

BH

zarauzkotriatloia 2012



*
euskadiko txapelketa

*
XXVI.edizioa / edición

EGUNA - DÍA
ekainak 9, larunbata
9 de Junio, sábado

ORDUA - HORA
14:00 (neskak / femenino)
14:15 (gizonezkoak / masculino)

distantzia ertaina / media distancia



2'9 Km



81 Km



28 Km

www.zarauzkotriatloia.com

GIDA GUIA GUIDE



Norbera bere ametsen jabe

EUSKARA

BH ZARAUZKO TRIATLOIA 2012k 26 urte betetzearekin batera, jatorrietara itzuli da, Aiako aldapa berreskuratuz. Urteroko giroa eta berotasuna bermatuta daude, baina partaide izango zaretenontzako froga erakargarria suertatzeaz gain, baliabide eta zerbitzu egokienak izan ditzazuen saiatuko gara. Animo eta ongietorriak!

CASTELLANO

El BH ZARAUZKO TRIATLOIA 2012 cumple 26 años, y ello supondrá una vuelta a los orígenes con la recuperación del muro de Aia. El ambiente está garantizado, pero además de lograr una prueba atractiva para los que vayáis a participar, también trataremos de que gocéis de las mejores prestaciones y servicios. ¡Ánimo y bienvenidos!

ENGLISH

This is the 26th edition of the Zarautz Triathlon: BH Zarauzko Triatloia 2012, and the highlight at this edition is that the circuit will recover its deepest hill known as “muro de Aia”. The ambience is guaranteed, and we will try our best to offer you an attractive race as well as the best quality on the services given to you. Welcome to the Zarautz Tri experience and enjoy your stay!

BH ZARAUZKO TRIATLOIA 2012:

- **Distantzia:** S1: 2,9 km / S2: 81 km / S3: 20 km (Distantzia ertaina)
- **Eguna:** ekainaren 9a
- **Irteera:** 14:00 (emakumeak, fem), 14:15 (gizonak, masc)
- **Corte S1 etena (igeriketa):** ordu 1
- **Corte S1 + S2 etena (txirrindularitza):** 4 ordu 15 min.



AURKIBIDEA

Sarrera.....	2
Triatletaren egitaraua.....	4
Araudia.....	7
Sariak.....	8
Ibilbidea.....	10
S1 Igeriketa	11
S2 Bizikleta Itzulia.....	14
S3 Korrika Lasterketa.....	18
Hornidura.....	20

ÍNDICE

Introducción.....	2
Programa del triatleta.....	22
Reglamento.....	25
Premios y regalos.....	26
Recorrido.....	28
S1 Natación.....	29
S2 Vuelta Ciclista.....	32
S3 Corriendo.....	36
Avituallamientos.....	38

INDEX

Index.....	2
Programme.....	40
Regulations.....	43
Prizes.....	44
The Course.....	46
S1 Swimming.....	47
S2 Cycling.....	50
S3 Running.....	54
Aid Stations.....	56



Triatletaren egitaraua

OSTIRALA, ekainaren 8a

- 18:00etatik 21:00etara, **dortsal-banaketa** EXPO gunean, Zarauzko Itsasoko pasealekuan, boxetatik gertu.
- 18:30tan **Bike fit erakusketa** EXPO gunean Hektor Llanosen eskutik. BH etxeak zozketaturiko bizikletaren irabazlearekin.

LARUNBATA, ekainaren 9a: (LASTERKETAREN EGUNA)

- 9:00etatik 11:30era **dortsal-banaketa** EXPO-gunean.
- 11:00etatik 11:30era **Briefina** EXPO-gunean.
- 10:30etik 13:30era triatloilariak **BOX gunera** joan behar dira, besoak markatzeko eta materiala aztertzeko. **Aurten BOX-gunera itsasoko pasealekuan egongo da.** Boxetara sartzean eskatuko da NAN edo pasaporte, eta indarrean egon behar duen Federazio-lizentzia. Boxetatik pasa ondoren, triatloilariak poltsa utzi behar dute **KONTSIGNAN**. Gogoratu, lasterketarako beharrezko arropa ez den beste ezer ezin dela utzi boxetan. Kontsigna boxen parean egongo da.
- 12:30etik 13:30era **lehiakideak Getariara garraiatzea**, irteerara. **Lehen autobusa 12:30ean aterako da, eta emakumeek bakarrik joan ahal izango dute.** Autobus hori hartzeko aukera bakarrik izango dute.
- Bi irteera: **14:00etan Emakumeena eta 14:15tan Gizonena.**
- Helmuga** Lege Zaharren Enparantza egongo da (Udaletxeko plaza).
- Podium** Lege Zaharren Enparantza (Udaletxeko plaza), 20:00etan.
- Triatloilariak dutxatu ahal izango dira Oteitza-Antoniano eskolako instalazioetan, iazko moduan.
- 21:00etik 22:30era irekiko da merkatu-plazarako sarrera **AFARIRAKO**. Triatloiko partaideak gonbidatuta daude, eta bakoitzak lagun bakar bat eraman ahal izango du (10€ ordaindu beharko ditu azken horrek). Afarian izango dira: musika, sari-banaketa, **opari-zozketa** eta giro izugarria. Afaltzeko tokiak mugatuak dira eta beharrezkoa da aurretik erreserba egitea.

IGANDEA, ekainaren 10a: Igandeko planak (lasterketaren biharamuna)

- 10:00tik 12:00ra: **“TRIATLOI TXIKI” TRIATLOI SOLIDARIOA txikientzat.** 1997 eta 2003 urteen artean (biak barne) jaiotakoek parte hartu ahal izango dute. Partaide bakoitzak diru-ematea egin ahal izango du, eta jasotako dirua emango zaio ASPANOGLri (Gipuzkoako Haur Minbizidunen Guraso Elkarte). Beharrezkoa da ekainaren 9a baino lehen izena ematea, ondorengo helbidean info@zarauzkotriatloia.com

- **CRISTOBAL BALENCIAGA MUSEOA** ikusteko doako bisita: Igandean triatloilari partaideek Cristobal Balenciagaren omenez egindako museoan doan sartzeko sarrera izango duzue. Triatloilariaren poltsan aurkituko duzue nahi duzen orduan museoan doan sartzeko bonoa.
- **EKAINBERRI**, Ekaingo kobaren erreplika, ikusteko doako bisita: Oraingoan modatik historiaurrera egingo dugu jauzi. Triatloilari partaideek badakizue museora sartzeko doako sarrera izango duzuela, triatloilariaren poltsan izango duzen bonoarekin. Kasu honetan, erreserba aurretik egitea beharrezkoa da.

