XX TRIATLON DE ARITZALEKU
ARITZALEKUKO XX. TRIATLOI

CAMPEONATO NAVARRO DE TRIATLÓN SUPER SPRINT

CARRERA SUPERSPRINT (puntuable Ranking Nacional)

Distancias:

- Sprint
- Super Sprint / JDN

Juegos Deportivos de Navarra
Nafarroako Kirol Jokoak

Camping Aritzaleku LERATE (NAVARRA)

Aritzaleku Kanpina LERATE (NAFARROA)

Revisado:
5 de mayo de 2023 (V2)

1.- Lugar 3
2.- Como llegar 3
3.- Fecha y Horarios 4
4.- Distancias 4
5.- Inscripciones 5
6.- Precios 5
7.- Programa 6
8.- Premios 6
9- Entrega de Dorsales 6
10- Servicio Mecánico de Bicicletas 7
11- Registro de Bicicletas (Área de Transición) 7
12- Estacionamiento de Vehículos 7
13- Seguridad y Normativa 7
14- Responsabilidad 8
15- Descripción de la Prueba: Distancias, Reglamentos y Recorridos 9
15.1 TRIATLÓN SPRINT 9
15.2 TRIATLÓN SUPER SPRINT / SUPER SRPINT JDN 12
16- INFORMACIÓN DE INTERES 15
17- COMIDA Y FIESTA POSTERIOR 15
18- VOLUNTARIOS 15
19- DESCUENTOS CAMPING ARITZALEKU 16
20- CONSULTAS Y DUDAS 16

1.- Lugar

Camping Aritzaleku – Embalse de Alloz – Lerate Navarra

2.- Como llegar

Distancias en Km desde:

- Pamplona 42 km.
- Logroño 63 km.
- Vitoria 84 km.
- San Sebastián 125 km.
- Bilbao 165 km.
- Zaragoza 175 km.

Desde Pamplona coger Autovía A-12 Pamplona-Logroño
Tomar la salida nº 31 en dirección a Alloz hasta llegar a Lerate – Camping Aritzaleku.

Dirección en google (pincha aquí):
https://www.google.es/maps/place/Camping+Aritzaleku+kanpina/@42.6704173,-2.0200118,11z/data=!4m8!3m7!1s0xd5064e53c0ad1e9:0x4167d0eb732bcc86!5m2!4m1!1i2!8m2!3d42.719843!4d-1.9400927

3.- Fecha y Horarios

Sábado 13 de mayo de 2023

Horarios		
Carrera 1	8:45	Triatlón Sprint Femenino y Masculino
	8:50	Triatlón Sprint Relevos
Carrera 2	11:00	Triatlón Super Sprint JDN
	11:10	Triatlón Super Sprint

4.- Distancias

Sprint 750 m (natación)+ 20,5 km (bicicleta)+ 5 km (carrera a pie)
Super Sprint 400 m (natación)+ 13 km (bicicleta) + 2,5 km (carrera a pie)

Importante:

- El Triatlón Sprint Relevos, la edad mínima para participar es para los nacidos en el año 2007 (16 años).

5.- Inscripciones

- Triatlón **Sprint y Super Sprint** en www.triatlonaritzaleku.com
- **Triatlón JDN** en https://www.navarratriatlon.com/triatlon/competiciones

Fecha apertura inscripciones	Martes 15 Febrero 22 (10:00 h.) Hasta 8 Mayo-22 (23:59 h.)
Fecha fin inscripciones	8 mayo 2022 (23:59 h.) o cierre previo por llenar todas las plazas

Las inscripciones se podrán cerrar antes de dicha fecha si se llega al cupo máximo de participantes estipulado por la organización.

Una vez realizada la inscripción no se atenderán devoluciones, se aplicarán las condiciones sobre las mismas que se ACEPTAN por parte de cada triatleta al rellenar el formulario de inscripciones.

