ARBIZUKO

XXII

DUATLOIA

AURKIBIDEA

- ANTOLAKUNTZA
- PROGRAMA
- IBILBIDEEN AZALPENA

    OINEZKO LASTERKETA
    OINEZKO LASTERKETAREN PLANOA

    TXIRRINDUKO LASTERKETA
    TXIRRINDUKO PROBAREN PLANOA

    OINEZKO LASTERKETA

- TRANTSIZIO GUNEA
- EDARI HORNIDURA
- MAILAK
- PARTEHARTZAILEAK
- IZEN-EMATEAK
- MATERIAL KONTROLA
- ARAUTEGIA
- DUTXAK
- MOTXILAK UZTEKO TOKIA
- SARIAK

ARBIZU

XXII. DUATLOIA
A R B I Z U

2019ko martxoak 30, arratsaldeko 16:00etan
30 de marzo de 2019, a las 16:00 de la tarde
Arbizu (Nafarroa)

- **Lasterketako aukerak /** Opciones de competición**:**

  Ibilbide herrikoia/ Circuito popular: Maila guztiak/ Todas categorias
  5´6 km/ 24 km/ 2´8 km

- **PROGRAMA**

12:00-15:30 dortsalen banaketa/ reparto de dorsales
15:00-15:45 material kontrola trantsizio gunean/control de material en AT
15:50 trantsizio gunearen itxiera/ cierre AT
15:55 irteerarako deia/ camara llamadas
16:00 gizonezkoen proba hasiera/ inicio prueba masculina
16:05 emakumezkoen proba hasiera/ inicio prueba femenina
18:30 sari banaketa/ entrega premios

- **IBILBIDEEN AZALPENA – DESCRIPCION DE LA PRUEBA**

***Oinezko lasterketa*: Herriko parkean izango da irteera, Fernando Urkia kalean. Kale honi jarraitu San Juan ermitara bidean, autobidea goitik pasa eta Lizarratik datorren errepideraino jeitsi, eta errepidetik herrirantz itzuli. Kale Nagusian sartu, enparantzara iritsi aurretik eskuinera joan Uhalde kalean sartzeko, zubia gurutzatu eta Akerruntza kalean sartu. Ezkerrera bira eginez Iruñako Etorbidean aurkituko gara, berriz ezkerrera eta Fernando Urkia kalean helmugatik pasako gara lehen itzulia osatuz.**

Honela lehenengo itzulia eta 2´8 km betetzen dira. Berriz itzuli bera egin behar da 5´6km egiteko. Bigarren itzulian, helmugara iritsi aurretik eskuinera hartuko dugu eliza aurretik pasa, errepidea azpitik gurutzatu eta trantsizio gunera iristeko.

Carrera a pie: La salida se encuentra en los alrededores del parque del pueblo en Fernando Urkia kalea. El recorrido se hará siguiendo esta calle hacia la ermita de San Juan, pasando por encima del puente de la autovía y bajando a la carretera que viene de Estella, para volver hacia el pueblo, debiendo girar a la derecha antes de llegar a la plaza para entrar en la calle Uhalde, cruzar el puente y atravesar la calle Akerruntza en cuyo final giraremos a la izquierda para salir a la avenida Iruñeko Etorbidea, desde donde entraremos en la calle Fernando Urkia volviendo al punto de partida

Este recorrido se hará dos veces hasta completar la distancia de 5´6kms., obteniéndose así el primer parcial. En la segunda vuelta, antes de pasar por meta, se dirigira a la derecha pasando delante de la iglesia y atravesando la carretera por debajo para llegar a la are< de transicion.