*Gainera, **MOOR SURF-ESKOLAK PREZIO BEREZIAK** eskainiko ditu ekainaren 4tik 11ra.



Araudia

- 1.** Lasterketak Euskadiko Triatloi Federazioaren araudia du oinarritzat (www.triatloi.org).
- 2.** Euskadiko Txapelketa. Distantzia erdikoa.
- 3.** Trafikoa ahalik eta gehien murriztuko da. Antolakuntzak, momentu oro frogaren segurtasunaz arduratuko bada ere, lasterketan zehar gerta litezkeen ezbeharren ardura ez du bere gain hartuko.
- 4.** “Materialaren kontrola” egiteko trantsizio-gunea 10:30etik 13:30 arte irekiko da, eta ez da gehiago luzatuko. Bertan sartu ahal izateko, 2012ko Lizentzia (argazkiduna), NANA, EHNA edo pasaporteak aurkeztea ezinbestekoa izango da.
- 5.** Lehen segmentua amaitzeko gehieneko denbora, ordu 1 izango da, eta aurreneko bi segmentuen batura, 4 ordu eta 15 minutukoa. Mugatutako denbora hori gainditzen duen partaide orok, bere dortsala entregatu beharko du.
- 6.** Federazio-lizentzia eguneratuta duen atleta guztiek parte hartu ahal izango dute: 23 urtez azpikoek, 1989/1990ean jaiotakoek., 1960tik 1969ra jaiotakoak, B.1. 1950etik 1959ra jaiotakoak, B.2. 50aren aurretik jaiotakoak, B.3.
- 7.** Draftina (gurpilean joatea) debekatuta dago. Anoa-postuak karteekin iragarrita egongo dira, “HORNIDURA-HASIERA” eta “HORNIDURA-AMAIERA” izenekin. Bidoiak esparru horien barruan hartu eta bota ahal izango dituzue, baina hortik kanpo bidoiak botatzen dituztenak zigorra jasoko dute. Penalty-boxa Meagako gainean egongo da.
- 8.** Eguraldi baldintzek edo bestelako ezustekoek behartuta, antolakuntza-batzordeak ibilbidea aldatzeko eta froga osoa edo zati bat neutralizatzeko eskumena izango du. Itsasoaren egoera dela eta igeriketari dagokion segmentua bertan behera geratuz gero, froga duatloi bihurtuko litzateke. Trafiko-arazoak direla eta txirrindularitzari dagokion segmentua bertan behera geratuz gero, froga acuatloi bihurtuko litzateke.
- 9.** Antolakuntza-batzordeak onarpen-eskubidea bere gain hartzen du.
- 10.** Antolakuntzak, frogan zehar, aurretik edo ondoren partaideek edo ikusleek paira ditzaketen kalte material edo moralen gaineko erantzukizunik ez du izango.
- 11.** Frogaren inguruko informazio-bilera 11:00etan egingo da EXPO eremuan (Itsasoko pasealekuan).
- 12.** Bi irteera emango dira: 14:00etan Emakumezkoak eta 14:15etan.

SARIAK ETA OPARIAK

BH ZARAUZKO TRIATLOIA 2012ren antolakuntzak **14.950 euro** banatuko dizkie lehen sailkatuei diruzko saritan (ikus beheko taula).

Lehen 10 sailkatuen, emakumeen eta gizonen mailan, datorren ediziorako tokia ziurtatuta izango dute.

Postua	Gizonak (€)	Emakumeak (€)
1	3000	3000
2	2000	2000
3	1000	1000
4	500	500
5	350	350
6	250	250
7	150	150
8	100	100
9	75	75
10	50	50

Aurtengo edizioan jokatu da baita ere EUSKADIKO TXAPELKETA, eta lehen hiru triatloilariek, emakumeen eta gizonen mailan, Euskadiko Triatloi Federazioaren saria jasoko dute.

Froga hau, gainera, GIPUZKOAKO TXAPELKETA ere izango denez, lehenengo 3 emakume eta gizonezko gipuzkoarrek garaikurra jasoko dute.

Era berean, helmuga gurutzatzen duten lehen zarauztar emakumeak eta gizonak saria jasoko dute.

Bestetik, eskerrak eman nahi dizkie 650 parte-hartzaileei, berriz ere Zarauzko probaren aldeko hautua egiteagatik. Horretarako, hainbat opari emango dizkizue, gustatzea espero dugunak:

Lasterkariaren poltsa: zenbakiarekin batera, triatletari emango diogun poltsan dago: Conservas Nardin poltsa, Taymoryk eskainitako mangitoak, Spiukek eskainitako galtzerdi eta bisera, Ice Powerrek eskainitako gel hotza...

TAYMORY finisherra: triatletak helmugara iritsitakoan jasoko duen kamiseta.

KUTXA toalla: triatletak helmugara iritsitakoan jasoko duen toalla.

Opari-zozketa afarian: Aurtengo babesleek, eskuzabal, opari asko eman dizkigute, afarian (eta aurretik) zozketatzeko. Triatleta bakoitzaren zenbakia haren dortsalarena izango da:

- Neurrira egokituriko bizikleta (BH) y Bike fit-a Hektor Llanosen eskutik.
- Taymory sari berezia.
- Spiuk sari berezia.
- Zerod-Compressportek eskainitako 6 produktu sorta.



