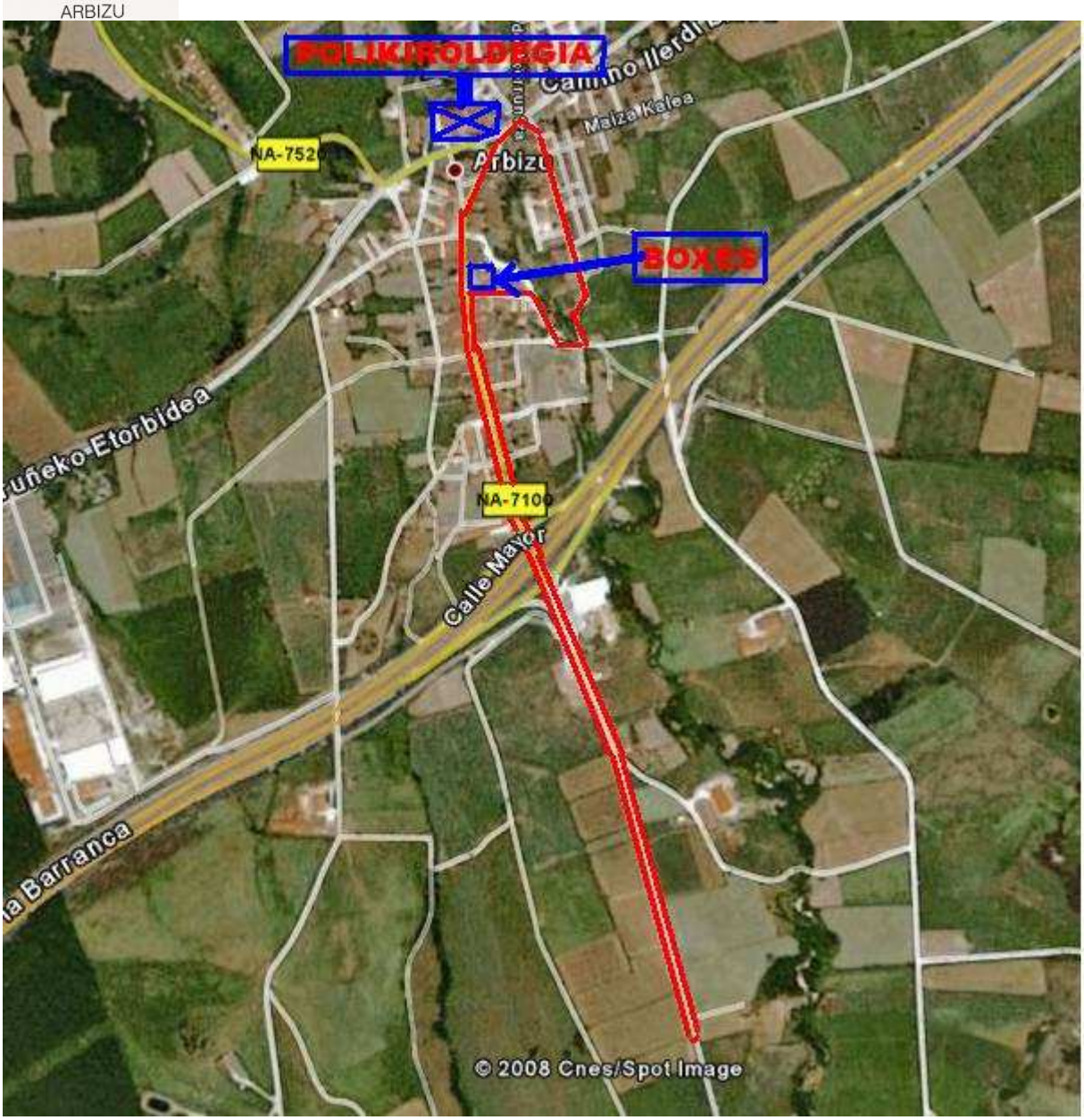
Este recorrido se hará dos veces hasta completar la distancia de 8 kms., obteniéndose así el primer parcial.

TIEMPO LIMITE:
45 minutos máximo para acabar las dos vueltas

Nota: Los cadetes realizarán una sola vuelta.

