

## **SAKANAKO XIX. NKJ TRIATLOIA**

XIX. TRIATLON JDN DE SAKANA

### **AURKIBIDEA**

#### INDICE

	Orrialdea
1. Data, tokoa eta kokalekua..... Fecha, lugar y localización	2
2. Partaideak..... Participantes	3
3. Ibilbideak: Recorridos	
3.1. Kadete eta gazteak ..... Cadete y juvenil	4-5
3.2. Haurrak ..... Infantil	6-7
3.3. Kimuak..... Alevín	8-9
3.4. Benjaminak ..... Benjamin	10-11
4. Izen emateak..... Inscripciones	11
5. Arautegia..... Reglamento	12-13
6. Informazio interesgarria..... Información de interés	14

## 1. DATA, TOKIA ETA KOKALEKUA

**DATA:** 2021eko uztailak 24ean

**FECHA:** 24 de julio de 2021

**ORDUA:** 1.go lasterketaren hasiera: 10:00etan

**HORA:** Comienzo de la primera carrera: 10:00

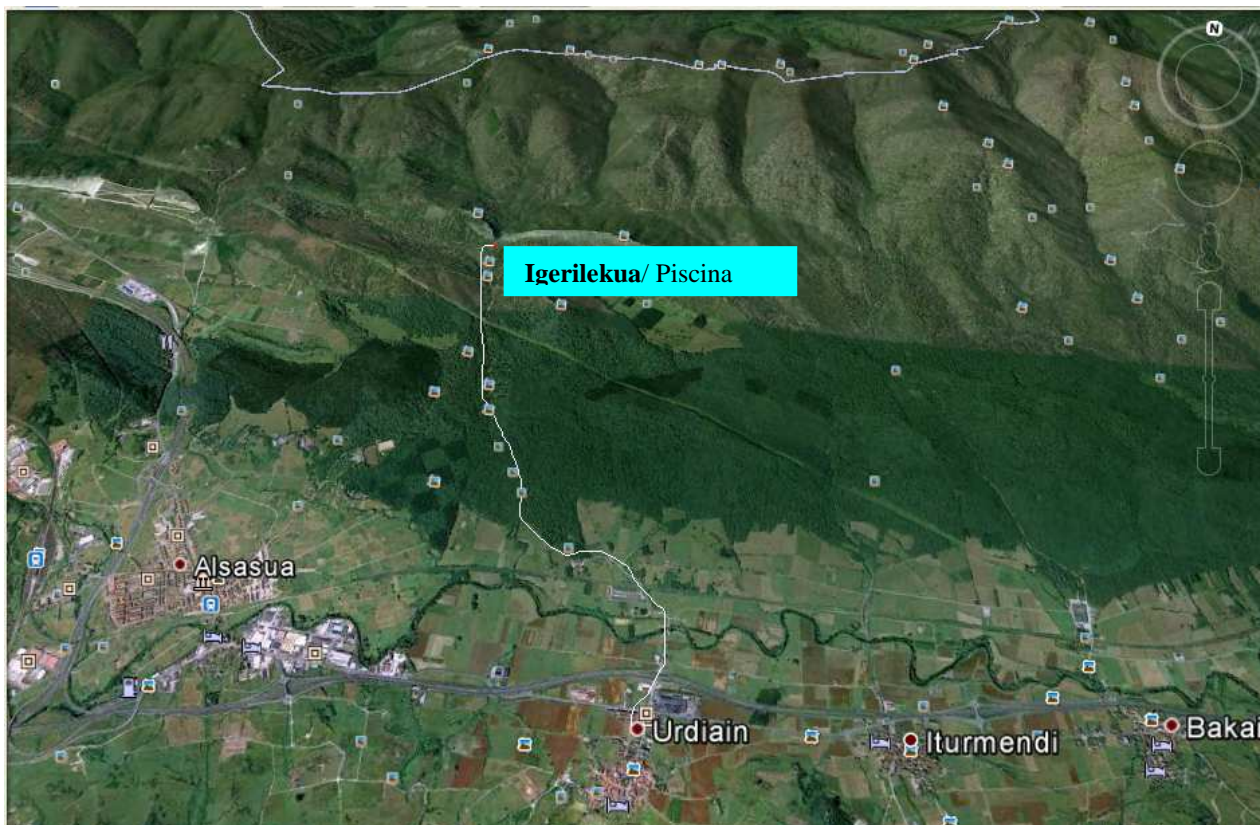
**DORSAL JAKINARAZPENA, TRANSIZIO GUNEA ETA HELMUGA:** Urdiaingo igerilekuan