Ibilbidea



S1 - Igeriketa

2,9 KM IGERIAN:

Igerian egin beharreko ibilbidea 2,9 km ingurukoa izango da. 4 buia jarriko ditugu, eta igerian egin beharreko ibilbidea, lehen bi buiak eskuin aldean utzita egin behar da, eta azken bi buien artetik pasata (ikus mapan markatutako bidea).

Getaria eta Zarautz arteko igeri-zeharkaldia ITSASO ZABALEAN izango da **eta erabat garrantzitsua da horrek dakartzan zailtasunetarako prestatzea (korronteak, olatuak...).**

EUSKARA



S1 - PLANOA

EUSKARA





S2 - Bizikleta Itzulia

81 KM BIZIKLETAN:

BH ZARAUZKO TRIATLOIA 2012k Aiako aldapa mitikoa berreskuratuko du, triatleta zein ikusleen harribitxia. Harekin, epika eta ikusgarritasuna ez dira faltako.

Meagako portuak emango dio hasiera aurtengo ibilbideari, iazko norantzaren aurkakoa izango baita aurtan.

(A) 28 KILOMETROKO 2 ITZULI

(ZARAUTZ – MEAGAS – ZUMAIA – GETARIA – ZARAUTZ)

Lehen 2 itzuli horietan Meagako portua igo beharko dute Zarautzik. Malda handirik gabeko aldapa da (% 3,5eko batez bestekoa), baina kontuan hartzeko luzera dauka, 3,9 km.

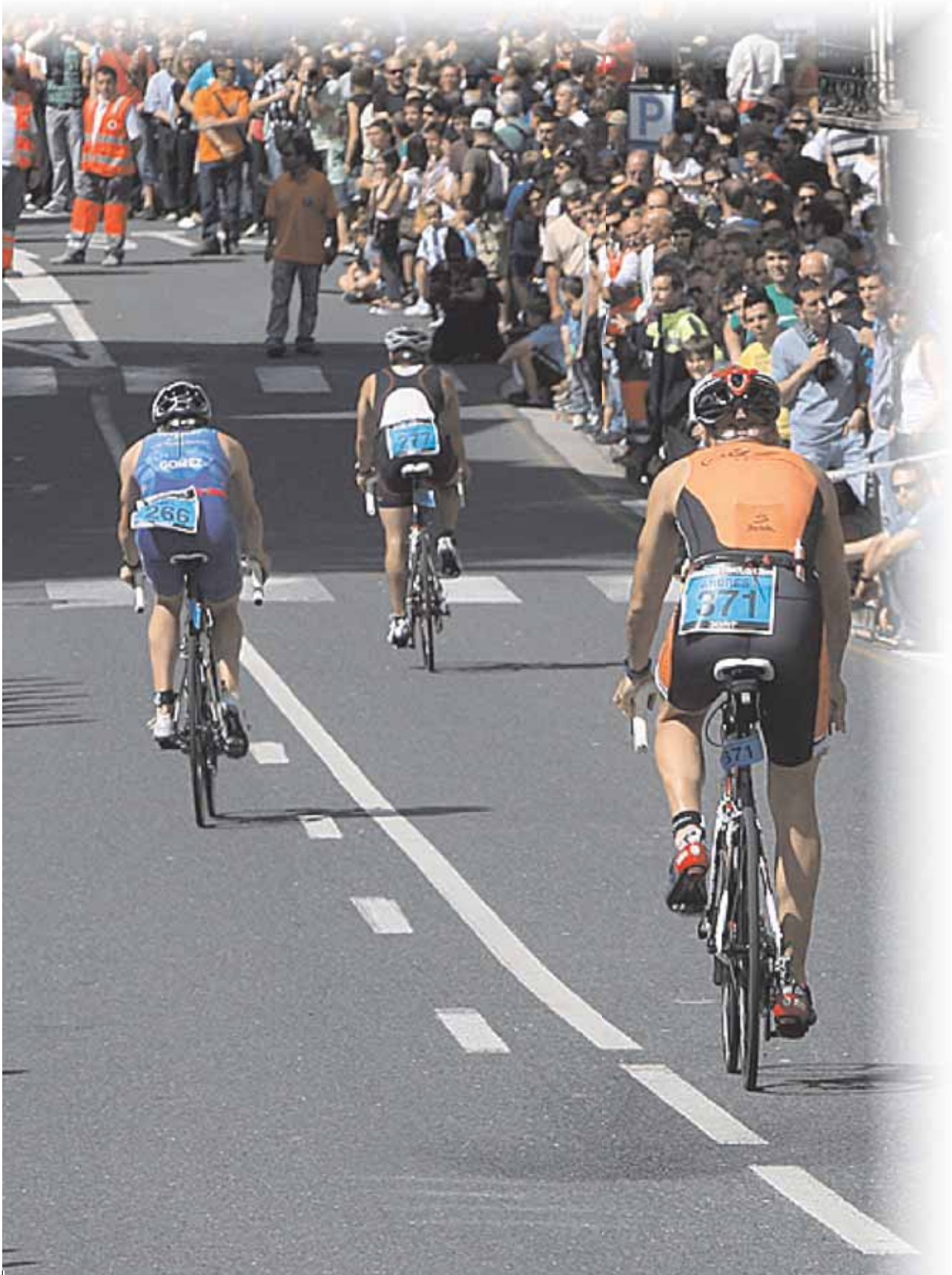
(B) 25 KILOMETROKO ITZULI BAT

(ZARAUTZ – ORIO – AIA – SANTIAGO ERREKA – ORIO – ZARAUTZ)

Aiako igoeraren ezaugarriak aipagarriena bere gehieneko malda da: %16,7a.

Bizikleta-zirkuituari buruzko ohar garrantzitsuak:

- **Zirkuitua hein batean trafikoari irekita egongo da.** Zirkuituak trafikoari itxitako zatiak izango ditu lasterketaren norabidean (errei bakar bat) eta baita trafikoari irekitako zatiak ere. Nolanahi ere, arreta handiz jokatu!!!
- “Drafting” egitea (gurpilean joatea) debekatuta dago.
- Anoa-postuak karteekin iragarrita egongo dira, “HORNIDURA-HASIERA” eta “HORNIDURA-AMAIERA” izenekin. Bidoiak esparru horien barruan hartu eta bota ahal izango dituzue, baina hortik kanpo bidoiak botatzen dituztenek zigorra jasoko dute.
- Penalty-boxa Meagako gainean egongo da.







