

FEDERACIÓN CÁNTABRA DE TRIATLÓN

www.fetricantabria.com

<https://triatlonlaredo.jimdofree.com/>

I NADA CORRE VILLA DE LAREDO

2ª JORNADA CIRCUITO
ESCOLAR NADA CORRE
2024



**I NADA CORRE
VILLA DE LAREDO**

2ª JORNADA I CIRCUITO ESCOLAR DE NADA CORRE 2024

ORGANIZADOR
FEDERACIÓN CÁNTABRA DE TRIATLÓN Y PM

COLABORADOR
AYUNTAMIENTO DE LAREDO & CLUB TRIATLÓN LAREDO

Inscripciones
Reckasport
Sabado 23 de Marzo 2024
10:00 h.

**Piscina cubierta. Calle Reconquista Sevilla
Alameda el Bosque. Avd. Duque de Ahumada (junto campo fútbol)**

**Secretaría de la prueba y natación
(09:30 h.): Piscina Municipal**

DISTANCIAS Y CATEGORÍAS 2024

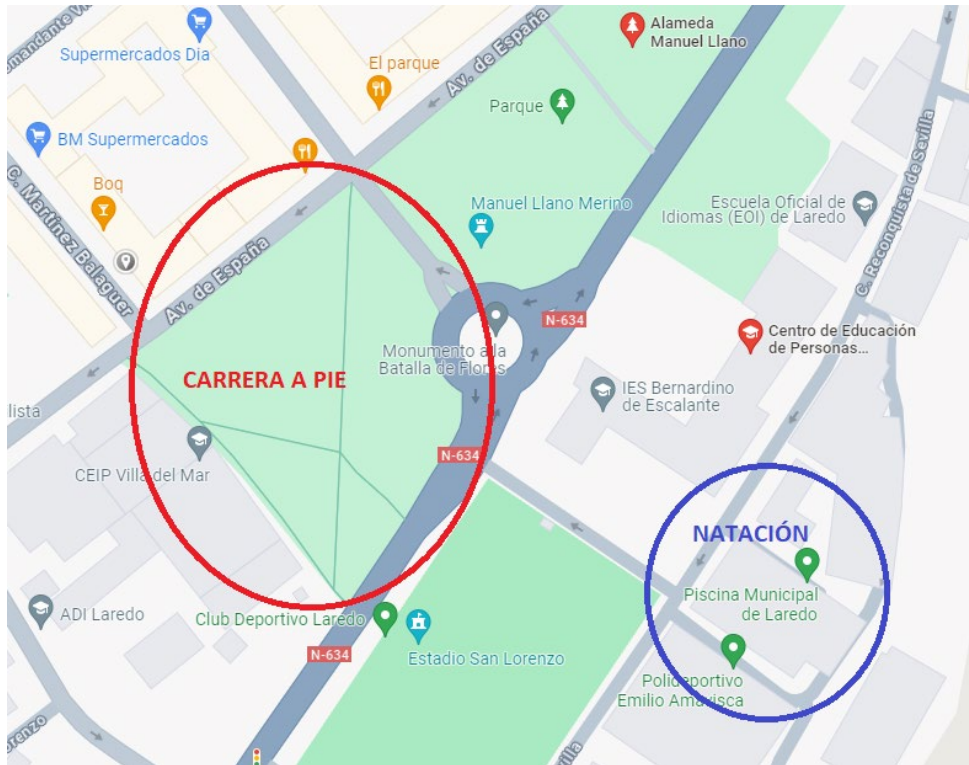
PREBENJAMÍN (2017 - 2018 - 2019): 200m Natación + 400 m Carrera
BENJAMÍN (2018 - 2019): 400m Natación + 400 m Carrera
ALEVÍN (2019 - 2020): 400m Natación + 400 m Carrera
INFANTIL (2020 - 2021): 400m Natación + 400 m Carrera
JUVENIL (2021 - 2022): 400m Natación + 400 m Carrera
OPEN (adultos, a partir de 2023): 400m Natación + 400 m Carrera

I NADA CORRE VILLA de LAREDO 23 marzo 2024

www.fetricantabria.com



📍 **Localización:** Secretaría y piscina. Piscina Municipal de Laredo. C. Reconquista de Sevilla, 39770 Laredo, Cantabria
Carrera a pie. Alameda El Bosque (Avda. Duque de Ahumada)



La piscina cuenta con una pequeña grada para público y espectadores.