**AREA DE TRANSICIÓN Y META:** En la piscina de Urdiain

**IRTEERA:** Urdiaingo igerilekua.

**SALIDA:** Piscina de Urdiain.

### 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.

En la tabla se pueden ver los horarios del control de material y del inicio de las carreras, las distintas categorías (tanto femeninas como masculinas), los años correspondientes de nacimiento y las distancias a recorrer en cada categoría.

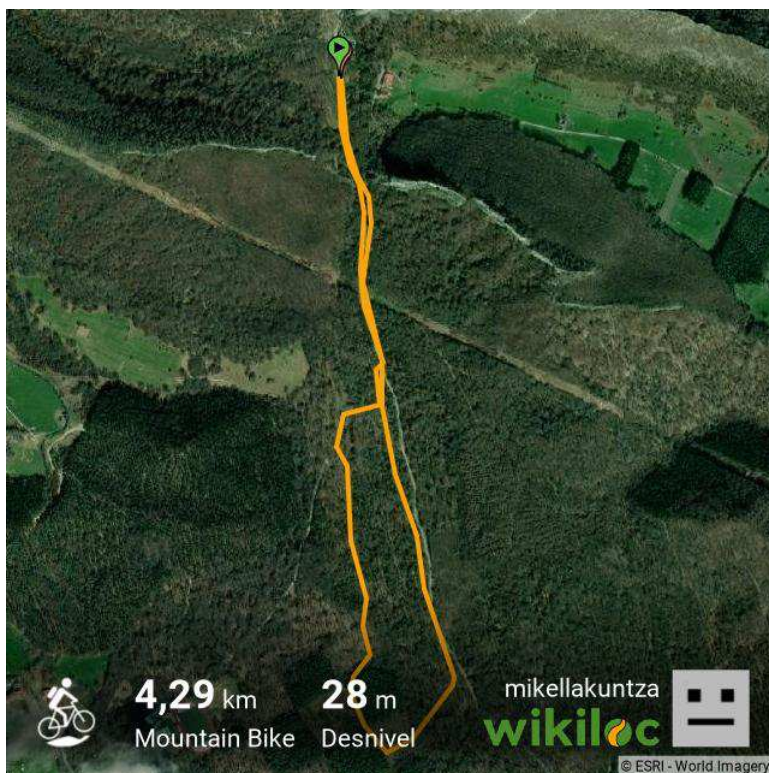
<b>MATERIAL KONTROLAREN ORDUTEGIA</b> Horario de control de material	<b>LASTERKETA HASIERAREN ORDUTEGIA</b> Horario de inicio de la carrera	<b>KATEGORIAK</b> Categorías	<b>JAIOTZE DATA</b> Fecha de nacimiento	<b>DISTANTZIAK IGERIKETA</b> Distancia Natación	<b>DISTANTZIAK TXIRRINDULA BTT</b> Distancia bicicleta BTT	<b>DISTANTZIAK OINEZKO LASTERKETA</b> Distancia carrera a pie
<b>9:35-9:50</b>	<b>10:00</b>	<b>Gazteak</b> Juvenil	<b>2004</b> <b>2005</b>	<b>486m</b> <b>18 luze/</b> <b>largos</b>	<b>8000 m</b> <b>2 buelta</b>	<b>2200 m</b> <b>2 buelta</b>
		<b>Kadeteak</b> Kadetes	<b>2006</b> <b>2007</b>			
<b>11:10-11:20</b>	<b>11:25</b>	<b>Haurrak</b> Infantil	<b>2008</b> <b>2009</b>	<b>270 m</b> <b>10 luze/</b> <b>largos</b>	<b>4000 m</b> <b>Buelta 1</b>	<b>1100 m</b> <b>Buelta 1</b>
<b>12:15-12:25</b>	<b>12:30</b>	<b>Kimuak</b> Alevín	<b>2010</b> <b>2011</b>	<b>216 m/</b> <b>8 luze/</b> <b>largos</b>	<b>3000 m</b> <b>Buelta 1</b>	<b>750 m</b> <b>Buelta 1</b>
<b>13:00-13:10</b>	<b>13:15</b>	<b>Benjami</b> <b>nak</b>	<b>2012</b> <b>2013</b>	<b>108 m</b> <b>4 luze/</b> <b>largos</b>	<b>1500 m</b> <b>Buelta 1</b>	<b>350 m</b> <b>Buelta 1</b>

