



CLUB TRIATLÓN ANTSOAIN

CLUB AGRUPACION DEPORTIVA  
SAN JUAN/DONIBANE K.E



**Triatlón de la Mujer Nagore/Nagoreko Emakumezkoen Triatloia**  
**Triatlón de Nagore/Nagoreko Triatloia**



Nafarroako  Gobierno  
Gobernua de Navarra

**Sábado 7 de septiembre 2024**

**9:30 horas Triatlón SuperSprint –  
Campeonato Navarro**

**10:30 horas Triatlón Olímpico – Aquabike -  
Relevos**

**14:30 Triatlón de la Mujer y Triatlón Popular  
Súper Sprint**



CLUB TRIATLÓN ANTSOAIN

CLUB AGRUPACION DEPORTIVA  
SAN JUAN/DONIBANE K.E



**Triatlón de la Mujer Nagore/Nagoreko Emakumezkoen Triatloia**  
**Triatlón de Nagore/Nagoreko Triatloia**

# Información de las pruebas

## Triatlón de la Mujer Nagore/Nagoreko Emakumezkoen Triatloia Triatlón de Nagore/Nagoreko Triatloia

### DESCRIPCIÓN

Por cuarto año consecutivo, vamos a organizar el Triatlón de Nagore y el Triatlón de la Mujer. Este año consistirá en tres pruebas, Triatlón Supersprint (Campeonato Navarro), Triatlón Olímpico (Triatlón, Aquabike y Relevos), Triatlón de la Mujer y Popular SuperSprint.

Todas las pruebas se realizarán el mismo día, con lo cual se ruega a los deportistas que sean puntuales, tanto para comenzar y, sobre todo, para recoger el material ya que no hay mucho tiempo entre prueba y prueba ya que compartimos área de transición.

La organización, el público y los deportistas debemos ser SOSTENIBLES, ya que estamos en una de las áreas consideradas como SOSTENIBLES en Navarra y, en la medida de lo posible, hay que intentar no usar plástico. La organización dispondrá de una o dos fuentes de agua, se entregará tanto la bolsa del corredor como la de voluntarios en bolsas reutilizables y se pondrá a disposición de todos, puntos de residuos bien señalizados con cada tipo de residuo. Todo el material entregado será reutilizable pero tenemos que intentar ser libres de residuos.





CLUB TRIATLÓN ANTSOAIN

CLUB AGRUPACION DEPORTIVA  
SAN JUAN/DONIBANE K.E



## Triatlón de la Mujer Nagore/Nagoreko Emakumezkoen Triatloia Triatlón de Nagore/Nagoreko Triatloia

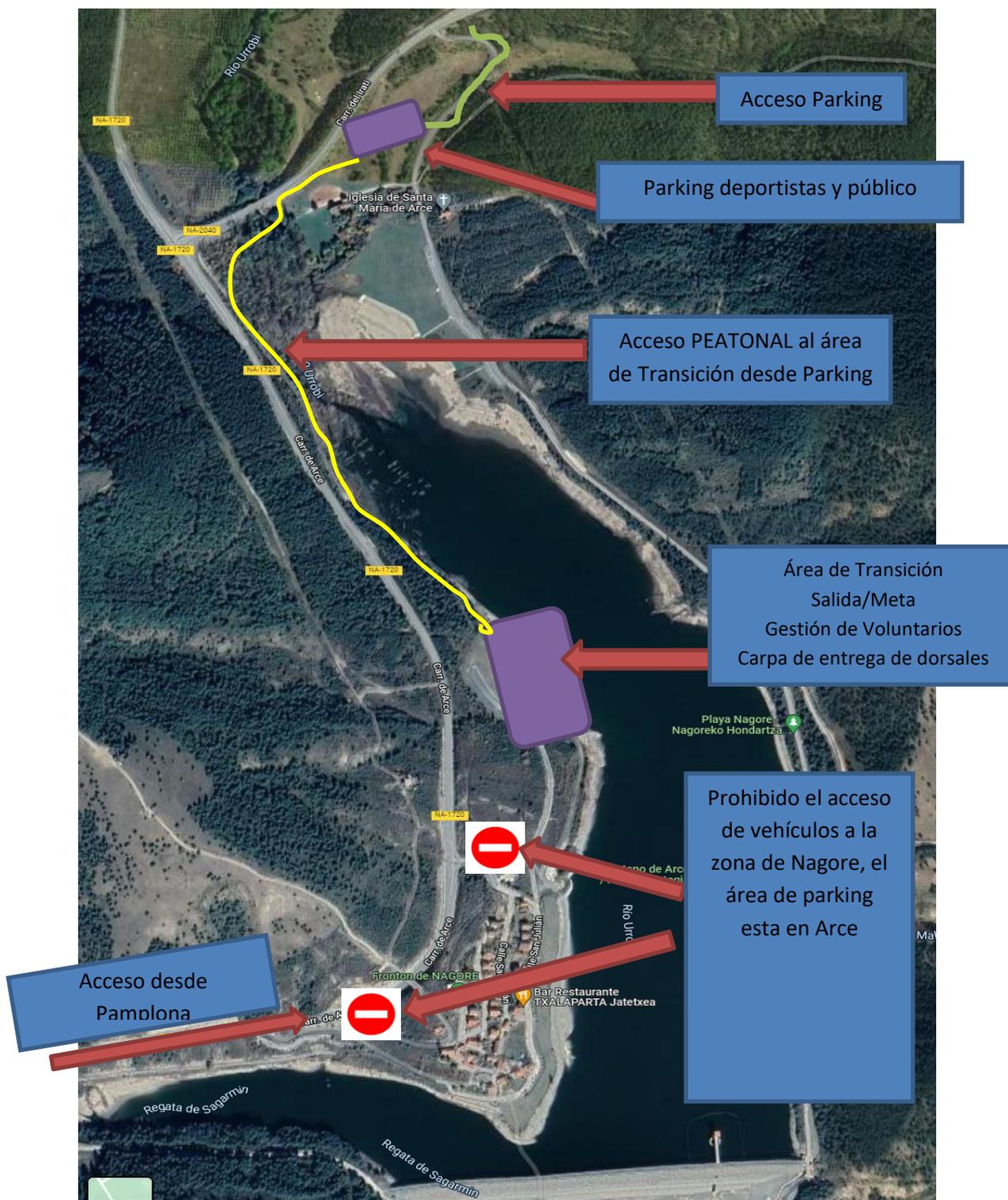
Es **IMPORTANTE** que tanto deportistas como público **COMPARTAN TRANSPORTE** para acceder a la prueba porque queremos intentar entre todos que nuestra **HUELLA DE CARBONO** pueda ser reducida a su mínima expresión.