6.- Precios

PRECIOS XX TRIATLÓN ARITZALEKU - 20º ANIVERSARIO			
Distancia	€ Inscripciones (Federados) *		
	15 febrero al 15 marzo	16 marzo al 15 abril	16 abril al 8 mayo
Triatlón Sprint Femenino y Masculino	30 €	40 €	50 €
Triatlón Sprint Relevos (€ x cada inscrito)	30 €	40 €	50 €
Triatlón Super Sprint	20 €	30 €	40 €

OBSERVACIONES:

* Triatlón Sprint Relevos (min. 2 pax/máx 3 pax)

* No federados 10 € en concepto de seguro día

* No hay devoluciones

7.- Programa

PROGRAMA XX TRIATLÓN ARITZALEKU - 13 MAYO 2023		
	HORARIOS	
		VIERNES, 12 MAYO
	18 h a 21 h	Entrega de Dorsales Sprint y Super Sprint
		SABADO, 13 MAYO
	7:30 h a 11:45 h	Entrega de Dorsales Sprint y Super Sprint
Carrera 1	**7:15 a 8:30 h**	Apertura/Cierre de Área de Transición Triatlón Sprint
	8:35	Cámara de llamadas
	8:45	**Triatlón Sprint Femenino y Masculino**
	8:50	**Triatlón Sprint Relevos**
Carrera 2	**09:45 h a 10:45 h**	Apertura/Cierre de Área de Transición Triatlón Super Sprint
	10:50	Cámara de llamadas
	11:00	**Triatlón Super Sprint JDN**
	11:10	**Triatlón Super Sprint**
	13:00	Entrega de Premios

8.- Premios

	PREMIOS - XX TRIATLÓN DE ARITZALEKU				
	Sprint			Super Sprint	
	Mujeres	Hombres	Relevos	Mujeres	Hombres
1º	250 € y Txapela		1 Jamón	150 € y Txapela	
2º	125 €		-	75 €	
3º	60 €		-	40 €	

9- Entrega de Dorsales

Es obligatorio presentar el DNI para recoger dorsal. Se podrá recoger el dorsal en nombre de otra persona presentando su DNI o una foto del mismo.

En el caso del Triatlón SPRINT RELEVOS, uno de los miembros del equipo deberá ser el que recoja el dorsal. Presentará su DNI y copia del DNI de los compañeros.

A cada participante se le entregará un sobre con la siguiente documentación:

- 1 Dorsal de corredor: que deberá ponerse obligatoriamente en un porta dorsal que será propiedad de cada triatleta.
- 1 Dorsal pegatina para bicicleta: se situará en la tija de la bicicleta.
- 1 Dorsal pegatina casco: se fijará en la parte frontal del casco.
- 3 Imperdibles
- 1 Gorro de Natación
- 1 Pulsera de Acreditación
- 1 ticket de comida (previa reserva en el momento de la inscripción).

Si tienes algún problema o duda habrá una zona de INFORMACIÓN AL TRIATLETA en el local de recogida de dorsales.

10- Servicio Mecánico de Bicicletas

NO habrá servicio de mecánico de bicicletas.

11- Registro de Bicicletas (Área de Transición)

Estarán los oficiales de la Federación Navarra de Triatlón para comprobar los requisitos de la normativa de la FETRI.

La entrada a el área de transición obliga a que la bicicleta tenga ya colocado su dorsal de tija. Se entregará un chip a cada participante que deberá ser devuelto al cruzar la línea de meta.

Todos los participantes que corran en el TRIATLÓN SPRINT RELEVOS, deberán pasar control de material juntos.

12- Estacionamiento de Vehículos

Embalse de Alloz -Camping Aritzaleku.

El estacionamiento de vehículos será el parking municipal ubicado a pie de Embalse.
Está situado a escasos metros de la zona de área de transición.

13- Seguridad y Normativa

La normativa a aplicar es la actual de la FETRI y su conocimiento es de obligado cumplimiento para poder participar.

https://triatlon.org/wp-content/uploads/2022/12/2023.Reglamento-de-Competiciones-FETRI.pdf

La prueba se desarrolla a tráfico abierto y es responsabilidad del participante respetar el código de circulación.

La organización pondrá voluntarios y policía en los distintos cruces para facilitar el tránsito de los participantes en el circuito de ciclismo.