### 3. IBILBIDEAK RECORRIDOS

#### 3.1. KADETE ETA GAZTEAK

MATERIAL KONTROLAREN ORDUTEGIA Horario de control de material	LASTERKETA HASIERAREN ORDUTEGIA Horario de inicio de la carrera	KATEGORIAK Categorías	JAIOTZE DATA Fecha de nacimiento	DISTANTZIAK IGERIKETA Distancia Natación	DISTANTZIAK TXIRRINDUA BTT Distancia bicicleta BTT	DISTANTZIAK OINEZKO LASTERKETA Distancia carrera a pie
9:35-9:50	10:00	Gazteak Junior	2004 2005	486 m 18 luze/ largos	8000 m 2 buelta	2200 m 2 buelta
		Kadeteak Cadetes	2006 2007			

CADETES Y JUVENILES



#### TXIRRINDUA 8000 m

Igeri egin ondoren, kadete eta gazte kategoriako triatletak igerilekutik atera, eta 1.ºgo trantsizioa egin ondoren, bizikletaz abiatuko dira ezkerretara bideberetik Urdiaín aldera, km 1 egin ondoren, eskubira San Pedro aldera hartu, San Pedron eskubira hartuko da Dameroko pistatik, errepidea gurutzatu eta basoko pistatik, Urdiaingo errepidearen paralelo, berriz San Pedrorra iritzi arte, eta errepidetik Urdiaingo igerilekura itzuliko dira. Ibilbide honi bi buelta emango diote. Berriz trantsizio gunera sartuko dira eta 2.º segmentua bukatu da.



**BICICLETA 8000 m**

Después de nadar, el triatleta cadete y juvenil sale de la piscina, y tras realizar la primera transición, irá con la bicicleta a la izquierda en dirección a Urdiain, a un kilómetro giro a la derecha hacia San Pedro, en San Pedro tomamos a la derecha la pista del Damero, cruzar la carretera y más adelante se coge una pista del bosque que irá junto a la carretera de Urdiain, en San Pedro se sale otra vez a la carretera y se vuelve hacia la piscina de Urdiain. En frente de la piscina, giro de 180° para comenzar la 2ª vuelta. Cuando lo finalizan, entran al área de transición y finaliza el 2º segmento.