### **PARKING PARA DEPORTISTAS Y PÚBLICO**

Se habilitan las campas de Arce como aparcamiento para los deportistas y el público. Están a kilómetro y medio del área de transición bien andando por el sendero indicado o bien en bici por la carretera, esto hará que todos los deportistas tengan que andar con tiempo para poder acceder desde la campa de Arce hasta la playa de Nagore.

## Triatlón de la Mujer Nagore/Nagoreko Emakumezkoen Triatloia Triatlón de Nagore/Nagoreko Triatloia

### PLANO DE SITUACIÓN



Como se puede comprobar estaremos compartiendo carretera de acceso a la prueba con las propias pruebas. Desde la organización se pide que se **RESPETE** al deportista y a los voluntarios/agentes de tráfico



## Triatlón de la Mujer Nagore/Nagoreko Emakumezkoen Triatloia Triatlón de Nagore/Nagoreko Triatloia

que estarán indicando los accesos y prohibiendo el paso, si fuese necesario, porque estará la situación complicada en ese momento con muchos deportistas en esa zona. Habrá voluntarios prohibiendo el paso a la zona de Nagore y queda terminantemente prohibido acceder con vehículos a esa zona. Solamente podrán acceder los vecinos y la organización.

La recogida de dorsales estará debidamente señalizada y se realizará en carpas puestas en dicha área, enfrente a la entrada a la playa de Nagore. Esta zona incluirá la salida, la meta, la zona de transición y el resto de estancias necesarias para la realización de la prueba (Carpas, W.C., portátiles...).

### DATOS DE LA PRUEBA

CATEGORIA	DISTANCIA	Edades	HORARIOS		PRECIO	PREMIOS
			CONTROL DE MATERIAL	COMIENZO DE LA PRUEBA		
<b>Supersprint</b>	300m/8km/2km	A partir de Cadete	De 8:45h a 9:15h	9:30h	VER TABLA	VER TABLA
<b>Olímpico</b>	1500m / 41km / 10km	A partir de Junior	De 09:30h a 10:15h.	10:30h.	VER TABLA	VER TABLA
<b>Triatlón de la Mujer Y Súper Sprint</b>	300m / 8km / 2km	A partir de Cadete	De 14:00h a 14:20h	14:30h.	VER TABLA	VER TABLA

**IMPORTANTE:** El cronometraje se realizará con el chip que entregará la organización en el momento del control de material. Este chip será obligatorio devolverlo para la retirada del material del área de transición. El NO retorno del chip por cualquier causa implica abonar el valor estipulado por la empresa encargada de realizar el cronometraje.  
EL CHIP SE FACILITARÀ EN EL MISMO SOBRE CON EL DORSAL.

### PRECIOS

CATEGORIA	Hasta el 31/07/2024 23:59	Hasta el 02/09/2024 23:59
<b>Súper Sprint</b>	25€	30€
<b>Olímpico</b>	35€	40€
<b>Aquabike</b>	30€	35€



CLUB TRIATLÓN ANTZOAIN

CLUB AGRUPACION DEPORTIVA  
SAN JUAN/DONIBANE K.E



**Triatlón de la Mujer Nagore/Nagoreko Emakumezkoen Triatloia**  
**Triatlón de Nagore/Nagoreko Triatloia**

<b>Relevos</b>	60€	70€
<b>Triatlón de la Mujer/Popular</b>	15€	20€

Las/los triatletas que no estén federadas/ os tendrán un suplemento de 6 euros por no tener licencia federativa

