

Organizan:



Colaboran:



I DUATLÓN DE GALILEA "TIERRAS DE OCÓN"

Domingo, 11 de abril de 2010 a las 11:30

INFORMACIÓN GENERAL

- La prueba consistirá en un Duatlón (carrera a pie-ciclismo-carrera a pie) sobre la distancia Sprint (5-20-2,5km). Estará permitido el drafting (autorizado "chupar" rueda) y aunque el recorrido ciclista pueda realizarse en su totalidad con bicicleta de carretera, debido al carácter popular, también estará autorizado participar con BTT.
- Además existirán pruebas para categorías escolares, con distancias adaptadas a sus capacidades, pudiendo participar en ellas los chicos y chicas con edades a partir de los 7 años (nacidos en los años 2003 al 1996 incluidos).
- Será obligatorio el uso del casco por todos l@s participantes, así como el respeto a las normas de tráfico. Para el desarrollo de la prueba se atenderá a lo [reglamentado](#) por la Federación Española de Triatlón.

HORARIOS

- Los dorsales podrán recogerse en la oficina de la prueba, situada en la zona del área de transición, a partir de las 8:30 del día de la prueba.
- Las pruebas de categorías escolares darán comienzo a las 9:15.
- El área de transición para la prueba absoluta se abrirá a las 10:45, dando comienzo la competición a las 11:30

INSCRIPCIONES

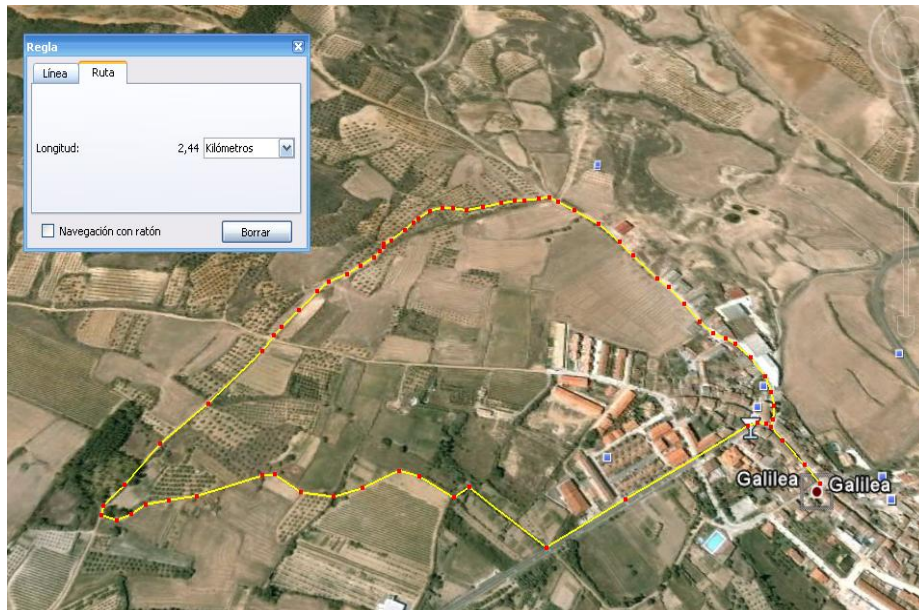
- Para inscribirse será preciso enviar un correo electrónico con los siguientes datos a riojatriathlon@gmail.com o al fax del Ayuntamiento 941480051:
 - Nombre y Apellidos
 - Fecha de Nacimiento
 - Si está federado/a en triatlón o no
 - Club al que pertenece
 - Dirección de email y teléfono de contacto
 - Localidad y provincia de residencia
 - Talla de camiseta
 - Intención de hacer uso de la zona de acampada
 - Intención de participar en la comida popular y número de acompañantes

- El periodo de inscripción se cerrará el jueves 8 de abril a las 22:00 o cuando se agoten las 150 plazas.
- Para que la inscripción se haga efectiva será preceptivo ingresar el importe en la cuenta del Club Renedo-Metal Rioja Triatlón:

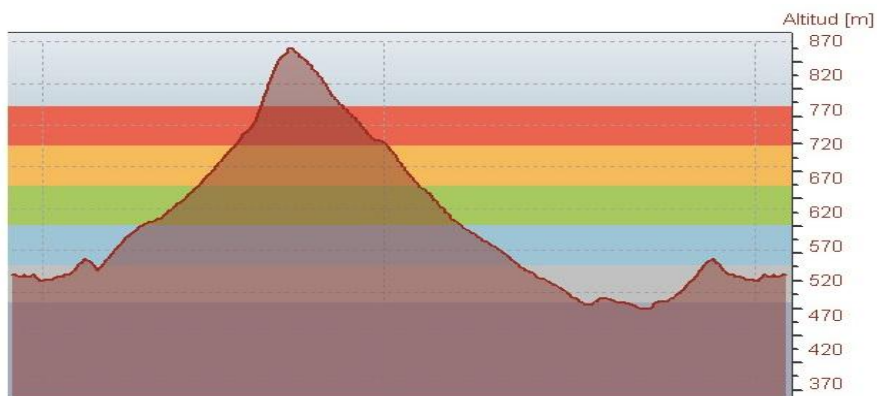
2037 0029 16 0986788073 (Cajarioja)
- Al realizar el ingreso, en el apartado Concepto aparecerá **“Inscripción DUATLÓN GALILEA 2010”**, así como el **nombre y apellidos** en el apartado Ordenante. Os recomendamos guardar el comprobante de ingreso o transferencia para confirmar la inscripción en el momento de la recogida de dorsales.
- El importe de la inscripción será de 20€ para l@s federad@s en triatlón y de 24€ para l@s no federad@s. En caso de inscribiros una vez cerrado el plazo, la cuantía será de 30€.
- L@s que deseéis participar en la comida popular, ingresad también el importe correspondiente (4€ por persona).
- Las inscripciones para las categorías escolares se formalizarán del mismo modo, por un importe de 3€ (10€ el día de la prueba).
- Se irán publicando los listados con l@s inscritos en esta misma web.