**OINEZKO LASTERKETA 2200 m**

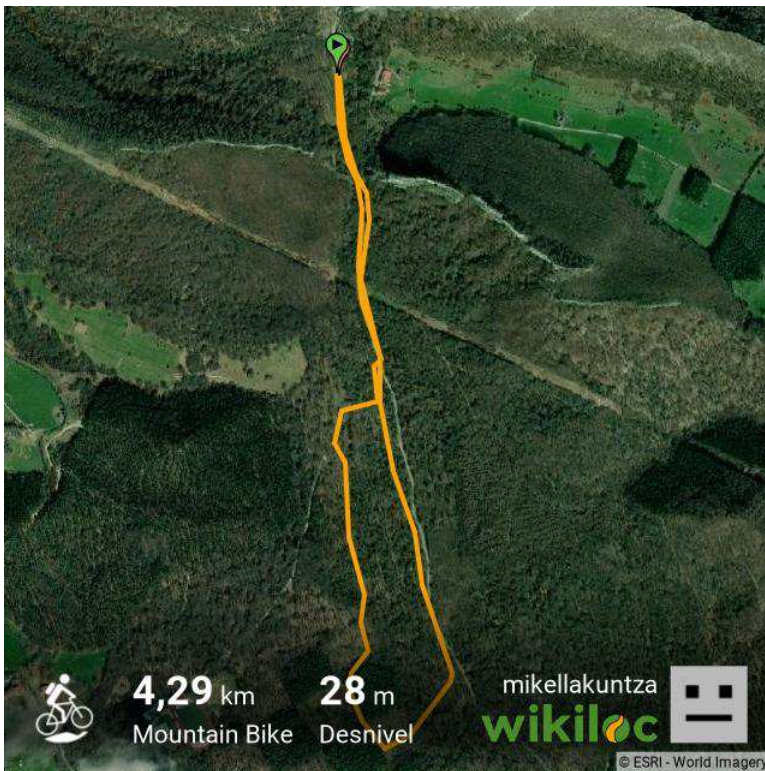
Oraingoan tratsizio gunetik atera eta eskubitara joko dute 550 m pistatik egiteko, pibotean 180°ko buelta hartu eta igerileku aurrera bueltatu, ibilbide honi bi buelta eman beharko diote, ondoren helmugara sartuko dira.

**CARRERA A PIE 2200 m**

Salen del área de transición y giran a la derecha para correr 550 m por pista, giro de 180° en el pivote y vuelven hacia la entrada de la piscina, darán dos vueltas a este circuito, al final de esta entrarán a meta.

**3.2. HAURRAK**  
INFANTIL

MATERIAL KONTROLAREN ORDUTEGIA Horario de control de material	LASTERKETA HASIERAREN ORDUTEGIA Horario de inicio de la carrera	KATEGORIAK Categorías	JAIOTZE DATA Fecha de nacimiento	DISTANTZIAK IGERIKETA Distancia Natación	DISTANTZIAK TXIRRINDUA BTT Distancia bicicleta BTT	DISTANTZIAK OINEZKO LASTERKETA Distancia carrera a pie
<b>11:10-11:20</b>	<b>11:25</b>	<b>Haurrak</b> Infantil	<b>2008</b> <b>2009</b>	<b>270 m</b> <b>10 luze/</b> <b>largos</b>	<b>4000 m</b> <b>Buelta 1</b>	<b>1100 m</b> <b>Buelta 1</b>



**TXIRRINDUA 4000 m**

Igeri egin ondoren, haur kategoriako triatletak igerilekutik atera, eta 1.go trantsizioa egin ondoren, bizikletaz abiatuko dira ezkerretara bideberetik Urdiain aldera, km 1 egin ondoren, eskubira San Pedro aldera hartu, San Pedron eskubira hartuko da Dameroko pistatik, errepidea gurutzatu eta basoko pistatik, Urdiaingo errepidearen paralelo, berriz San Pedrorantz iritzi arte, eta errepidetik Urdiaingo igerilekura itzuliko dira. Berriz trantsizio gunera sartuko dira eta 2.segmentua bukatu da.

**BICICLETA 4000 m**

Después de nadar, el triatleta infantil sale de la piscina, y tras realizar la primera transición, irá con la bicicleta a la izquierda en dirección a Urdiain, a un kilómetro giro a la derecha hacia San Pedro, en San Pedro tomamos a la derecha la pista del Damero, cruzar la carretera y más adelante se coge una pista del bosque que irá junto a la carretera de Urdiain, en San Pedro se sale otra vez a la

carretera y se vuelve hacia la piscina de Urdiain. Cuando lo finalizan, entran al área de transición y finaliza el 2º segmento.



