

Col·labora:



# AQUATLÓ

CIUTAT DE

# CORNELLÀ

16 - SETEMBRE - 2023

 **CAN MERCADER**  
COMPLEX AQUÀTIC I ESPORTIU

Organitza:



Amb el suport de:



Ajuntament de Cornellà  
de Llobregat



FEDERACIÓ CATALANA  
DE TRIATLÓ



## MODALITATS:

### SUPERSPRINT

300M NATACIÓ + 3KM CÓRRER

### DOBLE SUPERSPRINT

300M + 3KM + 300M + 3KM

### INFANTIL

### JOVE

TOTES LES EDATS  
I DISTÀNCIES ADAPTADES

INFORMACIÓ + INSCRIPCIONS:

[WWW.TRIATLOCORNELLA.COM/AQUATLO](http://WWW.TRIATLOCORNELLA.COM/AQUATLO)



## PRESENTACIÓ

Benvinguts i benvingudes a l'Aquatló Ciutat de Cornellà. Una prova per a tothom, NO competitiva, que té com a objectiu fomentar el multisport i donar a conèixer l'esport del triatló a la ciutat de Cornellà i arreu de Catalunya. L'aquatló en particular, és la disciplina més senzilla per començar i estem segurs que gaudireu d'una tarda d'esport, família i amics... GENIAL!

## DATA I HORARI

Dissabte 16 de SETEMBRE de 2023  
A la piscina exterior del  
COMPLEX AQUÀTIC CAN MERCADER  
A partir de les 16h





# MODALITATS I DISTÀNCIES

## INFANTIL I JOVE

MENUTS (ANYS 2018-2019)  
PREBENJAMÍ (ANYS 2016-2017)  
BENJAMÍ (ANYS 2014-2015)  
ALEVÍ (ANYS 2012-2013)  
INFANTIL (ANYS 2010-2011)  
CADET (ANYS 2008-2009)  
JUVENIL (ANYS 2006-2007)

NATACIÓ + CÓRRER

25M + 300M

25M + 600M

50M + 800M

100M + 1KM

150M + 1,5KM

200M + 2KM

300M + 3KM

## SUPERSPRINT

NATACIÓ + CÓRRER  
300M + 3KM

## DOBLE SUPERSPRINT

\*MAJORS DE 16 ANYS

NATACIÓ + CÓRRER + NATACIÓ + CÓRRER  
300M + 3KM + 300M + 3KM





# PROGRAMA HORARI

RECOLLIDA DE DORSALS +  
PHOTOCALL (COMPLEX AQUÀTIC I  
ESPORTIU CAN MERCADER)



• Dissabte: de 14h a 17h

## CATEGORIES, HORARIS I SORTIDES

MENUTS (4-5 ANYS)	16:00h
PREBENJAMÍ (6-7 ANYS)	16:15h
BENJAMÍ (8-9 ANYS)	16:35h
ALEVÍ (10-11 ANYS)	17:00h
INFANTIL (12-13 ANYS)	17:25h
CADET (14-15 ANYS)	17:50h
JUVENIL (16-17 ANYS)	18:15h
DOBLE SUPERSPRINT	18:45h
SUPERSPRINT	18:55h
ENTREGA DE PREMIS	19:45h



L'entrada del material a  
BOX es farà just abans de  
l'inici de cada categoria.

La sortida del material de  
BOX es farà tot just al  
creuar l'arc de meta, un cop  
finalitzeu la vostre prova.