EUSKARA

S3 - Korrika Lasterketa

20 KM KORRIKA:

Oinezko lasterketaren ibilbidea Zarauzko hirigunean egingo dute triatloilariak. Guztira, 3 itzuli dira: Boxeak – Iger kalea (lurpeko pasabidea) – Kale Nagusia – Udal plaza – Lapurdi kalea – (lurpeko pasabidea) – Itsasoko pasealekua – Boxeak.

S3 - PLANOA



Hirugarren itzulia osatuta, 1.250 metro daude Udal plazan dagoen helmugaraino, aurreko edizioen moduan.

EUSKARA



Hornidura

• ANOA LIKIDOA (PLANOAN PIN URDINAK MARKATZEN DU):

- Ura (S2 + S3)
- Powerade (S2 + S3)
- Isotonikoa (hornitzailea Gold Nutrition) (S2)
- Coca-Cola (S2 + S3)

• ANOA SOLIDOA (PLANOAN PIN HORIAK MARKATZEN DU):

- Gelak (hornitzailea GU Energy) (S2 + S3)
- Gominolak (hornitzailea GU Energy) (S2)
- Barritak (proveedor Gold Nutrition) (S2)
- Platanoak (S2 + S3)
- Laranjak (S3)



¿Sueñas?

BH

BHTRIATHLON.COM

BH te ayuda a alcanzar tus sueños.

Su avanzada tecnología

outdoor/indoor ha sido desarrollada

especialmente para la competición.

OUTDOOR

ENEKO LLANOS Campeón Ironman Arizona 7h.59'38"

INDOOR



FERNANDO ALARZA Campeón del mundo junior

R O A D

M T B

T R I A T H L O N

Programa del triatleta

VIERNES, 8 de junio

- De 18:00 a 21:00 horas, **entrega de dorsales** en la zona EXPO situada en el Paseo Marítimo de Zarautz, cerca de los boxes.
- 18:30 horas, **exhibición de Bike fit en la zona EXPO** a cargo de Hektor Llanos. Con el ganador de la bicicleta sorteada por la casa BH.

SABADO, 9 de junio: (DÍA DE LA PRUEBA)

- De 9:00 a 11:30 horas **entrega de dorsales** en la zona EXPO.
- De 11:00 a 11:30 **Briefing** en la zona EXPO.
- De 10:30 a 13:30 los triatletas deberán presentarse en la **zona de BOXES** para marcaje de brazos y revisión de material. Los boxes se colocarán en el paseo marítimo este año. A la entrada de boxes se exigirá el D.N.I.o pasaporte y la Licencia Federativa en vigor. Una vez el/la triatleta haya pasado por boxes deberá depositar su bolsa en la **CONSIGNA**. Recordamos que no se puede dejar nada en boxes, exceptuando la indumentaria necesaria para la carrera. La consigna estará situada enfrente de boxes.
- De 12:30 a 13:30 **transporte de participantes a Getaria**, lugar de salida de la prueba.
- El primer autobús el de las 12:30 será exclusivamente para las chicas.** Éstas sólo tendrán este autobús para ir a Getaria.
- Se darán dos **salidas: 14:00 Femenina y 14:15 Masculina.**
- Meta** en la plaza Lege Zaharren Enparantza (plaza del Ayuntamiento).
- Podium** en la plaza Lege Zaharren Enparantza (plaza del Ayuntamiento), a las **20:00 horas.**
- L@s triatletas podrán **ducharse** en las instalaciones del centro escolar Oteitza-Antonianos, como el año pasado.
- De 21:00 a 22:30 se abrirá el acceso a la plaza del mercado para **la CENA** , a la que están invitados todos los triatletas participantes. Cada participante podrá llevar un sólo acompañante, que deberá abonar 10 €. Habrá música, entrega de premios, **sorteo de regalos** y un gran ambiente. Hay un cupo limitado de plazas y **es necesario haber realizado la reserva con antelación.**

DOMINGO, 10 de junio: Planes para el domingo (día post-carrera)

- De 10:00 a 12:00 horas: **“TRIATLOI TXIKI” TRIATLÓN SOLIDARIO para los más jóvenes.** Podrán disputarla l@s nacid@s entre 1997 y 2003, ambos inclusive. Cada participante podrá realizar una donación. El dinero recaudado se destinará a **ASPANOGI** (Asociación de Padres de Niños Oncológicos de Gipuzkoa). Es necesario inscribirse antes del 9 de junio, en la siguiente dirección info@zarauzkotriatloia.com

- Visita gratuita al **CRISTOBAL BALENCIAGA MUSEOA**: El domingo los triatletas participantes tendréis la entrada gratuita a este museo creado en homenaje al modisto Cristobal Balenciaga. La bolsa del triatleta incluirá el bono que te permitirá el acceso gratuito al museo a la hora que desees.
- **Visita gratuita a EKAINBERRI**, la réplica de la cueva de Ekain: En este caso pasamos de la moda a la prehistoria. Los triatletas participantes también tendréis el acceso gratuito a este museo con el bono que encontraréis en la bolsa del triatleta. En este caso, es necesario reservar la visita con antelación.

*Además, **MOOR SURF-ESKOLA** ofrecerá precios especiales del 4 al 11 de junio.



