

Estimado deportista:

Transcurridos ya tres meses desde el inicio de 2005 aprovecho esta carta para comentarte algunas cosas que pueden ser de interés como miembro de la Federación.

- 1- Te recuerdo que al estar federado dispones de **descuentos en las inscripciones de las competiciones** en las que participas. El calendario de competición ha sufrido algunas variaciones y esta es la última versión. Te recomendamos que visites la página web de la Federación para estar al corriente de todas las carreras según se acerquen las fechas. Por favor, si conoces alguna otra prueba no reflejada aquí puedes comunicárnoslo para que sea incluida.

Las pruebas forman parte de un circuito navarro en el que se asignan puntos según los resultados. Al final de año, en la Gala del triatlón, se premia a los mejores en cada modalidad y se otorgan reconocimientos especiales. Estas son las competiciones para el año 2005 en Navarra:

MODALIDAD: Juegos Deportivos de Navarra y categorías menores en Triatlón:

- 11 de junio - Sábado - Triatlón de Beraiz con BTT (Bici de Montaña)
- 25 de junio - Sábado - Triatlón de Noain
- 2 de julio - Sábado por la tarde - Triatlón en Peralta - Club Triatlón Atalaya
- 22 de julio - Viernes - Triatlón Infantil en Ziordia (Sakana)
- 30 de julio - Sábado - II Triatlón Infantil de Lagunak. Barañain - Pamplona.
- 15 de agosto - Lunes - III Triatlón Infantil de Castejón con BTT - JDN - Promoción, Alevín, Infantil y Cadete
- 20 de agosto - Sábado por la tarde - Triatlón de Huarte
- 28 de agosto - Domingo - Triatlón A.D. San Juan - Con BTT.
- 3 de septiembre - Sábado - Triatlón Infantil Valle de Egüés

MODALIDAD: Duatlón en Navarra:

- 20 de marzo - Domingo - 10:00 - IV Duatlón Sprint Ciudad de Corella - 5/22/2,5
- 16 de abril - Sábado - 16:30 - CTO. NAVARRO DE DUATLÓN 2005- III Duatlón de Isaba 6.6/24/3.3 - Individual y por relevos - www.adi-ike.com
- 23 de abril - Sábado - 17:30 - II Duatlón Villa de San Adrián - 6.6/24/3.3
- 7 de mayo - Sábado - Duatlón de Arbizu (NO PUNTUABLE EN NAVARRA) - www.triatloi.org
- 17 de septiembre - Trofeo Abajitabidea - II Duatlón de Montaña de Ororbía - 5-16-2,5
- 25 de septiembre - Domingo - Duatlón Valle de Egüés
- 1 de octubre - Sábado - Duatlón Club Natación Pamplona - 10-40-5

MODALIDAD: Triatlón en Navarra:

- 14 de mayo - Sábado - 16:00 - I Triatlón de Cascante - Distancia olímpica - SUSPENDIDO
- 11 de junio - Sábado - Triatlón de Beraiz con Bici de Montaña
- 25 de junio - Sábado - Triatlón de Noain
- 7 de agosto - Domingo - 10:00 - Triatlón Club Natación Pamplona - 1500/40/10
- 15 de agosto - Lunes - II - Triatlón "Villa de Castejón" Popular (200-5Km-1.25km) y Sprint (750m-20Km-5 Km)
- 21 de agosto - Domingo - 10:00 - III Triatlón Aritzaleku - 1500/40/10
- 28 de agosto - Domingo - Triatlón A.D. San Juan - Con Bici de Montaña.
- 3 de septiembre - Sábado - II Triatlón de Valle de Egüés. (200m-10kms-2.5kms) Bici de Montaña
- 10 de septiembre - Sábado - Triatlón de de Mutilva Baja. (400m-12km-3km)
- Triatlón Club de Tenis Pamplona - Fecha por determinar.