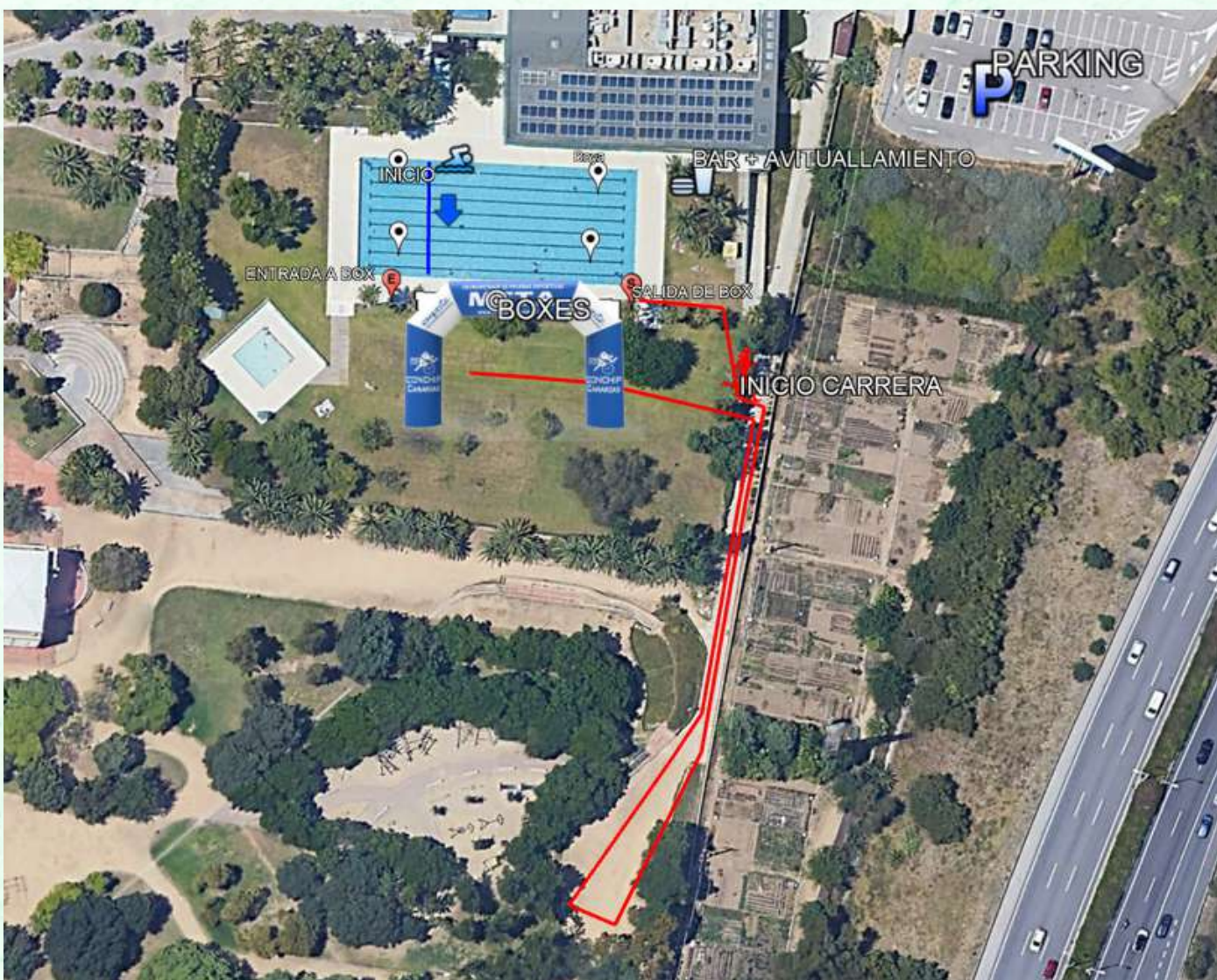




# MAPES I CIRCUITS

## MENUTS

25M + 300M



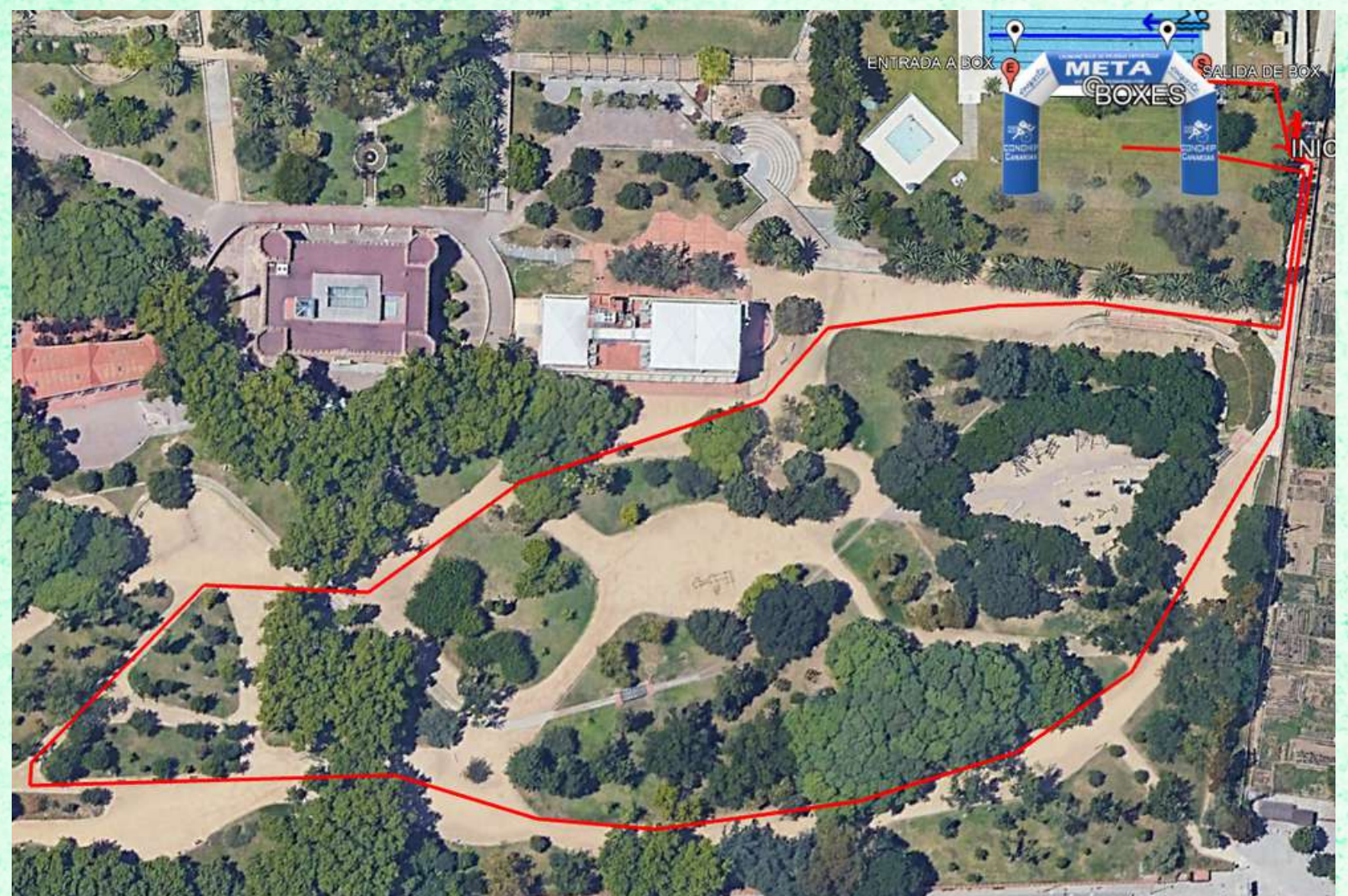
## PREBENJAMÍ

25M + 600M



## BENJAMÍ

50M + 800M





# MAPES I CIRCUITS

## ALEVÍ

100M + 1KM

1 VOLTA