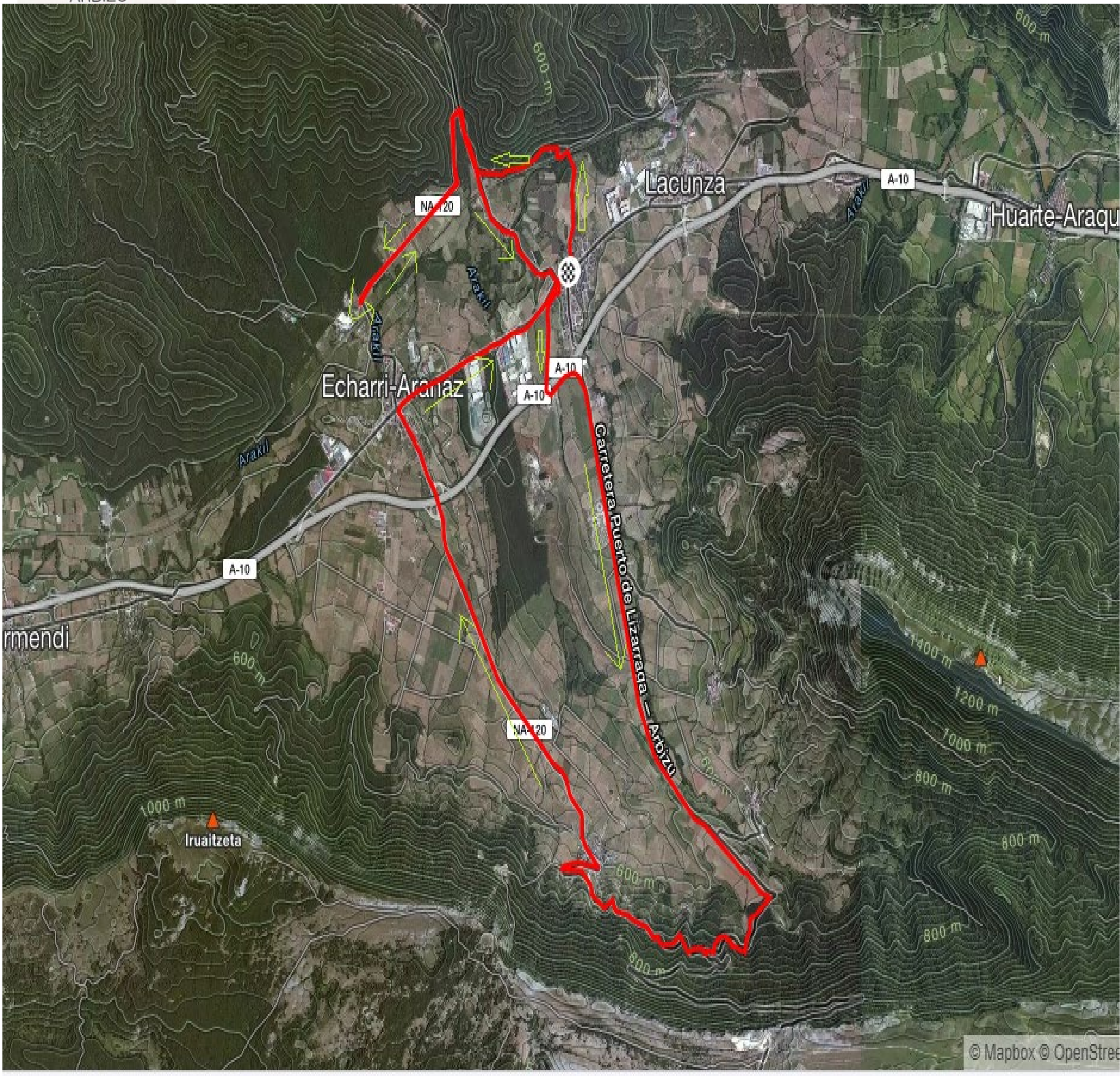
OINEZKO LASTERKETAREN PLANOA ETA TRANTSIZIO GUNERAKO SARRERAREN KROKISA – PLANO DE RECORRIDO A PIE Y DETALLE DE ENTRADA AL AREA DE TRANSICION