OINEZKO LASTERKETAREN PLANOA – CROQUIS DE RECORRIDO A PIE

ARBIZU



***Txirrinduzko lasterketa*:** **Oinezko lasterketaren lehengo partziala bukatu ondoren, txirrinduak hartuko dira, Kale Nagusitik Lizarraranzko bidea hartuz. Katera iritsi (lasterketako punturik altuena, 750m.) eta eskuinera joan NA-120 Lizarraga eta Etxarrirantz. Etxarri Aranazko sarrera eskuinera hartuko dugu N-240 bidea Arbizura iristeko. Arbizuko Fernando Urkia kalea hartu eta eskuinetik Baxerri Taberna gora hartuz San Juan Ermita pasako dugu eta AUTOBIA ZUBIA Gainetik ezkerretara berriro hartuko dugu katera doan bidea, honekin txirrinduzko lehenengo itzulia egina egongo da. Beste itzuli bat egin behar da eta honekin bigarren partziala bukatuko da. Trantsizio gunera sartuz, oinezko azken partzialari ekingo zaio.**

ARBIZU

DENBORA MUGA BIZIKLETAKO LASTERKETA:
2 ordu eta 10 minutu gehienez lasterketa hasieratik.

Oharra: Kadeteek buelta bakarra emango dute.
Prueba Ciclista: Una vez completado el primer parcial de la carrera a pie, se dontinuará con el segmento ciclista, desde la calle Nagusia, junto al Ayuntamiento, para dirigirse hacia el puerto de Lizarraga y llegar hasta la cadena (el punto más alto de la prueba, 750 metros). Después giraremos hacia la derecha, tomando la N-120 hacia Lizarraga y Etxarri Aranatz. En el cruce de Etxarri-Aranatz giraremos hacia la derecha tomando la N-240 para llegar al punto de partida, donde tomaremos la calle Fernando Urkia por la derecha y subiremos un repecho junto al bar Baxerri siguiendo camino de la ermita San Juan, pasamos el puente de la autovia y tomamos a la derecha para coger el camino a la Cadena de Lizarraga. Con esto se habrá cubierto la primera vuelta. Para completar el recorrido en bicicleta se deberá hacer dos veces.
Terminado el circuito en bicicleta se entrará en área de transición para iniciar la segunda parte del recorrido a pie.

TIEMPO LIMITE PARA EL SEGMENTO DE BICICLETA:
2 horas y 10 minutos desde el comienzo de la carrera.

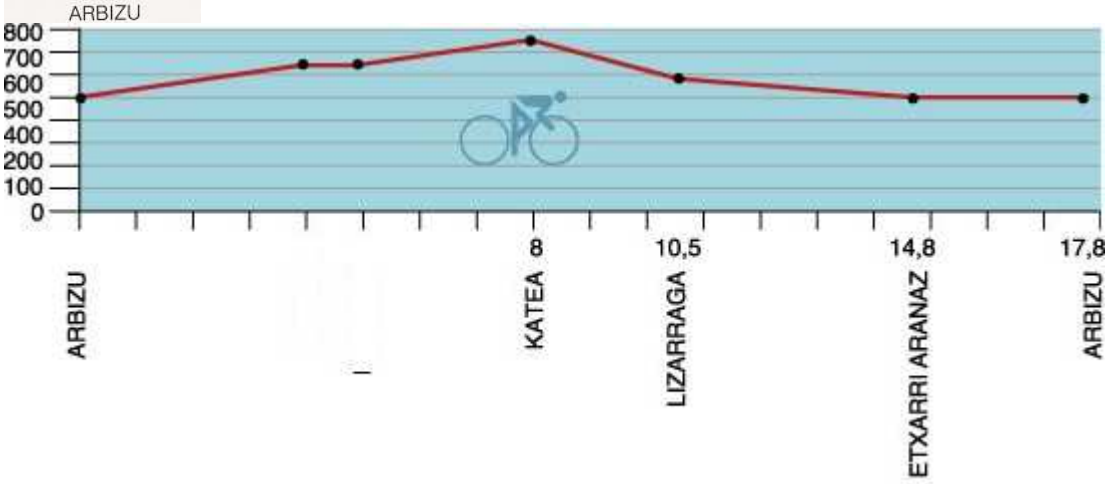
Nota: Los cadetes realizarán solo una vuelta.