2- Campeonatos de España de selecciones Autonómicas:

Los días 19 y 20 de marzo en Rivas (Madrid) se celebró el campeonato de España **Autonómico de Duatlón**. Las distancias de la competición 5 – 20 – 2.5. Los representantes de Navarra fueron:

ERKUDEN ALMAGRO MENDOZA	ABF
NEREA MARTÍNEZ URRUZOLA	ABF
LAURA TORREGROSA ANSORENA	ABF
RAUL ELIZALDE ARGÜELLES	ABM
PEDRO GARCÍA OSINAGA	ABM
JOSÉ IGNACIO MIQUEO GUEMBE	ABM
RAUL URDANIZ TAPIZ	CDM
EIANDE ARAMBURU AGUIRRE	JNM
MONICA ZUBILLAGA ANDUEZA	JUEZ
IMANOL ECHARRI GARCIA	SUB23M
GONZALO JACUE GUEMBE	SUB23M
OSCAR VERGARA ULZURRUN	SUB23M

Felicidades a todos y todas por vuestro entusiasmo e interés en representar a nuestra comunidad.

9,10 julio en Barcelona – **Autonómico de Triatlón**. (Distancias 750 – 20 – 5)
Salida el viernes día 8 a las 15.00 desde Pamplona y regreso el domingo día 10 por la noche.

Si deseas formar parte de la selección Navarra de Triatlón y representarnos frente al resto de comunidades deberás comunicarlo antes del 20 de junio. Los gastos de inscripción, viaje, comidas y alojamiento están pagados.

3- Medalla de plata al mérito deportivo

¿Conoces alguna persona que lleve 25 años o más dedicada a labores de promoción y trabajo no remunerado en el campo del deporte en funciones técnicas, directivas y similares? Si es que sí, ponte en contacto con la federación para poderle proponer como candidato a la medalla de plata al mérito deportivo de Navarra.

4- Plan Nacional De Tecnificación

La Federación Española de Triatlón tiene en marcha un plan Nacional de Tecnificación para jóvenes deportistas. Si conoces a alguien que cumpla los tiempos de la tabla siguiente ponte en contacto con nosotros para poderle promocionar.

Mínimas 2005	AÑO	MASCULINO		FEMENINO	
NATACIÓN	86-87-88	100m 1'00"	1.000m 12'30"	100m 1'10	1.000m 13'10"
	89-90	100m 1'04	1.000m 13'00	100m 1'12	1.000m 13'40
CARRERA	86-87-88	400m 59"	1.000m 2'52	400m 1'12	1.000m 3'20
	89-90	400m 1'02"	1.000m 3'00	400m 1'15	1.000m 3'25

5- Ventajas Varias

Te recordamos algunas ofertas de las que dispones por estar federado/a y una nueva que se ha logrado.
¿Conoces alguna de la que pueda beneficiarse todo el colectivo?

Descuento en los masajes en el **CENTRO DE MASAJES HERA** Deberás presentar el DNI y ellos lo comprobarán con una lista facilitada por la Federación. Su dirección es la siguiente: Centro de Masajes Hera - C/ Aralar, 15 - 948-245208

Los nuevos suscriptores de la revista **FINISHER TRIATLÓN** recibirán un descuento del 10% en la suscripción anual (12 números). Comunica a la revista que estás federado por Navarra cuando te suscribas. Tf. 913151616 - www.finishertriathlon.com

Si buscas un entrenador personal estás de suerte: **ANA CASARES** ofrece un 10% de descuento en un plan de entrenamiento personal a todos los federados en triatlón. Visita su web y método de trabajo en www.anacasares.com

Por último, siempre me gusta recordar que la Federación la formamos entre todos y crecemos gracias al apoyo y trabajo desinteresado de sus miembros. Te animamos a colaborar en beneficio de todos de la manera en que creas oportuno: Seguro que tienes alguna idea, ¡ ven y desarróllala !

Espero verte corriendo a mi lado en el próximo duatlón de Isaba, sede del Campeonato Navarro de Duatlón 2005, o bien como espectador animando efusivamente a todos los participantes.

Atentamente,

Enrique Hernández.
Presidente.



Federación Navarra de Triatlón.

Casa del Deporte
C/ Paulino Caballero 13, 5º Piso
31002 Pamplona
Telfs. 848427876 - 620208698
Fax. 848427835

Horario (1er Piso Casa del Deporte)

- De Lunes a Viernes de 10 a 13
- Lunes y Miércoles de 16 a 19

Internet www.navarratriatlon.com
E-mail: info@navarratriatlon.com