***Txirrinduzko lasterketa*: Oinezko lasterketaren lehengo partziala bukatu ondoren, txirrinduak hartuko dira, Iruñeko etorbideatik abiatuz Loinatz bidera. Bide honi jarraituko diogu NA-7520 errepidera irteteraino, eskubitara hartu Beasaingo noranzkoan NA-120 errepidearen bidegurutzeraino eta bidegurutze hontan ezkerretara joko dugu Etxarri Aranatz aldera. Etxarrira iritsi aurretik dagoen rotonda guztiz inguratu eta 180º bira emanda NA-120 errepidean jarraituko dugu Beasaingo noranzkoan NA-7520 errepidearen bidegurutzeraino. Hemen eskubitara hartu eta Arbizura itzuliko gara, NA-2410 errepidea gurutzatu eta Fernando Urkia kaletik gora San Juan ermitara bidea hartuko dugu berriz. Lasterkan egin den bide bera jarraituz NA-7500 errepidera iristean Lizarraranzko norabidea hartuko da. Katera iritsi (lasterketako punturik altuena, 750m.) eta eskuinera joan NA-120 Lizarraga eta Etxarrirantz. Etxarri Aranazko sarrera eskuinera hartuko dugu NA-2410 bidea Arbizura iristeko. Iruñeko etorbidean trantsizio gunerako sarrera ezkerretara edukiko dugu, bigarren partziala bukatuko da. Ibilbideak 24km ditu.**

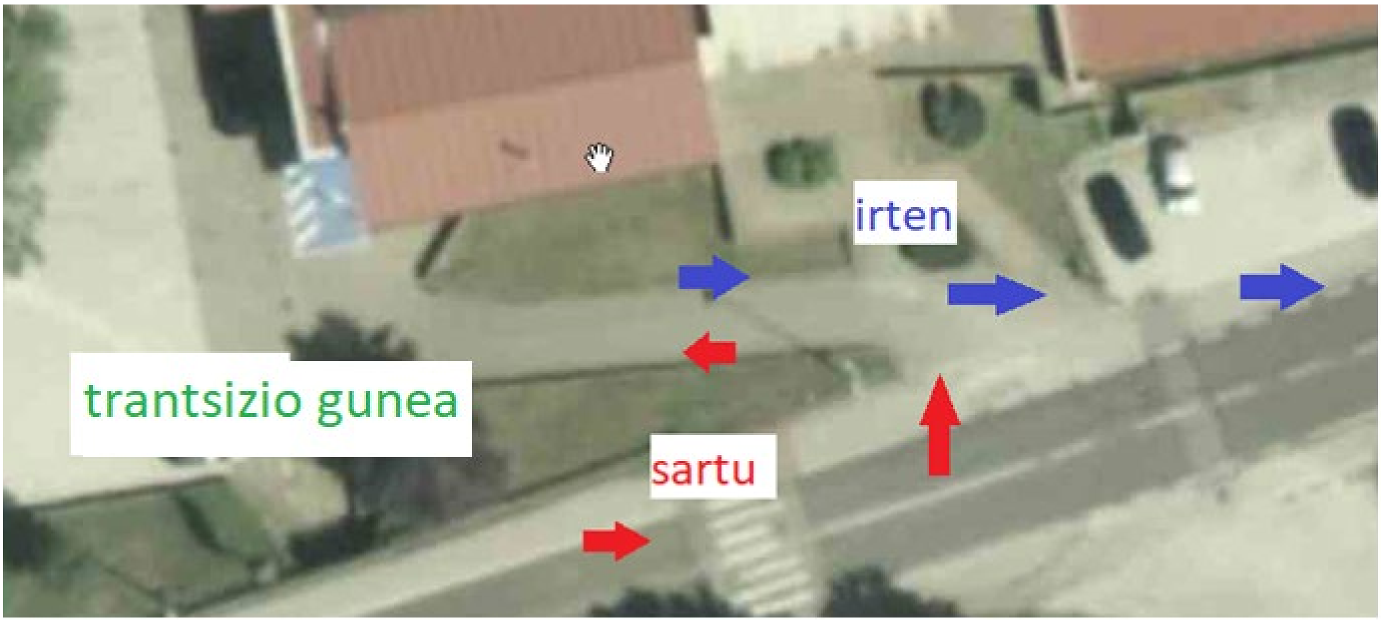
Arbizu herritik kanpoko bideak Foruzaingoaren zaintzapean egonen dira baina trafikoari irekita.