- **ZIGOR EREMUA**

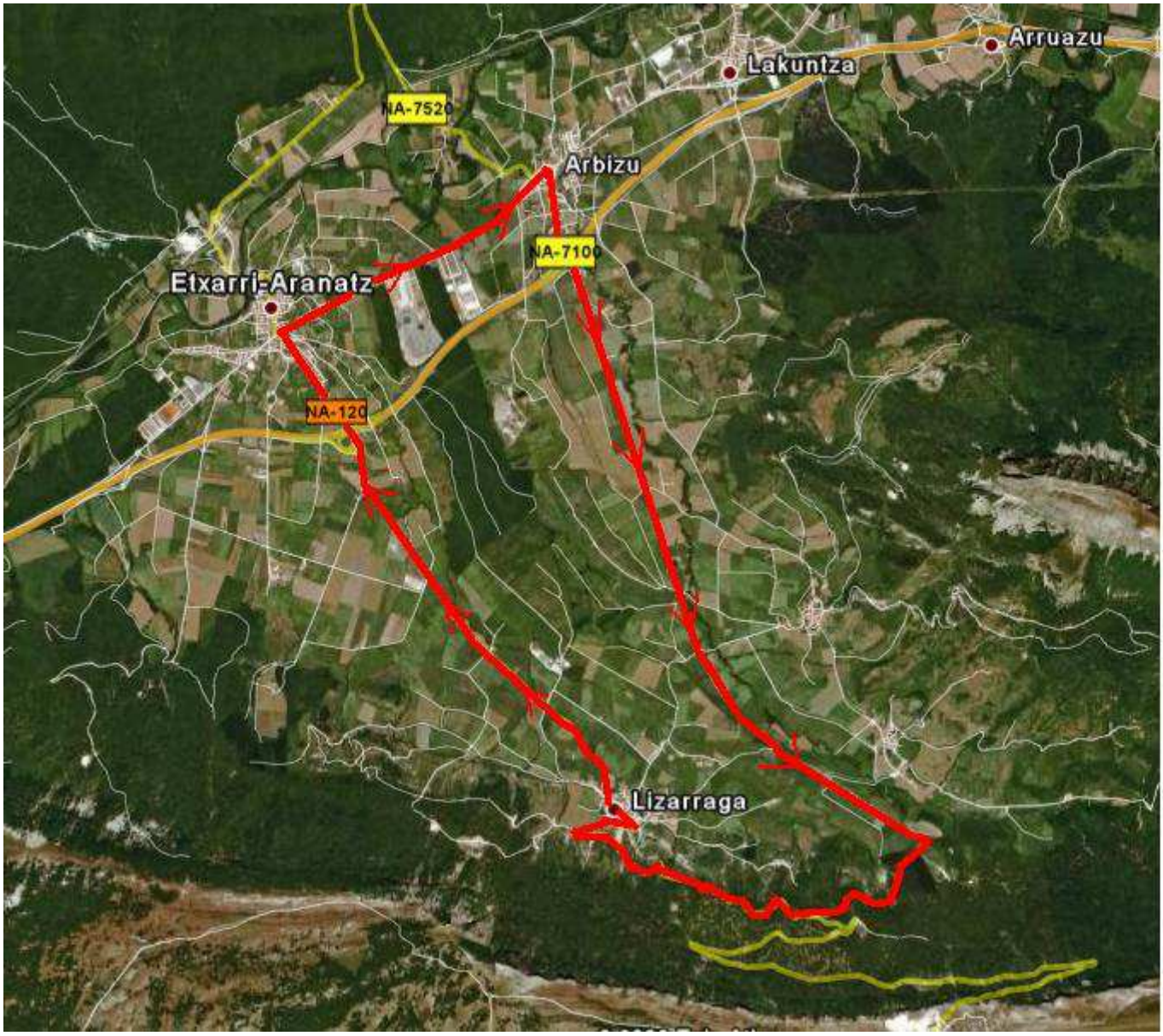
ZONA DE PENALIZACION
Bi minutu gelditu beharra dago gurpilera joateagatik.
Lehenengoa: San Juan ermita pasatu eta Autobideko zubia pasa ondoren.
Bigarrena: Etxarriko autobia zubi gainean.

Hay que parar dos minutos por ir a rueda.
Primera: Pasada la ermita de san Juan, después del puente de la autovía.
Segunda: En el puente de la autovia de Etxarri Aranatz.

