X Duatlón Valle de Aranguren

DOMINGO 17 DE MARZO DE 2024

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 X Duatlón Valle de Aranguren se celebrará el domingo 17 de marzo del 2024 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 11 de marzo tanto para federados como para no federados. No se admitirán inscripciones el día de la prueba. Máximo de 250 inscripciones.

<table>
<tr><th rowspan="2">PRECIOS</th><th colspan="2">ABSOLUTO</th><th colspan="2">POPULAR</th><th rowspan="2">RELEVOS</th></tr>
<tr><th>FEDERADOS</th><th>NO FEDERADOS</th><th>FEDERADOS</th><th>NO FEDERADOS</th></tr>
<tr><td>Hasta el 4/03</td><td>20 €</td><td>26 €</td><td rowspan="2">9 €</td><td rowspan="2">15 €</td><td>35 €</td></tr>
<tr><td>A partir del 5/03</td><td>25 €</td><td>31 €</td><td>40 €</td></tr>
</table>

En el precio de los no federados está incluido el seguro de día.
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. (7 de marzo de 2024 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.

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 (2015-2016)	500 m	1	1.8 km	1	250 m	1
10:00	ALEVÍN (2013-2014)	1000 m	2	3.6 km	2	500 m	1
10:40	INFANTIL (2011-2012)	2000 m	2	5.4 km	3	1000 m	1
11:15	CADETE (2009-2010)	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	2500 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**.

HORARIO ESTIMADO CONTROL DE MATERIAL		
CATEGORÍAS	**APERTURA**	**CIERRE**
BENJAMÍN, ALEVÍN	9:20	9:40
INFANTIL, CADETE	10:20	10:35
JUVENIL, JUNIOR, ABSOLUTO, RELEVOS Y POPULAR	11:35	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		
DUATLÓN POPULAR (FEMENINO)	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 el primer segmento de carrera a pie y una vuelta en el tercero, antes de dirigirse a la zona de meta.

Segundo segmento: CICLISMO

El sector de ciclismo 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 ciclismo 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 cual 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 el primer segmento de carrera a pie y una vuelta en el tercero, antes de dirigirse a la zona de meta.

Segundo segmento: CICLISMO

El sector de ciclismo 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 deberá dar una vuelta al circuito, tanto en el primer segmento como en el tercero.