ARBIZU

Prueba Ciclista: Una vez completado el primer parcial de la carrera a pie, se continuará con el segmento ciclista, desde Iruñeko etorbidea direccion a Loinatz bidea, continuando el camino hasta llegar al la carretera NA-7520 en la cual se incorporara en direccion Beasain. Se llega al cruce con la carretera NA-120 la cual se cogera a la izquierda direccion Etxarri-Aranatz hasta llegar a la rotonda que hay antes de llegar al pueblo, se rodeara completamente haciendo un giro de 180º para volver por la misma carretera NA-120 direccion Beasain hasta el cruce con la NA-7520. En este punto giraremos a la derecha para volver a Arbizu, se cruza la carretera NA-2410, se sube por Fernando Urkia kalea pasando por la ermita de San Juan y siguiendo el mismo recorrido del primer parcial se baja a la carretera NA-7500 para dirigirse hacia el puerto de Lizarraga y llegar hasta la cadena (el punto más alto de la prueba, 750 metros). Arriba se gira hacia la derecha, tomando la NA-120 hacia Lizarraga y Etxarri Aranatz. En la rotonda de Etxarri-Aranatz se gira hacia la derecha tomando la NA-2410 para llegar al punto de partida, donde estara la entrada al area de transicion a la izquierda, terminando el segundo segmento. Este recorrido tiene 24km.
Las carreteras fuera del pueblo de Arbizu estarán bajo el control del la Policia Foral, pero **abiertas al trafico**.


600 m
Lacunza
A-10
Huarte-Araqu
NA-120
Arakil
A-10
Echarri-Aranaz
A-10
Arakil
Carretera Puerto de Lizarraga – Arbizu
A-10
rmendi
600 m
1400 m
1200 m
1000 m
NA-120
800 m
1000 m
Iruaitzeta
600 m
800 m
800 m
800 m
© Mapbox © OpenStree

750 m
700 m
650 m
600 m
550 m
500 m
2,0 km
4,0 km
6,0 km
8,0 km
10,0 km
12,0 km
14,0 km
16,0 km
18,0 km
20,0 km
22,0 km
24,0 km



irten
trantsizio gunea
sartu

***Oinezko lasterketa*: Txirrinduak utzi ondoren, hasierako oinezko zirkuitoari itzuli bat eman behar zaio, 2´6 km egiteko. Honekin ARBIZUKO DUATLOIA bukatzen da. Behean trantsizio guneko irteeraren xehetasuna azken partzialerako.**

Carrera a pie: Una vez terminada la prueba ciclista se deberá completar corriendo el circuito inicial hasta cubrir una distancia de 2´6 kms. Concluyendo con esto el DUATLON DE ARBIZU. Detalle de salida del area de transicion para ultimo segmento

- **EDARI HORNIDURA –** AVITUALLAMIENTO DE BEBIDAS

Helmuga ondoan eta katean ura eskeiniko da.
Se ofrecerá agua a los participantes junto a la meta y en la Cadena.

ARBIZU

➢ **MAILAK** - CATEGORIAS

Federazioak agintzen duen erara.

Las establecidas por la Federación.