TXIRRINDUZKO PROBAREN PROFILA- PERFIL PRUEBA CICLISTA


ARBIZU
800
700
600
500
400
200
100
0
8
10,5
14,8
17,8
ARBIZU
KATEA
LIZARRAGA
ETXARRI ARANAZ
ARBIZU

ARBIZU



***<u>Oinezko lasterketa</u>*: Txirrinduak utzi ondoren, hasierako oinezko zirkuitoari itzuli bat eman behar zaio, 4 km egiteko. Honekin ARBIZUKO DUATLOIA bukatzen da.**

DENBORA MUGA:
Lasterketa hasieratik gehienez 2 ordu eta 35 minutu izango da azken partziala bukatzeko.

ARBIZU

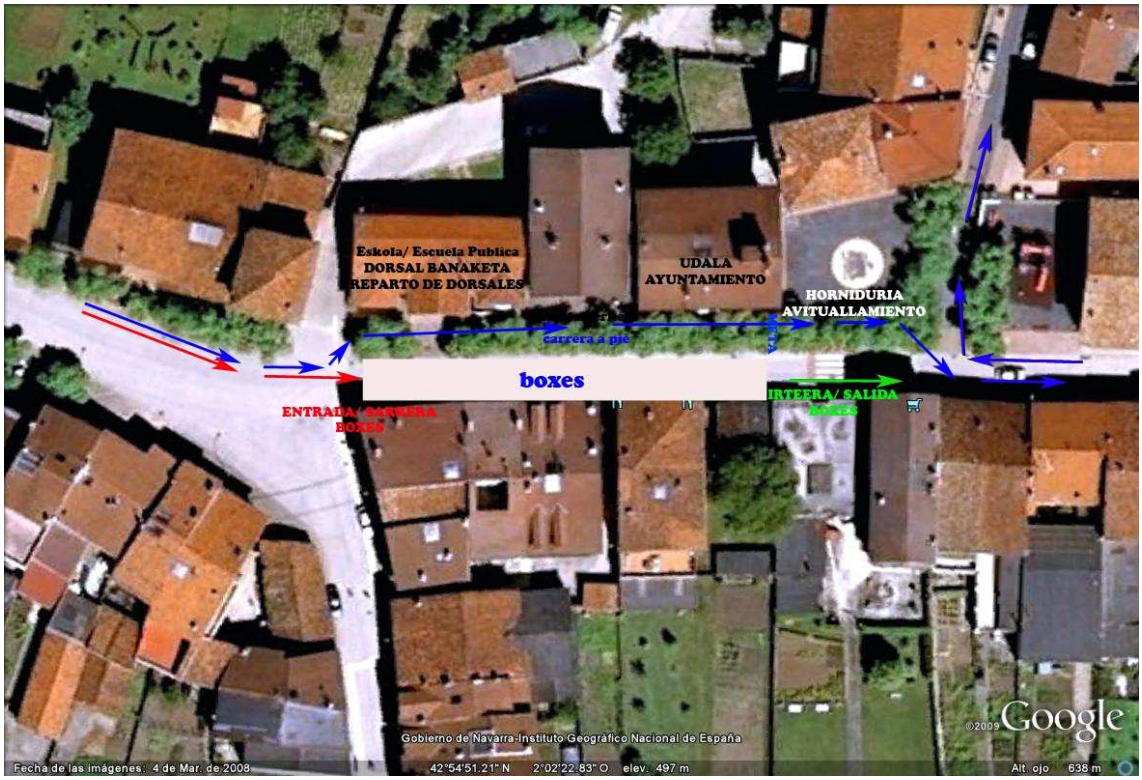
Oharra: Bigarren oinezko lasterketa honetan Kadeteek 180ºbuelta emango dute pibotean autobidetik gertu dagoen rotonda baino lehen, gainontzeko ibilbidea berdina da, 2 km eginez guztira.

Carrera a pie: Una vez terminada la prueba ciclista se deberá completar corriendo el circuito inicial hasta cubrir una distancia de 4 kms. Concluyendo con esto el DUATLON DE ARBIZU.

TIEMPO LIMITE:
2 horas y 35 minutos como máximo desde el comienzo de la carrera para acabar el último parcial.

