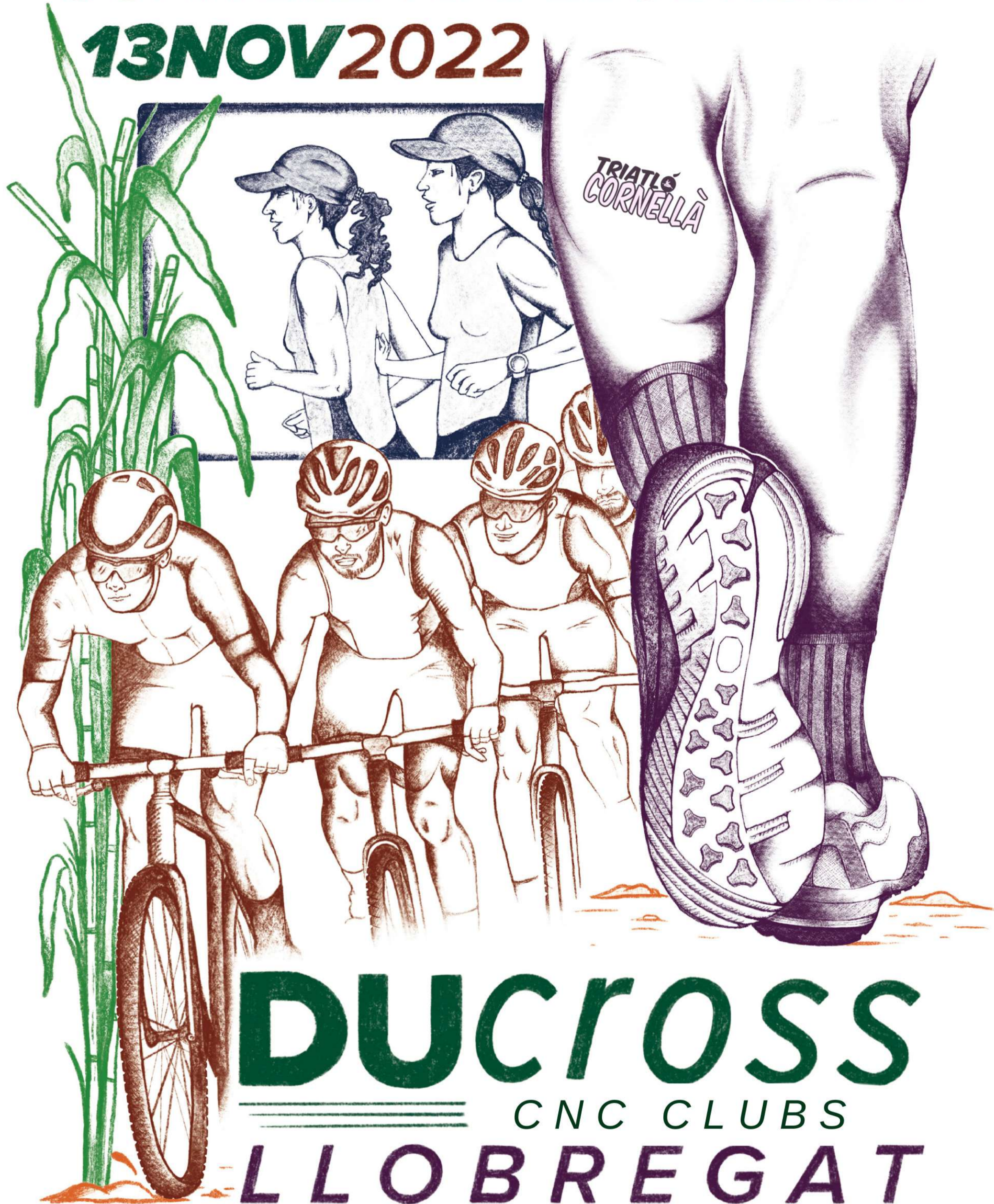


# CORNELLÀ DE LLOBREGAT

## 13 NOV 2022



# DUcross

CNC CLUBS

# LLOBREGAT

[www.triatlocornella.com/ducrossclubsllobregat](http://www.triatlocornella.com/ducrossclubsllobregat)

**SJD** Parc Sanitari  
Sant Joan de Déu

**TRIATLO  
CORNELLÀ**



Ajuntament de Cornellà  
de Llobregat

# PRESENTACIÓ

Benvinguts i benvingudes al **DUATLÓ CROSS DEL LLOBREGAT**. Una prova que enguany serà **Campionat de Catalunya per Clubs**. Aquesta modalitat "**cross**", pretén fer **més accessible** la modalitat de **duatló de muntanya**, amb circuits on la dificultat tècnica és més baixa i podreu anar molt més ràpid, si sou hàbils amb la bicicleta es clar!

Perseguint l'objectiu de fomentar el multiesport, també podreu gaudir de la prova **open popular, infantil i jove**, així podrà participar tothom! Us esperem a la ciutat de **Cornellà de Llobregat** el proper **13 de novembre**.

# DATA I UBICACIÓ

**DIUMENGE 13 DE NOVEMBRE**

*Estadi Municipal Pilar Pons*

**CORNELLÀ DE LLOBREGAT**

# MODALITATS I DISTÀNCIES

## **CNCÉLIT PER CLUBS: 5KM + 20KM + 2,5KM**

\*PARTICIPANTS PER EQUIP: DE 4 A 6 PARTICIPANTS

\*\*CLASSIFICACIÓ: SUMA DELS 4 MILLORS TEMPS

\*\*\*PUNTUABLE PER LA Lliga DE CLUBS: BONUS ESPECIAL +20 PUNTS

## **ESPRINT POPULAR "OPEN": 5KM + 20KM + 2,5KM**

## **SUPERSPRINT JOVE: 2KM + 7,5KM + 1,5KM**

\*CADET (14-15 A.) + JUVENIL (16-17 A.)