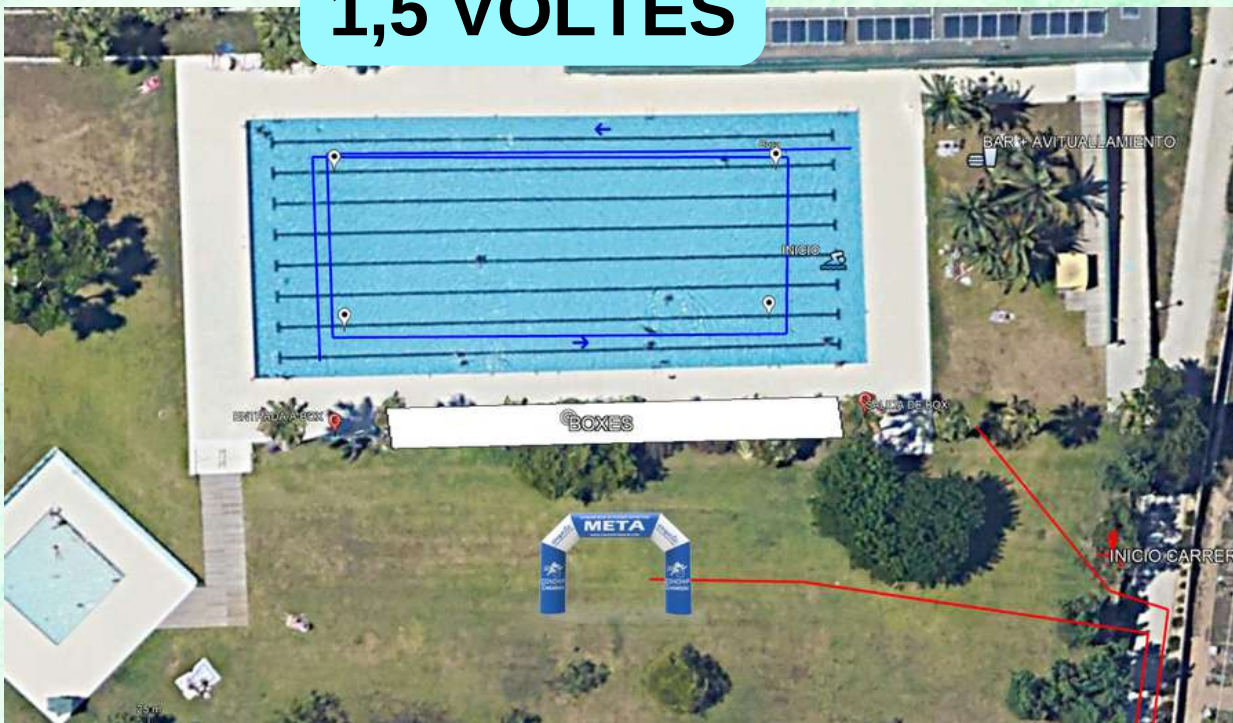
1 VOLTA



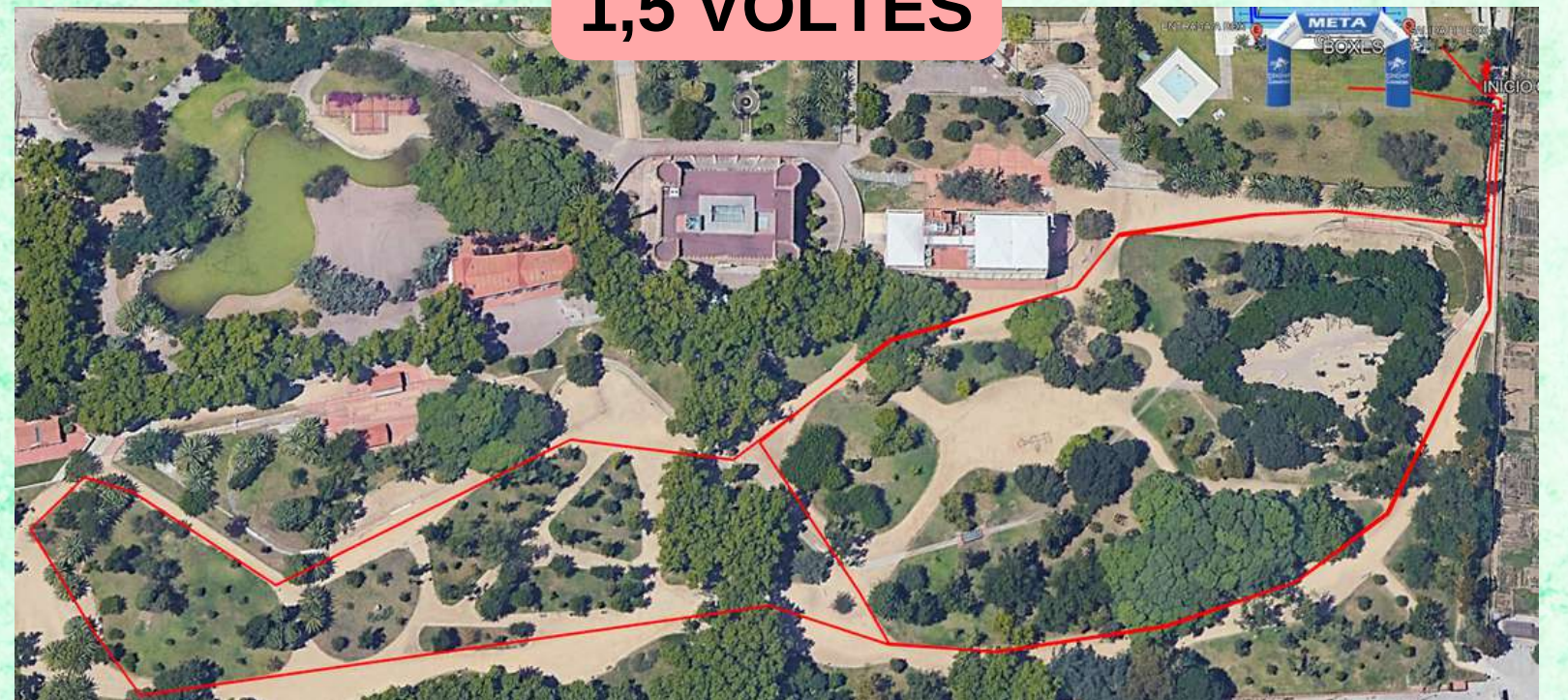
## INFANTIL

150M + 1,5KM

1,5 VOLTES



1,5 VOLTES



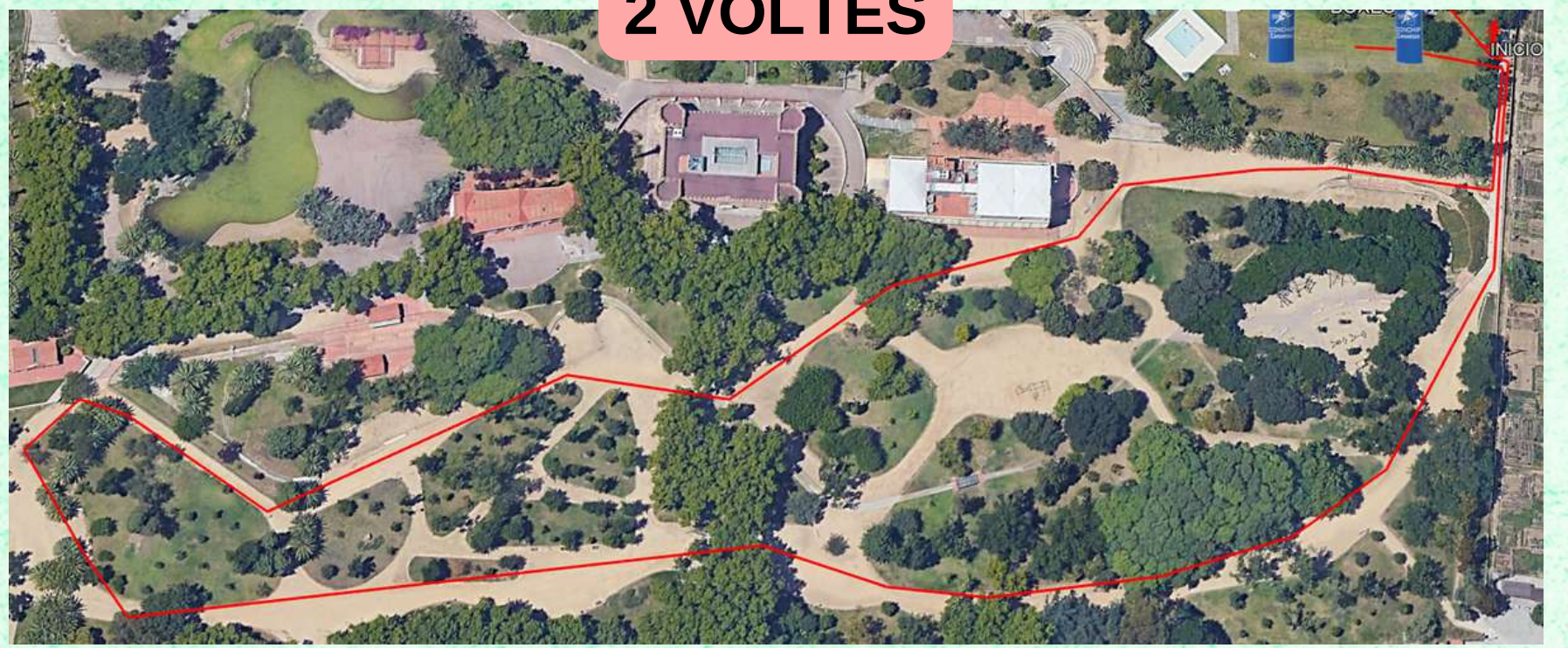
## CADET

200M + 2KM

2 VOLTES



2 VOLTES