Segundo segmento: CICLISMO

El sector de ciclismo 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

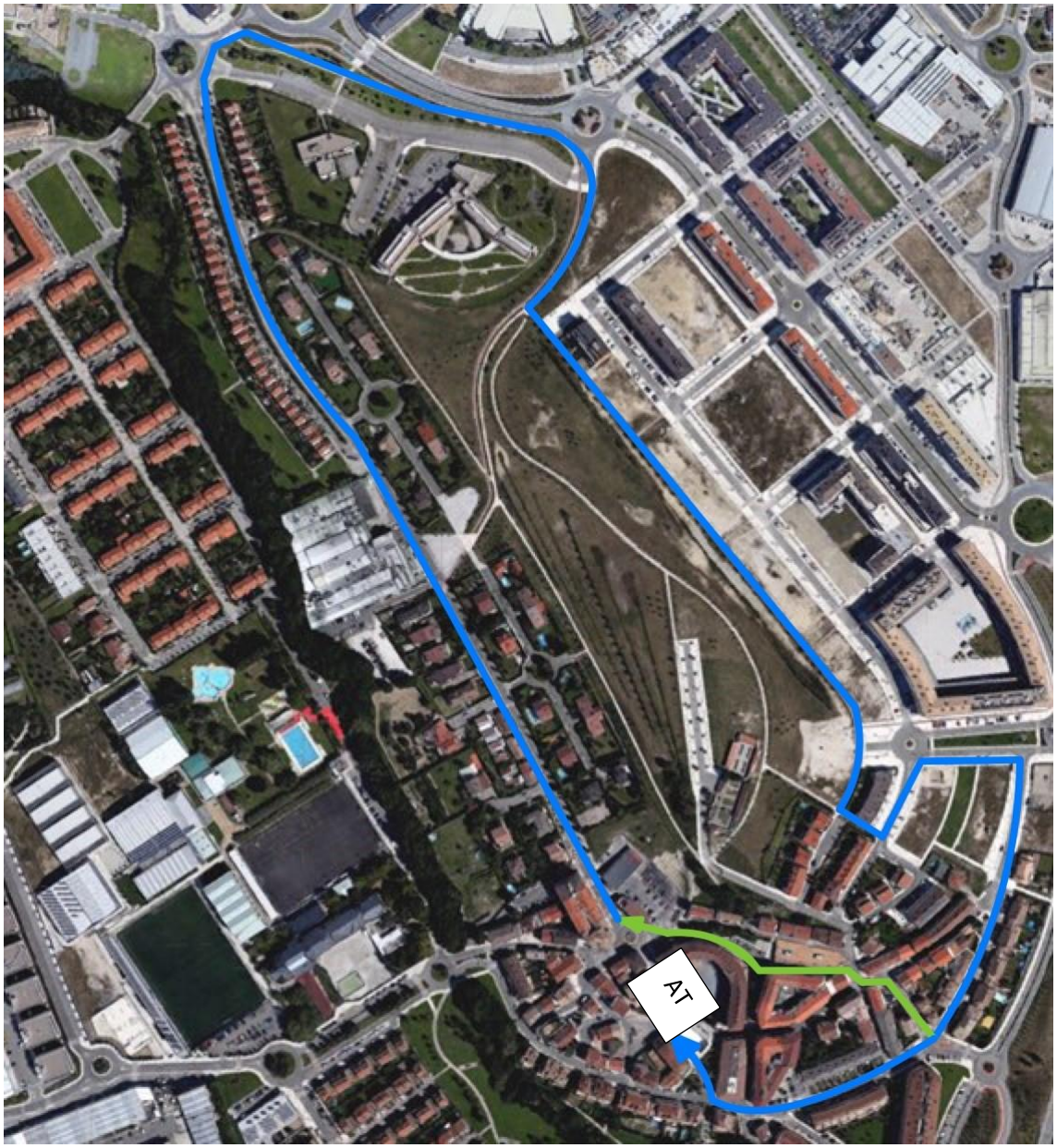
oficiales de la Federación Navarra de Triatlón. El chip de la carrera lo facilitará la Organización durante el control de material.

- 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

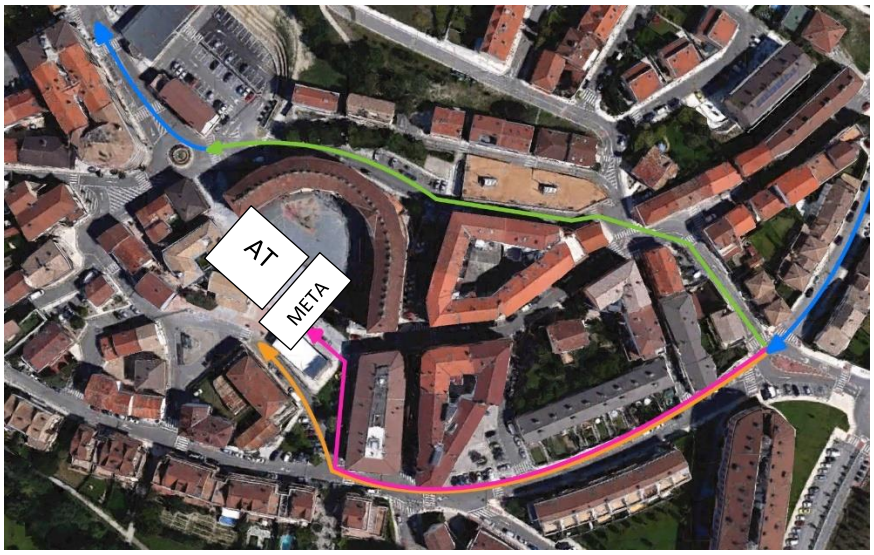
1. CATEGORÍAS JUVENIL, JUNIOR, ABSOLUTA, RELEVOS Y POPULAR:

- **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 circuito se muestra en color azul y el enlace de la primera vuelta a la segunda se muestra en color verde.