## **INFANTIL:**

PROVA NO  
COMPETITIVA

MENUTS (4-5 ANYS)  
PREBENJAMÍ (6-7 ANYS)  
BENJAMÍ (8-9 ANYS)  
ALEVÍ (10-11 ANYS)  
INFANTIL (12-13 ANYS)

CÓRRER + CICLISME + CÓRRER

100M + 300M + 100M

200M + 1KM + 200M

500M + 1,5KM + 200M

1KM + 3KM + 500M

1KM + 4,5KM + 500M



# HORARIS DIUMENGE 13/11

RECOLLIDA DE DORSALS ESPRINT

RECOLLIDA DE DORSALS JOVE + INFANTILS



De 7:45h a 8:30h

De 9:30h a 10:45h

## CATEGORIES

## HORARIS I SORTIDES

### ENTRADA A BOX (ESPRINT)

De 8:00h a 08:45h

CNC CLUBS ÉLIT MASCULINS

09:00h

CNC CLUBS ÉLIT FEMENINS

09:00h

PROVA ESPRINT "OPEN"

09:02h

ENTREGA DE PREMIS (ESPRINT)

11:00h

### SORTIDA MATERIAL DE BOX (ESPRINT) I ENTRADA A BOX CATEGORIES JOVE + INFANTILS

10:45h

a 11:15h

SUPERSPRINT "JOVE"

11:20h

INFANTIL + ALEVÍ (10-13 ANYS)

12:00h

BENJAMÍ (8-9 ANYS)

12:30h

PREBENJAMÍ (6-7 ANYS)

12:45h

MENUTS (4-5 ANYS)

12:55h

SORTIDA DE MATERIAL DE BOX

13:00h

ENTREGA DE PREMIS (JOVES)

13:05h



# MAPES I CIRCUITS

## MAPA GENERAL I APARCAMENT PÚBLIC



# DISTÀNCIA ESPRINT

(CAMPIONAT DE CATALUNYA PER CLUBS)



## **SUPERSPRINT JOVE (CADET + JUVENIL)**

*1 volta corrent + 2 voltes en bici + 1 volta corrent*



## INFANTIL

1 volta corrent  
**3 voltes en bici**  
1 volta corrent

## ALEVÍ

1 volta corrent  
**2 voltes en bici**  
1 volta corrent

**CÓRRER 1**



**CÓRRER 2**



**CICLISME**





## BENJAMÍ



## PREBENJAMÍ



## MENUTS

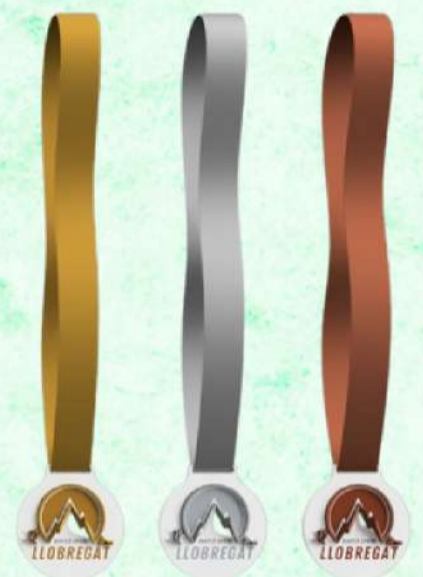


## MATERIAL NECESSARI

- DNI (PER RECOLLIR EL DORSAL I/O ENTRAR A BOX).
- FEDERATS: XIP GROC I DORSAL DE FEDERAT (CNC, OPEN I JOVE).
- NO FEDERATS: 20€ FIANÇA PER RECOLLIR XIP DE LLOGUER FEDERATIU.
- MONO DE TRIATLÓ.
- CASC DE CICLISME.
- BICICLETA (DE MUNTANYA, AMB MÍNIM UNA SUSPENSÍO).
- SABATES (DE CICLISME I DE CÓRRER).
- ULLERES DE SOL.
- PORTADORSAL (DISPOSAREM DE PORTADORSALS DE COMPRA PER 5€).

## PREMIS I OBSEQUIS

- OPCIONAL: SAMARRETA SOLIDÀRIA DEL DUATLÓ (5€ DE DONACIÓ).
- BOSSA DEL DUATLÓ CROSS PER A TOTS/ES ELS PARTICIPANTS.
- AVITUALLAMENT FINAL PER A TOTS/ES ELS PARTICIPANTS.
- TROFEU I PREMI ECONÒMIC PELS CINQ PRIMERS CLUBS CLASSIFICATS A LA PROVA ELIT (CAMPIONAT DE CATALUNYA PER CLUBS).
- *L'import dels premis anirà en funció del nombre d'equips inscrits.*
- MEDALLES PER A LES TRES PRIMERES I PRIMERS DE CADA CATEGORIA CRONOMETRADA (OPEN, CADET I JUVENIL).
- RECONeixEMENT A TOTS ELS VOLUNTARIS I VOLUNTÀRIES.



## COMPRA DE SAMARRETA SOLIDÀRIA





**TRIATLÓ  
CORNELLÀ**

# COL-LABORADORS



Ajuntament de Cornellà  
de Llobregat

**SJD** Parc Sanitari  
Sant Joan de Déu

