

IX TRIATLÓN S.D.R. ARENAS RETO DEL EBRO

CNTO. NAVARRO DE TRIATLÓN
SPRINT 750 m. / 20 Km. / 5 Km.

4 de Julio de 2009
16:00 h. (J.D.N.) (Cross)
17:45 h. (Catg. Absoluta) (Carretera)

TUDELA
sdr Arenas



Bodegas Vista Magaña



M.I. Ayuntamiento de Tudela
Concejalía de Deportes

INFORMACIÓN DE LA PRUEBA

DATOS DE LA PRUEBA

CATEGORÍA	AÑO	DISTANCIA	HORA	PRECIO	PREMIOS
Prebenjamín	2001 - 2002	25m / 1Km / 200m	16:00 h.	J.D.N.	J.D.N.
Benjamín	1999 - 2000	50m / 1,5Km / 350m	16:15 h.	J.D.N.	J.D.N.
Alevín	1997 - 1998	100m / 3Km / 700m	16:30 h.	J.D.N.	J.D.N.
Infantil	1995 - 1996	200m / 6Km / 1,4Km	16:55 h.	J.D.N.	J.D.N.
Cadete Junior Absoluto	RESTO AÑOS	750m / 20Km / 5Km	17:45 h.	20 € Federados 30 € NO Federados	VER TABLA

PREMIOS

PREMIOS PARA CATEGORÍAS MASCULINA Y FEMENINA						
PUESTO	1º	2º	3º	4º	5º	6º
ABSOLUTO	300 € TROFEO	150 € TROFEO	100 € TROFEO	80 €	60 €	50 €
VETERANO 2	TROFEO	TROFEO	TROFEO			
VETERANO 1	TROFEO	TROFEO	TROFEO			
SUB-23	TROFEO	TROFEO	TROFEO			
JUNIOR	TROFEO	TROFEO	TROFEO			
CADETE	TROFEO	TROFEO	TROFEO			
LOCAL	TROFEO					

INSCRIPCIONES

Desde la página de la Federación Navarra de Triatlón: www.navarratriatlon.com/inscripcion.php
 , o desde el enlace de la página web de la S.D.R. Arenas: www.sdrarenas.es

Nº de plazas: 200 - Fecha límite de inscripción: 30 de Junio de 2009.

DESARROLLO DE LA PRUEBA

15:00 a 15:45 - Recogida de dorsales de Juegos Deportivos Navarros.

15:30 a 17:15 - Recogida de dorsales del resto de categorías.

16:00 - Salida Categorías Inferiores.

17:45 - Salida Categorías Absolutas.

Para los J.D.N, hay que estar 15 minutos antes de la prueba en la salida.

Al final de la pruebas, se dará las clasificaciones provisionales y la entrega de premios.

Habrà sorteo de regalos entre los participantes.

Los participantes dispondrán de servicio mecánico de bicis en la zona de boxes.

Igualmente se dispondrá de servicio sanitario.

17:45 h. Salida Categoría Absoluta.

17:55 h. Salida primer ciclista.

18:10 h. Salida último ciclista.

18:30 h. Llegada primer ciclista (Bici 35 Minutos) 35 km./h.

18:50 h. Llegada último ciclista (Bici 60 Minutos) 20 km./h.

18:30 h. Salida primer corredor.

18:50 h. Salida último corredor.

18:50 h. Llegada primer Corredor (Correr 18 Minutos).

19:30 h. Llegada último Corredor (Correr 25 Minutos).

20:00 h. Entrega Trofeos.

PLANO DE SITUACIÓN



La prueba se desarrollará en las inmediaciones de las instalaciones de la Sociedad Deportivo Recreativa "ARENAS", en Tudela.

