



Benvinguts/des

Des del CNSJ, us agraïm el vostre interès pel nostre 5è triatló infantil. Creiem estar aconseguint any rere any que els nostres nens i nenes gaudeixin d'aquest esport tot competint entre amics i d'altres petits atletes d'arreu del territori. Però no volem perdre de vista que es tracta d'esport infantil i juvenil, i que el component lúdic és essencial. Per això, demanem la col·laboració dels pares per crear un ambient tant esportiu i competitiu com formatiu i engrescador.

Tots els participants rebran els mateixos obsequis, independentment del seu resultat, ja que el nostre objectiu és fomentar la participació, sense desmerèixer la competitivitat natural dels nens en la pràctica esportiva.

El 5è Triatló de L'3SCOLA està organitzat per la secció de triatló infantil del Club Natació Sant Just amb la col·laboració del nostre ajuntament i la Federació Catalana de Triatló. Podran participar tots els nens i nenes nascuts entre els anys 2004 i 2012.

Estem segurs que tots plegats gaudirem d'un gran matí de triatló infantil. Esperem poder-vos satisfer amb una competició sana i divertida pels nostres joves triatletes. Ells, amb el seu esforç ens dignifiquen i s'ho mereixen.

Us esperem el proper **diumenge 27 de maig!**

L'3SCOLA

La inscripció la podeu fer a la pàgina web de la Federació Catalana de Triatló, a partir del 27 d'abril i fins a esgotar les places

CATEGORIES



INFANTILS

2004 – 2005

ALEVINS

2006 – 2007

BENJAMINS

2008 -2009

PREBENJAMINS

2010 – 2011

MENUTS

2012

PREUS



FEDERATS

4€

NO FEDERATS

9€

(4€ inscripció + 5€ assegurança)

RECOLLIDA

DORSALS



Diumenge 27 Maig
de 8:00 a 8:40
(carpa d'informació)

PÀRQUING

Com cada any, hi haurà zona habilitada per aparcar al descampat delimitat pel carrer Onze de Setembre i el Camí Riera Pahissa, des d'on s'accedirà a peu fins a la zona de pàrquing del Complex Esportiu de La Bonaigua a Sant Just Desvern, on es trobaran situats els boxes, la zona de sortida/arribada i les carpes de recollida de dorsals i organització. Per veure ubicació, clicar [aquí](#).

El carrer Passeig de la Muntanya restarà tancat als vehicles durant tot el matí.



SERVEIS

- Vestuaris al Complex Esportiu La Bonaigua
- Avituallament a final de cursa
- Servei de fisioteràpia
- Serveis
- Servei de cafeteria obert a partir de les 8 del matí