Reglamento

- 1.** La prueba se rige por el reglamento de la Federación Vasca de Triatlón (www.triatloi.org).
- 2.** Campeonato de Euskadi. Distancia Media.
- 3.** El tráfico se reducirá en lo posible. La organización velará en todo momento por la seguridad de la carrera pero no se hace responsable de los percances que puedan surgir durante la carrera.
- 4.** El área de transición se abrirá para el “control de material” de 10:30 a 13:30 sin ampliación del plazo. Para acceder a él es obligatorio presentar la Licencia 2012 (con foto), D.N.I., EHNA o pasaporte.
- 5.** Se establece un tiempo límite para el primer segmento de 1h y la suma de las 2 primeros segmentos de 4h 15. Todo participante que entre fuera de ese tiempo está obligado a entregar el dorsal.
- 6.** Podrán participar todos los atletas que tengan su licencia federativa actualizada. Sub 23, nacidos el 89/90. V.1. nacidos del 61 al 70. V.2. nacidos del 51 al 60. V.3. nacidos antes del 50.
- 7.** No está permitido el “drafting” (ir a rueda). En los avituallamientos se señalará con carteles de “INICIO AVITUALLAMIENTO” y “FIN AVITUALLAMIENTO”. Los bidones sólo se podrán reponer en esos tramos. Se penalizará a quienes lancen los bidones fuera de ese espacio. El penalty box estará situado en el alto de Meagas.
- 8.** El Comité Organizador se reserva el derecho de modificar el itinerario y de neutralizar toda o parte de la prueba, si las condiciones meteorológicas u otras circunstancias imprevistas así lo hicieran necesario. En caso de imposibilidad de realizar el sector de natación por las condiciones de la mar se convertirá la prueba en una duatlón, en caso de la imposibilidad de realizar el sector de ciclismo por problemas de tráfico se convertirá la prueba en un acuatlón.
- 9.** El Comité Organizador se reserva el derecho de admisión.
- 10.** La Organización declina toda responsabilidad sobre posibles daños morales o materiales que pudieran ocurrir a participantes o espectadores, antes, durante o después de la prueba.
- 11.** La reunión informativa de la prueba será a las 11:00 en la zona EXPO (Paseo marítimo).
- 12.** Se darán dos salidas : 14:00 Femenina y 14:15 Masculina.

Premios y regalos

La organización del BH ZARAUZKO TRIATLOIA 2012 repartirá **14.950Euros en premios** en metálico entre los primeros clasificados (ver tabla inferior).

Los 10 primeros triatletas masculinos como femeninos se asegurarán su inscripción gratuita en la próxima edición.

Puesto	Hombres (€)	Mujeres (€)
1	3000	3000
2	2000	2000
3	1000	1000
4	500	500
5	350	350
6	250	250
7	150	150
8	100	100
9	75	75
10	50	50

En la actual edición también se celebra el CAMPEONATO DE EUSKADI, y las primeras 3 triatletas vascas y los 3 primeros recibirán un premio de manos de la Federación de Euskadi de Triatlón.

La prueba del presente año también es CAMPEONATO DE GUIPÚZCOA, por lo que las 3 primeras triatletas guipuzcoanas y los 3 primeros recibirán un premio.

Asimismo, el primer chico y la primera chica zarauztarra que crucen la meta serán premiados.

La organización desea agradecer a cada uno de los 650 participantes por apostar una vez más por esta triatlón haciéndoles entrega de una serie de regalos que esperemos sea del agrado de tod@s:

Bolsa del corredor: La bolsa que se le entrega al triatleta junto con el dorsal contiene: bolsa de Conservas Nardin, manguitos de Taymory, gorra y calcetines de Spiuk, gel frío de Ice Power....

Finisher TAYMORY: Camiseta técnica que el triatleta recibirá cuando llegue a meta.

Toalla KUTXA: Toalla que el triatleta recibirá cuando llegue a meta.

Sorteo de regalos y premios especiales: Los patrocinadores de este año han ido donando generosamente sus productos para que se sorteen en la cena (y con anterioridad), el número de cada triatleta será el de su dorsal:

- Bicicleta a medida (BH) y Bike fit a cargo de Hektor Llanos.
- Premio especial Taymory.
- Premio especial Spiuk.
- 6 lotes de productos Zerod-Compressport.



Recorrido



S1 - Natación

2,9 KM A NADO:

El recorrido a nado es de 2,9 km aproximadamente. Se colocarán 4 boyas y se deberá nadar dejando las dos primeras boyas a la derecha y pasando por entre las dos últimas (observar el trazado en el mapa).

Esta travesía a nado desde Getaria a Zarautz se realiza en MAR ABIERTO y es de extrema importancia prepararse para las dificultades que esto supone (corrientes, oleaje...).

CASTELLANO



S1 - PLANO

CASTELLANO





S2 - Vuelta Ciclista

81 KM EN BICICLETA:

El BH ZARAUZKO TRIATLOIA 2012 recuperará el muro de Aia. Éste es buque insignia del Triatlón de Zarautz, y su atractivo para triatletas y aficionados es incuestionable. Con su inclusión regresa la épica y la espectacularidad en mayúsculas.

Este año, el circuito ciclista arranca con la subida al alto de Meagas, el sentido de la carrera cambia con respecto al año pasado.

(A) 2 VUELTAS DE 28 KM

(ZARAUTZ – MEAGAS – ZUMAIA – GETARIA – ZARAUTZ)

En estas 2 primeras vueltas deberán subir el puerto de Meagas desde Zarautz. Es un puerto que no tiene una pendiente muy pronunciada (media 3,5%) aunque sí una longitud considerable 3,9 km.