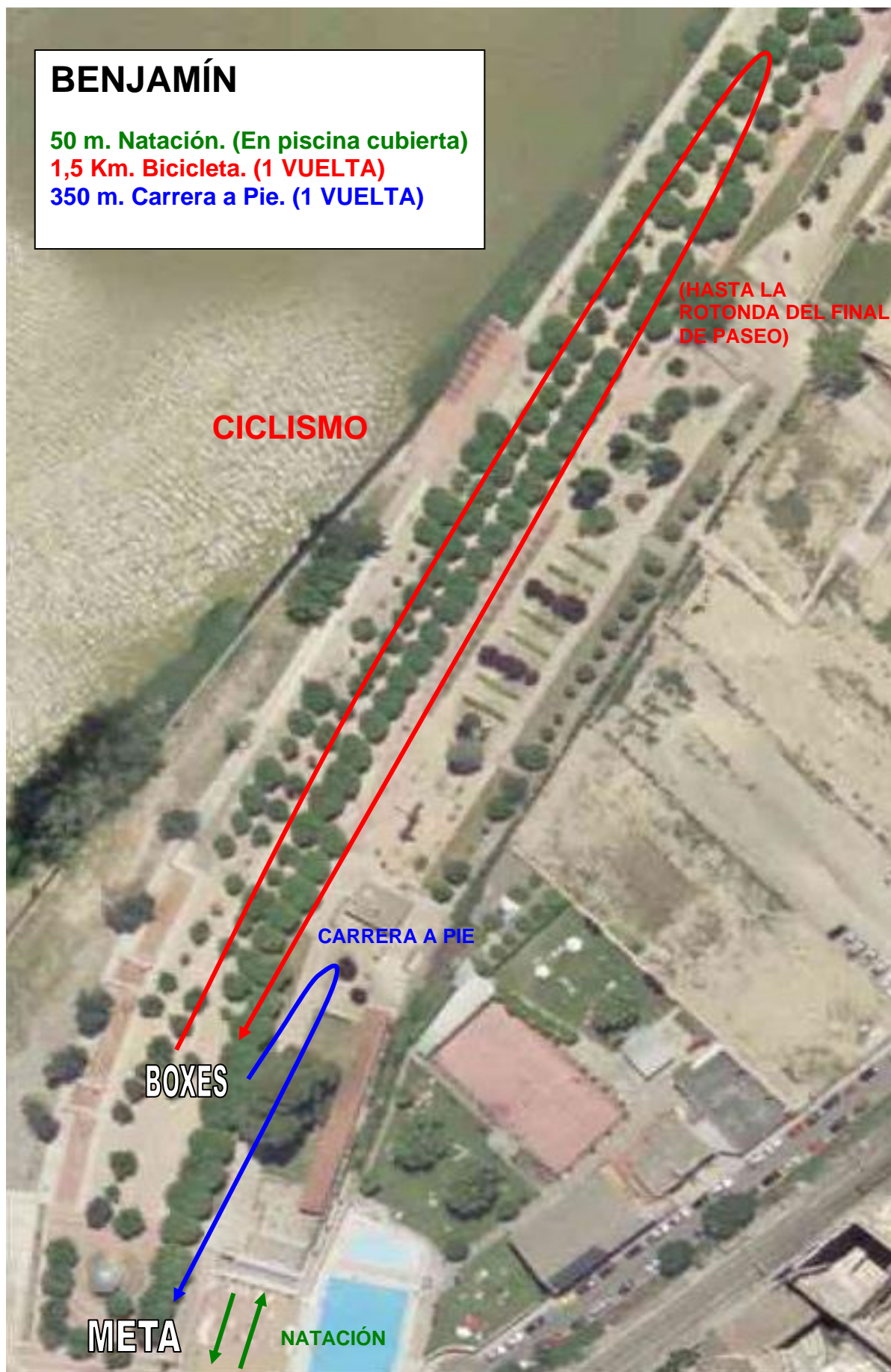
La recogida de dorsales será en las instalaciones de la sociedad, igualmente los vestuarios, duchas y aseos de las instalaciones, estarán a disposición de las y los participantes de la prueba.

Se va ha habilitar un parking para los participantes y sus acompañantes, junto a los boxes de la prueba. El acceso a este parking se limitará durante la carrera, por coincidir con la salida del agua a boxes y salida de carrera a pié.

La prueba de natación de las categorías inferiores será en la piscina cubierta de la S.D.R. Arenas. Los boxes de estas categorías estarán situados junto a la pared lateral de la Sociedad.

RECORRIDOS CATEGORÍAS INFERIORES





ALEVÍN

100 m. Natación. (En piscina)

3 Km. Bicicleta. (2 VUELTAS HASTA LA ROTONDA)

700 m. Carrera a Pie. (1 VUELTA)





RECORRIDOS CATEGORIA CADETE - JUNIOR - ABSOLUTA

NATACIÓN

750 m. Salida desde el agua, cerca del embarcadero junto a los boxes. Se completa una única vuelta.