## Triatlón de la Mujer Nagore/Nagoreko Emakumezkoen Triatloia Triatlón de Nagore/Nagoreko Triatloia

### PREMIOS

#### Olimpico

PREMIOS PARA CATEGORIAS MASCULINA, FEMENINA Y MIXTO			
PUESTO	1º	2º	3º
ABSOLUTO	TROFEO/PREMIO	TROFEO/PREMIO	TROFEO/PREMIO
VETERANO 3	TROFEO/PREMIO		
VETERANO 2	TROFEO/PREMIO		
VETERANO 1	TROFEO/PREMIO		
SUB-23	TROFEO/PREMIO		
JUNIOR	TROFEO/PREMIO		
Paratriatlón	TROFEO/PREMIO		
Relevos	TROFEO/PREMIO		
Aquabike	TROFEO/PREMIO		

#### Mujer/Popular

Premio para todo el mundo
---------------------------

#### SuperSprint (Campeonato Navarro acuerdo a Premios FNT)

PREMIOS PARA CATEGORIAS MASCULINA y FEMENINA			
PUESTO	1º	2º	3º
ABSOLUTO	TROFEO/PREMIO	TROFEO/PREMIO	TROFEO/PREMIO

#### ENTREGA DE PREMIOS

La entrega de premios se realizará al finalizar las pruebas. Solamente se entregarán los Trofeos/Premios a los deportistas que acudan al pódium a recogerlos, en ningún momento podrá recogerlo otra persona que no sea el premiado. Si no se acude al pódium se pierde el derecho al Trofeo/Premio.

### INSCRIPCIONES

Las inscripciones se realizarán *on line* en [www.navarratriatlon.com](http://www.navarratriatlon.com) hasta las 23:59 horas del lunes 2 de septiembre.

#### TRIATLÓN SUPERSPRINT:

La inscripción será de 25 euros hasta las 23:59 del 31 de julio y de 30 hasta las 23:59 del 2 de septiembre.

Las/los triatletas que no estén federadas/ os tendrán un suplemento de 6 euros por no tener licencia federativa.



## **Triatlón de la Mujer Nagore/Nagoreko Emakumezkoen Triatloia Triatlón de Nagore/Nagoreko Triatloia**

NOTA PARATRIATLETAS: La organización del Triatlón Nagore/Nagoreko Triatloia se compromete a facilitar la participación de los paratriatletas, siempre que sus necesidades específicas puedan ser cubiertas por los recursos disponibles por la organización. Por ello solicita a los paratriatletas que se pongan en contacto con el organizador como con la Federación Navarra de Triatlón antes del 15 de agosto, a través de los siguientes correos electrónicos: [xoxanea@hotmail.com](mailto:xoxanea@hotmail.com); [mzubill@hotmail.com](mailto:mzubill@hotmail.com)

### **LIMITE DE PARTICIPANTES:**

**150 TRIATLETAS**

### **TRIATLÓN INDIVIDUAL OLIMPICO/AQUABIKE Y RELEVOS:**

La inscripción para el olímpico será de 35 euros hasta las 23:59 del 31 de julio y de 40 euros a partir de las 0:00 del 01 de agosto hasta las 23:59 del 2 de septiembre.

La inscripción para el aquabike será de 30 euros hasta las 23:59 del 31 de julio y de 35 euros a partir de las 0:00 del 01 de agosto hasta las 23:59 del 2 de septiembre.

La inscripción para los relevos será de 60 euros hasta las 23:59 del 31 de julio y de 70 euros a partir de las 0:00 del 01 de agosto hasta las 23:59 del 2 de septiembre.

Las/los triatletas que no estén federadas/os tendrán un suplemento de 6 euros por no tener licencia federativa.

NOTA PARATRIATLETAS: La organización del Triatlón Nagore/Nagoreko Triatloia se compromete a facilitar la participación de los paratriatletas, siempre que sus necesidades específicas puedan ser cubiertas por los recursos disponibles por la organización. Por ello solicita a los paratriatletas que se pongan en contacto con el organizador como con la Federación Navarra de Triatlón antes del 14 de agosto, a través de los siguientes correos electrónicos: [xoxanea@hotmail.com](mailto:xoxanea@hotmail.com); [mzubill@hotmail.com](mailto:mzubill@hotmail.com)

### **LIMITE DE PARTICIPANTES:**

**250 TRIATLETAS OLIMPICO Y AQUABIKE**

**30 EQUIPOS**

### **TRIATLÓN DE LA MUJER Y POPULAR:**

La inscripción será de 15 euros hasta las 23:59 del 2 de septiembre.

Las/los triatletas que no estén federadas/ os tendrán un suplemento de 6 euros por no tener licencia federativa.



CLUB TRIATLÓN ANTSOAIN

CLUB AGRUPACION DEPORTIVA  
SAN JUAN/DONIBANE K.E



## **Triatlón de la Mujer Nagore/Nagoreko Emakumezkoen Triatloia** **Triatlón de Nagore/Nagoreko Triatloia**

NOTA PARATRIATLETAS: La organización del Triatlón Nagore/Nagoreko Triatloia se compromete a facilitar la participación de los paratriatletas, siempre que sus necesidades específicas puedan ser cubiertas por los recursos disponibles por la organización. Por ello solicita a los paratriatletas que se pongan en contacto con el organizador como con la Federación Navarra de Triatlón antes del 15 de agosto, a través de los siguientes correos electrónicos: [xoxanea@hotmail.com](mailto:xoxanea@hotmail.com); [mzubill@hotmail.com](mailto:mzubill@hotmail.com)

**LIMITE DE PARTICIPANTES:**

**150 TRIATLETAS**

### **DEVOLUCIONES**

Las devoluciones de las inscripciones se realizarán en un 50 % siempre que sean avisadas como mínimo 10 días antes del inicio de la prueba: 24:00 horas del 28 de agosto de 2024.