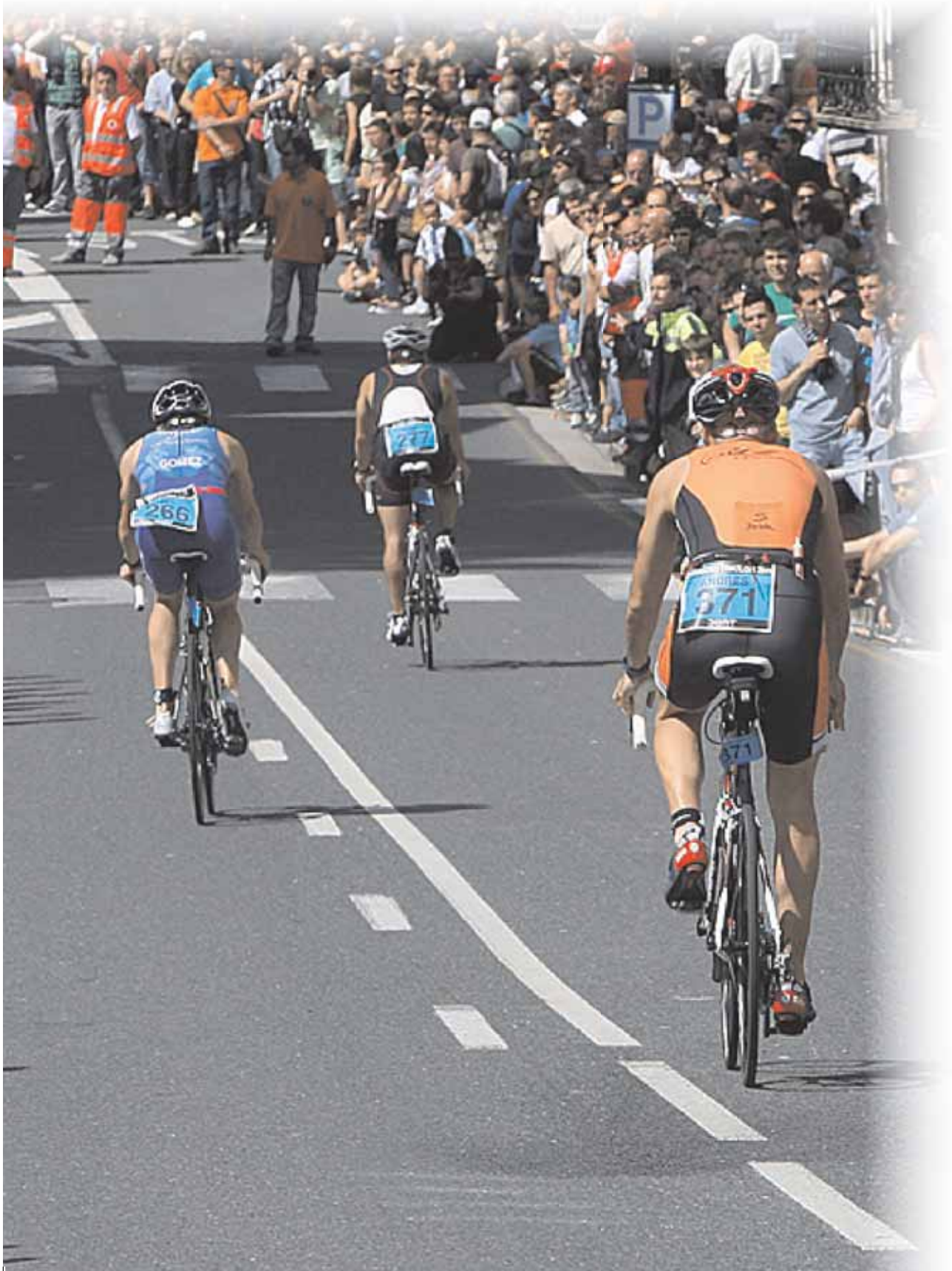
(B) 1 VUELTA DE 25 KM CON LA SUBIDA A AIA

(ZARAUTZ – ORIO – AIA – SANTIAGO ERREKA – ORIO – ZARAUTZ)

Lo más destacable de la subida a Aia es su pendiente máxima: 16,7%.

Notas importantes sobre el circuito ciclista:

- **El circuito estará parcialmente abierto al tráfico:** El circuito contará con tramos con el tráfico cerrado en sentido carrera (un sólo carril) y con tramos con tráfico abierto. En cualquier caso, ¡¡¡por favor, extremen las medidas de seguridad!!!
- No está permitido el “drafting” (ir a rueda).
- En los avituallamientos se señalará con carteles de “INICIO AVITUALLAMIENTO” y “FIN AVITUALLAMIENTO”. Los bidones sólo se podrán reponer en esos tramos. Se penalizará a quienes lancen los bidones fuera de ese espacio.
- El penalti box estará situado en el alto de Meagas.



CASTELLANO

CASTELLANO





CASTELLANO

S3 - Corriendo

20 KM A PIE:

El recorrido a pie transcurre por el casco urbano de Zarautz. Son 3 vueltas en total:
Boxes – Calle de Iger (paso subterráneo) – Calle Mayor – Plaza del ayuntamiento
– Calle Lapurdi – (Paso subterráneo) – Paseo marítimo – Boxes. Tras la tercera

S3 - PLANO



vuelta se recorren 1.250 metros hasta la meta situada en la plaza del ayuntamiento como en las ediciones anteriores.



Avituallamientos

• AVITUALLAMIENTO LÍQUIDO (MARCADO CON EL PIN AZUL EN EL PLANO):

- Agua (S2 + S3)
- Powerade (S2 + S3)
- Isotónico (proveedor Gold Nutrition) (S2)
- Coca-Cola (S2 + S3)

• AVITUALLAMIENTO SÓLIDO (MARCADO CON EL PIN AMARILLO EN EL PLANO):

- Geles (proveedor GU Energy) (S2 + S3)
- Gominolas (proveedor GU Energy) (S2)
- Barritas (proveedor Gold Nutrition) (S2)
- Plátanos (S2 + S3)
- Naranjas (S3)



tecnología outdoor/indoor

BH

BHTRIATHLON.COM



ENEKO LLANOS Campeón Ironman Arizona 7h.59'38" MARIO MOLA Campeón del Mundo Junior



NICOLA SPIRIG 2º Dextro Energy Triathlon ITU World Champion Series



R O A D

M T B

T R I A T H L O N

Triathlete Programme

FRIDAY, June 8

- From 18:00 to 21:00 hours, **delivery of numbers** at EXPO area located in the Promenade of Zarautz, near the pits.
- 18:30, **exhibition Bike fit**, with Hektor Llanos.