# MAPES I CIRCUITS

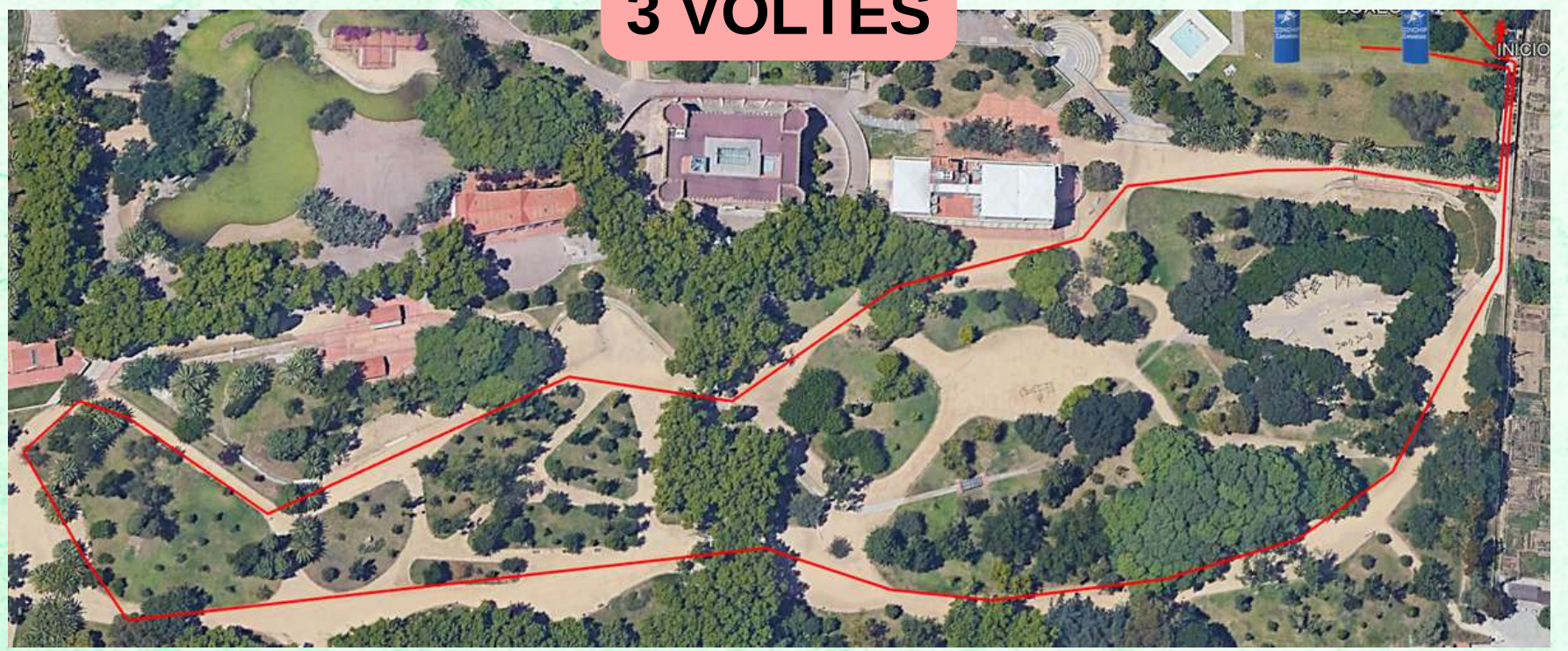
## JUVENIL I SUPERSPRINT

300M + 3KM

3 VOLTES



3 VOLTES



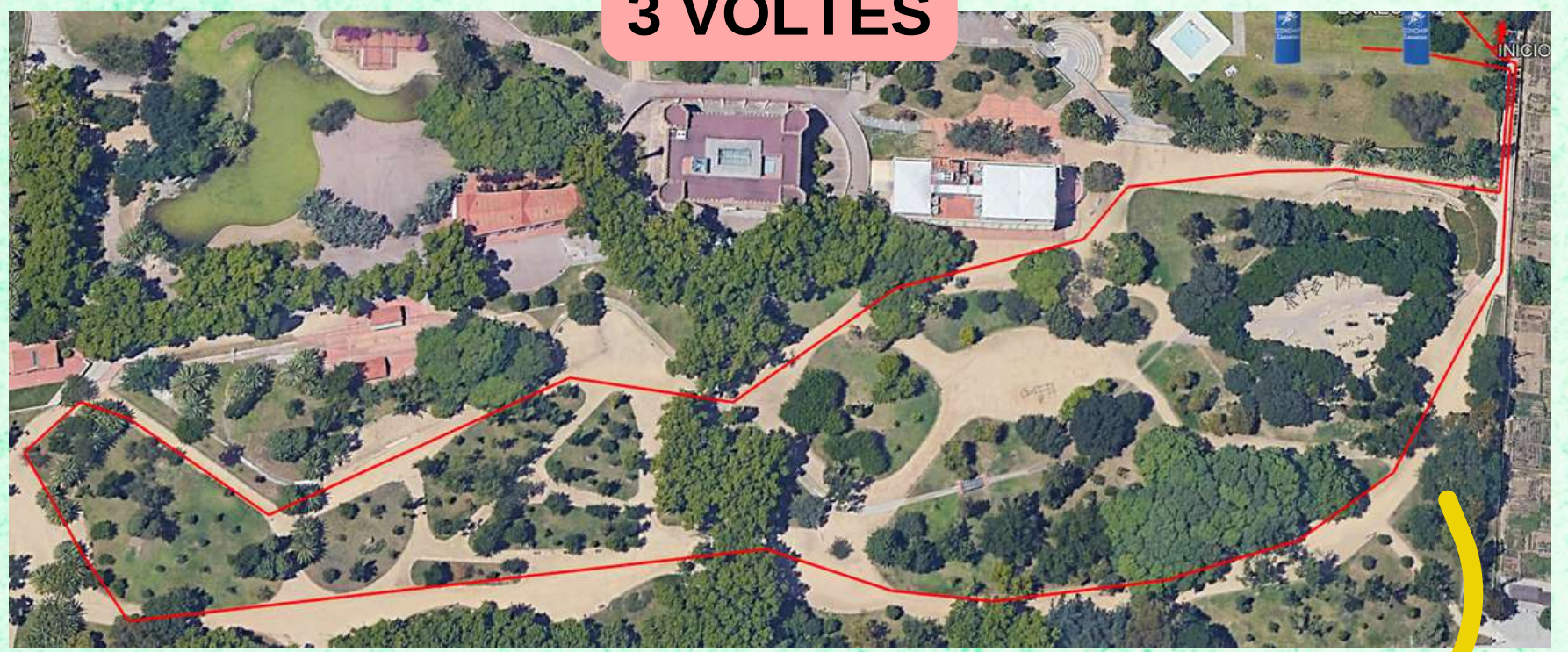
## DOBLE SUPERSPRINT

300M + 3KM + 300M + 3KM

3 VOLTES



3 VOLTES



ENTRAR A BOXES I REPETIR: 3 VOLTES DE NATACIÓ + 3 DE CÓRRER



# MATERIAL NECESSARI

- DNI (PER RECOLLIR EL DORSAL).
- MONO DE TRIATLÓ O BANYADOR + SAMARRETA.
- GORRO DE NATACIÓ (OBSEQUI DE L'ORGANITZACIÓ)
- ULLERES DE NATACIÓ.
- SABATES (PER CÓRRER).
- ULLERES DE SOL (OPCIONAL).
- MITJONS (OPCIONAL).
- PORTADORSAL (SI NO TENS, DISPOSEM DE PORTADORSALS DE COMPRA PER 5€).

# PREMIS I OBSEQUI

- **GORRO DE NATACIÓ** PER A TOTS/ES ELS PARTICIPANTS.
- **MEDALLA FINISHER** PER CATEGORIES INFANTILS.
- **PREMI** A LES TRES PRIMERES I PRIMERS DE CATEGORIES JOVE (INFANTIL, CADET I JUVENIL).
- **PREMI** A LES TRES PRIMERES I PRIMERS DE LES MODALITATS SUPERSPRINT I DOBLE SUPERSPRINT.
- **PREMI** AL CLUB AMB MÉS PARTICIPANTS.
- **RECONeixEMENT** A TOTS ELS VOLUNTARIS I VOLUNTÀRIES.