El método de devolución será igual al de la inscripción.

En el caso de suspensión total de la prueba se devolverá el 100% de la inscripción.



## Triatlón de la Mujer Nagore/Nagoreko Emakumezkoen Triatloia Triatlón de Nagore/Nagoreko Triatloia

### DESARROLLO DE LA PRUEBA

#### HORARIOS DEL TRIATLÓN SUPERSPRINT – Campeonato Navarro:

8:00h a 9:10h – Recogida de dorsales

La organización entregará un sobre en cuyo interior irá el dorsal del cuerpo, la pulsera identificativa, la placa de adhesivos (tija sillín, casco 3), el **gorro** de natación marcado con el dorsal y el chip. La **pulsera** y el resto de dorsales tendrán que estar colocados y enseñarlos a la entrada del control de material.

8:45h Apertura de control de material

9:15h Cierre del control de material.

9:20h Cámara de llamada, cada triatleta delante de su bicicleta.

9:30h inicio Salidas: 9:30h MASC – 9:32h FEM - 9:34h Paratriatlón

Al acabar la competición y si no estás entre los premiados, dirígete al área de transición para retirar tu material.

#### HORARIOS DEL TRIATLÓN OLÍMPICO/AQUABIKE/RELEVOS:

8:00h a 10:10h – Recogida de dorsales

La organización entregará un sobre en cuyo interior irá el dorsal del cuerpo, la pulsera identificativa, la placa de adhesivos (tija sillín, casco 3), el **gorro** de natación marcado con el dorsal y el chip. La **pulsera** y el resto de dorsales tendrán que estar colocados y enseñarlos a la entrada del control de material.

9:30h Apertura de control de material

10:15h Cierre del control de material.

10:20h Cámara de llamada, cada triatleta delante de su bicicleta.

10:30h inicio Salidas: 10:30h MASC – 10:32h FEM -10:34h Aquabike – 10:36h relevos - 10:38h Paratriatlón

Tiempo de Corte en Natación 50 min - En la alfombra de salida del agua.

Tiempo de corte natación más de bicicleta 2h 40min – En el área de transición.

Tiempo de corte final 3h 30min

Al acabar la competición y si no estás entre los premiados, dirígete al área de transición para retirar tu material.



## Triatlón de la Mujer Nagore/Nagoreko Emakumezkoen Triatloia Triatlón de Nagore/Nagoreko Triatloia

### HORARIOS DEL TRIATLÓN DE LA MUJER Y POPULAR (Prueba no competitiva)

08:00h a 13:40h – Recogida de dorsales

La organización entregará un sobre en cuyo interior irá el dorsal del cuerpo, la pulsera identificativa, la placa de adhesivos (tija sillín, casco 3), el gorro de natación marcado con el dorsal y el chip. La pulsera y el resto de dorsales tendrán que estar colocados y enseñarlos a la entrada del control de material.

14:00h Apertura de control de material

14:15h Cierre del control de material.

14:20h Cierre área de transición, después de esta hora ninguna participante podrá estar dentro del área de transición.

14:25h Cámara de llamadas.

14:30h Inicio Salida Triatlón de la Mujer

14:40h Inicio Salida Triatlón Popular SuperSprint o salida del agua de la última participante en el Triatlón de La Mujer.

Al acabar las dos pruebas y si no estás entre los premiados dirígete al área de transición para retirar tu material.

Al final de las dos pruebas se darán las clasificaciones provisionales y se hará entrega de los trofeos de las diferentes categorías.

### RELEVOS

Los equipos los formaran 2 o 3 personas, teniendo que hacer cada una un sector del Triatlón, en el caso de 2 personas una persona completara dos partes. Podrán ser masculinos, femeninos y mixtos. No será necesario pertenecer al mismo club ni llevar la misma indumentaria.

Será posible el cambio de uno o varios miembros de un Relevo, siempre dentro del plazo de inscripción. Una vez cerradas las inscripciones no se podrá hacer ningún cambio.

Podrán estar formados por Federados, No Federados y mixtos. Se podrá participar a partir de la categoría de junior.

Cada participante dispondrá de un chip y un dorsal, el relevo será en una zona habilitada en la zona de transición y estará controlada por un Oficial.

Pasará el control de material todo el equipo junto.



## **Triatlón de la Mujer Nagore/Nagoreko Emakumezkoen Triatloia** **Triatlón de Nagore/Nagoreko Triatloia**

Los integrantes de los relevos tendrán que estar a las órdenes de los Jueces tanto para entrar/salir de la zona de transición como para hacer los relevos. Si incumplen alguna llamada de los Jueces ese equipo quedara descalificado.

El participante que realiza el segmento de la bicicleta, es quien hace toda la transición al salir y al volver con la bicicleta.

El integrante del Relevo que hace el sector de natación, ira corriendo hasta el área de transición donde hará el relevo, al que realiza la bici, en la zona habilita para los relevos.