### **OINEZKO LASTERKETA 1100 m**

Oraingoan eskubitara joko dute 550 m pistatik egiteko, pibotean 180ºko buelta hartu eta igerileku aurrera bueltatu, non helmuga kokatuko den.

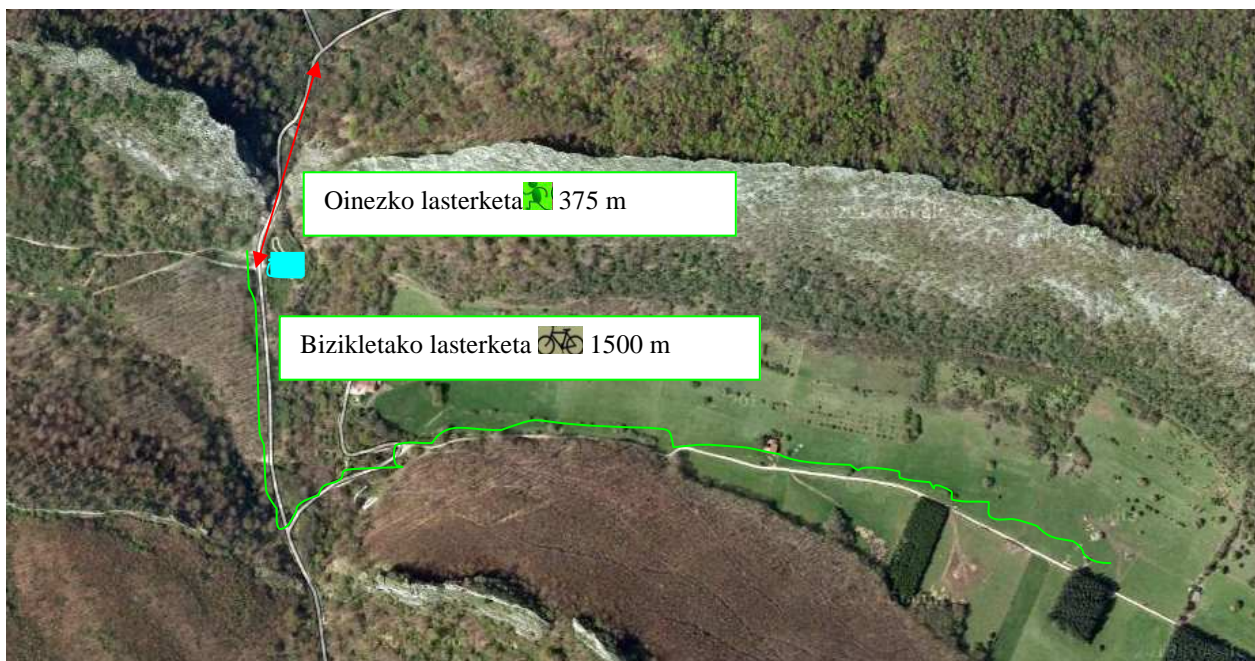
### **CARRERA A PIE 1100 m**

Salen del area de transición y giran a la derecha para correr 550 m por la pista, giro de 180º en el pivote y vuelven hacia la entrada de la piscina, donde estará la meta.



**3.3. KIMUAK**  
ALEVIN

MATERIAL KONTROLAREN ORDUTEGIA Horario de control de material	LASTERKETA HASIERAREN ORDUTEGIA Horario de inicio de la carrera	KATEGORIAK Categorías	JAIOTZE DATA Fecha de nacimiento	DISTANTZIAK IGERIKETA Distancia Natación	DISTANTZIAK TXIRRINDUA BTT Distancia bicicleta BTT	DISTANTZIAK OINEZKO LASTERKETA Distancia carrera a pie
<b>12:15-12:25</b>	<b>12:30</b>	<b>Kimuak</b> Alevín	<b>2010</b> <b>2011</b>	<b>216 m/</b> <b>8 luze/</b> <b>largos</b>	<b>3000 m</b> <b>Buelta 1</b>	<b>750 m</b> <b>Buelta 1</b>



**TXIRRINDUA (3000 m)**

Igeri egin ondoren, triatleta kimuak igerilekutik atera, eta 1.go trantzizioa egin ondoren, bizikletaz abiatuko dira ezkerretara bideberrietik Urdiain aldera, ondoren pista hartuko dute ezkerretara Sarabe aldera, pibotean 180ºko buelta eman eta pista berdinetik bueltatuko dira lehenbizi eta bideberrietik gora gero, igerileku aldera. Berriz trantsizio gunera sartuko dira eta 2.segmentua bukatu da.