La organización cuenta con dos ambulancias, embarcaciones, piragüas y un servicio médico que estarán presentes durante la celebración del triatlón para cuidar la salud de los y las participantes.

14- Responsabilidad

Los deportistas deberán:

- Ser responsables de su propia seguridad y la del resto de deportistas.
- Conocer y respetar el reglamento de competiciones.
- Conocer los recorridos.
- Obedecer las indicaciones de los oficiales.
- Cumplir con el Reglamento General de Circulación al tratarse de una prueba deportiva con tráfico abierto.
- Tratar al resto de deportistas, oficiales, voluntarios y espectadores con respeto y cortesía.
- Evitar el uso de lenguaje abusivo.
- Informar a un oficial si se retiran de la competición y entregarle su dorsal.
- Respetar el medioambiente de la zona en la que se celebra la competición, no abandonando ni arrojando objetos, ni actuando de forma agresiva con el entorno.
- No tirar bidones, vasos, botella fuera de las zonas habilitadas para ello que serán 25 mts antes y después de los avituallamientos.

15- Descripción de la Prueba: Distancias, Reglamentos y Recorridos

15.1 TRIATLÓN SPRINT

Se deberán recorrer 750 m. de natación, 20 km. en bicicleta y 5 km. de carrera a pie.

Una vez finalizado el triatlón habrá que recoger la bicicleta y la mochila de consigna y abandonar la sede con el objeto de poder dar acceso a los triatletas que participan en el triatlón Sprint. Queda terminantemente prohibido quedarse en la zona de transición.

NATACIÓN: 750 M. (1 VUELTAS)

La salida de Natación se realizará saliendo desde el arco de natación.

Los participantes serán llamados minutos antes del inicio de la prueba para entrar en el área de salida.

Se darán 1 vueltas a un circuito de 750 m señalizado con boyas que se dejarán siempre a la derecha.

ATENCIÓN al paso obligatorio por algunas boyas.

La temperatura del agua determinará si se puede usar el traje de neopreno.

CICLISMO: 20 KM. (1VUELTA)

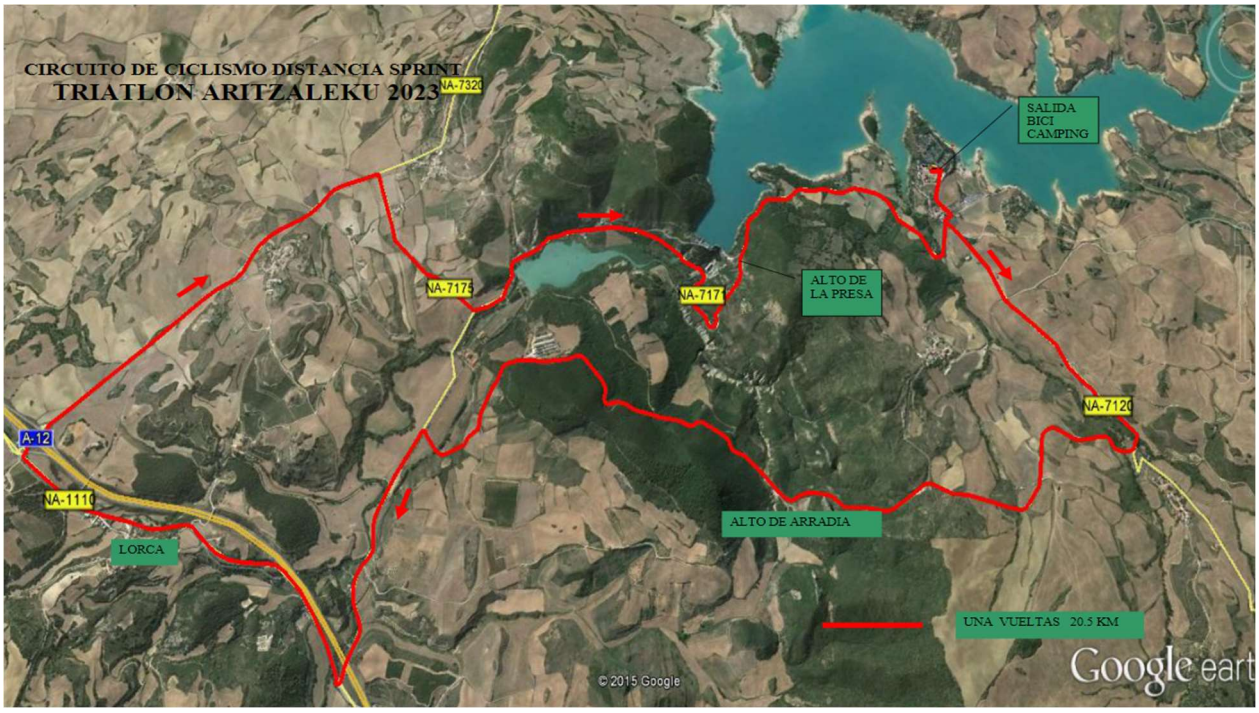
El circuito de bicicleta estará compuesto por una vuelta a un circuito mixto de carretera.