Nota: En esta segunda carrera a pie los cadetes darán el giro de 180º en el pibote antes de la rotonda que está cerca de la autovía, el resto del recorrido será igual, con una distancia de 2 km.

- **TRANTSIZIO GUNEA**
  ZONA DE TRANSICION



- **EDARI HORNIDURA –** AVITUALLAMIENTO DE BEBIDAS

ARBIZU

Helmuga ondoan eta katean ura eskeiniko da. Lasterketa bukatu ondoren plazan edo Aldabide Elkartean.
Junto a la meta y en la Cadena se ofrecerá agua a los participantes. Y una vez finalizada la prueba se ofrecerá un refrigerio en la plaza o en la sociedad Aldabide.

- **MAILAK** - CATEGORIAS

Federazioak agintzen duen erara.

Las establecidas por la Federación.

- **PARTE-HARTZAILEAK**
  PARTICIPANTES

Gehienez ere 250 partaide onartuko dira. Hau da trantsizio gunean sartzen den gehienezko parte-hartzaile kopurua.

Se admitirán como máximo 250 participantes. Esta es la máxima capacidad del área de transición.

INFORMAZIO OROKORRA/información general: **www.sakana-mank.com**
www.navarratriatlon.com

- **IZEN-EMATEAK**

http://www.rockthesport.com/

Martxoaren 4tik 26ra

Aukerak:

Betiko ibilbidea: **Distanziak**: 8 km / 32 km / 4 km
Ibilbide herrikoia: **Distanziak**: 4 km / 16 km / 2 km
Paratriatletak: **Distanziak**: 8 km / 32 km / 4 km
Erreleboak: **Distanziak**: 8 km / 32 km / 4 km

ARBIZU

FEDERATUAK: 20 € martxoaren 22 arte, 25 € ondoren.
FEDERATUAK GABEAK: 26 € martxoaren 22arte, 30 € ondoren
Erreleboak (bikoteak): 40 **€** martxoaren 22 arte, 50 € ondoren, eta 5 € gehiago ez federatu bakoitzak

KADETE ETA JUNIOR FEDERATUAK DOHAIN

Oharra: baja hartzekotan ez da izen-ematea egitean ordaindutako dirua bueltatuko.

Paratriatletak: Arbizuko XIX. Duatloiaren antolatzaileak paratriatleten partaidetza errazteko konpromezua hartzen du, beti ere beraien beharrak betetzeko baliabideak dituen bitartean. Hau dela eta partaideei eskatzen zaie Nafarroako triatloi federazioarekin harremanetan jartzeko mzubill@hotmail.com helbidean, partaidearen beharrak jasotzeko eta dagokion neurriak hartzeko. Paratriatletak 2015eko martxoaren 17an izango dute izena emateko azken eguna.

Dortsalen banaketa: **LARUNBATA**: Martxoaren 28an 12:30tatik 15:15ra, **UDALETXEAN.**

Dortsal bakarra emango da 4 kateorratzekin. PARTEHARTZAILEAK EUREN GOMAZKO ZINTA EKARRI BEHARKO DUTE DORTSALA JARTZEKO. Dortsala zintan erantsirik jarri beharko dute eta leku ikuskorrean eraman beharko dute bularraldean oinezko lasterketa sektorean eta bizkarraldean bizikleta sektorean. Horrez gain bizikletarako dortsala, bizikletaren atzekaldean leku ikuskorrean eraman beharko dute.

INSCRIPCIONES

http://www.rockthesport.com/
Del 4 al 26 de marzo

OPCIONES
Circuito clásico: 8 km / 32 km / 4 km
Circuito popular: 4 km/ 16 km/ 2 km
Paratriatletas: 8 km / 32 km / 4 km
Relevos por parejas: 8 km / 32 km / 4 km

FEDERADOS/AS: 20 € hasta el 22 de marzo, 25 € después.

ARBIZU

NO FEDERADOS/AS: 26 € hasta el 22 de marzo, 30 € después.
Relevos: 40 € hasta el 22 de marzo, 50 € después, y 5 € más por cada no federado.

CADETE Y JUNIOR FEDERADOS GRATIS

Nota: En caso de baja no se devolverá el dinero de la inscripción.

Paratriatletas: La organización del XIX: Duatlón de Arbizu se compromete a facilitar la participación de paratriatletas, siempre que sus necesidades específicas puedan ser cubiertas por los recursos disponibles por el ayuntamiento. Para ello se solicita a los participantes que 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.

