ALTSASUKO XII. DUATLOIA

18 de Marzo a partir 15:45 h / Martxoaren 18a 15:45tik aurrera

inscríbete

JDN RELEVOS

MUROA

LACUNZA

Ford GABIRONDO VEHICULOS DE OCASION

COPRECI

Leku ona Restaurante y Asadores

IRU BIDE RESTAURANTE JATETXEA

CONSERVAS ARTESANAS Del Reino NAVARRA

KATEALDE

RESTAURANTE EL VENTORRO JATETXEA

NAFARROAKO RURALKUTXA CAJA RURAL DE NAVARRA

Lemik Hotel

Txartel Imprenta digital Papelería

aixo

OIARBIDE

GOLD NUTRITION

GOIHERRI Auto recambios > Servicios Generales del Automóvil >

Talleres ASTARCORTA MECANICA EN GENERAL

Lacalle fruteriafrutategia

REMOTOR

Kaiku

Xume TABERNA

Betelu Euskal Herriko Ura Un Mineral Natural

QLC LUBRICANTES

Galletas Ecológicas Belsi www.belsi.com

Mank sakana

Nafarroako Gobernua Gobierno de Navarra JUEGOS DEPORTIVOS DE NAVARRA NAFARROAKO KIROL JOKOAK

FEDERACIÓN NAVARRA DE TRIATLÓN NAFAR TRIATLOI FEDERAZIOA www.navarratriatlon.com

XII ALTSASUKO DUATLOIA

sakana triatloi taldea

Patrocinador oficial

Ford GABIRONDO

VEHICULOS DE OCASIÓN

ALTSASU

PATROCINADORES:

SAKANA TRIATLOI TALDEA agradece el esfuerzo a sus patrocinadores para esta temporada

o.

2023ko martxoaren 18a, 15: 45etan
Altsasu (Nafarroa)
Materiala kontrola ordutegia: 14: 30-15: 30

1. PROBAREN DESKRIBAPENA

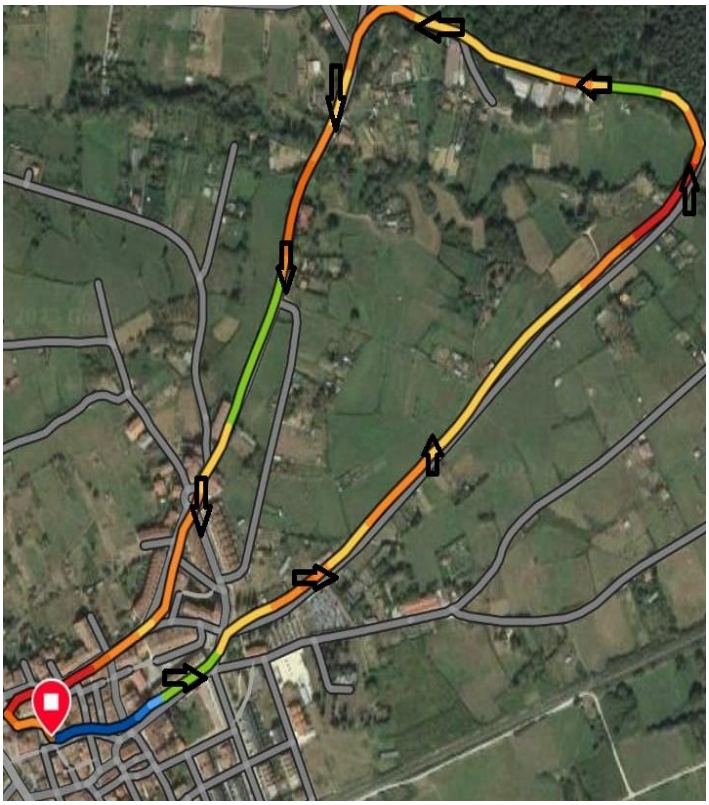
Distantziak: 5 km/20 km/2,5 km

Irteera ordua: 15.45h

1. Sektorea (Korrika oinez 5 km): Lasterketaren irteera Foruen plazatik egingo da, galtzada kaletik hilerriraino joango gara, kale horretatik Ue-07 errepidean sartuko gara eta kalera aterako gara instutuen arteko bidegurutzearen parean, zubeztia kaleraino igoko gara, eta gautxori tabernaren ondoan ezkerrera egingo dugu trantsizio-eremutik igaro eta bigarren itzulia hasteko. 5 km izango dira bi itzulitan.