SATURDAY, June 9 (DAY OF THE RACE)

- From 9:00 to 11:30 **dorsal delivery** in the EXPO.
- From 11:00 to 11:30 **Briefing** in the EXPO.
- From 11:30 to 13:30 triathletes must be in the **pit area** for marking arms and reviewing material. The boxes are placed on the waterfront this year. At the entrance to pit DNlo passport will be required and the License Federal effect. Once he / triathlete has passed the pits must place your bag on the **SETPOINT**. Remember that you can not leave anything in boxes, except the clothing needed for the race. The slogan will be located opposite the pits.
From 12:30 to 13:30 **Getaria transport of participants**, place of departure of the test. **The first bus on the 12:30 will be exclusively for girls.** They only have this bus to Getaria.
- They give two **outputs: 14:00 Women and 14:15 Men.**
- **Target** in Plaza Zaharren Enparantza Lege (Town Hall Square).
- **Podium** in the square Enparantza Zaharren Lege (Town Hall Square), at 20:00.
- The triathletes can **shower** at school facilities Oteitza-Antonian, like last year.
- From 21:00 to 22:30 will open access to the market place **for dinner**, to which are invited all participating athletes. Each participant may bring one companion, to be paid € 10. There will be music, prizes, **raffle** and great ambiente. Hay a limited number of seats **and must have made your reservation in advance.**

SUNDAY, June 10: Plans for Sunday (day post-race)

- From 10:00 to 12:00: **"TRIATLOI TXIKI" CHARITY TRIATLÓN for the children.** Borned between 1997 and 2003, inclusive. Each participant may make a donation. The money raised will go to **ASPANOGLI** (Association of Parents of Children Oncology in Gipuzkoa). Registration is required before June 9, at the following address info@zarauzkotriatlloia.com

- **Free visit to the “CRISTOBAL BALENCIAGA MUSEUM”:** On Sunday, participants will have the triathletes free admission to the museum created in homage to the couturier Cristobal Balenciaga. The bag will include the bonus triathlete allow you free access to the museum when you want.
- **Free visit to “EKAINBERRI”, the replica of the cave Ekain:** In this case we fashion to prehistory. Triathletes Participants also will have free access to the museum with the bonus you will find in the bag triathlete. In this case, it is necessary to book the visit in advance.

*Also, **MOOR SURF-ESKOLA** will offer special rates from 4 to 11 of June.



Regulations

- 1.** The test is governed by the rules of the Basque Federation of Triathlon (www.triatloi.org).
- 2.** Euskadi Championships. Distance Media.
- 3.** Traffic will be reduced where possible. The organization shall at all times for the safety of the race but is not responsible for any mishaps that may arise during the race.
- 4.** The transition area will open for the “control material” from 10:30 to 13:30 without an extension. To access it you must present the license 2012 (with photo), identity card, passport or NASH.
- 5.** Set a time limit for the first segment of 1h and the sum of the first 2 segments of 4h 15. Any participant from outside that time is required to deliver the cord.
- 6.** Open to all athletes who have their federal license to date. Under 23, born on 89/90. V.1. born 61 to 70. V.2. born 51 to 60. V.3. born before 50.
- 7.** You are not allowed the “drafting” (go to wheel). In the supplies shall be marked with signs “HOME SUPPLIES” and “END SUPPLIES.” The containers can only be replaced in those sections. It will penalize those who throw the cans out of that space. The penalty box will be located at the top of Meagas.
- 8.** The Organizing Committee reserves the right to change the itinerary and to neutralize all or part of the test, if weather conditions or other unforeseen circumstances so requires it. In case of inability to perform the swimming area by the sea conditions will become a duathlon test, if unable to perform the cycling industry traffic problems will become the test in a Aquathlon.
- 9.** The Organizing Committee reserves the right to refuse admission.
- 10.** The Organization accepts no responsibility for moral and material damage that may occur to participants or spectators before, during or after the test.
- 11.** The briefing of the test will be at 11:00 in the EXPO (Waterfront).
- 12.** They give two outputs: 14:00 Women and 14:15 Men.

Prizes and gifts

The organisation of the BH ZARAUZKO TRIATLOIA 2012 will deliver 14.950 euros in prizes in cash for the first ones (watch the table).

The top 10 men and women triathletes will ensure their free registration in the next edition.

Position	Men (€)	Women (€)
1	3000	3000
2	2000	2000
3	1000	1000
4	500	500
5	350	350
6	250	250
7	150	150
8	100	100
9	75	75
10	50	50

In the current edition also marks the CHAMPIONSHIP EUSKADI, and the first 3 Basque men and women will receive an award from the Federation of Triathlon Euskadi.

In the current edition also marks the CHAMPIONSHIP GIPUZKOA, and the first 3 men and women from Gipuzkoa will receive an award.

Also, the first woman and first man from Zarautz to cross the finish line will be awarded.



And it wishes to appreciate to each one of the 650 participants for betting once again by this triatlón giving them some gifts:

Triathlete-bag: the triatlhete-bag contains also with the dorsal: stock exchange Conservas Nardin, Taymory's sleeves, Spiuk's socks and cap, Ice Power's cold gel...

Finisher TAYMORY: Technical T-shirt that the triatleta will receive when it arrive to put.

Towel KUTXA: Towel that the triatleta will receive when it arrive to put.

Draw of gifts: The sponsors of this year have gone donando generously his products so that sorteen in the dinner (or before), the number of each triatleta will be the one of his dorsal:

- Adapted bike (BH) and Bike fit with Hektor Llanos.
- Taymory special prize.
- Spiuk special prize.
- 6 batches of products Zerod-Compressport.



The Course



S1 - Swimming

2,9 KM SWIMMING CIRCUIT:

The length of the circuit may change depending on the tide, it can go from 2,5 km to 2,9 km. Please notice that you will have to swim on the open ocean. Those who are not used to swimming with waves., make sure you do some training before the race...

ENGLISH



S1 - PLANE

ENGLISH





S2 - Cycling

81 KM CYCLING:

The wall of Aia returns in the BH ZARAUZKO TRIATLOIA 2012. The wall of Aia is the flagship Triathlon Zarautz, and appeal to athletes and fans is undeniable. With its inclusion back the epic and spectacular capitalized.