El tráfico estará abierto a la circulación solo en el sentido de la carrera. Los participantes deberán cumplir el código de la circulación, circulando siempre lo más próximo al margen derecho de la calzada y sin recortar en las curvas. Será obligatorio llevar el casco abrochado siempre que se esté en contacto con la bicicleta.

RECORRIDO: Desde la salida de área de transición en el camping Aritzaleku cogemos la carretera NA 7120 en dirección a Garisoain. Nos encontramos con el cruce de la N 7123 que sube al alto de Arradia por la que circularemos hasta bajar la cuesta de Arradia encontrarnos con el cruce de la carretera N 7171 que lleva al pantano. Aquí cogeremos a la izquierda por la N 7171 hasta llegar al cruce de la N 1110 que cogeremos a la derecha en dirección a Estella pasando por Lorca.

Continuamos hasta encontrarnos con la rotonda del cruce a Lacar y Alloz y giraremos a la derecha por la N 7320 en dirección Alloz pasando por Lacar. Antes de llegar a Alloz cogemos a la derecha por la N 7175 en dirección a la carretera del pantano. Nos encontramos con el cruce de la N 7171 donde giramos a la izquierda y encaramos la carretera que sube al pantano pasando por la presa hasta el cruce del camping Aritzaleku donde hemos salido.

No habrá avituallamientos.



CARRERA A PIE: 5 KM. (2 VUELTAS)

La carrera a pie transcurre por los alrededores de Lerate en dirección a la presa del embalse de Alloz.

Habrá que dar cuatro vueltas al circuito de 2,5 km antes de llegar a meta.

Habrá dos puntos de avituallamiento de sólido y líquido en cada vuelta.

15.2 TRIATLÓN SUPER SPRINT / SUPER SRPINT JDN

Se deberán recorrer 400 m de natación, 13 km en bicicleta y 2,5 km de carrera a pie.