HORARIS

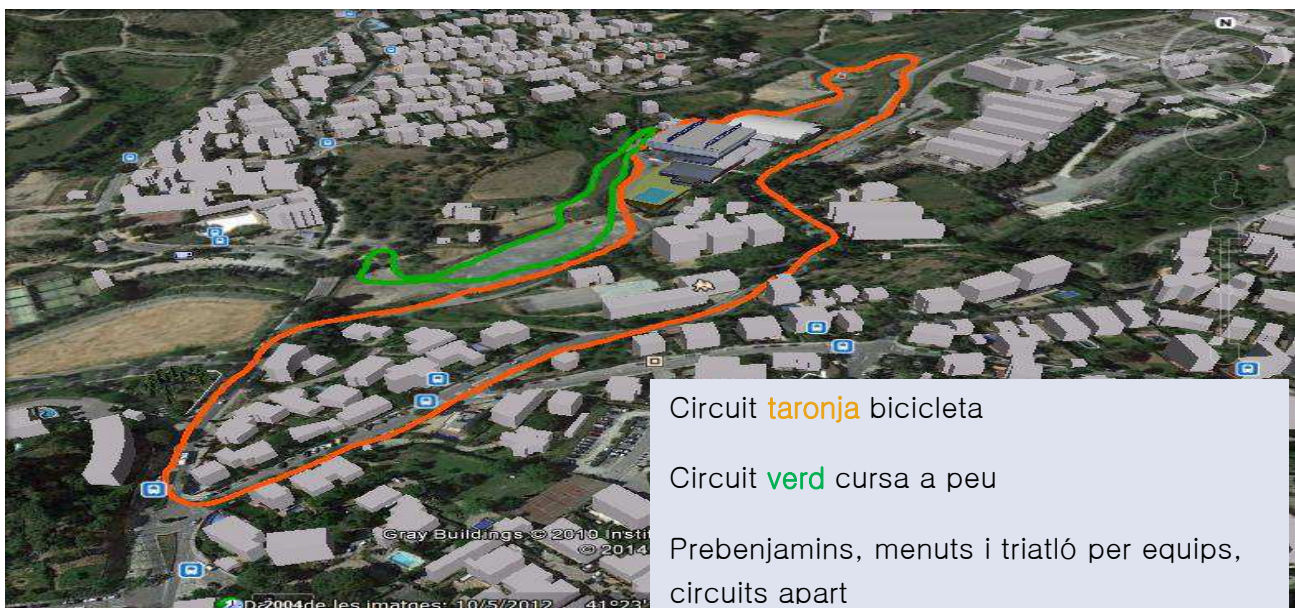
08:00 a 08:40	Recollida de dorsals
08:15 a 08:45	Entrada de bicis a Boxes
09:00	Brífung de la prova per a tothom (explicació de les sèries)
09:30	1a. sortida

Les sortides seran esglaonades i per categories, de grans a petits. El mateix dia de la prova s'informarà de l'ordre de sortida de les sèries i horaris, que vindran determinats pel volum d'inscrits a cada categoria

11:30	Obertura inscripció TRIATLÓ PER EQUIPS (30 equips màxim)
11:45	Brífung de la prova
12:00	Inici de la prova
12:45	Obertura de boxes
13:00	Lliurament dels premis del sorteig de material i podis

DISTÀNCIES

Infantil:	250 m nedant, 4800 m bicicleta (3 voltes) i 1400 m cursa a peu (2 voltes)
Aleví:	150 m nedant, 3200 m bicicleta (2 voltes) i 700 m cursa a peu (1 volta)
Benjamí:	100 m nedant, 1600 m bicicleta (1 volta) i 700 m cursa a peu (1 volta)
Prebenjamí:	50 m nedant, 600 m bicicleta i 300 m cursa a peu
Menuts	25 m nedant, 600 m bicicleta i 300 m cursa a peu
Equips:	50 m nedant, 900 m bicicleta i 400 m cursa a peu





TRIATLÓ PER EQUIPS

Com els anys anteriors, organitzem la TRIATLÓ PER EQUIPS, aquest any adreçada a les categories BENJAMINS, ALEVINS i INFANTILS.

Per inscriure's en aquesta modalitat s'ha d'haver participat el mateix dia en la corresponent categoria individual.

Els equips seran d'un mínim de 3 i un màxim de 5 corredors, han de ser mixtes i han d'estar formats per membres de totes tres categories (benjamins, alevins i infantils).

Cada equip haurà d'escollir un nom per a la seva inscripció.

La inscripció es farà in-situ el mateix dia de la prova al finalitzar l'última sèrie individual (11:30 aproximadament).

Distàncies:

Natació: 50 m

Bicicleta: 900 m

Cursa a peu: 400 m

La modalitat és conjunta, de manera que tots els components de l'equip correran alhora. En tot moment han de mantenir-se junts (no poden allunyar-se més de 5m entre ells). A la sortida de cada sector (aigua i bici) serà obligatori el reagrupament de l'equip per així iniciar el següent sector junts.

L'arribada a meta haurà de ser conjunta, ja que es prendrà el temps de l'últim component en creuar la línia d'arribada (només en cas de lesió o problema tècnic podrà faltar algun component de l'equip al a línia de meta).

Tots els corredors rebran una medalla finisher commemorativa, una bossa del corredor i participaran al sorteig de material (amb el número del dorsal)