Denbora mugatua: 16:30 h

OINEZKO IBILBIDEAREN PLANOA



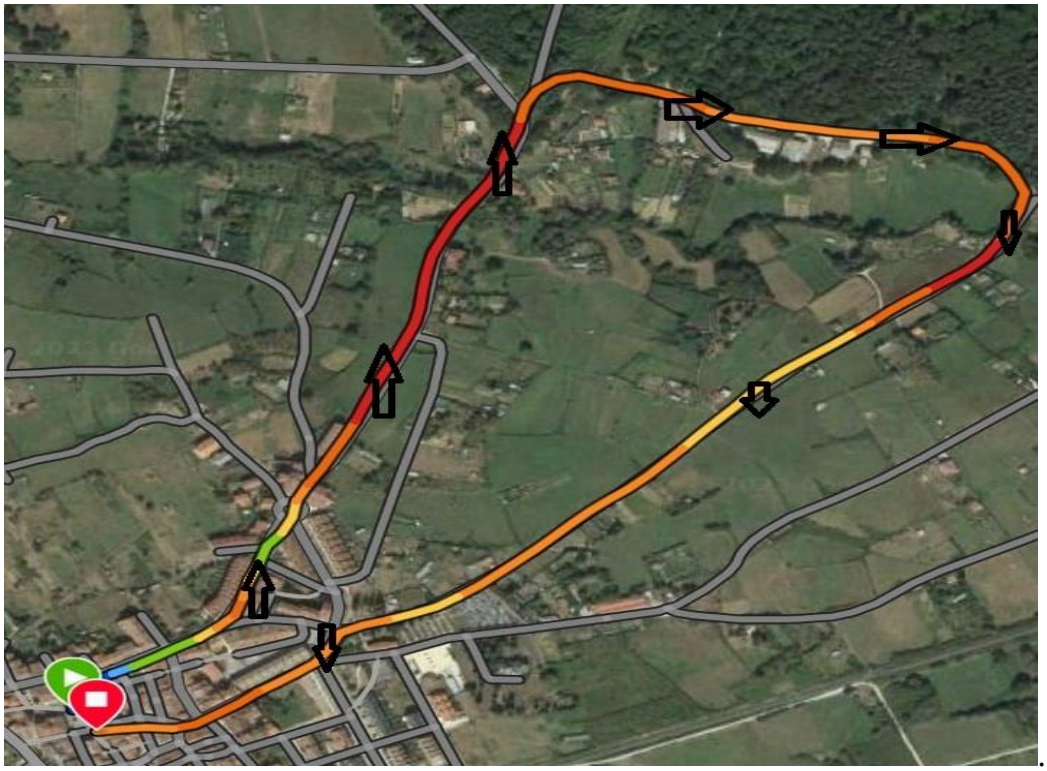
2. Sektorea (20km-ko bizikleta lasterketa): trantsizioa egin ondoren, trantsizio eremuan (Foruen plaza) txirrindularitzaren sektorea hasiko da. Garcia Ximenez kalea hartu, geralekurako norabidean, Benta de Abajo kaletik igaro, eta NA-2410 errepidearen bidegurutzera iritsiko gara. Han, NA-2410 errepidea hartuko dugu Olatzagutiaraino. Ezkerrera biratu behar da NA-7183 errepidean sartzeko eta urbasara igotzen hasteko Altamirako bidegurutzeraino. Altamirako bidegurutzean, ezkerrera biratzen da, eta NA-7183 errepidetik jaisten hasten da. Jaitsiera amaitzean, eskuineko bidegurutzea hartzen da. NA-2410 errepidetik jarraituko dugu, aurrekoaren kontrako noranzkoan (Altsasurako noranzkoan). Benta Beheko bidegurutzera iritsitakoan, Altsasura sartuko gara berriro. Garcia-Ximenez igotzen da eta udaletxearen altuerara buelta ematen da, ibilbide horri berari bigarren itzulia egiteko. Bigarren itzuliaren ondoren, oinezkoentzako kaletik igarotzeko eremuan sartzen da, eta bigarren sektorea hasten da