PARTE-HARTZAILEAK

PARTICIPANTES
Gehienez ere 115 partaide onartuko dira
Se admitirán como máximo 115 participantes,

INFORMAZIO OROKORRA/información general: **www.sakana-mank.eus**
www.navarratriatlon.com

IZEN-EMATEAK

http://www.rockthesport.com/

Otsailaren 10tik Martxoaren 25ra

FEDERATUAK: 15 € martxoaren 18 arte, 20 € ondoren.
FEDERATUAK GABEAK: 20 € martxoaren 18 arte, 25 € ondoren
Oharra: baja hartzekotan ez da izen-ematea egitean ordaindutako dirua bueltatuko.

Paratriatletak: Arbizuko XXII. Duatloiaren antolatzaileak paratriatleten partaidetza errazteko konpromezua hartzen du, beti ere beraien beharrak betetzeko baliabideak dituen bitartean. Hau dela eta partaideei eskatzen zaie Nafarroako triatloi federazioarekin harremanetan jartzeko mzubill@hotmail.com helbidean, partaidearen beharrak jasotzeko eta dagokion neurriak hartzeko. Paratriatletak 2019eko martxoaren 16an izango dute izena emateko azken eguna.

Dortsalen banaketa: **LARUNBATA**: Martxoaren 30ean 12:00tatik 15:30ra, **KIROLDEGIAN.**

Dortsal bakarra emango da 4 kateorratzekin. PARTEHARTZAILEAK EUREN GOMAZKO ZINTA EKARRI BEHARKO DUTE DORTSALA JARTZEKO. Dortsala zintan erantsirik jarri beharko dute eta leku ikuskorrean eraman beharko dute bularraldean oinezko lasterketa sektorean. Horrez gain bizikletarako dortsala, bizikletaren tijan eraman beharko dute.

INSCRIPCIONES

http://www.rockthesport.com/
Del 10 de febrero al 25 de marzo

FEDERADOS/AS: 15 € hasta el 18 de marzo, 20 € después.
NO FEDERADOS/AS: 20€ hasta el 18 de marzo, 25 € después.
Nota: En caso de baja no se devolverá el dinero de la inscripción.

Paratriatletas: La organización del XXII. Duatlón de Arbizu se compromete a facilitar la participación de paratriatletas, siempre que sus necesidades específicas puedan ser cubiertas por los recursos disponibles por el ayuntamiento. Para ello se solicita a los participantes que se pongan en contacto con la Federación Navarra de Triatlón en el correo mzubill@hotmail.com con el fin de recoger los requisitos propios de cada paratriatleta y de realizar las gestiones pertinentes.

Reparto de Dorsales: **SÁBADO**: 30 de marzo de 12:00 a 15:30.
EN EL POLIDEPORTIVO

Se facilitará un único dorsal con cuatro imperdibles y un dorsal de bici. LOS DUATLETAS DEBERAN DISPONER DE UNA CINTA DE GOMA PROPIA DONDE COLOCAR EL DORSAL. En conformidad con el reglamento, deberán portar el dorsal en abdomen-pecho durante el transcurso de los dos sectores de carrera a pié. Además deberán portar el dorsal de la bicicleta en la tija de la bicicleta.

MATERIAL KONTROLA- CONTROL MATERIAL

Kronometraia antolakuntzak materialaren kontrola egitean utzitako txiparen bidez egingo da. Trantsizio gunetik materiala hartzeko txipa bueltatzea derrigorrezkoa izango da. Txipa itzultzen ez bada, kronometraia egiteaz arduratzen den enpresak zehaztutako balioa ordaindu beharko du partehartzaileak.

