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

SAKANAKO XIII. HAUR TRIATLOIA

AURKIBIDEA

Orrialdea

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

2. Partaideak..... 3

3. Ibilbideak:

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

4. Izen emateak..... 9

5. Arautegia..... 9

6. Informazio interesgarria..... 10

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

1. DATA, TOKIA ETA KOKALEKUA

DATA: 2014ko uztailak 19an

ORDUA: 1.go lasterketaren hasiera: 10:30etan

DORSAL JAKINARAZPENA, MARKATZEA, BOXAK ETA HELMUGA: Urdiaingo igerilekuan

IRTEERA: Urdiaingo igerilekua.

URDIAINEKO MAPA ETA IPARRALDEAN IGERILEKUA

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
9:45-10:15	10:30	Aurreben jaminak	2006tik 2009ra	12.5 m zabaletara	1000 m Buelta 1	200 m Buelta 1
9:45-10:15	10:45	Benjaminak	2005-2004	54 m 2 luze	1500 m Buelta 1	300 m Buelta 1
11:00-11:15	11:20	Alebinak	2003-2002	112 m 4 luze	3000 m Buelta 1	500 m Buelta 1
11:00-11:15	11:40	Haurrak	2001-2000	224 m 8 luze	6000 m 2 buelta	1000 m Buelta 1
12:20-12:30	12:40	Kadeteak	1999-98-97	336 m 12 luze	9000 m 3 buelta	2000 m 2 buelta
12:20-12:30	12:40	Junior	1995tik 1996ra	336 m 12 luze	9000 m 3 buelta	2000 m 2 buelta

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

3. IBILBIDEAK

3.1. AURREBENJAMINAK

MATERIAL KONTROLAREN ORDUTEGIA	LASTERKETA HASIERAREN ORDUTEGIA	MAILAK	JAIOTZE DATA	DISTANTZIAK IGERIKETA	DISTANTZIAK TXIRRINDUA BTT	DISTANTZIAK OINEZKO LASTERKETA
9:45-10:15	10:30	Aurreben jaminak	2006tik 2009ra	12.5 m zabaletara	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.

3.2. BENJAMINAK

MATERIAL KONTROLAREN ORDUTEGIA	LASTERKETA HASIERAREN ORDUTEGIA	MAILAK	JAIOTZE DATA	DISTANTZIAK IGERIKETA	DISTANTZIAK TXIRRINDUA BTT	DISTANTZIAK OINEZKO LASTERKETA
9:45-10:15	10:45	Benjaminak	2005-2004	54 m 2 luze	1500 m Buelta 1	300 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 (300 m)
Oraingoan eskubitara joko dute 150 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
11:00-11:15	11:20	Alebinak	2003-2002	112 m 4 luze	3000 m Buelta 1	500 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 (500 m)
Oraingoan eskubitara joko dute 250 m pistatik egiteko, pibotean 180ºko buelta hartu eta igerileku aurrera bueltatu, non helmuga kokatuko den.

3.4. HAURRAK

MATERIAL KONTROLAREN ORDUTEGIA	LASTERKETA HASIERAREN ORDUTEGIA	MAILAK	JAIOTZE DATA	DISTANTZIAK IGERIKETA	DISTANTZIAK TXIRRINDUA BTT	DISTANTZIAK OINEZKO LASTERKETA
11:00-11:15	11:40	Haurrak	2001-2000	224 m 8 luze	6000 m 2 buelta	1000 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 (1000 m)
Oraingoan eskubitara joko dute 500 m pistatik egiteko, pibotean 180ºko buelta hartu eta igerileku aurrera bueltatu, non helmuga kokatuko den.

3.5. KADETE ETA JUNIOR

MATERIAL KONTROLAREN ORDUTEGIA	LASTERKETA HASIERAREN ORDUTEGIA	MAILAK	JAIOTZE DATA	DISTANTZIAK IGERIKETA	DISTANTZIAK TXIRRINDUA BTT	DISTANTZIAK OINEZKO LASTERKETA
12:20-12:30	12:40	Kadeteak	1999-98-97	336 m 12 luze	9000 m 3 buelta	2000 m 2 buelta
12:20-12:30	12:40	Junior	1995tik 1996ra	336 m 12 luze	9000 m 3 buelta	2000 m 2 buelta

TXIRRINDUA (9000 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 hiru buelta emango diote. Berriz boxetara sartuko dira eta 2.segmentua bukatu da.

OINEZKO LASTERKETA (2000 m)
Oraingoan eskubitara joko dute 500 m pistatik egiteko, pibotean 180ºko buelta hartu eta igerileku aurrera bueltatu, ibilbide honi bi buelta eman beharko diote, ondoren helmugara sartuko dira.

4. IZEN EMATEAK

Izen emateak on line egingo dira http://www.rockthesport.com/ helbidean ostegunerarte, uztailak 17, 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 XIII. Triatloia Sakanako Mankomunitateak antolatzen du. Sakanako Triatloi taldea, Aitziber elkartea, Urdiaingo Udala eta Nafarroako Triatloi Federazioaren laguntzarekin.

2. Boxeak 9:45etan zabalduko dira aurrebenjamin eta benjamin mailentzako, eta 10:15etan itziko dira. Benjamin froga bukatu ondoren, 11:00tan, boxeak zabalduko dira alebin eta haur mailentzako eta 11:15etan itziko dira, alebinen froga hasi baino 5 minutu lehenago. Haur mailako froga bukatu ondoren, 12:20etan, boxeak zabalduko dira kadete eta junior mailentzako, eta itziko dira 12:30, froga hasi baino 10 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 partaideek ezin dute kanpoko laguntzarik jaso, ezta antolakuntzako ez den ibilgailuen atzetik ibili ere ez.

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

8. Istripuak geratzen 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.

6. INFORMAZIO INTERESGARRIA

- Froga bukatu ondoren partaideak Urdiaingo igerilekuko aldageletan dutxatu ahal izango dira.
- Partaide guztiei ogitartekoa eta zukua banatuko zaie.
- 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.
- Zalantzak argitzeko edo proposamenak egiteko antolakuntzarekin harremanetan jarri kirolak@sakana-mank.com helbidean edo 948 46 48 66 telefonoan.

sakana triatloia taldea

FEDERACIÓN NAVARRA DE TRIATLÓN
NAFAR TRIATLOI FEDERAZIOA

aitziber D.C.

URDIAINGO UDALA