

DUATLO' CROSS DE CORNELLÀ

Amb el suport de:



21 DE DESEMBRE

ESTADI MUNICIPAL PILAR PONS

WWW.TRIATLOCORNELLA.COM/DUATLOCROSS

PRESENTACIÓ



Benvinguts i benvingudes al **IV DUATLÓ CROSS DE CORNELLÀ!**

Des del Club Triatló Cornellà estem molt il·lusionats de presentar-vos una nova edició d'aquesta prova, que enguany acollirà el **Campionat de Catalunya per Clubs, el Campionat de Catalunya Cadet i Juvenil**, i serà puntuable per al **Rànquing Català JOVE COMPLERT@**.

Hem dissenyat un duatló cross pensat per a tots els públics: amb **circuits ràpids, accessibles i divertits**, on la velocitat marcarà la dificultat tècnica. Volem **que tothom pugui gaudir de la combinació de córrer i pedalar en plena natura**, amb l'ambient únic que es viu a Cornellà.

Fidels al nostre compromís amb el multisport i la participació oberta, oferim una **prova popular, escolar i jove, obertes a tothom**, sense necessitat d'estar federat. Una jornada per compartir esport, amstat i passió pel duatló.

Us hi esperem el **21 de desembre de 2025** a Cornellà de Llobregat per començar el Nadal de la millor manera possible: **fent DUATLÓ!**

DATA I UBICACIÓ



DIUMENGE 21 DE DESEMBRE

Estadi Municipal Pilar Pons
CORNELLÀ DE LLOBREGAT

MODALITATS I DISTÀNCIES

ESPRINT INDIVIDUAL: 5km + 22km + 2,5km

- ▷ **CATEGORIES:** Junior | Sub23 | Absolut | Veterà
- ▷ **CAMPIONAT DE CATALUNYA PER CLUBS:**
 - **Suma dels 3 millors** temps dels esportistes d'un club.
 - **BONUS ESPECIAL:** +20 Punts a la lliga de clubs.



JOVE: 2,5km + 11km + 1,5km

- ▷ **CATEGORIES:** Infantil | Cadet | Juvenil
- ▷ **CAMPIONAT DE CATALUNYA JUVENIL I CADET.**
- ▷ **PUNTUABLE PEL RÀNKING JOVE COMPLERT@**

ESCOLAR: Prova no competitiva

▷ CATEGORIES:

Menuts (4-5 anys)
Prebenjamí (6-7 anys)
Benjamí (8-9 anys)
Aleví (10-11 anys)

DISTÀNCIES:

100m + 300m + 100m
200m + 1km + 200m
500m + 1,5km + 200m
1km + 3km + 500m



HORARIS

RECOLLIDA DE DORSALS

No federats i categories escolars

A partir de les 7:00h

Federats distància esprint i jove = dorsal de federat

CATEGORIES

SORTIDES

ENTRADA A BOX [ESPRINT]

**Col·locació a la línia de sortida (només es podrà entrar per darrere de l'arc de sortida)*

De 7:00h a 07:45h

7:55h

SORTIDA ESPRINT MASCULÍ

08:00h

SORTIDA ESPRINT FEMENÍ

08:02h

ENTRADA A BOX [JOVES]

08:30h a 10:00h

SORTIDA JUVENIL (16-17 ANYS)

10:30h

SORTIDA CADET (14-15 ANYS)

10:32h

SORTIDA INFANTIL (12-13 ANYS)

10:34h

ENTREGA DE PREMIS (ESPRINT + JOVE)

11:45h

SORTIDA MATERIAL DE BOX I

11:30h a

ENTRADA A BOX CATEGORIES ESCOLARS

11:55h

SORTIDA ALEVÍ (10-11 ANYS)

12:15h

SORTIDA BENJAMÍ (8-9 ANYS)

12:45h

SORTIDA PREBENJAMÍ (6-7 ANYS)

13:00h

SORTIDA MENUTS (4-5 ANYS)

13:15h

SORTIDA DE MATERIAL DE BOX

13:20h

MAPES I RECORREGUTS

APARCAMENT PÚBLIC

CLICK HERE *



ESTADI MUNICIPAL PILAR PONS

CLICK HERE *



DISTÀNCIA ESPRINT

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

CÓRRER 1 (5KM)

CLICK HERE

CICLISME (21KM)