# PREUS

**INFANTILI JOVE** > 9€

\*NO FEDERATS (ASSEGURANÇA DE DIA) = 14€

**SUPERSPRINT** > 15€

\*NO FEDERATS (ASSEGURANÇA DE DIA) = 20€

**DOBLE SUPERSPRINT** > 18€

\*NO FEDERATS (ASSEGURANÇA DE DIA) = 23€

# INSCRIPCIONS

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

**PATROCINADORS,  
COL-LABORADORS I  
DESCOMPTES**





TRIATLÓ  
CORNELLÀ

AQUATLÓ  
CIUTAT DE  
CORNELLÀ

CAN MERCADER  
COMPLEX AQUÀTIC I ESPORTIU

## SPONSORS PRINCIPALS

CAN MERCADER  
COMPLEX AQUÀTIC I ESPORTIU

OLIVE  
ESPÀI MÈDIC

ENINTER  
ASCENSORES

RESTAURANTE  
ORTIZ

## COL-LABORADORS

Ramon Gràfic  
RÈTOLS

Catering Cornellà

Cornellà  
Levot  
1958

Lindt  
MASTER CHOCOLATIER  
SINCE 1845

Bryna

JUMP YARD  
Trampoline Park

DAMUSA  
FERRETERIA INDUSTRIAL

GRA NOA  
fruits secs

PRO-CORNELLÀ  
L'AUDITORI  
DE CORNELLÀ



# TRIMERCADER

**SPINNING + CÓRRER + NATACIÓ**

## Distància SuperSprint

- 30' Spinning
- 2km córrer
- 300m natación

**Inici a les 11:00h**

## Distància Sprint

- 45' Spinning
- 5km córrer
- 600m natación

**Inici a les 12:00h**

**16 SETEMBRE**



**CAN MERCADER**

COMPLEX AQUÀTIC I ESPORTIU

# AQUATLÓ

**CIUTAT DE**

# CORNELLÀ

## SUPERSPRINT

300M NATACIÓ + 3KM CÓRRER

## DOBLE SUPERSPRINT

300M + 3KM + 300M + 3KM

## INFANTIL

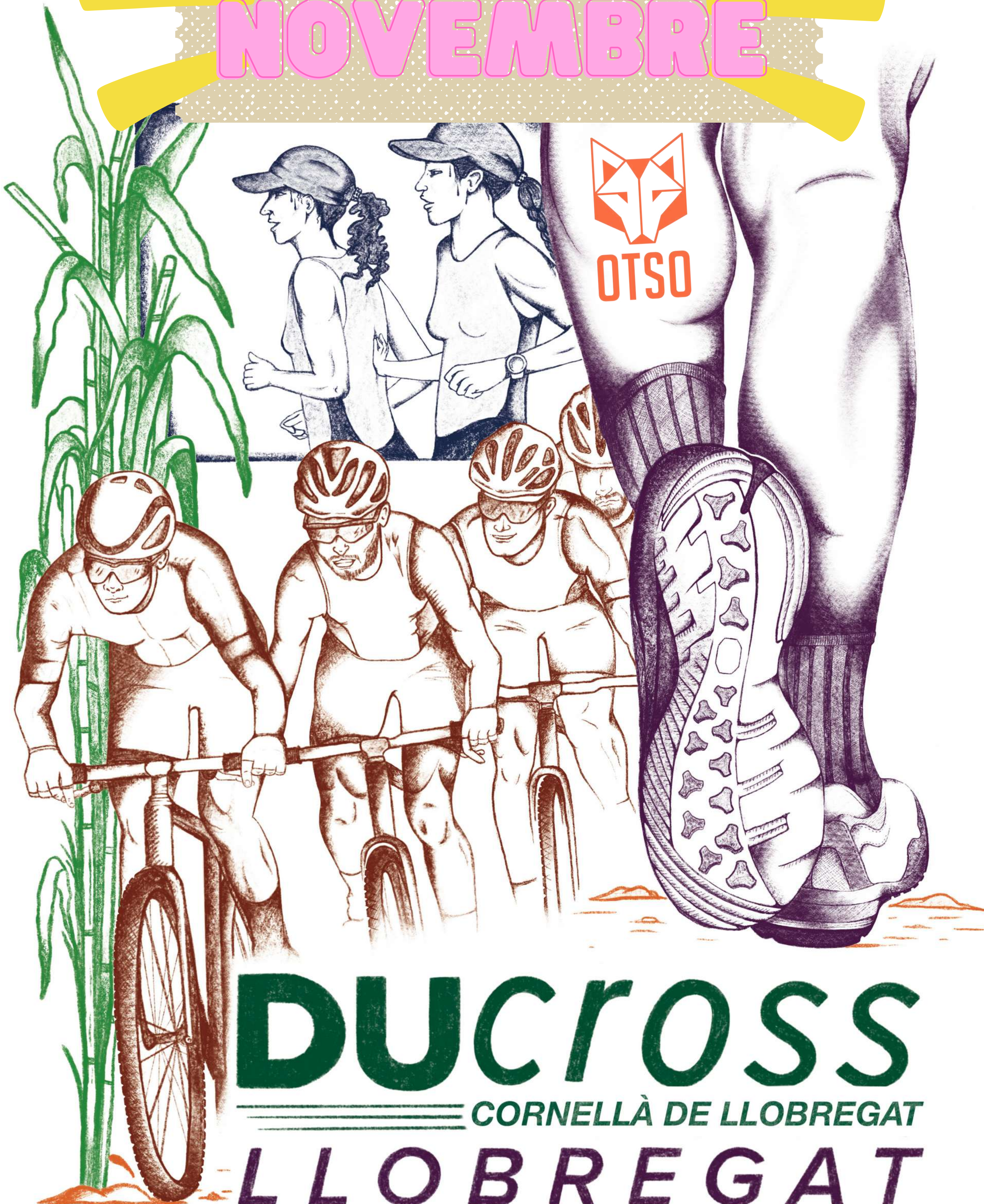
TOTES LES CATEGORIES I  
DISTÀNCIES ADAPTADES

## Horari

A partir de  
les 16:00h



12 DE  
NOVEMBRE



OTSO

**DUcross**

CORNELLÀ DE LLOBREGAT

**LLOBREGAT**





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

**Apunta't abans del 30 de setembre i aconsegueix la teva samarreta OTSO!**