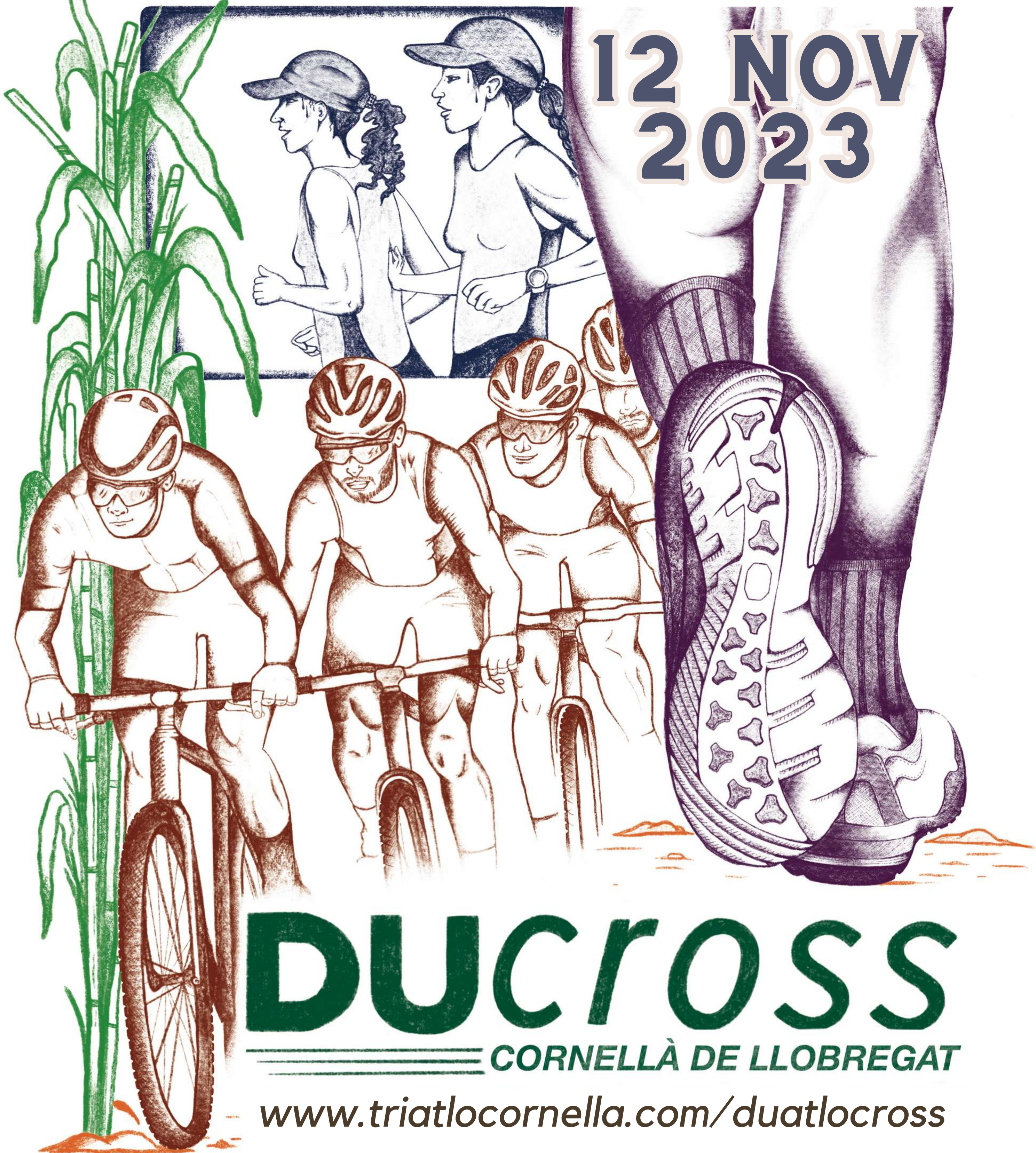


TRIATLÓ
CORNELLÀ



12 NOV
2023



DUcross

CORNELLÀ DE LLOBREGAT

www.triatlocornella.com/duatlocross



PRESENTACIÓ

Benvinguts i benvingudes al **DUATLÓ CROSS DE CORNELLÀ**. Una prova que enguany serà **Campionat de Catalunya per Clubs** i prova puntuable pel **Rànkings català JOVE COMPLERT@**. Aquesta modalitat "cross", pretén fer **més accessible** la modalitat del **duatló de muntanya**, amb circuits on la dificultat tècnica és més baixa i podreu anar molt més ràpid, així que serà la vostra velocitat el que marqui la dificultat tècnica de la prova!