Partaide guztiak pasatu behar dute material kontrola txapelketa aurretik. Kontrola epaileek egingo dute trantsizio leku sarreran. Kontrola proba baino ordubete lehenago hasiko da eta 15´ lehenago bukatu.
Trantsizio gunean sartzeko derrigorrezkoa da nortasun agiria edo federazioko lizentzia argazkiarekin aurkeztea. Bakarrik delegatu teknikoak, arbitro epileak eta trantzizio guneko arduradun ofizialek utziko dute bertara sartzea.
Trantsizio gunetik materiala ateratzeko, azken duatletak helmuga pasa ondoren, derrigorrezkoa da nortasun agiria edo federazioko

lizentzia argazkiarekin aurkeztea antolakuntzako arduradunari. Trantsizio gunea 18:00etan itxiko da, ordu honetatik aurrera antolakuntza ez da arduratuko bertan gelditzen den materialaz. Duatletaren gauzak bizikletaren eskubiko aldean jarriko dira (aurretik begiratuta), boxeetan dauden denbora guztian. Trantzizio gunean lasterketarako behar diren gauzak bakarrik utziko dira, besteak aldagelan.

El cronometraje se realizará con el chip que entregará la organización en el momento del control de material. Será obligatorio devolver este chip para la retirada del material del area de transicion. El no retorno del chip implica el abonar el valor estipulado por la empresa que realiza el cronometraje por parte del participante.

Están obligados a pasar este control todos los participantes de la prueba. Dicho control será realizado por los jueces en el lugar establecido, comenzando una hora antes de la prueba y finalizando 15 minutos antes del comienzo de la misma.
Para acceder a la zona de transición será obligatorio presentar el carnet de identidad o licencia federativa con foto. Sólo el delegado técnico, el juez árbitro, y los oficiales responsables del área de transición autorizarán la entrada a estas. El área de transición se cerrará a las 18:00 de la tarde, A partir de esta hora la organización no se hace responsable del material que pueda quedar en el área de transición.
Desde el momento que el área de transición se abra y hasta su cierre, se permitira la entrada únicamente; a los duatletas que presenten el DNI, a los jueces y árbitros de las Federación Navarra de Triatlón, al personal de organización y a los servicios sanitarios si fuera necesario.
Para la retirada del material que cada duatleta tenga en el área de transición será obligatoria la presentación del DNI o Licencia federativa. Además el dorsal de la bici no se podrá quitar de la bici hasta que esta salga de boxes.
Las pertenencias de cada duatleta se situarán en la parte derecha de la bicicleta (mirándola de frente), durante todo el tiempo que se encuentren en los boxes. En el área de transición sólo tiene que dejarse lo que se vaya a utilizar en la carrera, el resto al guardarropa.

ARAUTEGIA/ REGLAMENTO

1. Arbizuko XXII. Duatloia Arbizuko udalak antolatzen du. Sakanako Mankomunitatea eta herriko kirol taldeen laguntzarekin.

Arbizuko XXII. Duatloia lo organiza el Ayto. De Arbizu con la colaboracion de la Mancomunidad de Sakana y clubes locales

2. Trantsizio gunea 15:00etan zabalduko dira eta 15:45etan itxiko dira. El area de transicion se abrira a las 15:00 y se cerrara a las 15:45

3. Dortsal banaketa 12:00 tatik 15:30etara izango da Kiroldegian.

El reparto de dorsales sera de 12:00 a 15:30 en el Polideportivo

4. Bizikletako segmentuan kaskoa derrigorrezkoa da eta bizikleta 2019ko araudiaren araberakoa.

Arbizu herritik kanpoko errepideak trafikoari irekita daude beraz zirkulazio kodea betetzea DERRIGORREZKOA da.

El casco es obligatorio en el segmento ciclista y la bicicleta debera cumplir el reglamento 2019. Las carreteras fuera del nucleo de poblacion de Arbizu están abiertas al trafico por lo que ES OBLIGATORIO cumplir el codigo de circulación.

5. Frogak irauten duen bitartean partaideek ezin dute kanpoko laguntzarik jaso, ezta ibilgailuen atzetik ibili ere ez. (Gutxienez 35m)

L@s participantes no podran recibir ayuda externa ni ir detras de ningun vehiculo durante la competición. (Minimo 35m)

6. Antolatzaileek ez dute inongo erantzunkizunik izango parte-hartzaileak pairatu edo eragin ditzakeen istripuetan.

La organización no se hace responsable de ningún accidente del que pudiera ser causa o víctima el participante.