El ciclista esperará calzado con zapatillas, irá a su sitio correspondiente en la zona de transición, donde se pondrá el casco, dorsal, y las zapatillas de ciclismo, antes de coger la bici para salir al circuito.

Cuando llegue el ciclista tendrá que hacer toda la transición, dejara la bici, se quitara el casco y las zapatillas de ciclismo, tendrá que ponerse zapatillas, para ir a la zona habilitada para los relevos, donde le dará el relevo a su compañero que hará el tercer segmento.

### **CRONOMETRAJE**

La prueba será cronometrada con chips oficiales de la Federación Navarra de Triatlón. El chip de la carrera lo facilitará la organización en el mismo sobre que el dorsal, los participantes se comprometen a su devolución al término de la prueba.

### **CONTROL ANTIDOPING**

La organización se reserva el derecho a llevar a cabo el control antidopaje de los participantes según la normativa vigente de la Comisión Antidopaje de la Federación Española de Triatlón, al igual que prohíbe la participación a todo deportista con sanción vigente por resultado positivo en control antidoping de cualquier deporte.

### **NORMATIVA**

La prueba se registrá por la normativa vigente de las Federaciones Navarra y Española de Triatlón:  
Ver normativa en [www.navarratriatlon.com](http://www.navarratriatlon.com).

#### **TIPO DE BICICLETA:**

En la Prueba Supersprint será obligatorio el uso de bicicleta de carretera.

En la Prueba Supersprint se podrá participar a partir de categoría Cadete.

En la Prueba Olímpica/Aquabike/Relevos será obligatorio el uso de bicicleta de carretera.

En la Prueba Olímpica/Aquabike/Relevos se podrá participar a partir de categoría Junior.

En la Prueba Mujer y Popular se podrá participar a partir de categoría Cadete.

En la Prueba Mujer y Popular se podrá utilizar de carretera o BTT.