Perseguint l'objectiu de fomentar el multisport, també podreu gaudir de la prova **open popular, infantil i jove**, sense necessitat d'estar federat, així podrà participar tothom i gaudir d'una jornada esportiva i social!

Us esperem a la ciutat de **Cornellà de Llobregat** el proper **12 de novembre**.

DATA I UBICACIÓ

DIUMENGE 12 DE NOVEMBRE

Estadi Municipal Pilar Pons
CORNELLÀ DE LLOBREGAT

MODALITATS I DISTÀNCIES

CNC ÉLIT PER CLUBS: 5KM + 22KM + 2,5KM

*PARTICIPANTS PER EQUIP: DE 4 A 6 PARTICIPANTS (HOMES) / DE 3 A 6 PARTICIPANTS (DONES)

**CLASSIFICACIÓ: SUMA DELS 4 MILLORS TEMPS (HOMES) / SUMA DELS 3 MILLORS TEMPS (DONES)

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

ESPRINT POPULAR "OPEN": 5KM + 22KM + 2,5KM

JOVE TRIATLETA COMPLERT@:

INFANTIL (12-13 ANYS)

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

CÓRRER + CICLISME + CÓRRER

2KM + 8KM + 1,5KM

2,5KM + 8KM + 1,5KM

INFANTIL:

PROVA NO
COMPETITIVA

MENUTS (4-5 ANYS)

PREBENJAMÍ (6-7 ANYS)

BENJAMÍ (8-9 ANYS)

ALEVÍ (10-11 ANYS)

CÓRRER + CICLISME + CÓRRER

100M + 300M + 100M

200M + 1KM + 200M

500M + 1,5KM + 200M

1KM + 3KM + 500M



HORARIS DIUMENGE 12/11

RECOLLIDA DE DORSALS ESPRINT
RECOLLIDA DE DORSALS JOVE + INFANTILS



De 7:15h a 8:00h
De 10h a 11:00h

CATEGORIES

HORARIS I SORTIDES

ENTRADA A BOX ESPRINT (OPEN + ÉLITS CLUBS)

*COL·LOCACIÓ DELS CLUBS PER ORDRE DE
CLASSIFICACIÓ CNC 2022

SORTIDA CNC CLUBS MASCULINS
SORTIDA CNC CLUBS FEMENINS
SORTIDA PROVA "OPEN" POPULAR

ENTREGA DE PREMIS CNC CLUBS

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

JOVE: CADETS + JUVENILS (14-17 A.)
JOVE: INFANTILS (12-13 A.)
ALEVÍ (10-11 ANYS)
BENJAMÍ (8-9 ANYS)
PREBENJAMÍ (6-7 ANYS)
MENUTS (4-5 ANYS)

*Horaris aproximats. Sortides consecutives (quan acabi
una categoria, sortirà la següent)

