

## **SAKANAKO XXIV. NKJ TRIATLOIA**

XXIV. 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
3.2. Haurrak ..... Infantil	5
3.3. Kimuak..... Alevín	6
3.4. Benjaminak ..... Benjamin	7
4. Izen emateak..... Inscripciones	8
5. Arautegia..... Reglamento	8-9
6. Informazio interesgarria..... Información de interés	10





## 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.

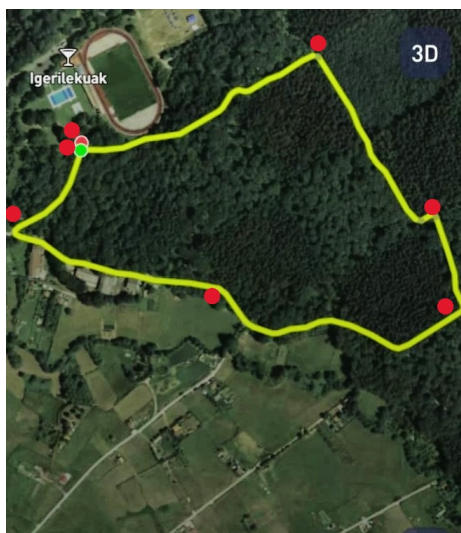
<b>MATERIAL KONTROLAREN ORDUTEGIA</b> Horario de control de material	<b>LASTERKETA HASIERAREN ORDUTEGIA</b> Horario de inicio de la carrera	<b>KATEGORIAK</b> Categorías	<b>JAIOTZE DATA</b> Fecha de nacimiento	<b>IGERIKETA DISTANTZIAK</b> Distancia Natación	<b>BIZIKLETA BTT DISTANTZIAK</b> Distancia bicicleta BTT	<b>OINEZKO LASTERKETA DISTANTZIAK</b> Distancia carrera a pie
9:35-9:50	10:00	<b>Gazteak</b> Juvenil	<b>2009</b> <b>2010</b>	<b>250m</b> <b>10 luze/</b> largos	<b>5550 m</b> <b>3 buelta</b>	<b>1600 m</b> <b>4 buelta</b>
		<b>Kadeteak</b> Cadete	<b>2011</b> <b>2012</b>			
10:50-11:00	11:05	<b>Haurrak</b> Infantil	<b>2013</b> <b>2014</b>	<b>200 m</b> <b>8 luze/</b> largos	<b>5550 m</b> <b>3 buelta</b>	<b>1200 m</b> <b>3 buelta</b>
11:45-11:55	12:00	<b>Kimuak</b> Alevín	<b>2015</b> <b>2016</b>	<b>200 m</b> <b>8 luze/</b> largos	<b>4000 m</b> <b>2 buelta</b>	<b>800 m</b> <b>2 buelta</b>
12:25-12:35	12:40	<b>Benjaminak</b>	<b>2017</b> <b>2018</b>	<b>100 m</b> <b>4 luze/</b> largos	<b>2000 m</b> <b>Buelta 1</b>	<b>400 m</b> <b>Buelta 1</b>

### 3. IBILBIDEAK RECORRIDOS

#### 3.1. GAZTEAK ETA KADETEAK

##### JUVENILES Y CADETES

MATERIAL KONTROLAREN ORDUTEGIA Horario de control de material	LASTERKETA HASIERAREN ORDUTEGIA Horario de inicio de la carrera	KATEGORIAK Categorías	JAIOTZE DATA Fecha de nacimiento	IGERIKETA DISTANTZIAK Distancia Natación	BIZIKLETA BTT DISTANTZIAK Distancia bicicleta BTT	OINEZKO LASTERKETA DISTANTZIAK Distancia carrera a pie
9:35-9:50	10:00	<b>Gazteak</b> Juvenil	<b>2009</b> <b>2010</b>	<b>250m</b> <b>10 luze/</b> largos	<b>5550 m</b> <b>3 buelta</b>	<b>1600 m</b> <b>4 buelta</b>
		<b>Kadeteak</b> Cadete	<b>2011</b> <b>2012</b>			



#### **TXIRRINDUA 5550 m**

Igeri egin ondoren, gazte eta kadete kategoriako triatletak igerilekutik atera, eta 1.ºgo trantsizioa egin ondoren, bizikletaz abiatuko dira basoko bideko 1850 metroko ibilbideari 3 buelta emanaz. Berriz trantsizio gunera sartuko dira eta 2.º segmentua bukatu da.