CLUB TRIATLÓN ANTSOAIN

CLUB AGRUPACION DEPORTIVA  
SAN JUAN/DONIBANE K.E



## **Triatlón de la Mujer Nagore/Nagoreko Emakumezkoen Triatloia Triatlón de Nagore/Nagoreko Triatloia**

**SI ESTÁ PERMITIDO IR A RUEDA O DRAFTING EN LA PRUEBA OLÍMPICA ENTRE CÁTEGORIAS EN TODAS LAS PRUEBAS.**

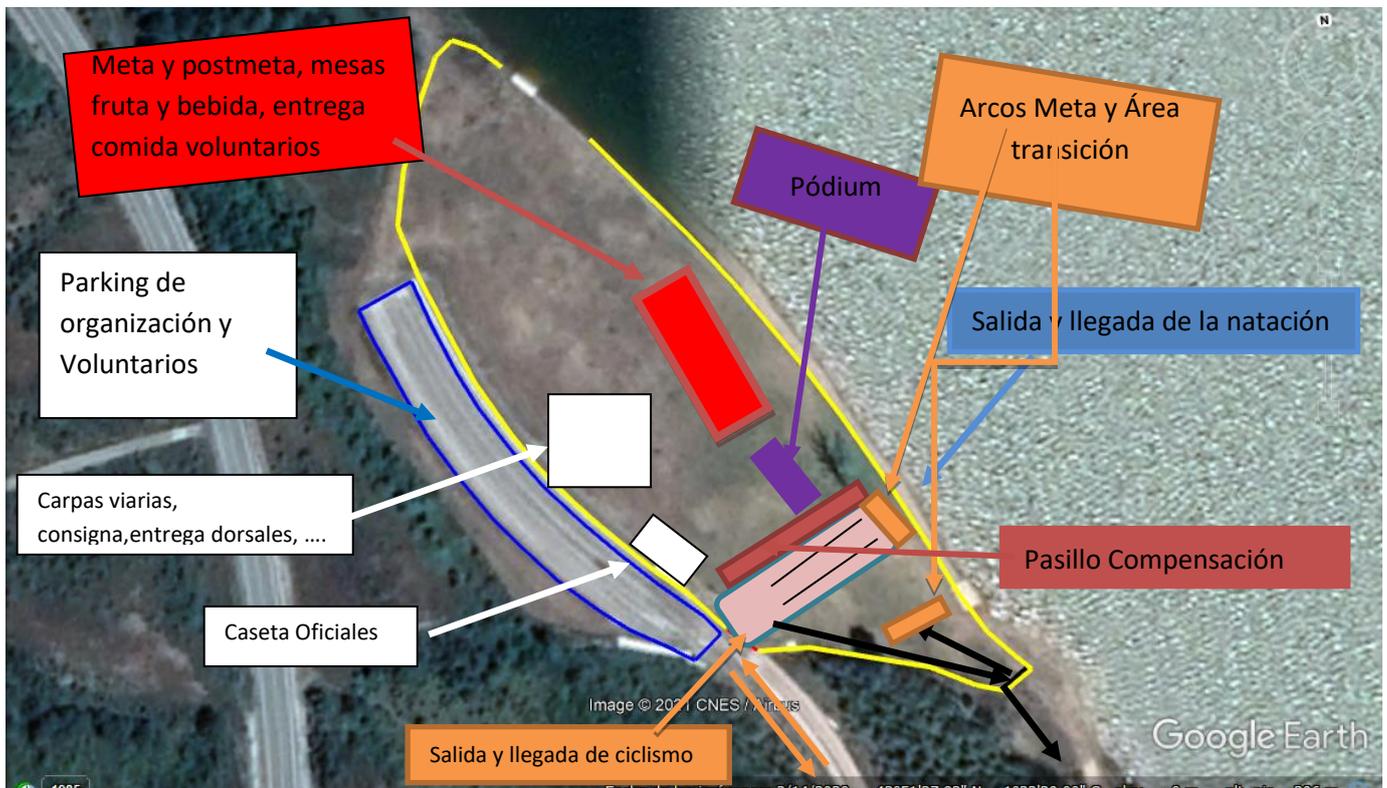
### **IDENTIFICACIÓN OBLIGATORIA:**

Obligatorio presentar el DNI o documento oficial con foto (Tarjeta Federativa), para poder:

- Recoger Dorsal.
- Realizar el control de material.
- Acceder al área de transición.