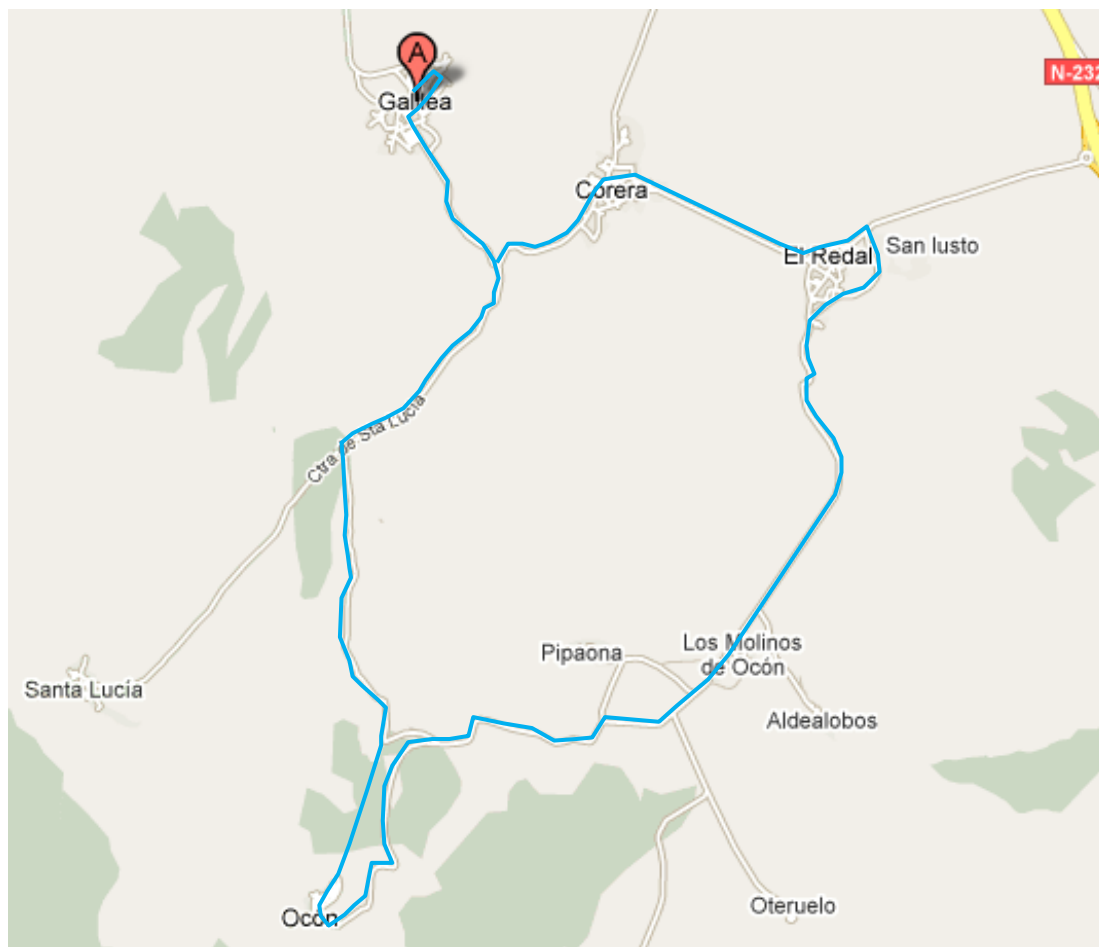
CIRCUITOS

- El circuito de la carrera a pié consistirá en un recorrido prácticamente llano por el casco urbano de Galilea y sus alrededores, combinando el asfalto con los caminos agrícolas. En el primer sector se darán 2 vueltas y en el último una única vuelta.



- El sector ciclista transcurrirá por las carreteras del Valle de Ocón, pasando por los municipios de Ocón, El Redal y Corera. Se desarrolla en un circuito con un desnivel positivo acumulado de 360m. Discurre por zonas de gran belleza paisajística, entre campos de cultivo de olivos, almendros y viñas así como por carrascales. Aunque el circuito estará abierto al tráfico, se limitará al máximo el acceso de vehículos.





- El área de transición estará situado en la Plaza González Gallarza de Galilea (plaza del Ayuntamiento).

CATEGORÍAS, REGALOS, PREMIOS Y TROFEOS

- En la recogida de dorsales se entregará a l@s corredores/as una bolsa con regalos.
- En las pruebas de categorías escolares no se establecerán clasificaciones, servirán para fomentar la diversión y el conocimiento del deporte. Habrá regalos para todos los participantes.

Categoría (Hora salida)	Edades	Distancias aproximadas
Pre-benjamín (09:15)	7 u 8 años	250-1000-125
Benjamín (09:30)	9 o 10 años	500-2000-250
Alevín (09:51)	11 o 12 años	1000-3000-500
Infantil (10:25)	13 o 14 años	2000-6000-1000

- En la prueba absoluta se establecerá una única clasificación, tanto masculina como femenina. Habrá premios especiales (grandes cestas de productos de la zona) para los cinco primeros de esta clasificación.
- Además, se establecerán clasificaciones para cada categoría (ver tabla), clasificación por equipos (sumando los tiempos de los 3 mejores clasificados del equipo, independientemente de la categoría) y una clasificación para competidores locales (residentes en alguna localidad del Valle de Ocón). También habrá premios y trofeos para todos ell@s.

Categoría	Edades
Junior	17 a 19 años
Sub23	20 a 23 años
Veteranos I	40 a 49 años
Veteranos II	50 a 59 años
Veteranos III	60 o mayor

COMO LLEGAR, ALOJAMIENTO Y COMIDA

- La salida y llegada de la prueba se encuentra en Galilea. Está muy bien comunicado con la autopista A-68, a unos 25' de Logroño, 1h40' de Bilbao, 1h25' de Zaragoza y 1h de Pamplona. Desde la N-232, se accede a la localidad a través de Murillo de Río Leza o de Corera.



- Existe una zona de acampada muy bien preparada, con cocina, baños y porche, situada en un bonito encinar en la localidad de Pipaona, utilizable de manera gratuita.
- Asimismo, existen otros alojamientos en la zona como las casas rurales [Gassedat](#) , [La Casona de Aldealobos](#) y la casa de camas [El Torco](#)
- Al terminar la competición, se celebrará una **comida popular** para tod@s los participantes, organización, voluntari@s y acompañantes. Al finalizar habrá un sorteo de productos típicos de la zona.

- En caso de preferirlo, también podéis comer en los establecimientos de restauración de la zona, como la [Casa de Comidas Valle de Ocón](#), el Bar del Jubilado de Galilea, el Bar Restaurante Los Yécora de Corera o la casa de comidas de Pipaona.
- Por otra parte, hemos ofrecido la oportunidad a l@s empresari@s de la zona para que nos presenten sus vinos, aceites, embutidos, champiñones, miel y artículos de artesanía en una pequeña feria montada en el frontón del pueblo.

CONTACTO

- En caso de cualquier duda o aclaración, podéis poneros en contacto con nosotros a través del email riojatriatlon@gmail.com o en el teléfono 619229310 (Carlos). Inscribros pronto que sólo hay 150 plazas. Mucho ánimo, entrenad y venid a disfrutar de un pueblo volcado con la prueba.

PATROCINADORES