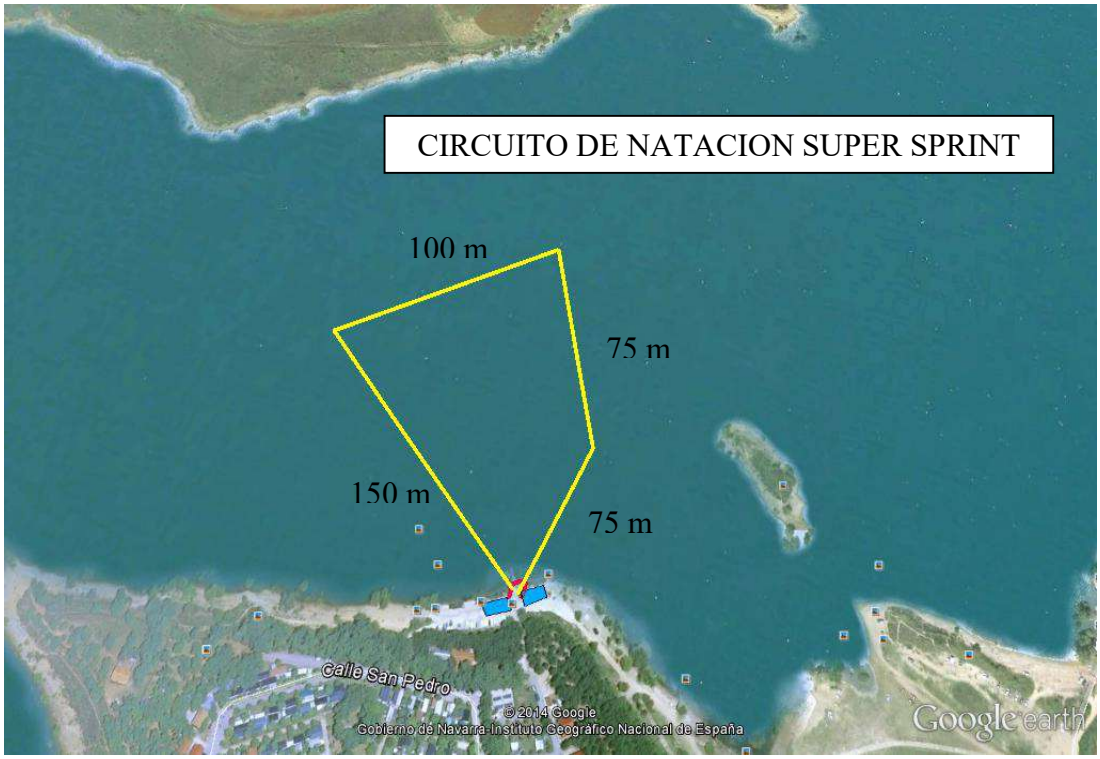
Una vez finalizado el triatlón habrá que recoger la bicicleta y la mochila de consigna y abandonar la sede. Queda terminantemente prohibido quedarse en la zona de transición.

NATACIÓN: 400 M. (1 VUELTA)
La salida de Natación se realizará saliendo desde el arco de natación.

Los participantes serán llamados minutos antes del inicio de la prueba para entrar en el área de salida.

Se darán 1 vuelta a un circuito de 400 m señalizado con boyas que se dejarán siempre a la derecha.

ATENCIÓN al paso obligatorio por algunas boyas.



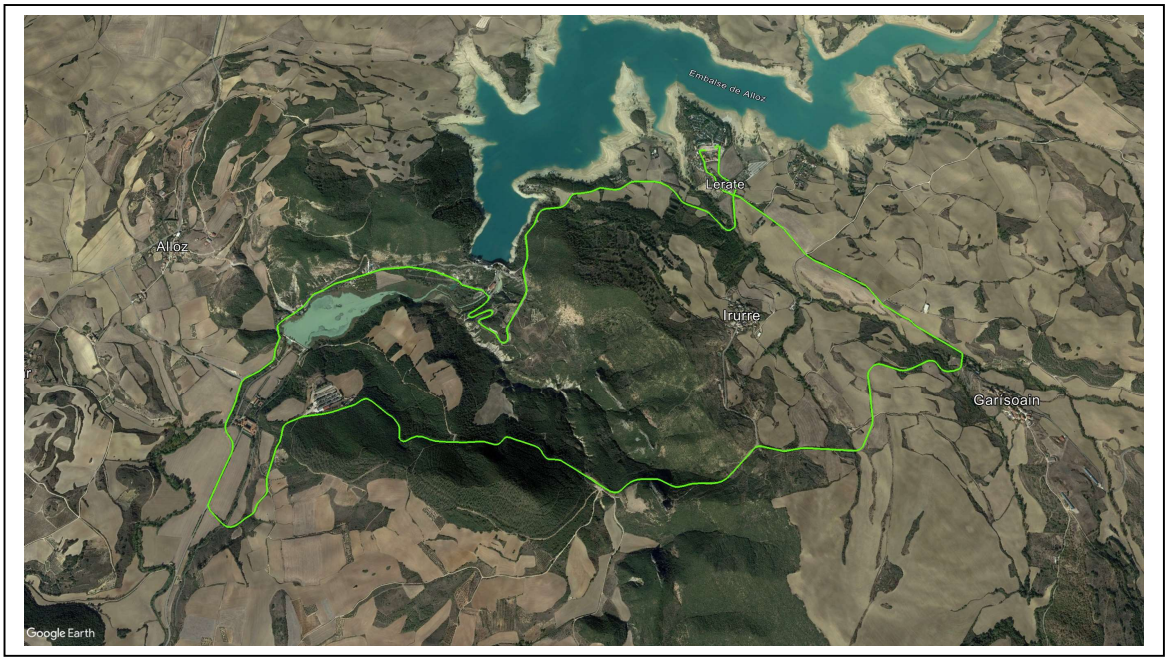
CICLISMO: 13 KMS. (1VUELTA)