## Triatlón de la Mujer Nagore/Nagoreko Emakumezkoen Triatloia Triatlón de Nagore/Nagoreko Triatloia

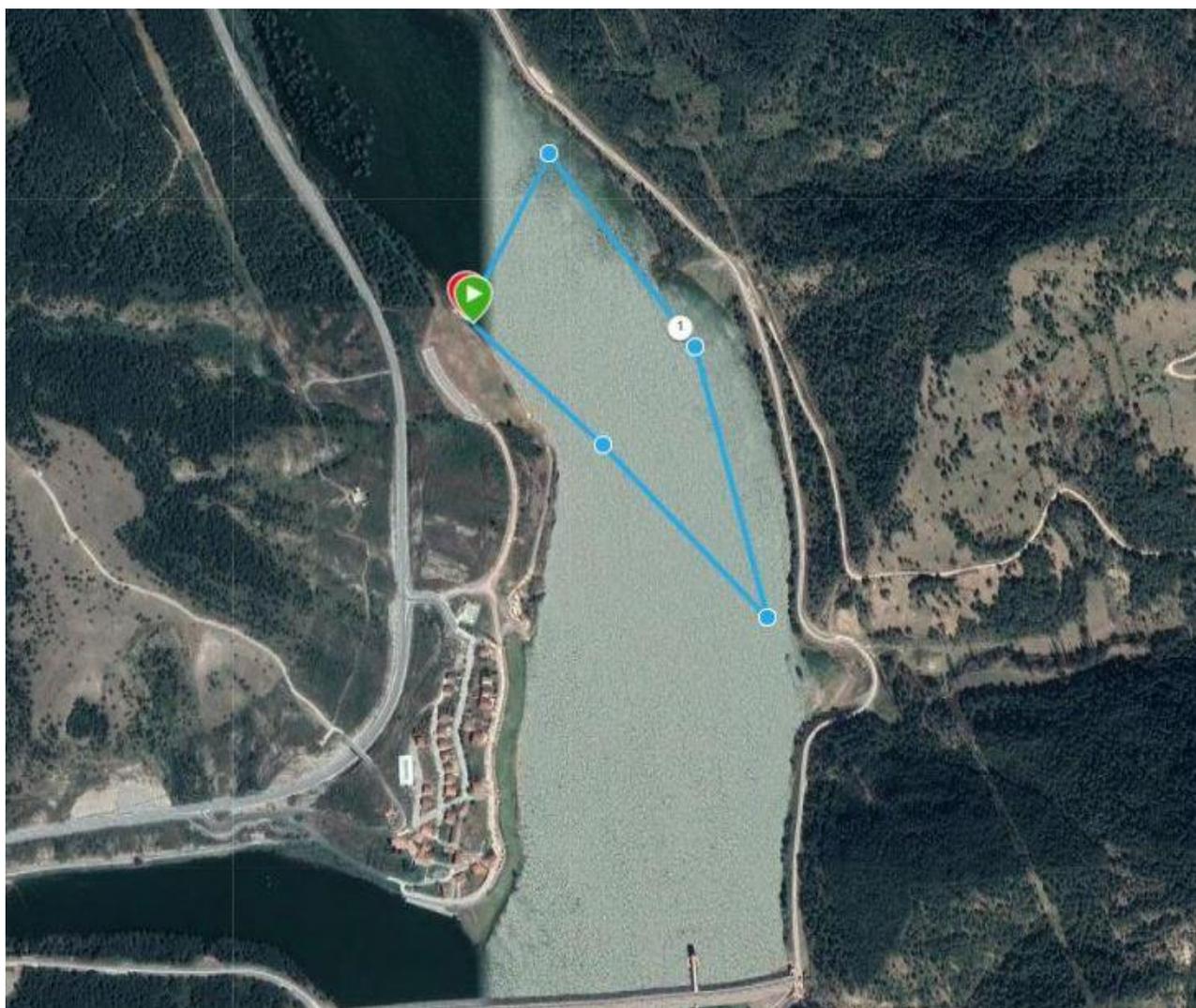
### PLANO DE LA TRANSICION



## Triatlón de la Mujer Nagore/Nagoreko Emakumezkoen Triatloia Triatlón de Nagore/Nagoreko Triatloia

### RECORRIDO NATACIÓN, TRIATLÓN OLÍMPICO/AQUABIKE/RELEVOS

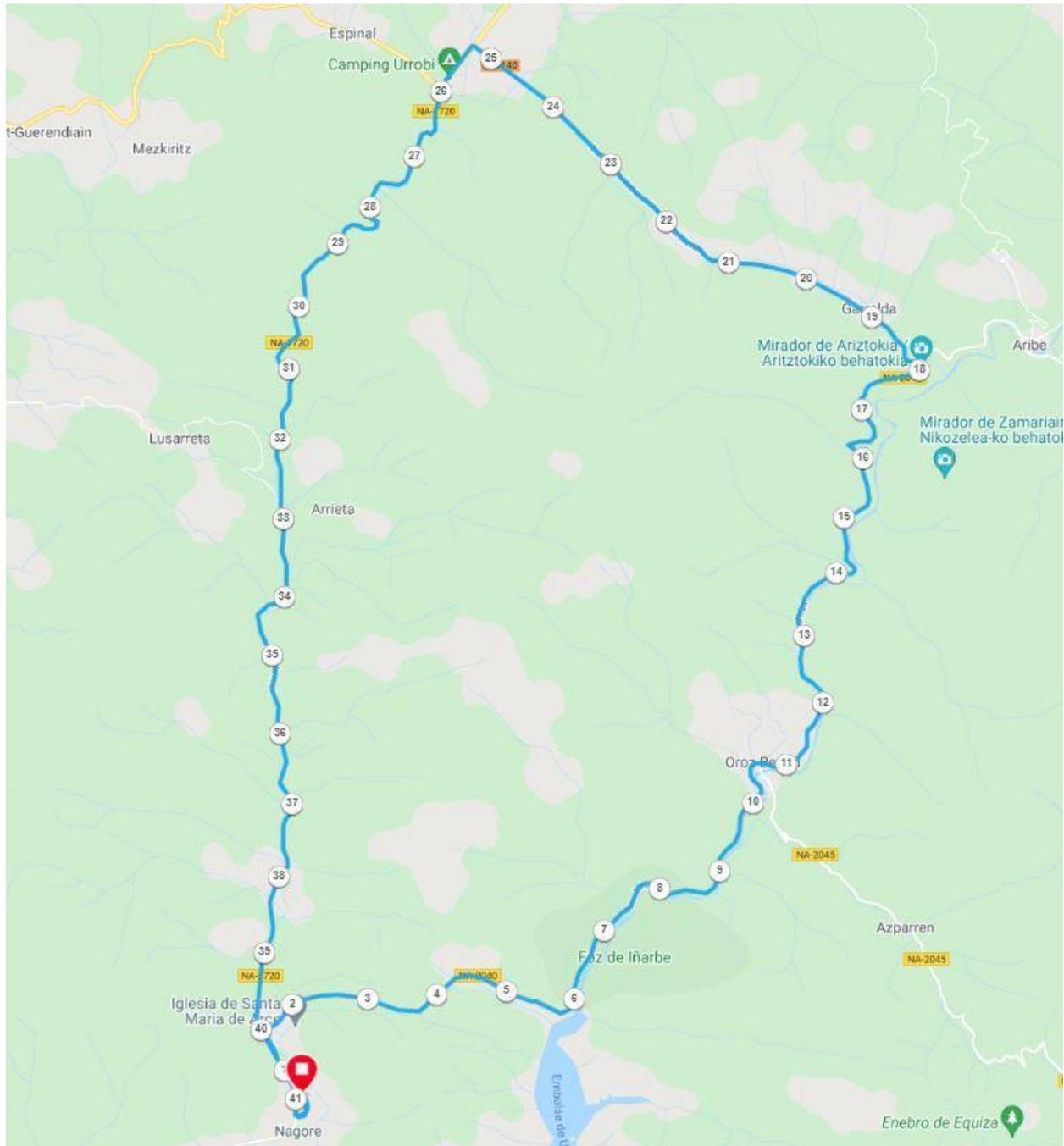
1500 m, salida desde el agua, junto al área de transición. Se completa una única vuelta.



La salida de la prueba se hará desde una zona delimitada, habilitada dentro del agua. Habrá oficiales controlando la salida, todos los triatletas que no tomen la salida desde la zona habilitada, serán descalificados inmediatamente.

## Triatlón de la Mujer Nagore/Nagoreko Emakumezkoen Triatloia Triatlón de Nagore/Nagoreko Triatloia

### RECORRIDO DE CICLISMO, TRIALÓN OLÍMPICO/AQUABIKE/RELEVOS



## Triatlón de la Mujer Nagore/Nagoreko Emakumezkoen Triatloia Triatlón de Nagore/Nagoreko Triatloia

### DESCRIPCION DEL CIRCUITO DE CICLISMO

**ATENCIÓN:** En los tres primeros kilómetros habrá un fuerte desnivel de subida para luego hacia el kilómetro cuatro pasar un túnel bastante bien iluminado de unos 700 metros con pendiente en descenso.