Denbora mugatua: 18:00h

BIZIKLETA IBILBIDEAREN PLANOA

PLANOA: DESNIBELA ITZULIAREN ARABERA (376 metroko igoera)

3. Sektorea (oinezko lasterketa 2.5 km-ra): itzuli bakarrera izango da, lehenengoaren kontrako noranzkoan

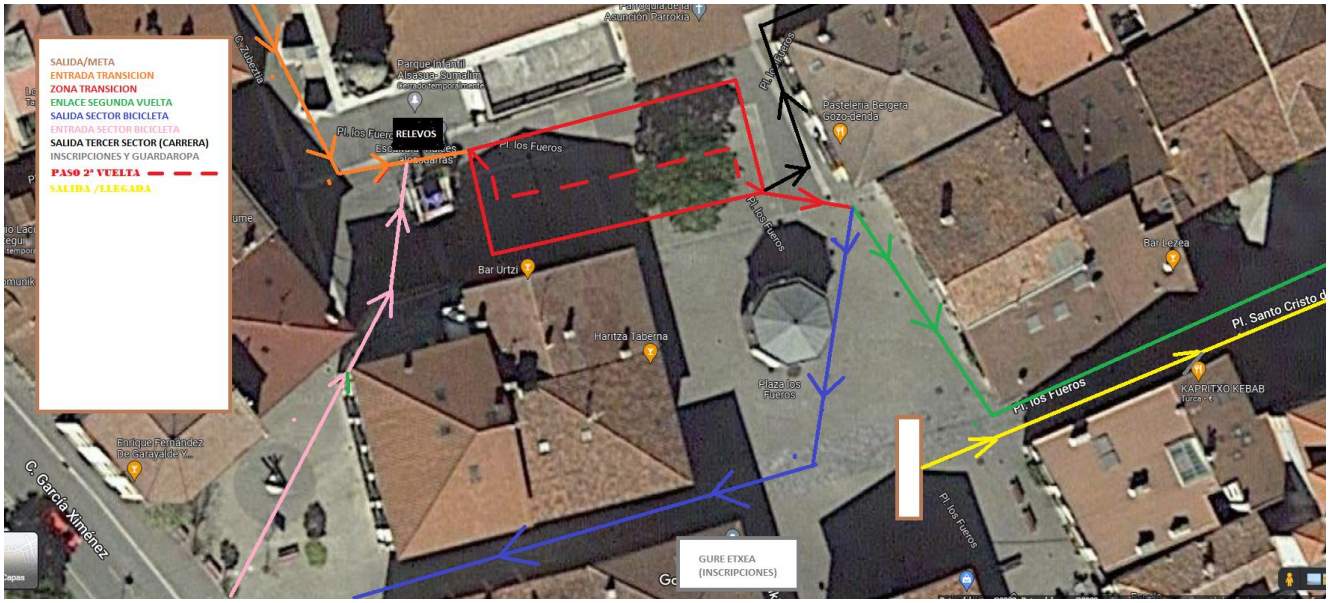


.

2. TRANTSIZIO EREMUA

Trantsizio-eremua elizaren aurreko foruen plazan kokatuko da. Trantsizio-eremurako sarrera oinezkoentzako zubeztia kaletik egingo da. Trantsizio eremutik udaletxerantz irtengo da, zirkulaziorako norabidean, bigarren sektoreko zirkuitua hartzeko. **Ikusi planoa**.

.



