

# CAMPEONATO DE ESPAÑA DE DUATLÓN CROS 2009

## PRESENTACIÓN

La **Federación Navarra de Triatlón** en colaboración con la **Asociación Deportiva de Isaba / Iزابako Kirol Elkarte**, (**ADI / IKE**) presentan esta propuesta para organizar el campeonato de España de Duatlón Cros el próximo día 9 de mayo de 2009.

La asociación **ADI / IKE** se compone de un grupo de deportistas con iniciativas que pretenden dinamizar la vida deportiva de esta conocida villa pirenaica Navarra de Isaba.

El Ayuntamiento colabora con **ADI / IKE** en función de sus posibilidades pero en gran medida es la propia asociación la que debe sacarse las castañas del fuego. Todo ello no impide que se organicen **actividades durante los doce meses del año**. Hay algunas que por sus características pueden tener un mayor eco mediático, pero lo que intentamos es que Isaba no pare, que haya una actividad deportiva constante.

Entre las citas anuales más destacadas están el **DUATLON DE ISABA** en el mes de mayo, y del que ya se han celebrado seis ediciones (Siendo campeonato Navarro durante cuatro años consecutivos). La carrera de montaña **CAMILLE EXTREME** es otra de las citas destacadas desde 2005 en los meses de junio o julio. Y por último la **ERRONKARI BTT** que en septiembre de 2008 ha celebrado su segunda edición con más de 200 participantes.

La promoción que todas las actividades organizadas por la **ADI/IKE** suponen para **Isaba** es también un estímulo. El deporte es una de las mejores maneras de dar a conocer una zona. Y más, si se pueden unir la espectacularidad de una modalidad como el duatlón con el hecho de practicarlo a más de mil metros de altura en plena naturaleza.

\* Imagen de la zona de boxes montada para el VI Duatlón de Montaña de Isaba. Esta prueba se celebra en el Rincón de Belagoa, prácticamente en la falda de montes como Txamantxoia, Lapakiza o Lakartxela, de casi 2.000 metros.



## ISABA

Isaba es un pequeño pueblo que está situado en el pirineo navarro limitando con el pirineo occidental de Huesca. Es uno de los siete pueblos que componen el Valle del Roncal, situado en el noreste del pirineo navarro, zona en la que comienzan a elevarse las montañas por encima de los 2.000 metros.



## ACCESOS

Isaba esta situada a 98 km de [Pamplona](#) al noreste de [Navarra](#), en la frontera con la provincia de [Huesca](#) y de [Francia](#).

Hay tres accesos principales:

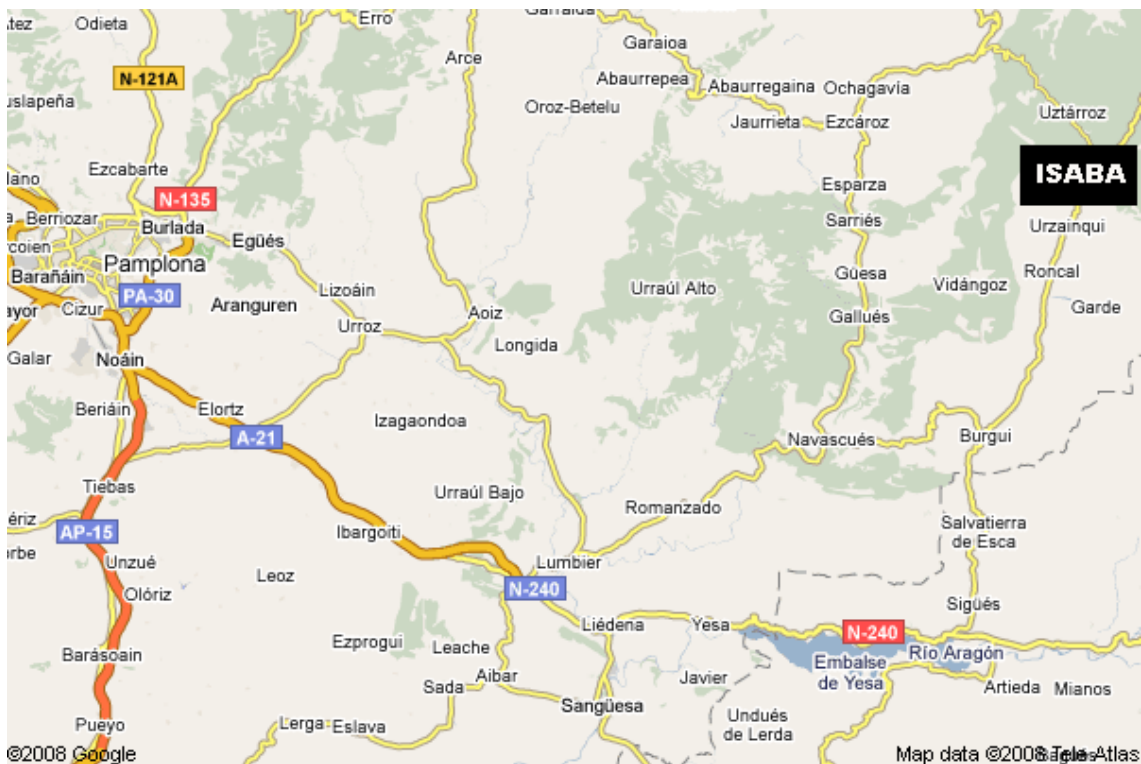
- **Por Francia, para todos los que vengan del otro lado del Pirineo.**