En la categoría popular se deberá dar una vuelta al circuito en ambos segmentos, sin hacer el enlace.



Detalle llegada carrera a pie

Primer y tercer segmento:

Partiendo de la plaza Mutiloa, los duatletas se dirigirán por la Avenida Pamplona hacia la zona de Mutilnova. Una vez rodeada la residencia Amma Mutilva, girarán a la izquierda para tomar el carril bici del Paraje Entremutilvas hasta llegar a la parte alta de Mutilva Baja donde llegarán hasta la Avenida del Sadar. Recorrerán toda la Avenida del Sadar hasta llegar a la plaza Mutiloa, completando la vuelta.

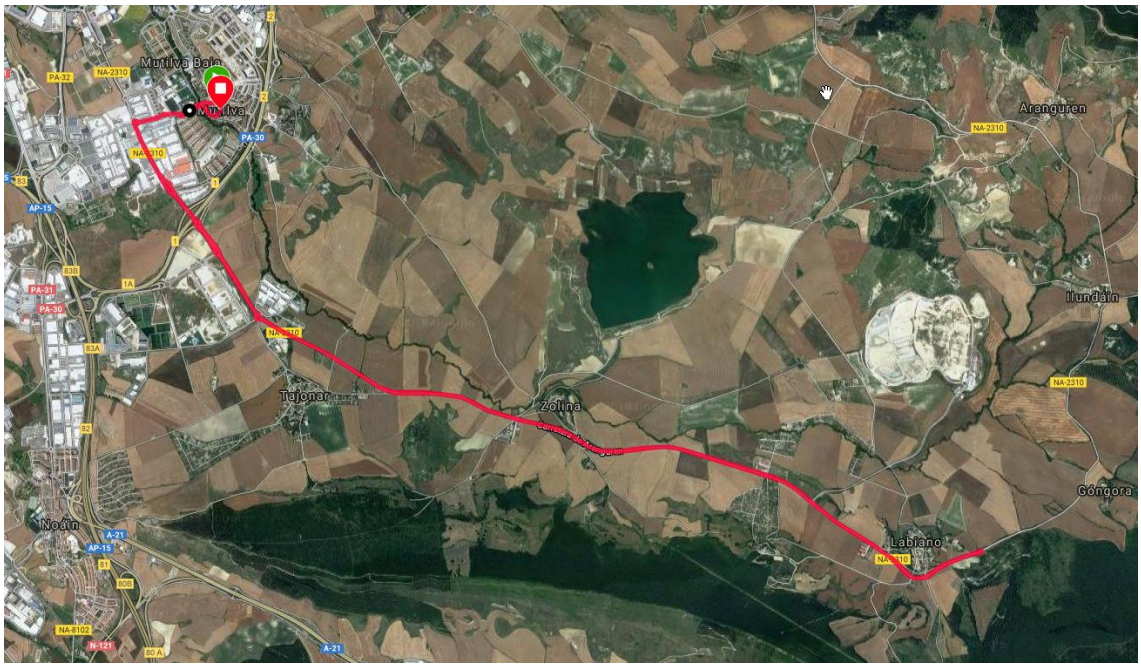
En la primera vuelta se pasará rodeando la plaza Mutiloa por la calle Las Escuelas, para incorporarse al circuito de nuevo. La categoría popular irá directamente hacia la plaza Mutiloa sin hacer el enlace.

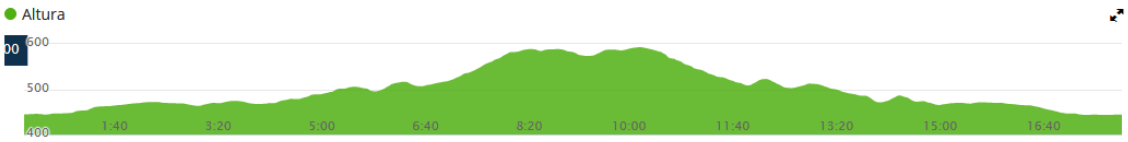
La llegada al área de transición (en color naranja) y a la meta (en color rosa) se realizará desde la Avenida del Sadar mientras que la salida será por la zona del ayuntamiento.