Reparto de Dorsales: **SÁBADO**: 28 de marzo de 12:30 a 15:15.
EN EL AYUNTAMIENTO

Se facilitará un único dorsal con cuatro imperdibles y un dorsal de bici. LOS DUATLETAS DEBERAN DISPONER DE UNA CINTA DE GOMA PROPIA DONDE COLOCAR EL DORSAL. En conformidad con el reglamento, deberán portar el dorsal en abdomen-pecho durante el transcurso de los dos sectores de carrera a pié y en la espalda en el transcurso del sector de ciclismo. Además deberán portar el dorsal de la bicicleta en la tija de la bicicleta.

➢ PROGRAMA

12:30-15:15 dorsalen banaketa
15:00-15:45 material kontrola trantsizio gunean
16:00 emakumezkoen proba hasiera
16:03 gizonezkoen proba hasiera
19:00 sari banaketa

12:30-15:15 Recogida de dorsales
15:00-15:45 Verificación de material en la entrada del área de transición
16:00 Inicio de la prueba femenina
16:03 inicio de la prueba masculina
19:00 Entrega de premios

➢ **DUTXAK/** DUCHAS

Dutxa eta aldagelak Arbizuko kiroldegian.

Servicio de duchas y vestuarios en el polideportivo de Arbizu.

ARBIZU

- **MATERIAL KONTROLA-** CONTROL MATERIAL

Probaren kronometrajea *championchip* txip horiaren bidez egingo da. Honen jabe ez diren partehartzaileek 5 €-ko prezioan alokatu beharko dute txipa probaren egunean bertan. Horrez gain 20 €-ko fidantza edo NANa edo federatu lizentzia utzi beharko dute. Fidantza edo nortasun agiria proba ostean berriz bueltatuko zaie.

Partaide guztiak pasatu behar dute material kontrola txapelketa aurretik. Kontrola epaileek egingo dute trantsizio leku sarreran. Kontrola proba baino ordubete lehenago hasiko da eta 15´ lehenago bukatu.
Trantsizio gunean sartzeko derrigorrezkoa da nortasun agiria edo federazioko lizentzia argazkiarekin aurkeztea. Bakarrik delegatu teknikoak, arbitro epileak eta trantzizio guneko arduradun ofizialek utziko dute bertara sartzea.
Trantsizio gunetik materiala ateratzeko, azken dualetak helmuga pasa ondoren, derrigorrezkoa da nortasun agiria edo federazioko lizentzia argazkiarekin aurkeztea antolakuntzako arduradunari.
Trantsizio gunea 19:00etan itxiko da, ordu honetatik aurrera antolakuntza ez da arduratuko bertan gelditzen den materialaz.

Duatletaren gauzak bizikletaren eskubiko aldean jarriko dira (aurretik begiratuta), boxeetan dauden denbora guztian. Trantzizio gunean lasterketarako behar diren gauzak bakarrik utziko dira, besteak aldagelan.

El cronometraje se hace mediante el chip amarillo de championchip. En caso de no disponer del mismo se deberá alquilar el día de la prueba por 5 €. Además habrá que dejar una fianza (20 € o carné de federado o dni) que se devolverá al finalizar la prueba.

Están obligados a pasar este control todos los participantes de la prueba. Dicho control será realizado por los jueces en el lugar establecido, comenzando una hora antes de la prueba y finalizando 15 minutos antes del comienzo de la misma.
Para acceder a la zona de transición será obligatorio presentar el carnet de identidad ó licencia federativa con foto. Sólo el delegado técnico, el juez árbitro, y los oficiales responsables del área de transición autorizarán la entrada a estas. El área de transición se cerrará a las 19:00 de la tarde, A partir de esta hora la organización no se hace responsable del material que pueda quedar en el área de transición.