Trantsizio-eremuaren banaketa: Trantsizio-eremuak 35 x 15 metroko neurriak ditu, eta korridore guztiek gutxienez 2 metroko tartea dute. Bizikleten arteko tartea 0,7 metrokoa da. Trantsizio-eremua konpentsatuta egoteko moduan diseinatuta dago. Lehen sektorean, 1. itzulitik bigarrenera, trantsizio-eremutik igaroko gara. **Ikusi planoa**.

3. HORNIDURA LIKIDOA ETA SOLIDOA:

Proba amaitzean, parte-hartzaile guztiek hornidura likidoa eta solidoa izateko aukera izango dute.

4. MATERIALAREN KONTROLA

Probako parte-hartzaile guztiek pasatu behar dute ohiko material-kontrola. Kontrol hori epaileek egingo dute ezarritako lekuan (trantsizio-eremurako sarrera), eta proba egin baino ordu eta laurden lehenago hasiko da, proba hasi baino 15 minutu lehenago gehienez ere. 14: 30etik 15: 30era

Trantsizio-eremua 15: 35ean itxiko da; ordu horren ondoren, parte-hartzaileak ezingo dira trantsizio-eremuan geratu.
Materialaren kontrola egiteko eta trantsizio-eremura sartu ahal izateko, nahitaezkoa izango da indarrean dagoen federazio-lizentzia aurkeztea, argazkiarekin edo nortasun-agiriarekin.
Duatleta bakoitzaren gauzak bizikletaren eskuinaldean jarriko dira (aurrez aurre begiratuz), trantsizio-eremuan dauden bitartean. Lasterketan erabiliko den materiala bakarrik utzi ahal izango dute duatletek trantsizio-eremuan. Gainerako gauza pertsonaletarako, antolatzaileek jantzitegi bat jarriko dute Guretxearen eraikinean, Foruen plazako helmugan.
Trantsizio-gunea irekita geratuko da, parte hartzen duten duatletek beren materiala atera ahal izan dezaten, azken sailkatuak bigarren trantsiziotik igaro eta bizikleta trantsizio-eremuan utzi duen unetik, betiere Ordezkari Teknikoaren edo Epaile Arbitroaren aldez aurreko baimenarekin.
BIZIKLETA ETA TRANTSIZIO-EREMUKO MATERIALA KENTZEKO, NAHITAEZKOA IZANGO DA duatletek NANa EDO DORTSALA AURKEZTEA ANTOLAKUNTZAK GAITUTAKO LANGILE BOLUNTARIOEI.

ERELEBOAK

- Taldeak 2 pertsonak osatuko dituzte, eta bakoitzak Duatloiko sektore bat egin beharko du.
- Maskulinoak, femeninoak eta mistoak izan daitezke. Ez da beharrezkoa izango klub berekoa izatea, ezta janzkera bera eramatea ere.
- Federatuek, ez-federatuek eta mistoek osatu ahal izango dituzte.
- Gazteen kategoriatik aurrera parte hartu ahal izango da.
- Dortsala bakarra da taldeko, lekuko gisa jarduten du eta txandetarako prestatutako trantsizio-eremuan igaroko da.
- Txandetako kideek epaileen aginduetara egon beharko dute, bai trantsizio-eremuan sartzeko/irteteko, bai txandak egiteko.
- Epaileen deiren bat betetzen ez badute, talde hori deskalifikatu egingo da.
- Bizikletaren segmentua egiten duen parte-hartzailea trantsizio osoa bizikletarekin irtetean eta itzultzean egiten duena da.
- Korritzeko lehen sektorea egiten duen Erreleboko kidea korrika joango da trantsizio-eremura, eta han, txandak egiteko gaitzen duen zonan, bizikleta egiten duenari dortsala pasatuko zaio.
- Txirrindulariak zapatilak jantzita itxarongo du, eta txipa orkatilan jarriko du; trantsizio-eremuan dagokion lekura joango da, eta bertan kaskoa eta kalak jantziko ditu, zirkuitura irteteko bizikleta hartu aurretik.
- Iristen denean, txirrindulariak trantsizio osoa egin beharko du, bizikleta utzi, kaskoa eta kalak erantzi (zapatilak jantzi beharko ditu), txandetarako prestatutako gunera joateko. Bertan, bere kideari dortsala emango dio.
- Korrikalariak dortsala jartzen duenean, trantsizio-eremutik irten eta lasterketa amaitu ahal izango du.