- **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

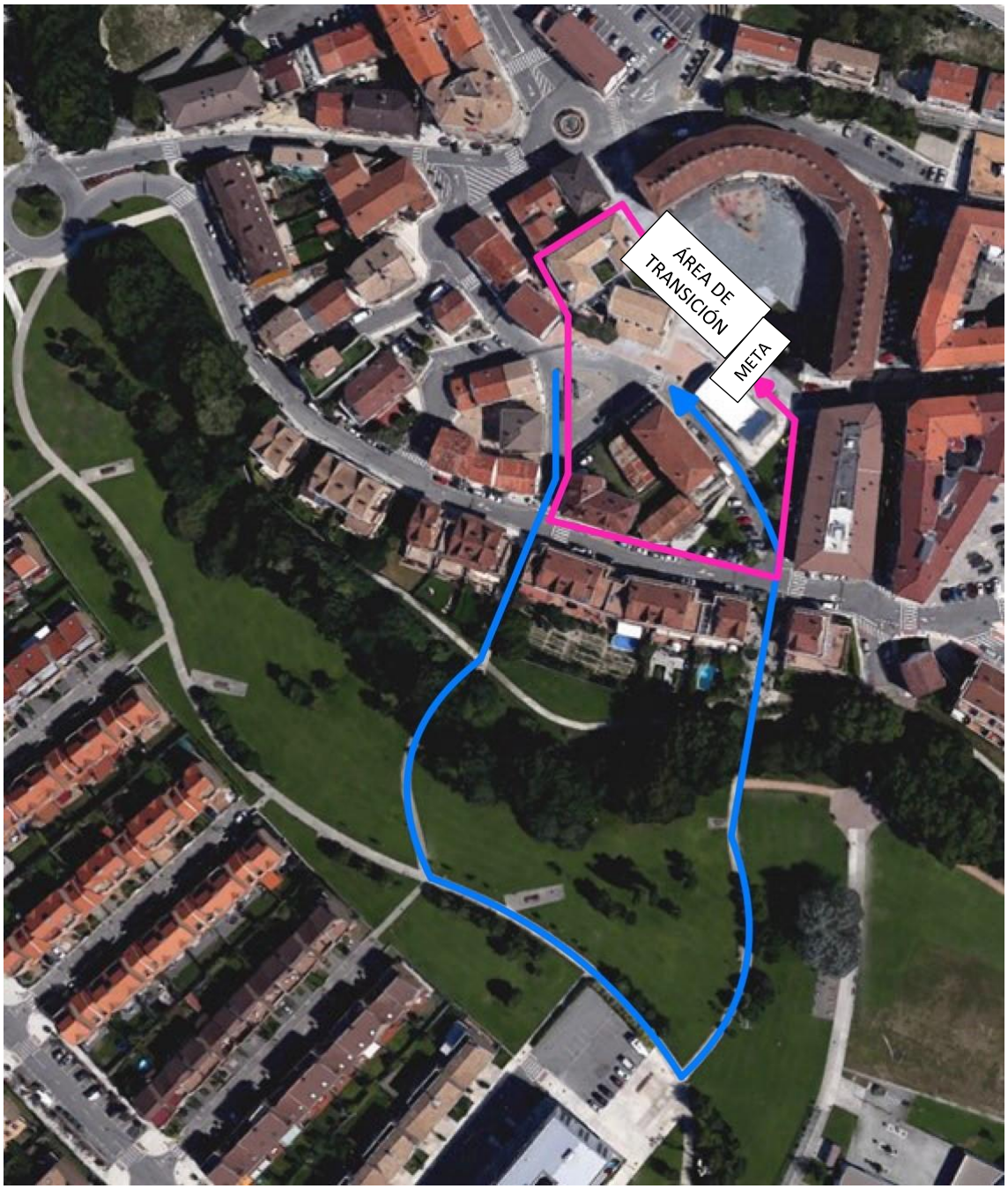
- **ÁREA DE TRANSICIÓN:**

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 de este.