Al vaso solo podrán acceder deportistas, oficiales y personal de la organización

📍 I Circuito Escolar Nada Corre 2024

Tras las experiencias de Nada Corre de Suances 2022 (32 inscritos) y Colindres 2023 (54 inscritos) se programa para 2024 el I Circuito Escolar de Nada Corre.

4 sedes:

Santander, 24 de febrero 2024 (85 inscritos)

Laredo, 23 de marzo 2024 (62 inscritos)

Potes, 13 abril de 2024

Suances, 11 de mayo 2024

Para puntuar en él será necesario terminar la mitad más uno de los eventos y estar en posesión de licencia federativa FETRI.

“Para participar en la competición deportiva oficial será obligatorio estar en posesión de la licencia deportiva en vigor” (ORDEN CTD/1/2023, de 5 de septiembre por la que se convocan los Juegos Deportivos Escolares).

Inscripciones abiertas en www.fetricantabria.com y RocktheSport

📍 I Circuito Escolar. SOSTENIBILIDAD

- En el I Nada Corre Villa de Laredo, al igual que en las otras pruebas del Circuito Escolar se harán una serie de medidas para intentar reducir residuos y reutilizar materiales. En este sentido (I):
- **LOS DORSALES DE CARRERA A PIE SERÁN REUTILIZABLES, POR ESO DEBERÁN DEVOLVERSE AL FINALIZAR EL SEGUNDO SEGMENTO.**
- LOS DEPORTISTAS RECIBIRÁN UN GORRO ROSA DE SILICONA (TRIATLÓN LAREDO) PARA LA NATACIÓN, ESTE GORRO SE LO QUEDARA EL DEPORTISTA.
 - Se podrá calentar con otro gorro, pero todos los deportistas están obligados a competir con el gorro proporcionado por la organización.
- **En los siguientes nada corre se volverá a utilizar el gorro de silicona rojo de Cantabria Triatlón**



📍 I Circuito Escolar. SOSTENIBILIDAD

- En el I Nada Corre Villa de Laredo, al igual que en las otras pruebas del Circuito Escolar se harán una serie de medidas para intentar reducir residuos y reutilizar materiales. En este sentido (II):
- EN EL AVITUALLAMIENTO POST PRUEBA NO HABRÁ BOTELLAS. EL AGUA SE SERVIRÁ EN GARRAFAS PORTATILES CON GRIFO. POR ESO SE RECOMIENDA ACUDIR CON VASOS, BOTELLAS Y/O PONCHERAS.



FEDERACIÓN CÁNTABRA DE TRIATLÓN

www.fetricantabria.com

📍 **Homenaje a JUAN RAMÓN CASTILLO PIEDRA "CHOCO",**
veterano triatleta laredano con una amplia trayectoria
deportiva a sus espaldas.



Horario

Entrada en la piscina desde las 9:30 h. Entrega gorros de natación/dorsales de carrera a pie hasta las 10:00 h.

09:35-10:00 h. Calentamiento en el agua

10:00 h. Comienzo de las pruebas de natación.

11:30 h. Fin pruebas de natación.

12:00 h. Comienzo pruebas de carrera a pie.

12:30 h. Entrega de premios

- **NOTA IMPORTANTE:** Los horarios son orientativos. Se procederá con la mayor celeridad posible. Se dejará un tiempo de 30 minutos entre el fin de las pruebas de natación y el comienzo de las pruebas de carrera.

DISTANCIAS Y CATEGORIAS

PREBENJAMÍN (2017 – 2018 – 2019): 25m Natación + 400 m Carrera (1 vuelta parque)

BENJAMÍN (2015 – 2016): 50m. Natación + 400 m. Carrera.