Baldintza meteorologikoei buruzko eranskina

Azken horien baldintza meteorologikoak kontuan hartuta
urte hauetan, erabaki hauek hartu ditugu parte-hartzaileen segurtasuna eta osasuna bermatzen saiatzeko:

1. Arratsaldeko 2etan 10º edo gutxiago badaude, derrigorrezkoa izango da bizikletaren sektorean (termikoa, iragazgaitza) ekipazio luzea erabiltzea. Epaileak arduratuko dira materialaren kontrolean puntu hori betetzeaz.

2. Altamirako gainaren igoera-jaitsiera arriskutsua egiten duen prezipitaziorik egonez gero, antolatzaileek eta epaileek ibilbidea laburtzea edo aldatzea adostuko dute.

3.Eskatzen duzu benetan jantzitegia erabiltzea, batez ere prezipitazioak badaude, helmugan bertan dagoelako eta guztientzat onuragarria delako arropa lehorra eta eskuoihal bat izatea amaieran.

Dortsalak jasotzean, proba hasi aurretik jakinaraziko da hartutako erabakia.

***OHAR GARRANTZITSUA*: Duatloian parte hartzeko derrigorrezkoa izango da ibilbideko bizikleta bat erabiltzea. Mendiko bizikletak edo BTTak ez dira baimenduta egongo**

5. KATEGORIAK

Federazioak ezarritakoak.

OHARRA PARATRIATLETAK: XII. Altsasuko Duatloia/XII. Altsasuko Duatloiaren antolakuntzak paratriatleen parte-hartzea errazteko konpromisoa hartzen du, betiere haien behar espezifikoak Sakana Triatloi Taldeak eskura dituen baliabideen bidez bete badaitezke. Horretarako, Sakana Triatloi Taldearekin zein Nafarroako Triatloi Federazioarekin harremanetan jartzeko eskatzen zaie parte-hartzaileei, mezu elektroniko hauen bidez:

sakanatri@gmail.es
mzubill@hotmail.com

Mezu horien bidez, paratriatleta bakoitzak zer baldintza dituen zehaztu nahi da, eta, horrela, beharrezko kudeaketak abiarazi.
Paratriatleten kasuan, izena emateko azken eguna 2023ko martxoaren 9a da.

6. PARTE-HARTZAILEAK

Gehienez 250 parte-hartzaile onartuko dira

Informazio orokorra:

www.sakana-mank.com,
www.dantzalekusakana.com
http://www.navarratriatlon.com

7. INSKRIPZIOAK

FEDERATUAK: http://www.navarratriatlon.com Otsailaren 1etik (larunbata) martxoaren 13ko 23: 59ra (astelehena). Zenbatekoa: 23 euro.
FEDERATU GABEAK: http://www.navarratriatlon.com Otsailaren 1etik martxoaren 13ko 23: 59ra (astelehena). Zenbatekoa: 29 €
.
Ereleboak: 33 euro

Antolatzaileek oparirik ez ematea erabaki dute, horregatik prezioa jaitsi egin da beste urteekin alderatuta.

Izen-ematearen zenbatekoa kreditu txartelaren bidez ordainduko da, federazioaren orriaren bitartez.

TXIPAK/KRONOMETRAJEA

Kronometrajea dortsala daraman txiparekin egingo da.