#### **BIZIKLETA 5550 m**

Después de nadar, salen de la piscina los triatletas de categoría juvenil y cadete, y tras realizar la transición, irán en bicicleta dando 3 vueltas a los 1850 metros de recorrido del camino del bosque. Se accederá de nuevo a la zona de transición y se ha finalizado el 2º segmento.

#### **OINEZKO LASTERKETA 1600 m**

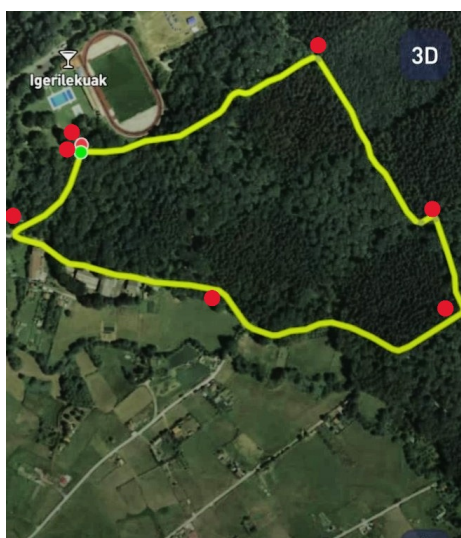
Oraingoan trantsizio gunetik atera eta ondoko atletismo pista sartuko dira, bertan 4 buelta emango dituzte eta azken bueltan helmugara sartuko dira.

#### **CARRERA A PIE 1600 m**

Esta vez saldrán de la zona de transición y entrarán a la pista de atletismo contigua, donde darán 4 vueltas y en la última vuelta entrarán a la 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	IGERIKETA DISTANTZIAK Distancia Natación	BIZIKLETA BTT DISTANTZIAK Distancia bicicleta BTT	OINEZKO LASTERKETA DISTANTZIAK Distancia carrera a pie
10:50-11:00	11:05	<b>Haurrak</b> Infantil	<b>2013</b> <b>2014</b>	<b>200 m</b> <b>8 luze/</b> <b>largos</b>	<b>5550 m</b> <b>3 buelta</b>	<b>1200 m</b> <b>3 buelta</b>


**TXIRRINDUA 5550 m**

Igeri egin ondoren, gazte eta kadete kategoriako triatletak igerilekutik atera, eta 1.ºgo trantsizioa egin ondoren, bizikletaz abiatuko dira basoko bideko 1850 metroko ibilbideari 3 buelta emanaz. Berriz trantsizio gunera sartuko dira eta 2.º segmentua bukatu da.

**BIZIKLETA 5550 m**

Después de nadar, salen de la piscina los triatletas de categoría infantil, y tras realizar la transición, irán en bicicleta dando 3 vueltas a los 1850 metros de recorrido del camino del bosque. Se accederá de nuevo a la zona de transición y se ha finalizado el 2.º segmento.

**OINEZKO LASTERKETA 1200 m**

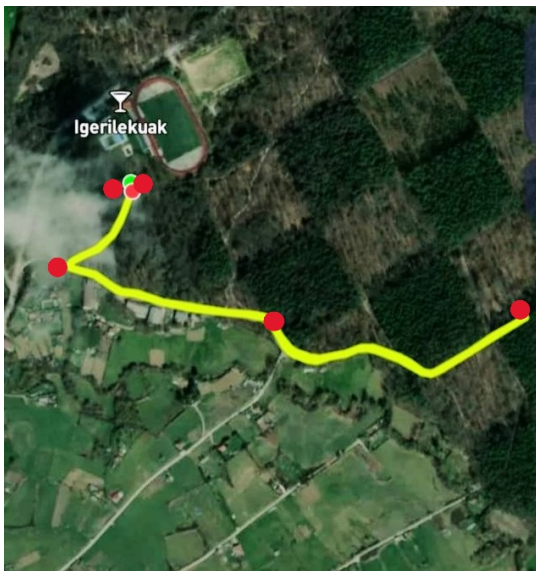
Oraingoan trantsizio gunetik atera eta ondoko atletismo pista sartuko dira, bertan 3 buelta emango dituzte eta azken bueltan helmugara sartuko dira.