**BICICLETA (3000 m)**

Después de nadar, el triatleta alevín sale de la piscina, y tras realizar la primera transición, irá con la bicicleta a la izquierda en dirección a Urdiain, giro a la izquierda por pista hacia Sarabe, giro de 180º



en el pivote y vuelta por pista y luego subirán por el mismo camino hacia la piscina. Entran al área de transición y finaliza el 2º segmento.

**OINEZKO LASTERKETA (750 m)**

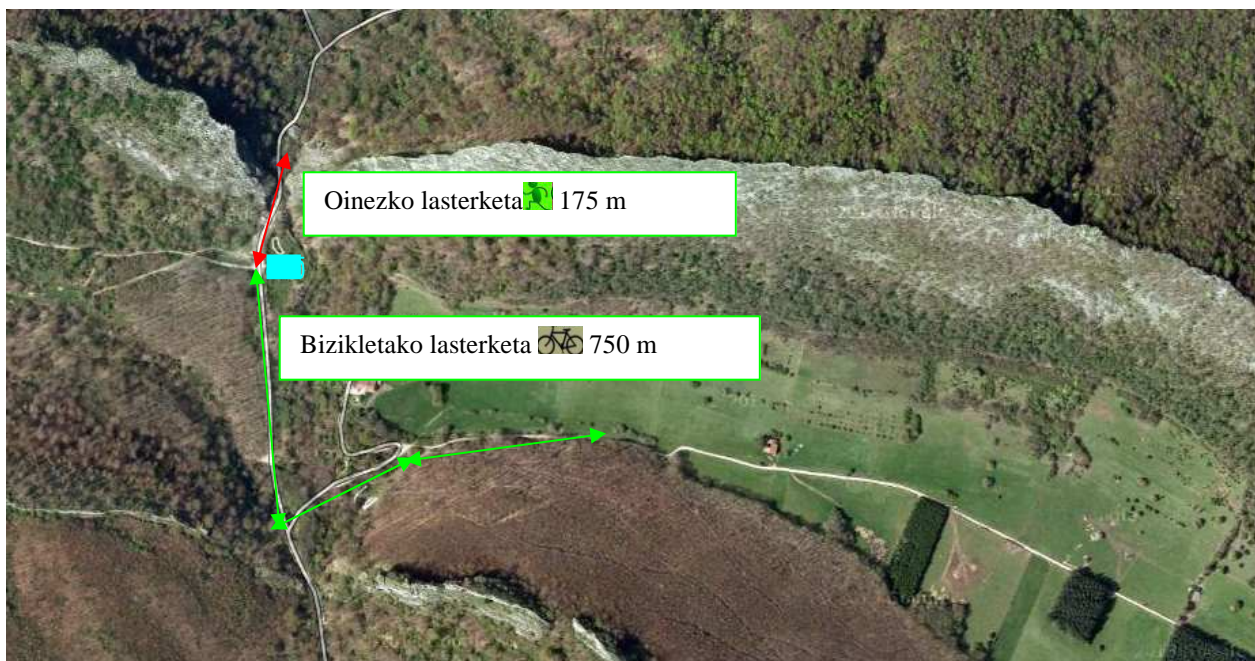
Oraingoan trantsizio gunetik atera eta eskubitara joko dute 375 m pistatik egiteko, pibotean 180ºko buelta hartu eta igerileku aurrera bueltatu, non helmuga kokatuko den.