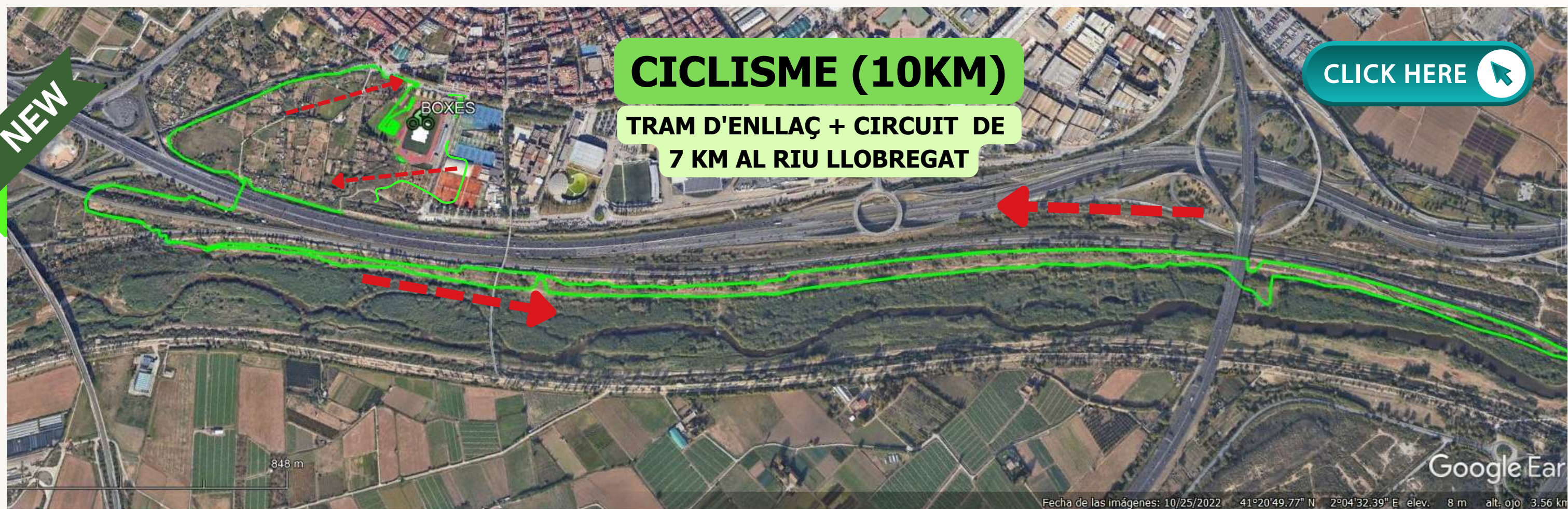
CLICK HERE

CÓRRER 2 (2,5KM)

CLICK HERE

PROVA JOVE

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



ALEVÍ

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

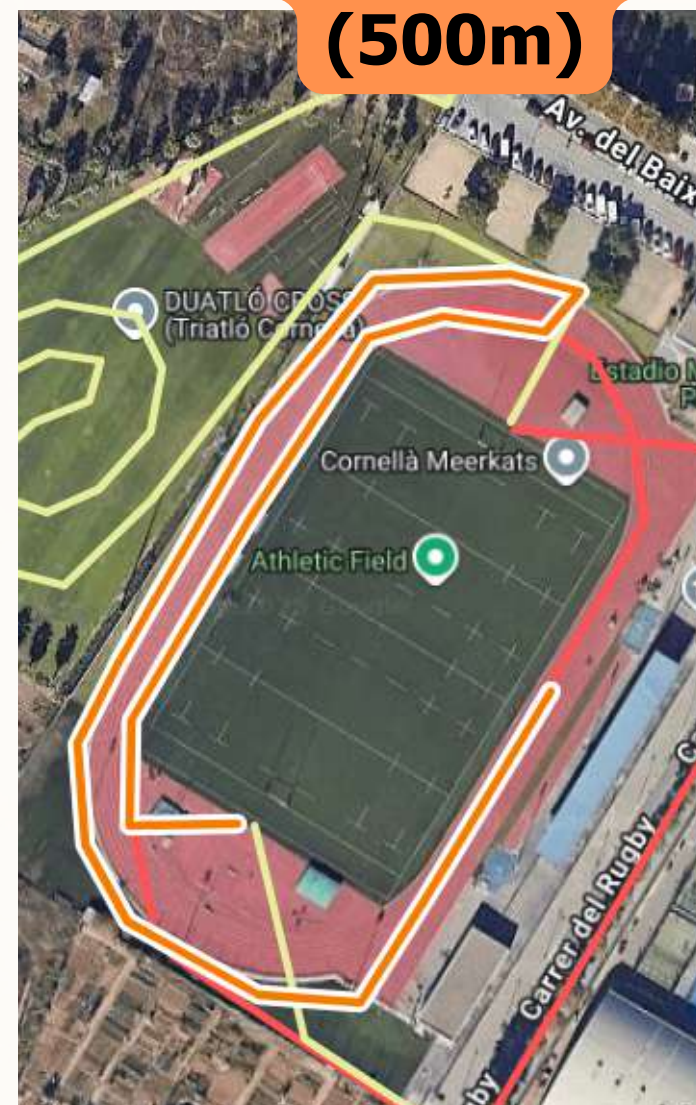
CÓRRER 1 (1km)