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

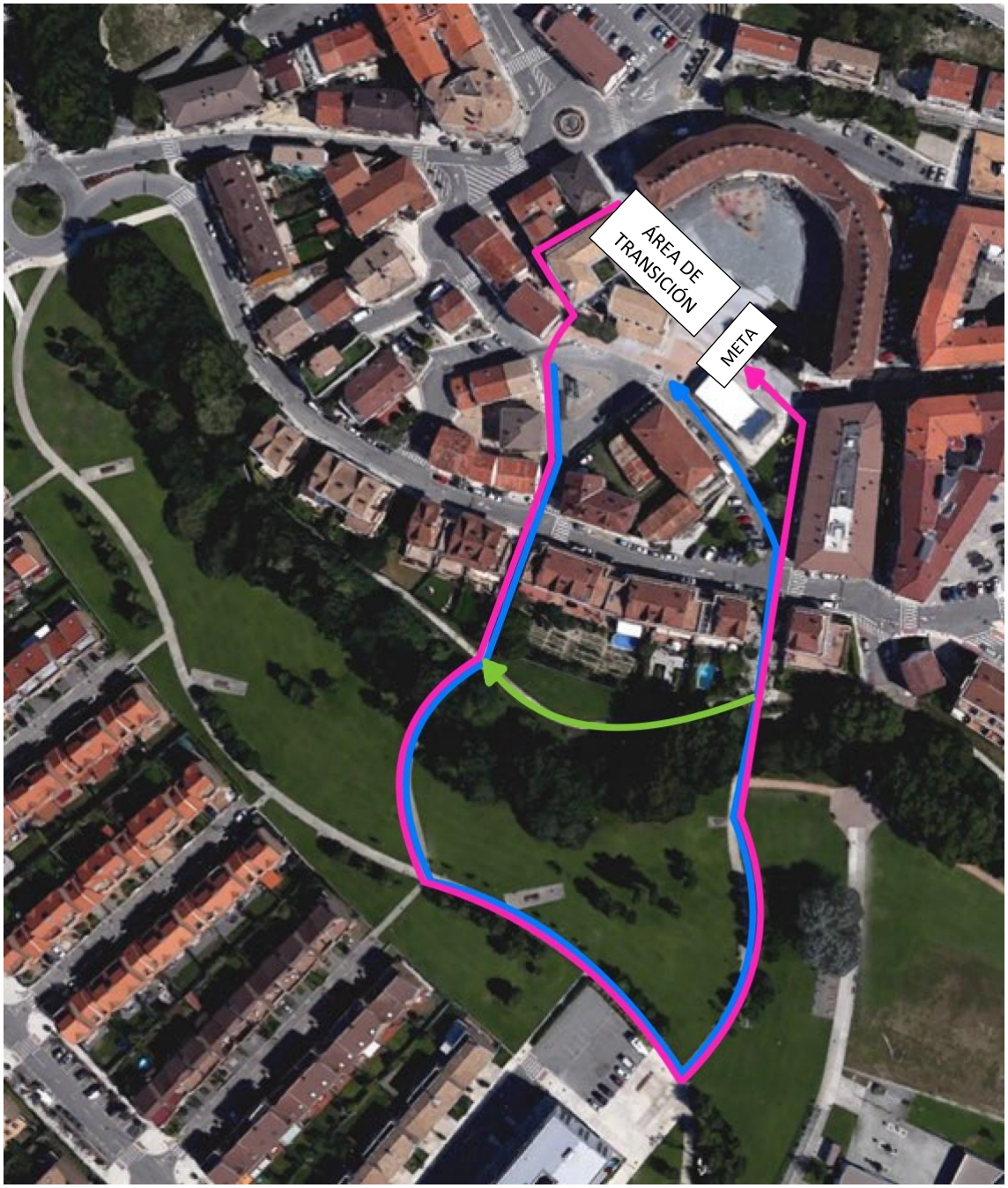
- **CARRERA A PIE:**

3.1 BENJAMÍN:



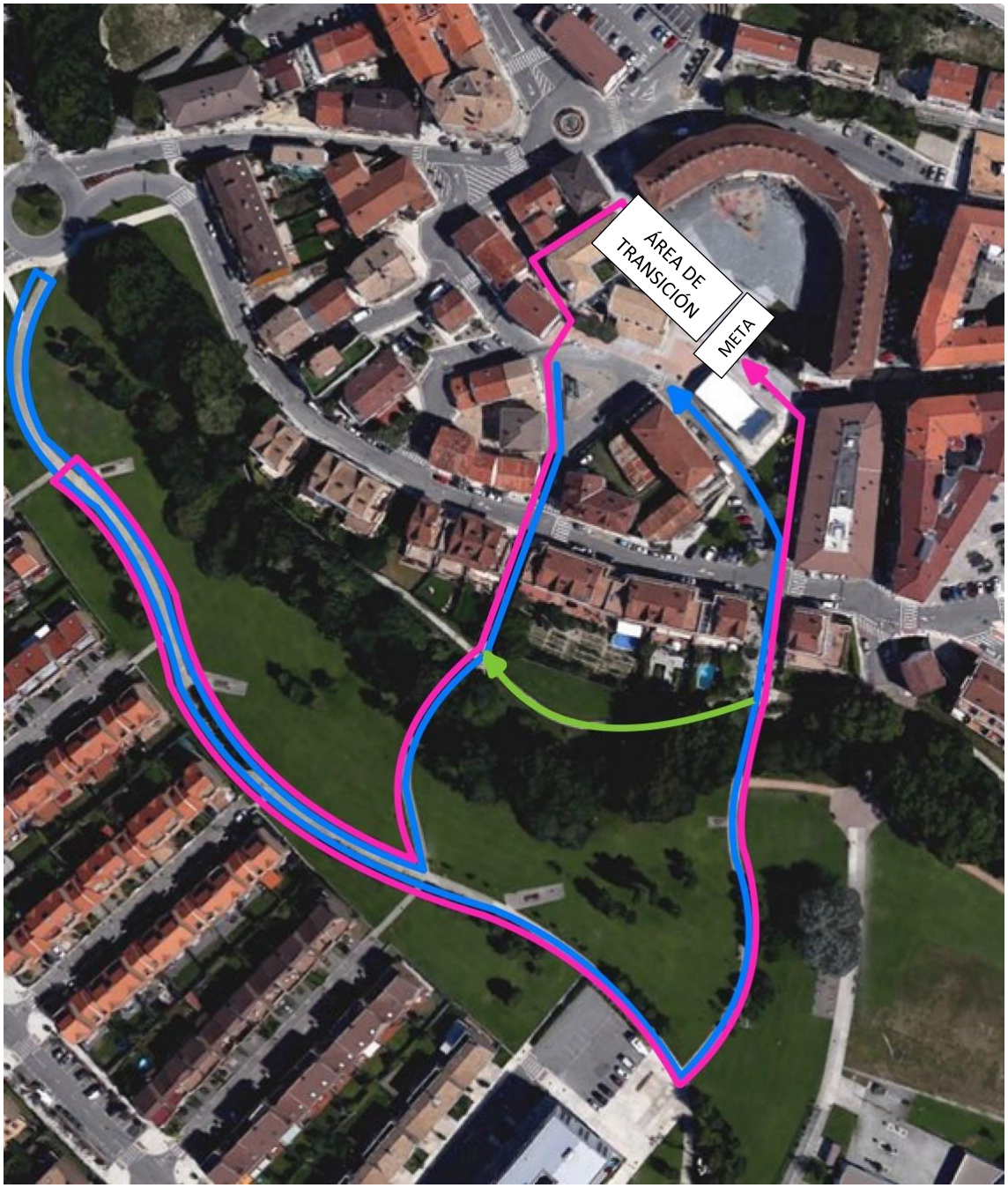
El primer segmento se muestra en color azul y se deberá dar una vuelta al circuito. El tercer segmento se muestra en color rosa y se deberá dar una vuelta al circuito.