ENTREGA DE PREMIS PROVA JOVE
SORTIDA DE MATERIAL DE BOX

De 7:30h
a 08:15h

8:20h

08:30h

08:31h

08:32h

10:30h

De 10:45h
a 11:20h

11:30h

11:32h

12:15h

12:40h

12:50h

13:00h

13:15h



MAPES I RECORREGUTS

APARCAMENT PÚBLIC

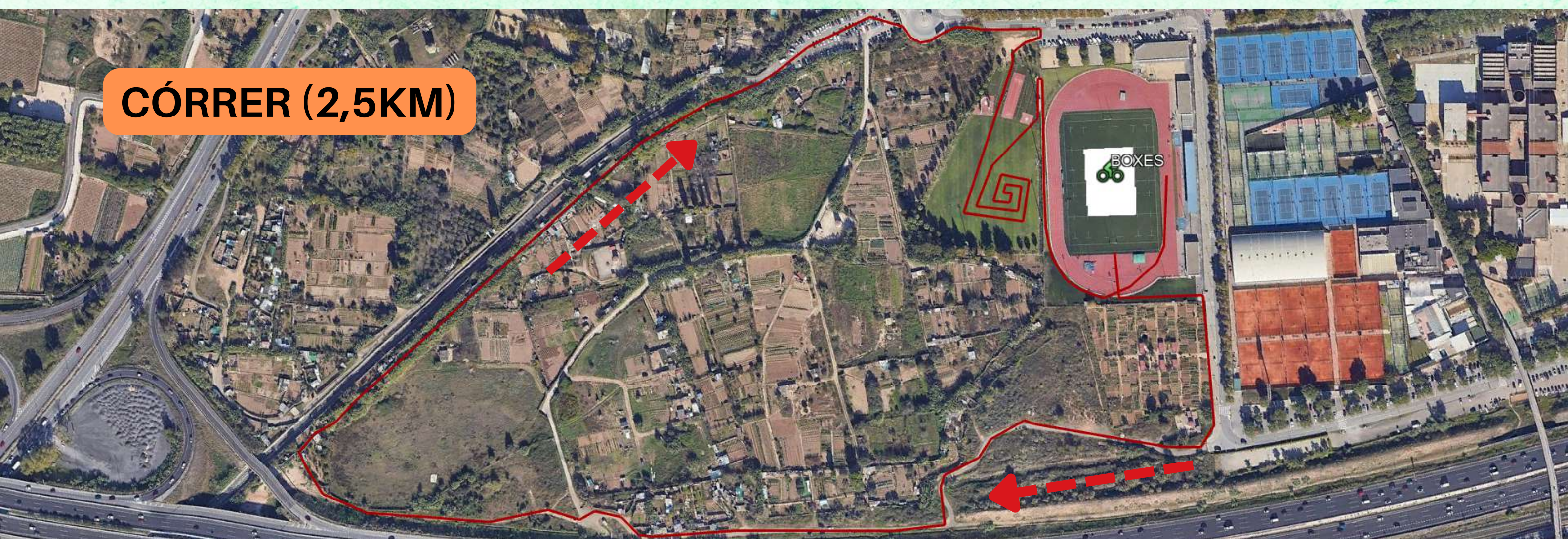


ESTADI MUNICIPAL PILAR PONS



DISTÀNCIA ESPRINT

(ÉLITS CLUBS + OPEN POPULAR)



PROVA JOVE: CADET + JUVENIL

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



PROVA JOVE: INFANTIL

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



ALEVÍ

1 volta corrent + 1 volta en bici + 1 volta corrent

CÓRRER 1
(1KM)



CICLISME
(3KM)



CÓRRER 2
(500M)



BENJAMÍ



PREBENJAMÍ



MENUTS



*Més informació i videos dels recorreguts:



www.triatlocornella.com



[@multiesportctc](https://www.instagram.com/multiesportctc)
[@triatlocornella](https://www.instagram.com/triatlocornella)

STREAM EN DIRECTE



MATERIAL NECESSARI

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

PREMIS I OBSEQUIS

- Medalla finisher DU CROSS CORNELLÀ per a tots/es els participants.
- Avituallament final per a tots/es els participants: Butifarra de @tallatall + caldo @Aneto + patates @Fritz ravitch + suc de @Caprabo + aigua + barreta @Levelup Suplementación.
- Trofeu i premi econòmic pels cinc primers clubs classificats a la prova elit (campionat de Catalunya per clubs).

*L'import dels premis anirà en funció del nombre d'equips inscrits.

- Vol al túnel del vent @WINDOOR BARCELONA pels guanyadors absoluts de la prova esprint (home i dona).
- Trofeu per a les tres primeres i primers de les categories JOVE TRIATLETA COMPERT@ (INFANTIL, CADET i JUVENIL).
- Sorteig de 2 vols al túnel del vent @WINDOOR BARCELONA entre tots els participants de les categories Jove + Infants.
- Reconeixement a tots els voluntaris i voluntàries.





PATROCINADORS PRINCIPALS



COL-LABORADORS