**CARRERA A PIE (750 m)**

Salen del área de transición y giran a la derecha para correr 375 m por pista, giro de 180º en el pivote y vuelven hacia la entrada de la piscina, donde estará la meta

**3.4. BENJAMINAK**
**BENJAMIN**

MATERIAL KONTROLAREN ORDUTEGIA Horario de control de material	LASTERKETA HASIERAREN ORDUTEGIA Horario de inicio de la carrera	KATEGORIAK Categorías	JAIOTZE DATA Fecha de nacimiento	DISTANTZIAK IGERIKETA Distancia Natación	DISTANTZIAK TXIRRINDUA BTT Distancia bicicleta BTT	DISTANTZIAK OINEZKO LASTERKETA Distancia carrera a pie
<b>13:00-13:10</b>	<b>13:15</b>	<b>Benjaminak</b>	<b>2012 2013</b>	<b>108 m 4 luze/ largos</b>	<b>1500 m Buelta 1</b>	<b>350 m Buelta 1</b>


**TXIRRINDUA (1500 m)**

Igeri egin ondoren, triatleta benjaminak igerilekutik atera, eta 1.ºgo trantzizioa egin ondoren, bizikletaz abiatuko dira ezkerretara bideberrietik Urdiain aldera 750 m, pibotean 180ºko buelta eman eta bide berdinetik gora igoko dira berriz igerileku aldera. Berriz trantsizio gunean sartuko dira eta 2.ºsegmentua bukatu da.

**BICICLETA (1500 m)**

Después de nadar, el triatleta benjamin sale de la piscina, y tras realizar la primera transición, irá con la bicicleta a la izquierda en dirección a Urdiain 750 m, giro de 180º en el pivote y subirán por el mismo camino hacia la piscina. Entran al área de transición y finaliza el 2º segmento.

### **OINEZKO LASTERKETA (350 m)**

Oraingoan trantzisio gunetik atera eta eskubitara joko dute 175 m pistatik egiteko, pibotean 180°ko buelta hartu eta igerileku aurrera bueltatu, non helmuga kokatuko den.

### **CARRERA A PIE (350 m)**

Salen del área de transición y giran a la derecha para correr 175 m por pista, giro de 180° en el pivote y vuelven hacia la entrada de la piscina, donde estará la meta.

## **4. IZEN EMATEAK INSCRIPCIONES**

Izen emateak on line egingo dira <http://www.rockthesport.com/> helbidean astelehen arte, uztailak 19, 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.

Las inscripciones se realizarán on line en <http://www.rockthesport.com/> hasta el lunes, 19 de julio, este inclusive. No se puede inscribir el día de la prueba. La inscripción es gratuita porque está en el circuito de los Juegos Deportivos de Navarra. Todos los participantes tienen que estar federados a través de un club. Para federarse hay que acudir a un club de triatlón.

## 5. ARAUTEGIA REGLAMENTO

1. Sakanako Triatloia Sakanako Mankomunitateak antolatzen du. Sakanako Triatloi taldea, Aitziber elkarte, Urdiaingo Udala eta Nafarroako Triatloi Federazioaren laguntzarekin.

El triatlón de Sakana lo organiza la Mancomunidad de Sakana. Con la colaboración del Club de triatlón de Sakana, Sociedad Aitziber, el Ayuntamiento de Urdiain y la federación navarra de triatlón.

2. Trantzisio gunea 9:35ean zabalduko dira kadete eta gazte mailentzako, eta 9:50etan itxiko dira. Froga hau bukatu ondoren, 11:10etan, boxek zabalduko dira kimu eta haur mailentzako eta 11:20etan itxiko dira, haurren froga hasi baino 5 minutu lehenago. Kimu mailako froga bukatu ondoren, 13:00etan, boxak zabalduko dira benjamin mailarentzako, eta itxiko dira 13:10etan, benjamin froga hasi baino 5 minutu lehenago.