El circuito de bicicleta estará compuesto por una vuelta a un circuito de carretera que tendrá una distancia de 13 km.

El tráfico estará abierto a la circulación solo en el sentido de la carrera. Los participantes deberán cumplir el código de la circulación, circulando siempre lo más próximo al margen derecho de la calzada y sin recortar en las curvas. Será obligatorio llevar el casco abrochado siempre que se esté en contacto con la bicicleta.

RECORRIDO: Desde la salida de área de transición en el camping Aritzaleku cogemos la carretera NA 7120 en dirección a Garisoain. Nos encontramos con el cruce de la N 7123 que sube al alto de Arradia por la que circularemos hasta bajar la cuesta de Arradia encontrarnos con el cruce de la carretera N 7171 que lleva al pantano.

Continuamos por la carretera que sube al pantano pasando por la presa hasta el cruce del camping Aritzaleku donde hemos salido.



CARRERA A PIE: 2,5 KM. (1 VUELTA)

La carrera a pie transcurre por los alrededores de Lerate en dirección a la presa del embalse de Alloz.

Habrá que dar una vuelta al circuito de 2,5 km antes de llegar a meta.

16- INFORMACIÓN DE INTERES

Toda la información se encuentra ampliamente desarrollada en www.triatlonaritzaleku.com

- No se dispondrán las duchas, servicios y vestuarios del camping Aritzaleku al servicio de los participantes.
- Existe un servicio de consigna vigilada (horarios limitados) al lado del área de transición para uso de los participantes.
- Si quieres participar de voluntari@ puedes mandar un mail a direccioncarrera@triatlonpamplona.es

17- COMIDA Y FIESTA POSTERIOR

Dado que es el XX Aniversario del Triatlón de Aritzaleku, al mediodía, una vez finalizadas las carreras se realizará una comida y posterior fiesta. En el momento de la inscripción y con el objeto de hacer las pertinentes previsiones se cobrará un precio simbólico para los y las deportistas que quieran apuntarse (2 €).

18- VOLUNTARIOS

Las personas que quieran participar como voluntari@s, la organización dará una **inscripción gratuita**. El compromiso requerido es ser mayor de 18 años y cubrir el puesto de voluntario entre las 8:00 y 14:00 horas.

Además de la inscripción gratuita, se dará el mismo regalo que al triatleta y una invitación a la comida-fiesta.

No es necesario que la misma persona cubra todo el horario, es decir una persona puede correr una carrera pero mientras un allegado suyo (amigo-a, familiar…) deberá cubrir el puesto, debiendo solaparse y tener el puesto cubierto en el horario mencionado.

Para participar como voluntari@ puedes mandar un mail a direccioncarrera@triatlonpamplona.es.

19- DESCUENTOS CAMPING ARITZALEKU

Camping Aritzaleku como patrocinador del evento ofrece descuentos para los y las triatletas que se alojen el fin de semana (mínimo 2 noches).

Inscripciones hasta el 15 de marzo:
20% descuento en reservas ONLINE (www.aritzaleku.com)
(indicando número de la inscripción en observaciones)

Inscripciones hasta el 15 de abril:
15% descuento en reservas ONLINE (www.aritzaleku.com) (
indicando número de la inscripción en observaciones)

Inscripciones hasta el 8 de mayo:
10% descuento en reservas ONLINE (www.aritzaleku.com)
(indicando número de la inscripción en observaciones)

20- CONSULTAS Y DUDAS

Escribiendo a direccioncarrera@triatlonpamplona.es