



RCNA
Real Club Náutico Arrecife

XXIX TRIATLÓN-RCNA CIUDAD DE ARRECIFE 2023



**Cabildo de
Lanzarote**





XXIX TRIATLÓN-RCNA CIUDAD DE ARRECIFE 2023

13 DE AGOSTO

SERIES CANARIAS DE TRIATLÓN

INDICE:

- **HISTORIA TRIATLÓN RCNA-CIUDAD DE ARRECIFE.**
- **XXIX TRIATLÓN - RCNA - CIUDAD DE ARRECIFE 2023**
- **REGLAMENTO**
- **CUADRO DE MAREAS**
- **RECORRIDOS (PLANOS)**
- **PROGRAMA LIDERESASAMAZONAS**
- **CONTACTOS**
- **INSCRIPCIONES Y PRECIOS**

HISTORIA. XXIX TRIATLÓN RCNA-CIUDAD DE ARRECIFE 2023

El Real Club Náutico de Arrecife organizó el pasado agosto de 2022 el XXIX TRIATLÓN RCNA- CIUDAD DE ARRECIFE, club que se constituye en 1854 y que se sitúa en el actual emplazamiento desde 1959, en la Avenida Rafael González Negrín 1, en Arrecife, una de las principales arterias de la ciudad. En 1962, el viejo Casino de Arrecife se convierte en el Casino-Club Náutico de Arrecife y, en 2010, Real Club Náutico por concesión de Su Majestad el Rey de España, Don Juan Carlos I.

Como nuestros estatutos señalan en su artículo 1, define a este Real Club como “...una asociación con personalidad jurídica propia y capacidad de obrar, que tiene por objeto el fomento y desarrollo de toda clase de actividades de ocio, culturales, sociales y deportivas...”. Para ello el Real Club Náutico de Arrecife establece marcos de cooperación con distintas entidades públicas y privadas, tal es el caso del Excmo. Ayuntamiento de Arrecife, el Excmo. Cabildo Insular de Lanzarote, el Club de Mar Puerto Calero, el Club Náutico Castillo del Águila, el Hotel Lancelot, Renault y Naviera Armas.

El Triatlón del Real Club Náutico es una de las pruebas más antiguas de Canarias en esta modalidad.

En este año 2022 se celebró el Campeonato de Canarias, por categorías prueba de las series Canarias de Triatlón.

Descripción del XXIX TRIATLÓN RCNA – CIUDAD DE ARRECIFE

Sábado 12 de AGOSTO 2023

- **Recogida de dorsales.** XXIX TRIATLÓN-CIUDAD DE ARRECIFE.

Desde las 16:00 horas hasta las 20:00 horas en las instalaciones del RCNA.

- **Jornada de Lideresas.**

(Programa para fomentar el Triatlón femenino, diseñado para mujeres de 18 que quieran iniciarse en este deporte).

De 17h hasta las 19h

- **Reunión técnica.** XXIX TRIATLÓN-CIUDAD DE ARRECIFE.

20:15h en los salones del RCNA.

- **Cierre de jornada informativa del evento.**

Cierre de la jornada informativa del evento está programada para las 21:00 horas del sábado 12 de agosto de 2023

DESCRIPCIÓN DE LA PRUEBA

Se dará la salida desde las escalinatas situadas detrás del RCNA a las 11:00 horas con una marea de 1,7 m siendo el comienzo de la prueba. Los deportistas nadarán una distancia de 750 m de agua a un circuito marcado por tres boyas de color amarillo, donde al terminar de cumplir la distancia de 750m saldrán por las escalinatas del Parque Islas Canarias, se dirigirán al BOX que estará situado en la calle principal del parque Islas Canarias (frente al Gran Hotel-Arrecife)

Cogerán su bicicleta y se dirigirán hacia la Medular dando un total de 4 vueltas a un circuito cerrado al tráfico

Correrán por la avenida dando 2 vueltas a un circuito que estará marcado con señalización de conos, pero que estará abierto al público peatonal de la zona. Al terminar el circuito de carrera a pie (2 vueltas) entrarán en meta que estará situada frente al Real Club Náutico de Arrecife y se dará por finalizado el XXIX Triatlón - RCNA Series Canarias de Triatlón2023

REGLAMENTO

ORGANIZACIÓN

Con la denominación de Prueba menores Acuathlon y Triatlón Supersprint se realizará el reglamento de la Federación Española de Triatlón (FETRI) Y LA AUTORIZACIÓN DE LA Federación Canaria de Triatlón (FECANTRI)

Tendrá lugar en el capital de la isla de Lanzarote, Arrecife el 12 de agosto del 2023.

El evento tendrá prevista su apertura de boxes a las 10.00h con la salida de los más pequeños PRE- BENJAMINES realizarán un ACUATLON adaptado a sus edades.

Seguidamente a las 10:30h tendrá la salida de los Benjamines y Alevines realizarán un Acuathlon adaptado a sus edades.