**CARRERA A PIE 1200 m**

Esta vez saldrán de la zona de transición y entrarán a la pista de atletismo contigua, donde darán 3 vueltas y en la última vuelta entrarán a 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	IGERIKETA DISTANTZIAK Distancia Natación	BIZIKLETA BTT DISTANTZIAK Distancia bicicleta BTT	OINEZKO LASTERKETA DISTANTZIAK Distancia carrera a pie
11:45-11:55	12:00	<b>Kimuak</b> Alevín	<b>2015</b> <b>2016</b>	<b>200 m</b> <b>8 luze/</b> <b>largos</b>	<b>4000 m</b> <b>2 buelta</b>	<b>800 m</b> <b>2 buelta</b>



**TXIRRINDUA 4000 m**

Igeri egin ondoren, triatleta kimuak igerilekutik atera, eta trantsizio gunean 1.go trantsizioa egin ondoren, bizikletaz abiatuko dira basorantz, pibotean 180°ko buelta eman eta pista berdinetik bueltatuko dira igerileku aldera, igerilekuko hesiaren kanpoaldean pibotean 180°ko buelta eman eta 2. bueltari ekingo diote. Berriz trantsizio gunera sartuko dira eta 2.segmentua bukatu da.

**BIZIKLETA 4000 m**

Después de nadar, la/el triatleta alevín sale de la piscina, y tras realizar la primera transición, irá con la bicicleta por el bosque, girarán 180° en el pivote y volverán por la misma pista hacia la piscina, girarán 180° en el pivote exterior de la valla de la piscina y comenzarán la 2ª vuelta. Se accederá de nuevo a la zona de transición y se ha finalizado el segmento 2.

**OINEZKO LASTERKETA 800 m**

Oraingoan trantsizio gunetik atera eta ondoko atletismo pistara sartuko dira, bertan 2 buelta emango dituzte eta azken bueltan helmugara sartuko dira.

**CARRERA A PIE 800 m**

Esta vez saldrán de la zona de transición y entrarán a la pista de atletismo contigua, donde darán 2 vueltas y en la última vuelta entrarán a 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	IGERIKETA DISTANTZIAK Distancia Natación	BIZIKLETA BTT DISTANTZIAK Distancia bicicleta BTT	OINEZKO LASTERKETA DISTANTZIAK Distancia carrera a pie
12:25-12:35	12:40	<b>Benjaminak</b>	<b>2017 2018</b>	<b>100 m 4 luze/ largos</b>	<b>2000 m Buelta 1</b>	<b>400 m Buelta 1</b>



#### **TXIRRINDUA 2000 m**

Igeri egin ondoren, triatleta kimuak igerilekutik atera, eta trantsizio gunean 1.go trantsizioa egin ondoren, bizikletaz abiatuko dira basorantz, pibotean 180°ko buelta eman eta pista berdinetik bueltatuko dira igerileku aldera. Berriz trantsizio gunera sartuko dira eta 2.segmentua bukatu da.

#### **BIZIKLETA 2000 m**

Después de nadar, la/el triatleta benjamín sale de la piscina, y tras realizar la primera transición, irá con la bicicleta por el bosque, girarán 180° en el pivote y volverán por la misma pista hacia la piscina. Se accederá de nuevo a la zona de transición y se ha finalizado el segmento 2.

#### **OINEZKO LASTERKETA 400 m**

Oraingoan trantsizio gunetik atera eta ondoko atletismo pistara sartuko dira, bertan buelta 1 emango dute eta helmugara sartuko dira.

#### **CARRERA A PIE 400 m**

Esta vez saldrán de la zona de transición y entrarán a la pista de atletismo contigua, donde darán 1 vuelta y entrarán a la meta.

## **4. IZEN EMATEAK** INSCRIPCIONES

Izen emateak on line egingo dira <http://www.rockthesport.com/> helbidean astelehen arte, uztailak 13, 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, 13 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, Altsasuko 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, el Ayuntamiento de Altsasu y la federación navarra de triatlón.

2. Trantsizio gunea 9:35ean zabalduko da kadete eta gazte mailentzako, eta 9:50etan itxiko da. Froga hau bukatu ondoren, 11:10etan, trantsizio gunea zabalduko da kimu eta haur mailentzako eta 11:20etan itxiko dira, haurren froga hasi baino 5 minutu lehenago. Kimu mailako froga bukatu ondoren, 13:00etan, trantsizio gunea zabalduko da benjamin mailarentzako, eta itxiko da 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 cerrará 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 cerrará 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 bakoitzak bere dortsala ekarriko du.

Cada participante traerá su dorsal.

4. Igeriketa segmentua Altsasuko Dantzalekuko 25 metroko igerilekuan egingen da.

El segmento de natación se realizará en la piscina de 25 m. de Dantzaleku., Altsasu.

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. Korrikalariek, izena ematen dutenean, araudia onartzen dute.

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

11. Partaide guztiek Nafarroako Triatlói 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.

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.

- 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 948 464 866/683 343 854



Instituto Navarro del Deporte  
y de la Actividad Física



Nafarroako Kirolaren eta  
Jarduera Fisikoaren Institutua