- **Por Huesca**



- **Por Pamplona, que es el acceso principal. Excepto quien se acerca desde Huesca, este es el acceso más cómodo y rápido desde cualquier punto.**



## **ALOJAMIENTO**

Isaba dispone de todo tipo de alojamientos, desde hoteles de diferentes categorías hasta pensiones, casas rurales y camping.

Además de, en esta localidad, en los otros seis pueblos del Valle del Roncal, también existe una amplia gama de alojamientos para atender a todos los visitantes. En total, el valle tiene una oferta de 1.500 camas.



**Isaba está situada en pleno Pirineo navarro y como se observa en la foto se encuentra completamente rodeada de montes.**

## DUATLON DE MONTAÑA DE ISABA

- La de **2009** será la **séptima edición** del Duatlón de Isaba. Nació como una carrera desconocida pero el paso de los años lo ha convertido en una cita fija para muchos duatletas.
- De **2003 a 2007** el Duatlón de Isaba fue de **carretera**. En **2008** se optó por convertirlo en un **duatlón de montaña**, sobre todo, porque se encuentra en un entorno perfecto para desarrollar esta modalidad.
- La Federación Navarra de Triatlón ha celebrado el Campeonato Navarro de Duatlón durante 4 años consecutivos (2004-2007).



## **FICHA TÉCNICA**

### **CAMPEONATO DE ESPAÑA DE DUATLÓN CROS**

**FECHA:** 9 de MAYO de 2009

**HORA:** 16.30 horas.

**LUGAR:** RINCÓN DE BELAGOA

(km. 12 de la carretera Isaba-Francia)

**SECTORES:** 3

**1er SECTOR DE ATLETISMO:** 6 km.

**SECTOR DE BTT:** 20 km.

**2º SECTOR DE ATLETISMO:** 3 km.

**ALTITUD MÁXIMA:** 1.020 m.

**ALTITUD MÍNIMA:** 920 m.

**DIFICULTAD TÉCNICA:** media.

**TERRENO:** La carrera discurre íntegramente por el monte. Los tres segmentos tienen terreno muy similar, con pistas forestales, campos y senderos de montaña que la mayoría del tiempo están cubiertos de hierba. En caso de lluvia el recorrido se puede endurecer debido al barro. La última parte del circuito es más llana.

## **ENTORNO DE LA CARRERA**

El Rincón de Belagoa es el paraje que acogerá la prueba. Está ubicado en el kilómetro doce de la carretera NA-1370 que une Isaba y Francia.

Está situado en el Valle de Belagoa a 1.000 metros de altitud y se encuentra rodeado de picos de más de 2.000 metros.

Se trata de una zona situada junto a la carretera y cubierta por un inmenso hayedo. Entre los árboles hay innumerables senderos y pistas que permiten diseñar cualquier tipo de circuito.