8. DORTSALAK BILTZEA

Dortsalak probaren egunean bertan jasoko dira, 2023ko martxoaren 18an, Gure Etxearen beheko aldean. Gure Etxea Foruen plazan dago, probaren irteera eta helmuga dagoen tokiaren ondoan.
Dortsala jasotzeko ordutegia 14: 00etatik 15: 00etara izango da.
Dortsal bakarra emango da, lau inperdibleekin eta bizikleta-dortsal batekin. DUATLETEK GOMAZKO ZINTA PROPIOA IZAN BEHARKO DUTE DORTSALA JARTZEKO.
Araudiarekin bat etorriz, dortsala sabelaldean eta bularrean eraman beharko dute, oinezko karreraren bi sektoreetan zehar. Gainera, bizikletaren dortsala eraman beharko dute, ikusteko eta argi eta garbi identifikatzeko moduan, atzealdean eta horizontalean, eta kaskoaren dortsalak jarrita.

9. DENBORA MUGATUA

Lehen partziala amaitzeko: 16:30
Bigarren partziala amaitzeko: 18: 00h

10. DUTXAK

Proba amaitzean, parte-hartzaileek dutxak izango dituzte eskura kiroldegian.

11. PROBAREN ARAUDIAK:

1. **artikulua.** Parte-hartzaileen gehieneko kopurua 250 duatletakoa izango da.

2. artikulua. Izen-emateak otsailaren 1etik martxoaren 13ra bitartean egin ahal izango dira, Nafarroako Triatloi Federazioaren (FNT) web orriaren bitartez:
http://www.navarratriatlon.com
Izena emateko prezioa 23 €-koa da duatleta federatuentzat eta 29 €-koa federatu gabeentzat. Inskripzioa egin ondoren, ez da itzulketarik egingo.

3. artikulua. Probaren irteera eta helmuga Altsasuko Foruen Plazan (hirigunea) kokatuko dira.
4. artikulua. Duatloiaren distantziak hauek dira: 5 km oinez (2 itzuli), 20 km txirrindularitzan (2 itzuli) eta 2.5 km oinez (1 itzuli).

5. artikulua. Probaren antolatzailea Sakana Triatloia Taldea da, Nafarroako triatloi federazioarekin batera.

6. artikulua. Probaren kontrol teknikoaren ardura Nafarroako Triatloi Federazioak izango du.

7. artikulua. Txirrindularitzaren sektorean gurpilean joatea baimenduta dago. Ezin izango dute kategoria eta sexu desberdinen artean gurpiletara joan.

8. artikulua. Parte-hartzaileek dortsala eraman beharko dute frontean karrera-sektorean

9. artikulua. Nafarroako zirkuituetarako puntuagarria izango da proba.

10. artikulua. Trantsizio-eremura sartzeko, ezinbestekoa izango da NANa edo federazio-lizentzia eramatea argazkiarekin.

11. artikulua. Proba osatu ahal izateko, parte-hartzaileek igarotze-denbora maximoak eta eten-puntuak bete beharko dituzte. (Ikus 9. atala, 14. orrialdea).

12. artikulua. Kronometrajea inmeta bidez egiten da. Txipa dortsalean txertatuta dago.

13. artikulua. Parte-hartzaile guztiek lehiaketaren arauak eta Espainiako Triatloi Federazioaren araudia errespetatzeko eta probaren ibilbidea ezagutzeko konpromisoa hartzen dute.

14. artikulua. Ez da inskripzioaren zenbatekoa itzuliko, antolakuntzakoak ez diren arrazoiengatik frogak eten behar badu.

ORDUTEGIA

Ordua	Muga Ordua	Fecha	
14 ,00	15,00	18/3/23	Dortsalen bilketa (gure etxea)
14.30	15.30	18/3/23	Kontrol materiala (foruen plaza)
15.35		18/3/23	Trantsizio-eremua ixtea
15.40		18/3/23	Dei-kamara (bizikletaren ondoan)
15.45		18/3/23	Emakumezkoen irteera
15.50		18/3/23	Gizonezkoen irteera
15.51		18/3/23	Ereleboa

ANTOLATZAILE:

sakana triatloi taldea

FEDERACIÓN NAVARRA DE TRIATLÓN
NAFAR TRIATLOI FEDERAZIOA
www.navarratriatlon.com

CAJA RURAL DE NAVARRA