ALEVÍN (2013 – 2014): 150m. Natación + 800 m. Carrera (2 vueltas)

INFANTIL (2011 – 2012): 300m. Natación + 1200 m. Carrera (3 vueltas)

CADETE (2009 – 2010): 400m. Natación + 1600m. Carrera (4 vueltas)

JUVENIL (2007 – 2008): 400m. Natación + 1600m. Carrera

OPEN (adultos, a partir de 2006): 400m. Natación + 1600m. Carrera



Aspectos reglamentarios

Dado el carácter discontinuo de la prueba, se permite nadar con bañadores homologados por la FINA.

- Las series serán por distancia y categoría, hasta completar 6 nadadores por serie. 1 Nadador por calle.
- Si hubiese más de 6 deportistas en una categoría se doblará en 2
- Se puede salir desde el poyete o desde el bordillo/agua.
- Durante la prueba de natación solo podrán acceder a la piscina los deportistas. La instalación cuenta con zona habilitada para el publico.
- Después del calentamiento se les irá llamando por orden de edad a la cámara de llamadas.
- Las series de 400 metros libres se distribuirán por la marca estimada d ellos deportistas.
- Tras la finalización de su serie se podrá abandonar la piscina.
- Las series de atletismo acabaran tras finalizar todos los deportistas la natación.



Circuitos y salida con *handicap*

La prueba de natación se realizará en piscina cubierta de 25 metros y 6 calles. Poyetes disponibles.

La prueba de atletismo se realizará en el parque de la avenida Duque de Ahumada (340 metros de perímetro, se introducirá bucle para llegar a los 400 metros). Circuito mixto de césped y acera.

Sentido antihorario.





Circuitos y salida con *handicap*

La salida de la carrera a pie vendrá determinada por los tiempos de la natación (salida con hándicap). En primer lugar, saldrá en deportista que tenga mejor tiempo en la prueba de natación. Seguidamente, saldrán en orden el resto de los deportistas, con la diferencia de tiempo correspondiente a la natación sobre el primer deportista.

Si el tiempo de diferencia sobre la mejor marca de natación supera 1 minuto para las categorías, prebenjamín, benjamín y alevín y 2 minutos para la categoría infantil, cadete, juvenil y open, los deportistas que excedan ese tiempo saldrán todos a la vez en el tiempo señalado, compensando las diferencias en la clasificación final. La clasificación final será el orden de llegada a meta de los deportistas, salvo compensaciones con las marcas más lentas en natación (ver párrafo anterior).

📍 AVITUALLAMIENTO POST PRUEBA / PREMIOS/ SORTEOS

Avituallamiento líquido (agua mineral) y solido (fruta, frutos secos, caramelos, sobaos y quesada, caramelos y golosinas sin gluten) a todos los participantes.

Medalla recuerdo a todos los participantes (todos los deportistas serán nombrados y acudirán a la entrega de premios). Los tres primeros deportistas por edad y genero subirán al pódium.

La no presencia en la ceremonia de entrega de premios supone la pérdida del mismo.

Al pódium solo podrán subir los deportistas nominados.

Sorteo regalos (mediante número dorsal) entre los participantes (obligatorio presencia). El número asignado a cada deportista para el sorteo se corresponderá con el número de su dorsal. Si un deportista agraciado no está presente en el sorteo se sacará un nuevo número al azar hasta dar con un deportista premiado. Los premios del sorteo no son acumulativos (solo 1 por deportista).



CIÓN CÁNTABRA DE
www.fetricantabria.com



iiiTe esperamos sábado 23 de
marzo!!!



AYUNTAMIENTO DE
LAREDO



GOBIERNO
de
CANTABRIA
CONSEJERÍA DE CULTURA,
TURISMO Y DEPORTE



**CANTABRIA
DEPORTE**



VALDEARENAS
ESCUELA DE SURF



<https://triatlonlaredo.jimdofree.com/>

I NADA CORRE VILLA de LAREDO 23 marzo 2024

www.fetricantabria.com