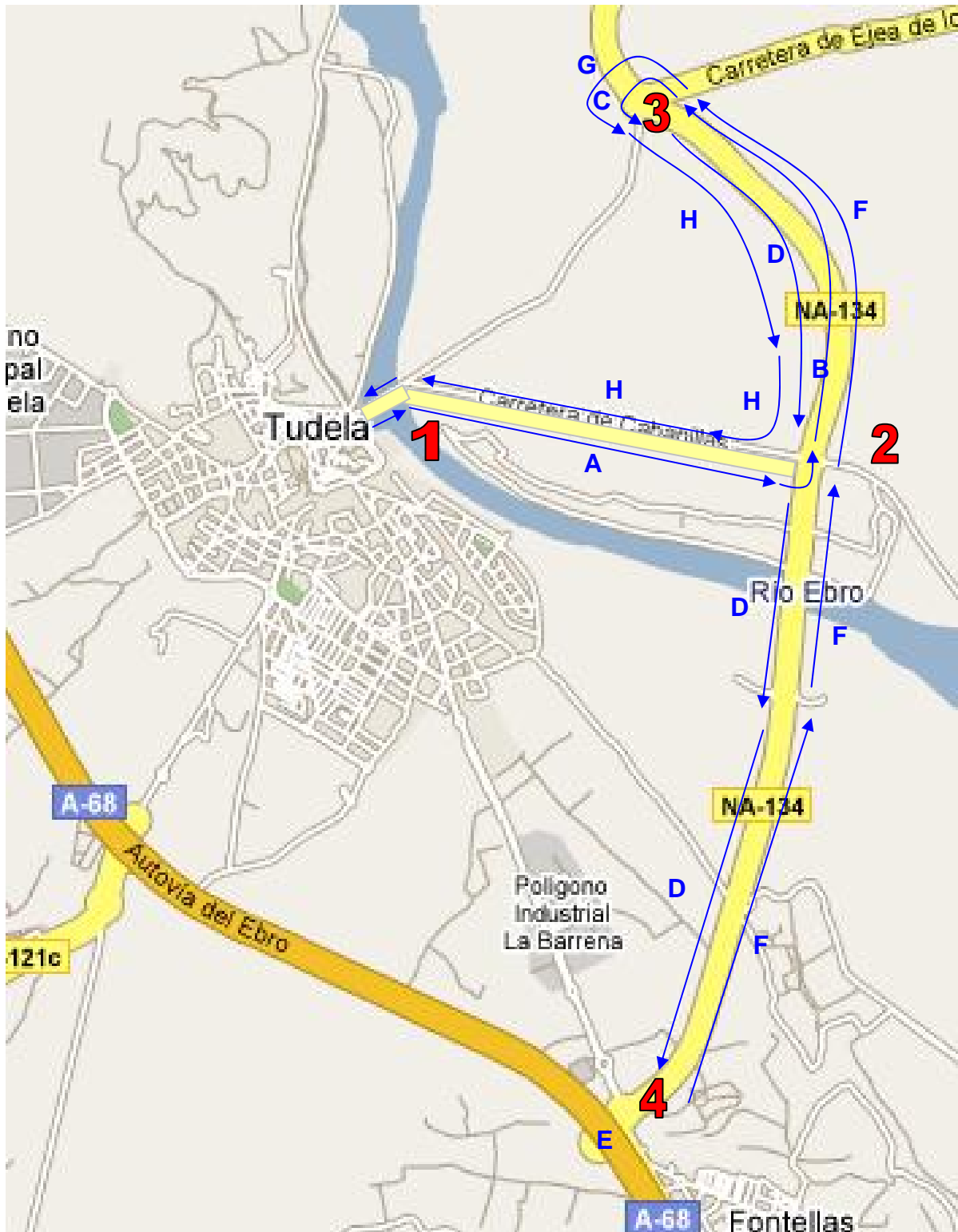


(ATENCIÓN: cambia el sentido de giro del circuito respecto a 2008!!)

Se colocará un camino de césped artificial, desde la salida del agua, hasta la entrada en boxes.