**\* Al fondo el Rincón de Belagoa rodeado de montañas y en mitad de un inmenso hayedo.**

## RECORRIDO

- 1er SEGMENTO A PIE: serán 6 kilómetros. Se darán dos vueltas a un circuito de 3 kilómetros que se desarrollará por senderos, campos y pistas forestales.
- SEGMENTO DE BTT: serán 20 kilómetros y se darán dos vueltas a un circuito de 10 kilómetros en el que prácticamente se recorrerá todo el paraje del Rincón de Belagoa. Los duatletas aquí también deberán hacer frente a todo tipo de terrenos.
- 2º SEGMENTO A PIE: es un circuito de 3 kilómetros distinto al inicial al que los corredores deberán darle una vuelta para llegar después a meta.



## **ESPECTACULARIDAD DEL RECORRIDO**

Desde la Asociación Deportiva de Isaba siempre se ha defendido la espectacularidad de este entorno para celebrar una prueba como el Campeonato de España de Duatlón Cros.

Por mucho que hablemos o escribamos esa espectacularidad sólo la dan las imágenes. Aquellas que reflejan de verdad el esfuerzo, el sufrimiento y la belleza del entorno.

Nos hemos encontrado con muchos ejemplos; situaciones, paisajes o rostros que nos pueden ayudar a hacernos una idea de todo lo que se podrá ver en Isaba el próximo 9 de mayo.

**Se puede ver la galería fotográfica de la web y el video para más detalle.**



## ALOJAMIENTO, DUCHAS Y MASAJES

Como viene siendo habitual en las últimas ediciones, los participantes del VII Duatlón de Isaba disfrutarán del **servicio de duchas** en el Albergue Oxanea. Está comprobado que una buena ducha caliente es fundamental para la satisfacción del duatleta.

Un año más se alquilará el local para uso exclusivo de los corredores. Además de la ducha tendrán la oportunidad de relajar sus músculos con la colaboración del Centro Surya que desplazará a una decena de **masajistas para recuperar** del esfuerzo a los duatletas.



\* En las últimas ediciones, los masajes del Centro Surya han sido fundamentales para la recuperación después de una carrera tan exigente como el Duatlón de Isaba.



## **SANIDAD, SEGURIDAD, ETC.**

Otra de las principales preocupaciones será como siempre la seguridad tanto de los duatletas, voluntarios y organizadores, así como de la gente que presencie la prueba. En ese sentido, se contará con una ambulancia medicalizada y un vehículo todoterreno que garanticen el acceso a cualquier punto del recorrido.

Otros detalles, como la **seguridad en los boxes**, también han sido analizadas y pese a no haber existido ningún problema en las ediciones anteriores, se destinarán varias personas para que estén atentas a que nadie ajeno a la prueba entre en ellos.

Al finalizar la prueba habrá un apartado especial para los participantes donde podrán descansar y reponer fuerzas. Tendrán a su disposición bebidas y comida en abundancia para recompensar el esfuerzo realizado.

## **PRESUPUESTO**

Este presupuesto se basa en la experiencia de años anteriores.

<b>INGRESOS</b>		<b>GASTOS</b>	
Inscripciones	1000	Premios en metálico	5500
Apoyo Empresas	3000	Servicios médicos	1000
Federación Navarra y Gobierno de Navarra	8050	Cartelería y publicidad	1400
		Alojamientos y comidas	1000
		Varios	1100
		Camisetas	1800
		Seguros	250
	<b>12050</b>		<b>12050</b>

## ORGANIGRAMA DEL DUATLÓN DE ISABA

DIRECTOR DE CARRERA: GORKA BUENO

DIRECTOR TÉCNICO: RAMON ANAUT

DIRECTOR DE LOGÍSTICA: IÑAKI GARCES

RESPONSABLE DE PRENSA: AITOR PEREZ

SECRETARIO: EGOITZ EGOZKUE

## CARTAS DE APOYO

Para un buen desarrollo de la prueba se ha considerado necesario contar con el apoyo del **Gobierno de Navarra**, de las principales autoridades y entes locales de Isaba y de todo el Valle del Roncal.

Pueden verse a continuación las cartas del **Instituto Navarro de Deporte**, del **Ayuntamiento de la Villa de Isaba**, de la **Junta General del Valle del Roncal**, del **Club Pirenaica** y de la empresa de servicios deportivos, culturales y turísticos **Mendikate SL**.

Estos estamentos y clubes son algunos de los que mayor influencia tienen en la zona y han mostrado todo su apoyo de cara a la organización del

## **CAMPEONATO DE ESPAÑA DE DUATLÓN CROS VII DUATLÓN DE ISABA**