Alas 11:00h tendrá la salida del SUPERSPRINT, las categorías INFANTILES, CADETES y JUVENILES realizarán un Triatlón Supersprint

INSCRIPCIONES

Podrán Participar todos los corredores con licencia en vigor de Triatlón para el año 2023 aquellos que, no teniéndola, formalicen un seguro de un día con su inscripción, ABONANDO 10€ por el seguro OFICIAL de la prueba de un día.

Todos los interesados deberán formalizar la inscripción cumplimentando el formulario de inscripción que se encuentra en la web de la federación FECANTRI y en la web del RCNA.

Precio inscripciones menores.

Pre-benjamín. ACUATLON 5€

Benjamín y alevín. ACUATLON 10€

Infantil, cadete y juvenil. Triatlón supersprint 15€

Precio inscripciones SCT.

Deportista federado 30€

Deportista no federado 40€

REGLAMENTO

RECORRIDO

La prueba se realizará sobre las distancias que facilitará la FEDERACIÓN (FECANTREL RECORRIDO estará totalmente cerrado al tráfico).

ENTREGA DE DORSALES Y CHECK

Para la retirada de dorsales se deberá de presentar un documento de identidad válido.

Se Podrá retirar el dorsal de otra persona mediante autorización o copia del DNI.

Los dorsales de la prueba serán propios del evento y numerados en base al criterio de la Organización.

La entrega de dorsales se determinará según el programa del evento, durante los días previos al mismo y dando soporte de entrega en la misma mañana del evento a los participantes que se desplacen de otras islas.

REGLAMENTO

CRONOMETRAJE

La toma de tiempos será efectuada por la empresa TRIPASIONEVENTOS/CRONO y será homologada por los jueces y oficiales de la FECANTRI /FEDERACIÓN CANARIA DE TRIATLÓN.

Las pruebas estarán controladas por el sistema de cronometraje oficial MY LAPS. Si un participante disputa deliberadamente la carrera sin chip correspondiente o atenta contra el mismo. No tendrá derecho a aparecer en la clasificación.

NORMATIVA

Es obligatorio la utilización del dorsal y elementos de marcaje y control entregados por la organización. Estos no podrán ser manipulados y se deberán llevar de forma clara y visible.

MAREAS TRIATLÓN RCNA – CIUDAD DE ARRECIFE 2023

Marea baja. 0.3m @ 06.40h / 01m @ 19:20h

Mareas altas. 1.5 @ 00:39h / 1.7 m @ 13:00h



RECORRIDOS

RECORRIDO NATACIÓN 750m



Circuito Natación del XXIX Triatlón-RCNA – CIUDAD DE ARRECIFE Series Canarias de Triatlón

El deportista realizará 1 vuelta completa al circuito de natación, 750m.

RECORRIDO – CICLISMO 20Km



Circuito Ciclismo del XXIX Triatlón RCNA – CIUDAD DE ARRECIFE Series Canarias de Triatlón

El deportista realizará 4 vueltas al circuito de ciclismo completando un total de 20km.

RECORRIDO - CARRERA A PIE



El deportista realizará un recorrido de 2 vueltas a un circuito cerrado de 2.500m, completando un total de 5km.

JORNADA LIDERESAS

Jornada de Lideresas

Programa para fomentar el triatlón femenino, diseñado para mujeres Mayores de 18 años que quieran iniciarse en este deporte.

- **Horario de la jornada.**

17:00-17:30

- Presentación del Programa Lideresas Amazonas.
- Presentación de la Triatleta Guía Ruth Brito Cúvelo.

- **Explicación de la Jornada.**

17:30- 17:45

- Que es un acuatlón
- Explicación de en qué consiste un acuatlón
- Explicación de los ejercicios a realizar en la jornada (progresión para realizar un acuatlón)

- **Calentamiento en seco y en el agua.**

17:45-18:45

- **Ejercicios de acuatlón.**

18:45- 19:00

Vuelta a la calma

Foto final y despedida

- **Pueden traer a sus hijos/as disponemos de servicio de ludoteca.**

- **Material necesario:**

- Trimono o ropa de licra ajustada con las que se pueda nadar y correr
- con elásticos
- Cinturón o porta dorsal
- Gorro y gafas de natación

CONTACTOS

REAL CLUB NÁUTICO ARRECIFE

Avda. Rafael González Negrín,1

Teléfono: 928 81 49 61 / 606591021

gerente@rcna.es

deportes@rcna.es

D. Julio Romero Ortega

Presidente del Real Club Náutico de Arrecife

Angelines Silva Luzardo

Gerente del Real Club Náutico de Arrecife

José Israel Caraballo Nieves

Director de carrera Triatlón RCNA – Ciudad de Arrecife 2023

Manuel Torres Simón

Director Deportivo Sección Náutica RCNA.

Diana de la Rosa

Coordinadora programa Lideresasamazonas

INSCRIPCIONES Y PRECIOS

● INSCRIPCIONES

www.rcna.es

www.fecantri.org

www.tripasioneventos.com

www.lideresasamazonas.org

● PRECIOS

Triatlón

- **Triatlón Federado 30€**
- **Triatlón no Federado 40€**
- **Triatlón/menores (infantil, cadete y Juvenil) 15€**

- Acuatlon Menores:

- **Pre-benjamín 5€**
- **Benjamín y Alevín 10€**