3.2 ALEVÍN:



El primer segmento se muestra en color azul y se deberán dar dos vueltas. El enlace de la primera vuelta a la segunda se muestra en color verde. El tercer segmento se muestra en color rosa y se deberá dar una vuelta.

3.3 INFANTIL Y CADETE:



El primer segmento se muestra en color azul y se deberán dar dos vueltas. El enlace de la primera vuelta a la segunda se muestra en color verde. El tercer segmento se muestra en color rosa y se deberá dar una vuelta.

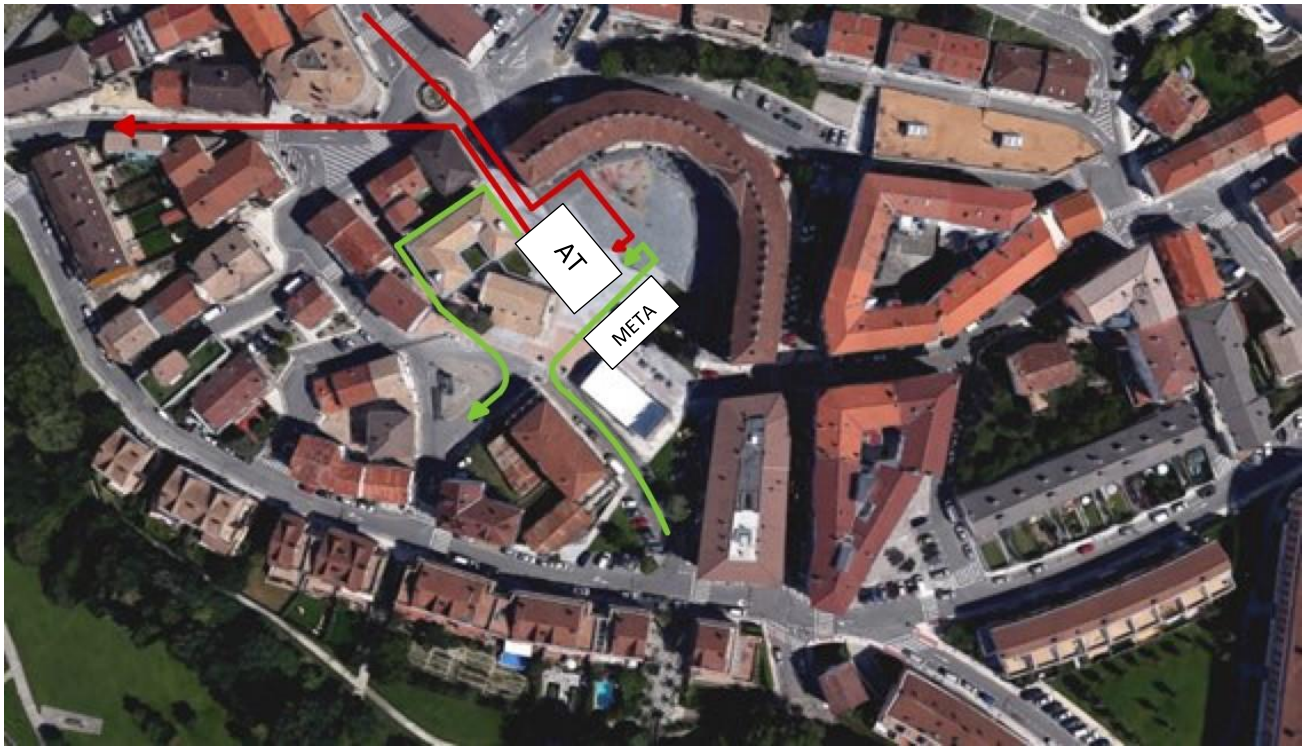
- **CICLISMO:**

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.