ARBIZU

Desde el momento que el área de transición se abra y hasta su cierre, se permitida la entrada únicamente; a los duatletas que
presenten el DNI, a los jueces y árbitros de las Federación Navarra de Triatlón, al personal de organización y a los servicios sanitarios si fuera necesario.
Para la retirada del material que cada dualeta tenga en el área de transición será obligatoria la presentación del DNI o Licencia federativa. Además el dorsal de la bici no se podrá quitar de la bici hasta que esta salga de boxes.
El area de boxes se cerrará a las 19:00. La organización no se hace responsable del material que allí quede a partir de esa hora.
partir del momento que el último dualeta cruce la línea de meta.
Las pertenencias de cada dualeta se situarán en la parte derecha de la bicicleta (mirándola de frente), durante todo el tiempo que se encuentren en los boxes. En el área de transición sólo tiene que dejarse lo que se vaya a utilizar en la carrera, el resto al guardarropa.

- **MOTXILAK UZTEKO TOKIA**– ZONA PARA DEJAR MOCHILAS
  Zaindutako gune bat egongo da udaletxeko BATZAR GELAN motxilak uzteko.
  Se habilitará zona vigilada para dejar la mochila en la sala de plenos del ayuntamiento.

ARBIZU

- **SARIAK**-PREMIOS

1./1º 150 € + txapela (G/E)
2./2º 100 € (G/E)
3./3º 50 € (G/E)
1./1º Sub 23, junior, beterano 1, 2, 3: (G/E), herrikoia (G/E), erreleboak (G-G, E-E, G-E), eta paratriatletak (G/E) **herriko produktuak** ARBIZU, LAKET ETA FLORESEN eskutik.

Sakanako lehenengoei (G/E), bazkaria edo afaria bi pertsonentzako. Esfortsu froga bat zozketatuko da sakandar guztien artean Etxarri Aranazko Xalok, estetika, kirol eta elikadura zentruaren laguntzarekin.

Arbizuko lehenengoari afaria edo bazkaria bi pertsonentzako.

Zozketak:
Partaide guztien artean asteburu bateko egonaldia zozketatuko da bungalow batean ARBIZUKO EKO KANPINAREN eskutik eta 2 pertsonentzako gau bateko egonaldia Arbizuko OLATZEA HOTELEAN. Sari gehiago lortzen badira zozketatuko dira partaideen artean.

Partaide guztiei txistorra banatuko zaie DORTSALA BUELTATZERAKOAN proba bukatu ondoren.

A l@s primer@s de Sakana (H/M) comida o cena para dos personas, Se sorteará uma prueba de esfuerzo entre todos los sakandarras de la mano de Xalok, Centro estético, deportivo y nutricional de Etxarri Aranatz

Al primer@ de Arbizu, comida o cena para dos personas.

Sorteos:
Se sorteará una estancia de un fin de semana en Bugalow en el ECO CAMPING DE ARBIZU y una noche de estancia en el HOTEL OLATZEA, DE Arbizu.
Si se consiguen más premios se sortearán entre los participantes.

Se obsequiará a tod@s l@s participantes con una txistorra cuando devuelvan el dorsal al finalizar la prueba.

ARBIZUKO XIX. DUATLOIAREN LAGUNTZAILEAK:

ZUAZO.
ENEKO LAZKOZ REPARAZ.
ESTUDIO 5.
ASCENSORES ARGA.
ZUBIONDO ARRAINDEGIA.
JAKA ITURGINTZA
TÜVRheinland (ITV-IAT Arbizu).
BIKAIN GARAJEA.
RAMOS Y CIA S.L.
GALARTXA ITURGINTZA.
ARGA igogailuak.
IRUMENDI eraikuntzak.
MARI JOSE ileapaindegia.
FLORES.
LAKET.
ARBIZU Hestekiak eta pateak.
COCA-COLA.
BETELU URAK.
LONBREN DENDA.
BERRI BIKES, ALTSASU.
XALOK.
97ko KINTOAK.
ARBIZU KIROL TALDEA.
ALDABIDE ELKARTEA.
ARALAR TXIRRINDULA TALDEA.
ARBIZUKO KIROLDEGIA.
OLATZEA HOTELA.
BAXERRI JATETXEA.
ARBIZUKO KIROLDEGIKO TABERNA.

ARBIZU

ARBIZUKO EKO-KANPINA.

KARRIKA TABERNA.

ARRAUTSEKO TABERNA.

SAKANA TRIATLOI TALDEA.

SAKANAKO MANKOMUNITATEA,KIROL ZERBITZUA.

NAFARROAKO TRIATLOI FEDERAZIOA.

BERRIA.

ANTOLATZAILEA:
ARBIZUKO UDALA

Adeitasunez.

Arbizuko Udala