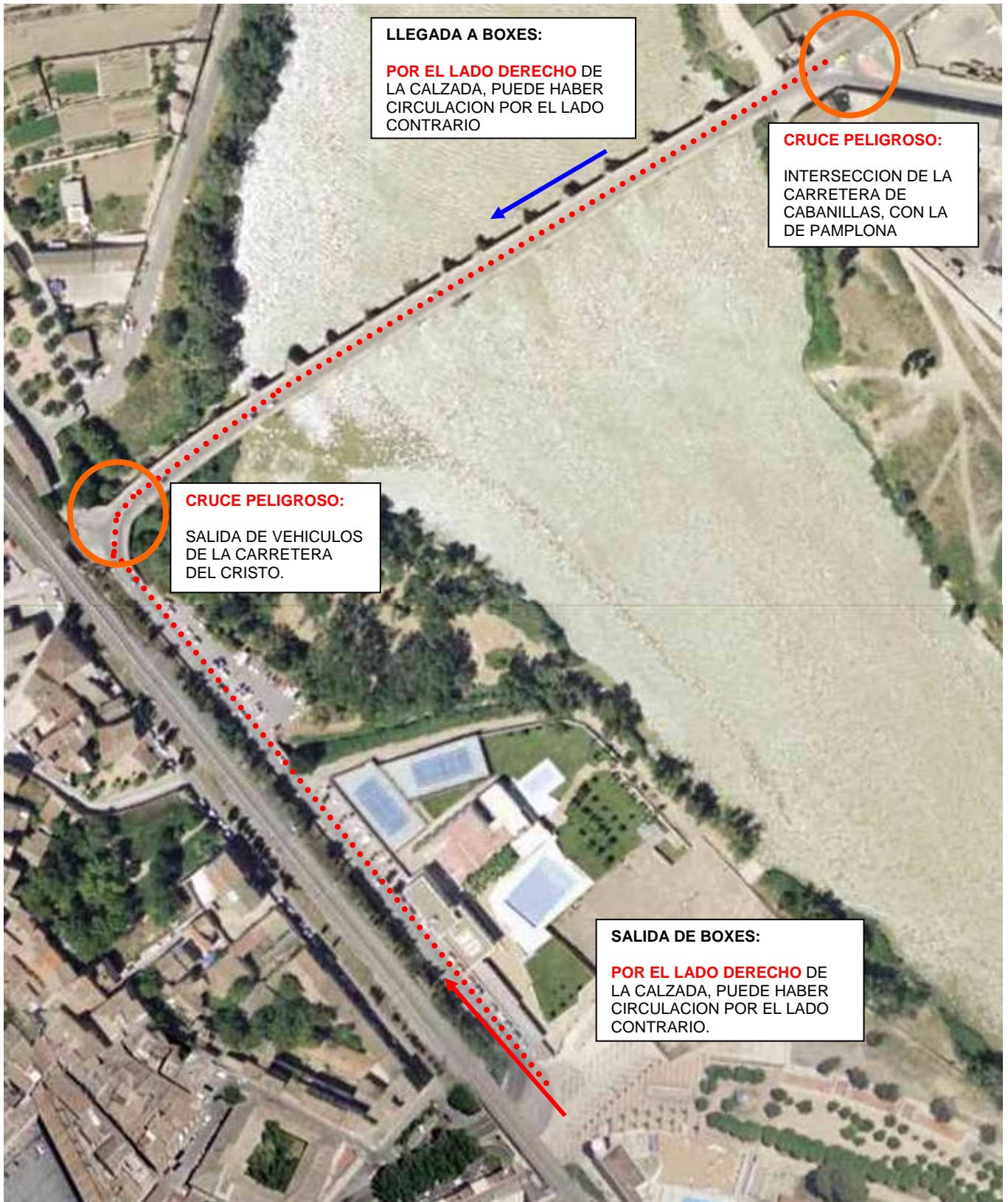
PLANO DE SECTOR CICLISMO

Circuito de unos 20 Km., llano. Una única vuelta.