A partir de ese momento el triatleta va a Oroz Betelu, Olaldea, hasta encontrarse con el cruce de la NA140 que se cogerá a izquierdas hacia Garralda donde se continuará hasta el cruce de la NA135, también girando a izquierdas como unos 600 metros para coger el cruce de la NA1720 dirección Aoiz y continuar por la misma hasta Nagore en un rápido descenso de 15 kilómetros.

### Perfil

## Triatlón de la Mujer Nagore/Nagoreko Emakumezkoen Triatloia Triatlón de Nagore/Nagoreko Triatloia



### RECORRIDO DE CARRERA A PIE, TRIATLÓN OLÍMPICO/AQUABIKE/RELEVOS

1 vuelta de 10 km de ida y vuelta rodeando el embalse. Casi en su totalidad es asfalto. El cono de giro de 180 grados estará justo anterior a la entrada del Parking de las campas de Arce.

## Triatlón de la Mujer Nagore/Nagoreko Emakumezkoen Triatloia Triatlón de Nagore/Nagoreko Triatloia



## Triatlón de la Mujer Nagore/Nagoreko Emakumezkoen Triatloia Triatlón de Nagore/Nagoreko Triatloia

### RECORRIDO DE NATACIÓN EN EL TRIATLON DE LA MUJER, POPULAR Y SUPERSPRINT

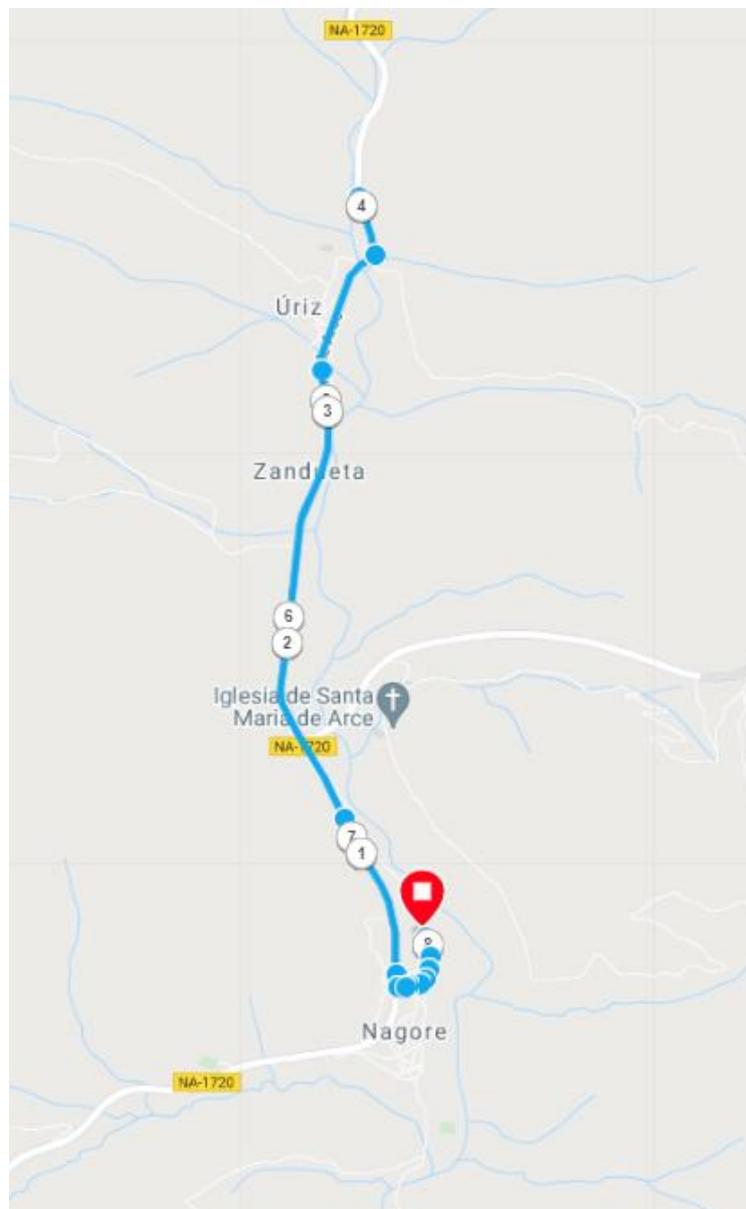
300 m, salida desde el agua, junto al área de transición. Se completa una única vuelta.



## Triatlón de la Mujer Nagore/Nagoreko Emakumezkoen Triatloia Triatlón de Nagore/Nagoreko Triatloia

### RECORRIDO DE CICLISMO EN EL TRIATLON DE LA MUJER, POPULAR Y SUPERSPRINT

Circuito de 8 km en el cual se saldrá de Nagore dirección Zandúeta por la NA1720 durante cuatro kilómetros, ahí habrá un giro de 180 grados para volver hasta Nagore.



## Triatlón de la Mujer Nagore/Nagoreko Emakumezkoen Triatloia Triatlón de Nagore/Nagoreko Triatloia

### RECORRIDO DE LA CARRERA A PIE EN EL TRIATLON DE LA MUJER, POPULAR Y SUPERSPRINT

1 vuelta de 2 km de ida y vuelta llegando hasta el final del pueblo y vuelta. Casi en su totalidad es asfalto.