CICLISME (3km)

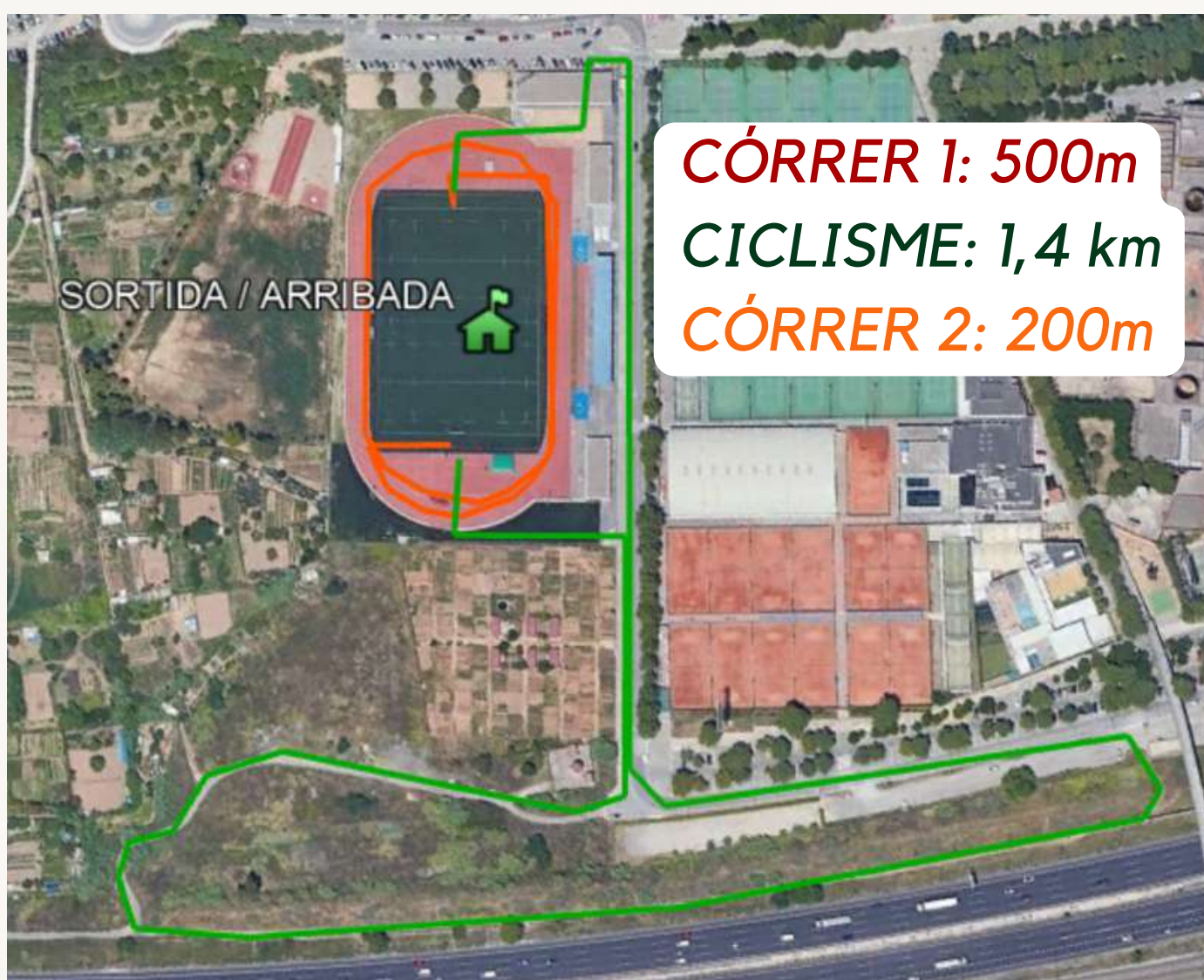


CÓRRER 2 (500m)