DESCRIPCION DEL CIRCUITO

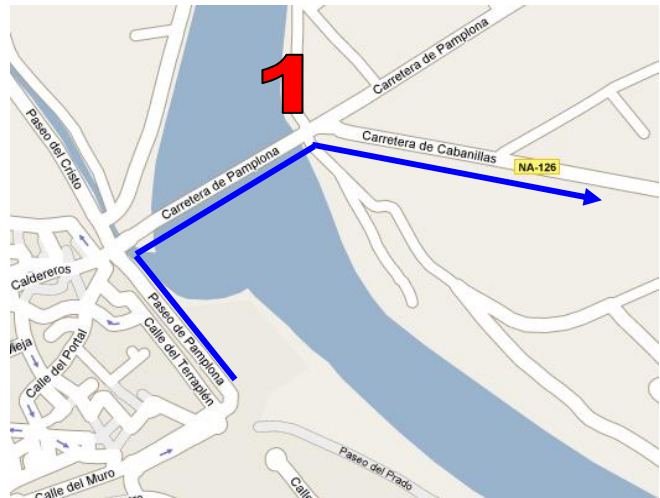
SEÑALIZACION DE ENTRADA Y SALIDA DE BOXES CON CONOS



A

Salida de boxes hacia la derecha, se coge la carretera a Pamplona. Se sale de Tudela cruzando el puente del EBRO NA-134.

1 Se gira a la derecha, por la carretera a Cabanillas: NA-126.



B

Al llegar a la segunda rotonda **2**, se gira a la izquierda, dirección Arguedas, se baja por un carril de aceleración y nos incorporamos a la NA-134, dirección Arguedas.



C

Llegamos a la rotonda de la carretera de Ejea **3**, donde se hace un giro de 180°, y se vuelve en dirección contraria.

Es posible que el giro se haga sobre un cono, y no alrededor de la rotonda.



D

Se continúa por la NA-134, dirección Fontellas, pasando por debajo de las rotondas donde se hizo el primer giro, se pasa un puente sobre la vía y otro sobre el río Ebro.



E

Se llega a una nueva rotonda **4**, la de acceso a Tudela desde la A68. En esta rotonda se hace un nuevo giro de 180°, y se vuelve por el mismo sitio. *Es posible que el giro se haga sobre un cono, y no alrededor de la rotonda.*



F

Se continúa por la NA-134, pasando de nuevo por los puentes y el primer punto de giro, hasta llegar a la rotonda de la carretera de Ejea.



G

En la rotonda de la carretera de Ejea **3**, de nuevo, se hace un giro de 180°, y se vuelve en dirección contraria. *Es posible que el giro se haga sobre un cono, y no alrededor de la rotonda.*



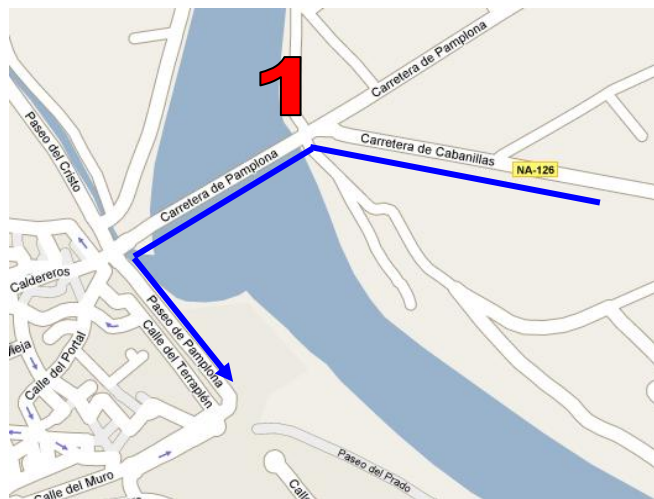
H

Al llegar al primero punto de giro **2**, tomamos el carril de subida a nuestra derecha, y en la rotonda, tomamos dirección Tudela, por la NA- 126.



--

Al llegar al cruce final, seguimos a la izquierda por el puente del Ebro, y de nuevo a la izquierda hasta los boxes.



CARRERA A PIE

2 Vueltas de 2,5 Km., desde boxes, por el paseo del Prado, al final de este, se gira 180°, y se vuelve por un carril de tierra paralelo al paseo, unos 500 metros, giro de 180° y se vuelve por el mismo sitio.

El recorrido de la carrera a pie, combina un carril asfaltado y varios tramos tipo "pista".



DETALLE DEL CIRCUITO DE CARRERA A PIE

