

CIR:01/26

Barcelona, 9 de gener de 2026

CONVOCATORIA “TOMA NACIONAL DE TIEMPOS 2026 “

La “Toma de Tiempos” es l'actuació d'avaluació inicial que dona accés a la resta d'actuacions de la FCTRI i FETRI entre elles: el PNTD (Pla Nacional de Tecnificació Esportiva), Es realitza anualment a cada FFAA des de l'any 2004.

Consisteix en proves d'avaluació senzilla de natació i cursa a peu. Totes les FFAA realitzen les proves entre el 10 de gener i el 1 de març.

En base als resultats es genera una puntuació que resulta a una classificació final estatal per categories.

L'Objectiu de les TNT és el poder conèixer a joves amb les qualitats i capacitats físiques per poder, a nivell espanyol, entrar al PEAT (Programa d'entrenament avançat de triatló de la FETRI), adquirir una base de dades de tots els joves en actiu. A nivell català son un criteri de puntuació per entrar al programa ARC 24/25 i una bona oportunitat de gaudir d'una jornada esportiva per joves implicats en el nostre esport.

Tenint en compte que no es valora el segment de ciclisme el principal escenari que te la nostre direcció tècnica per conèixer el nivell dels nostres joves seran les pròpies competicions. La TNT ens dona una referència a principi de temporada per poder dur a terme algunes accions de seguiment.

Convocatòria

Cadets	2011-2012
Juvenils	2009-2010
Júnior	2008-2007

Participació 2025

Femenines:

19 Cadets
9 Juvenils
4 Juniors

Masculins:

19 Cadets
23 Juvenils
9 Juniors

Normativa 2026

Data: 31 de gener

Aquesta temporada no caldrà fer fase prèvia. Amb el nou format de TNT a dues proves creiem recomanable que els clubs les puguin practicar abans però sense determinar si l'atleta pot o no assistir a la jornada.

Apel·lem a la responsabilitat dels entrenadors. Creiem necessari que s'apliqui pedagogia en el sentit de fer entendre als esportistes que aquesta jornada és un test per veure quin estat de forma tenen els atletes a finals de gener. Un bon punt de partida de cara a la temporada que arrenquem. A la vegada també serveix a la direcció tècnica de la FCTRI per detectar atletes amb capacitats i poder-ne fer el seguiment.

Tot i que la participació és oberta a tothom amb un límit de 100 places, proposem uns temps de referència per a que els clubs puguin orientar-se a l'hora d'apuntar els atletes.

CADET	300m Natació (min/100m)	1,6km Cursa a peu (min/km)
FEMENÍ	1'33	3'55
MASCULÍ	1'24	3'30
JUVENIL		
FEMENÍ	1'28	3'45
MASCULÍ	1'20	3'20
JUNIOR		
FEMENÍ	1'24	3'35
MASCULÍ	1'16	3'10

Agrairíem que els clubs ens facilitin les següents dades dels atletes que apuntin, omplint l'excel que està penjat a la web.

- Entrenabilitat H/Setmana: quantes hores a la setmana entrena l'esportista.
- Anys de pràctica: Quants anys porta l'esportista practicant el nostre esport.
- Esport de procedència: Quins esports ha practicat abans de realitzar el nostre esport, si n'ha practicat algun.
- Referències de temps en les dues disciplines.



Federació Catalana de
Triatló



Amb el suport de



Convocatòria

15:00 Inici jornada Complex Esportiu Municipal Sagnier (Prat del Llobregat).

15:30 inici prova Natació (Piscina 25m) - 300m (1 nedador per carril).

- Prohibit banyadors sense aprovació FINA.

18:30 Inici prova Cursa a peu (pista d' atletisme) - 1,6km (4 voltes).

- Prohibit sabatilles de claus

Qualsevol dubte contactar amb tecnic@triatlo.org