El área de transición se abrirá a las 9:35 para categoría cadete y juvenil, y se cerrarán a las 9:50. Después de que acabe esta prueba, a las 11:10, se abrirá el área de transición para categorías infantil y se cerrarán a las 11:20, 5 minutos antes de que comience la prueba infantil, a las 12:15, se abrirá el área de transición para categoría alevín y se cerrará a las 12:25, 5 minutos antes de que comience la prueba alevín, después de que acabe la prueba alevín, a las 13:00, se abrirá el área de transición para la categoría benjamines, y se cerrará a las 13:10, 5 minutos antes de que comience la prueba benjamín.

3. Partaide bakoitzari dortsal zenbaki bat jakinaraziko zaio, eta antolatzaileek errotulagailuz ezkerreko beso eta hankan idatziko diote.
4. Igeriketa segmentua Urdiaingo 27 metroko igerilekuan egingen da.

El segmento de natación se realizará en la piscina de 27 m. de Urdiain.

5. Bizikletako segmentuan kaskoa derrigorrezkoa da eta bizikleta mendikoa bakarrik izan daiteke.

En el segmento de bici es obligatorio el casco y la bicicleta tiene que ser de monte.

6. Frogak irauten duen bitartean, benjamin, kimu eta haur mailako partaideek kanpoko laguntza jaso ahal izango dute, bakarrik epaile, teknikari akreditatuak edo antolakuntzako partaideengandik, arazo mekaniko bat konpontzeko. Kadete eta gazte mailako partaideek ezin izango dute inolako laguntzarik jaso.

Durante el transcurso de la carrera, los participantes, de las categorías, infantil, alevín y benjamín podrán recibir ayuda externa para solucionar una avería mecánica solo por parte de



jueces, técnicos acreditados y organización. Los participantes de las categorías cadete y juvenil no podrán recibir ningún tipo de ayuda.

7. Ibilbidea zaindua, markatua eta trafikoari itxita izanen da lasterketa bakoitzak irauten duen bitartean.

El recorrido estará controlado, señalizado y cerrado al tráfico mientras dure cada carrera.

8. Istripuak gertatzen badira, antolatzaileak ez dira arduradunak izango.

En caso de accidente el participante exime de toda responsabilidad a los organizadores de la prueba.

9. Zerbitzu medikuak Olmo Anbulantzien esku egongo dira.

Servicios médicos de la mano de Ambulancias Olmo.

10. Korrikalariak, izena ematen dutenean, araudia onartzen dute.

Los participantes aceptan el reglamento en el momento que se inscriben.

11. Partaide guztiek Nafarroako Triatloi Federazioko epaileen esanak beteko dituzte, arautegi hau betetze aldera.

Todos los participantes se comprometen a respetar las indicaciones de los jueces de la federación navarra de triatlón, que velarán por el cumplimiento del reglamento.

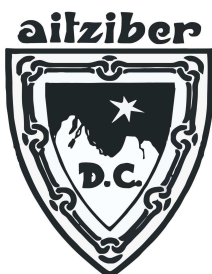
## 6. INFORMAZIO INTERESGARRIA

- Froga bukatzen denean, partaideek eta familiek igerilekutik atera beharko dira, edo gelditu nahi badute, bakoitzari dagokion sarrera ordainduko du. Igerilekura ezin da kanpotik bazkaria ekarri, izan ere tabernakoek eskaintzen dute zerbitzu hori.

Una vez, finalizadas todas las pruebas, l@s participantes y las familias abandonarán el recinto de las piscinas. Si quieren quedarse, cada cual pagará su entrada. No se puede llevar comida a la piscina, ya que hay servicio de bar para ello.

- Zalantzak argitzeko edo proposamenak egiteko antolakuntzarekin harremanetan jarri kirolak@sakana-mank.eus helbidean edo 948 46 48 66 telefonoan.

Si tienes alguna duda o propuesta ponte en contacto con la organización a través del correo electrónico [kirolak@sakana-mank.eus](mailto:kirolak@sakana-mank.eus) o llamando al 948 46 48 66.



**JUEGOS DEPORTIVOS DE NAVARRA**