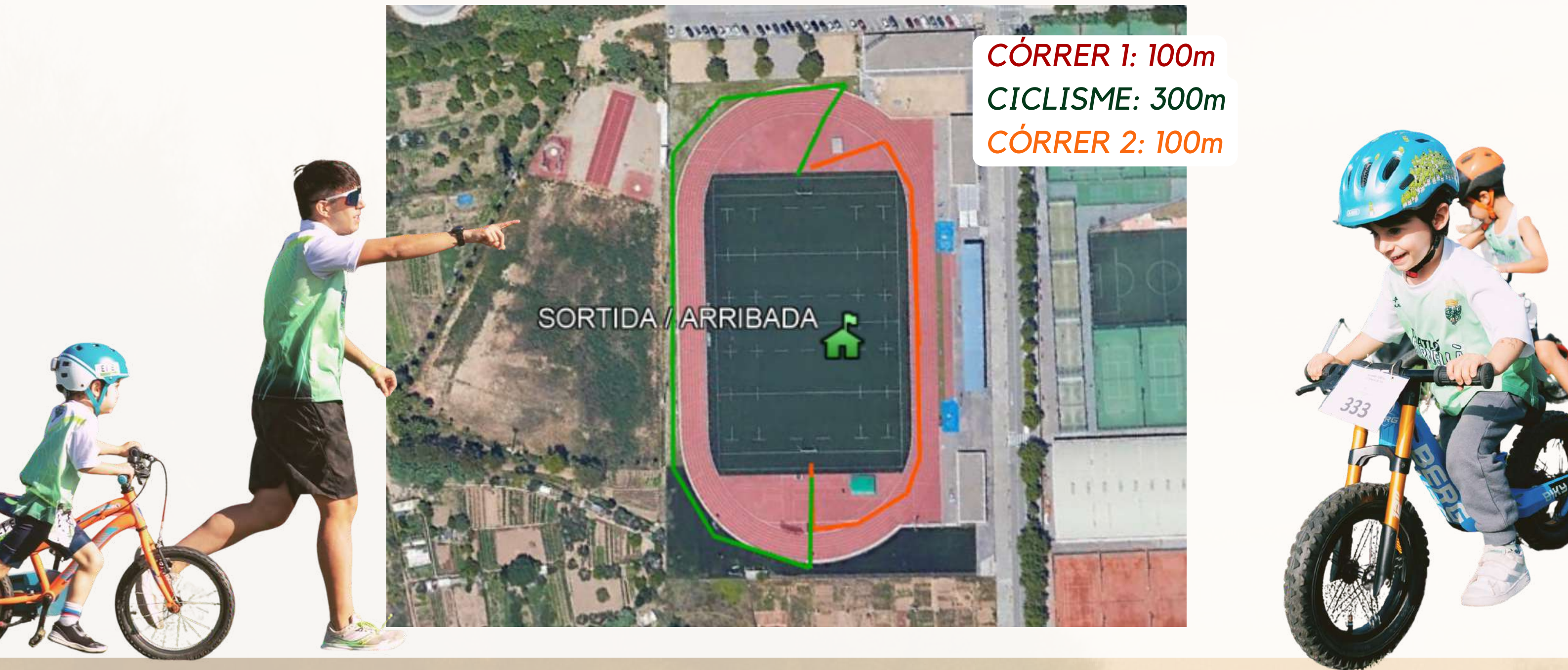


BENJAMÍ

PREBENJAMÍ



MENUTS



@duatlocross
@triatlocornella

RETRANSMISSIÓ EN DIRECTE 2024



MATERIAL NECESSARI

- **Federats:** dorsal de córrer (dorsal de bici s'entrega a tothom).
- DNI (per recollir dorsal o entrar/sortir de box).
- Mono de triatló o roba esportiva per córrer + ciclisme.
- Casc de ciclisme.
- Bicicleta de muntanya (amb mínim suspensió davantera i manillar de BTT)
- Sabates (de ciclisme o de córrer).
- Ulleres de sol.
- Portadorsal.
- Bidó d'hidratació pel ciclisme.

PREMIS I OBSEQUIS



- Medalla finisher DU CROSS CORNELLÀ per a tots/es els participants.
- Obsequi: gorro tècnic per a tots/es els participants.
- Avituallament final: Botifarra de @tallatall + Yatekomo i caldo @Gallina Blanca + patates @Fritz ravitch + suc de @Caprabo + aigua + gominols @omnivorius + gominols @Fini + altres sorpreses a la bossa del participant.
- Trofeus pels tres primers clubs (campionat de Catalunya per clubs).
- Trofeus pels tres primers i primeres de la GENERAL de la prova esprint.
- Trofeu per a les tres primeres i primers de les categories JOVE TRIATLETA COMPERT@ (INFANTIL, CADET i JUVENIL), aquesta edició també serà Campionat de Catalunya.
- Vol al túnel del vent @WINDOOR BARCELONA per sortejar entre tots/es els/les participants.
- Reconeixement a tots els voluntaris i voluntàries.

INSCRIPCIONS

ESPRINT

JOVE

ESCOLAR

PATROCINADORS PRINCIPALS