7. Zerbitzu medikuak egongo dira.

Habrá servicios médicos.

8. Korrikalariek, izena ematen dutenean, ibilbidea ezagutzea, araudia irakurri eta onartzen dutela aitortzen dute.

Los participantes en el momento que se inscriben, reconocen saber el recorrido haber leido y aceptar el reglamento.

9. Partaide guztiek Nafarroako Triatloi 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.

ARBIZU

➢ Eguraldiari buruzko eranskina

Aurreko urteetan eduki ditugun eguraldiak kontutan hartuta, parte hartzaileen segurtasuna eta osasuna ahal den einean bermatze aldera honako erabaki hauek hartu ditugu:

1. Eguerdiko 12tan 10º edo gutxiago badago derrigorrezkoa izango da arropa luzea (termikoa) proban eramatea. Material kontrolean epaileak arduratuko dira puntu hau betetzeaz.
2. Eguerdiko 12tan 5º edo gutxiago badago eta prezipitaziorik baldin badago proba bertan behera geratuko da.
3. 10º eta 5º artean badago eta prezipitaziorik balego ordu berean, 12tan, antolakuntza eta epaileen artean erabakiko da ibilbidea laburtu edo aldaketaren bat egin. Lasterketa hasi aurretik erabakiaren berri denboraz emanen da.
4. Zinez eskatzen da arropa gordetzeko zerbitzua erabiltzea, batez ere prezipitazioa badago, helmugan bertan dago eta arropa lehorra eta toalla bat bertan edukitzea denontzat onuragarria da.

Anexo sobre condiciones meteorológicas

Teniendo en cuenta las condiciones meteorológicas de los últimos años, hemos tomado estas decisiones para intentar garantizar la seguridad y salud de los participantes:

1. Si a las 12 del mediodía hay 10º o menos será obligatorio el uso de equipación larga (térmica) en la prueba. Serán los jueces quienes se encargaran del cumplimiento de este punto en el control de material.
2. Si a las 12 del mediodía hay 5º o menos y hay precipitaciones, se suspenderá la prueba.
3. Si hubiese entre 10º y 5º y precipitaciones a la misma hora, a las12, se acordará entre la organización y jueces acortar o modificar el recorrido. Se comunicara la decisión tomada antes del inicio de la prueba.
4. Se ruega encarecidamente hacer uso del guardarropa, sobre todo si hay precipitaciones, ya que esta justo en la meta y es beneficioso para todos tener ropa seca y una toalla al finalizar.

➢ DUTXAK

Dutxa eta aldagelak Arbizuko kiroldegian.
Duchas y vestuarios en el polideportivo de Arbizu

- **MOTXILAK UZTEKO TOKIA**– ZONA PARA DEJAR MOCHILAS
-
- **Zaindutako gune bat egongo da KIROLDEGIAN motxilak uzteko.**
  Se habilitará zona vigilada para dejar la mochila en el polideportivo

- **SARIAK**-PREMIOS

1./1º 100 € + txapela+garaikurra (G/E)
2./2º 75 €+garaikurra (G/E)
3./3º 50 €+garaikurra (G/E)

Lehen junior eta kadetea Garaikurra (G/E)

Sari gehiago lortzen badira laguntzileen eskutik, aldez aurretik jakinaraziko da nola banatuko diren.
Si se consiguen mas premios por parte de los colaboradores se comunicara de antemano como se repartiran

Partaide guztiei txistorra banatuko zaie DORTSALA BUELTATZERAKOAN proba bukatu ondoren.

Se obsequiará a tod@s l@s participantes con una txistorra cuando devuelvan el dorsal al finalizar la prueba.

ANTOLATZAILEA:
ARBIZUKO UDALA

Adeitasunez.

Arbizuko Udala