This year, the circuit rider starts with the ascent to the top of Meagas, the sense of the race changes from last year.

(A) 2 LAPS OF 28 KM

(ZARAUTZ – MEAGAS – ZUMAIA – GETARIA – ZARAUTZ)

In these 2 first turns will have to go up the port of Meagas from Zarautz. It is a climb that does not have a very high slope (average 3,5%) but it has a considerable length, 3,9 km.

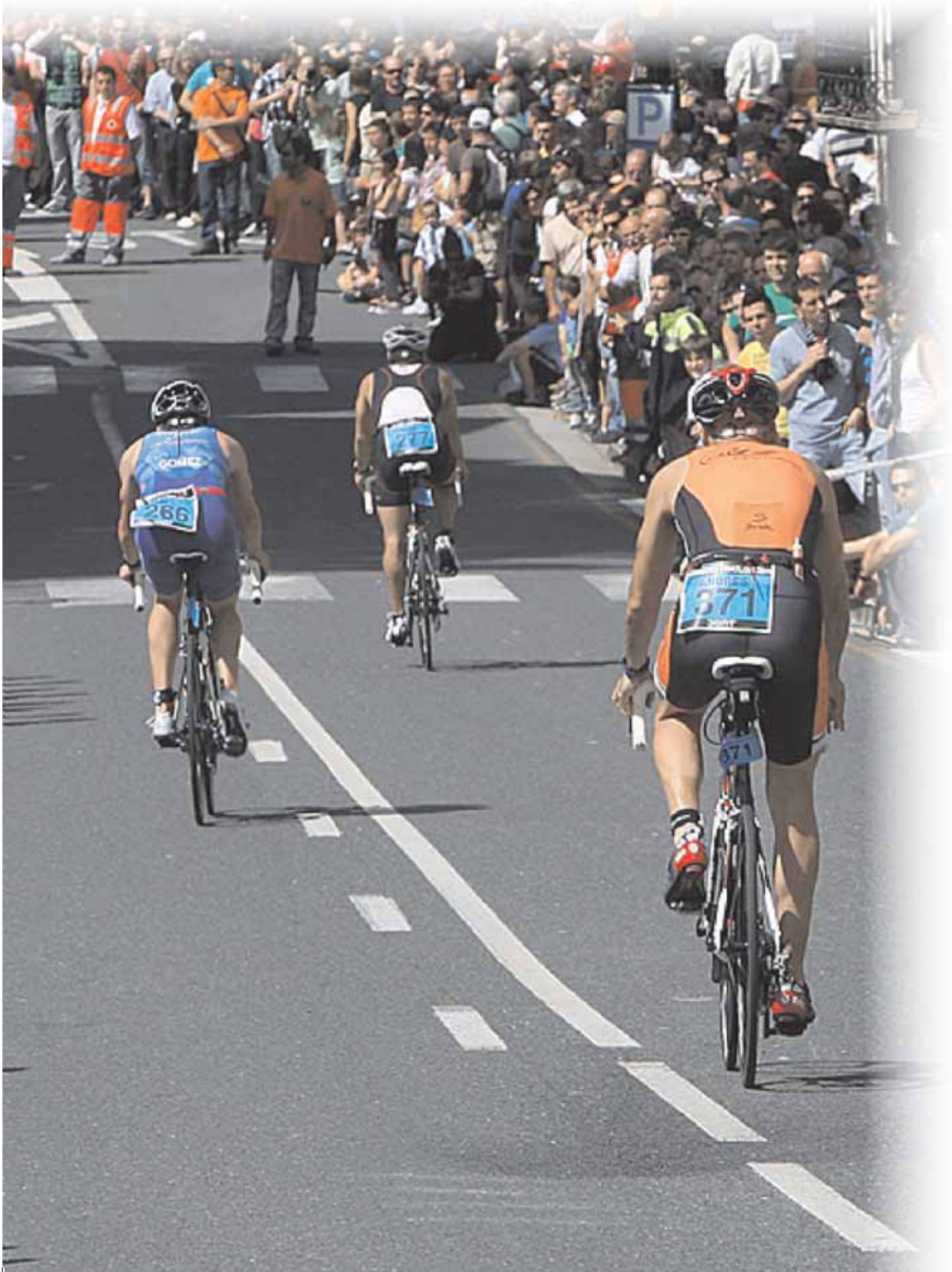
(B) ONE LAP OF 25 KM

(ZARAUTZ – ORIO – AIA – SANTIAGO ERREKA – ORIO – ZARAUTZ)

In this lap the slope is very high: 16,7%.

Important announcements:

- **The circuit will be opened to traffic.** The circuit will be closed to traffic sections in career direction (single lane) and stretches of open traffic. In any case, please use extreme security measures!
- Drafting is not allowed.
- Watch where you drop your bottles: There will be a signal of the “BEGINNING OF AID STATION” and “END OF AID STATION” and you will only be allowed to change bottles within this area. Otherwise you will penalized.
- The penalti box is situated at Meagas.







ENGLISH

S3 - Running

20 RUNNING:

The running track crosses the urban area of Zarautz. They are 3 turns in total:
Boxes – Iger st. (subterranean way) - Main st. - City council square - Lapurdi st.

S3 - PLANE



(Subterranean way) - Maritime way - Boxes. After the third turn, there are 1,250 metres to the arrival, which is in the City council square as, in the previous editions.



Aid Stations

- LIQUID REFRESHMENT (MARKED WITH BLUE PIN ON THE MAP):

- Water (S2 + S3)
- Powerade (S2 + S3)
- Isotonic (supplier Gold Nutrition) (S2)
- Coca-Cola (S2 + S3)

- PROVISIONING SOLID (MARKED WITH YELLOW PIN ON THE MAP):

- Gels (supplier GU Energy) (S2 + S3)
- Gums (supplier GU Energy) (S2)
- Bars (Gold provider Nutrition) (S2)
- Bananas (S2 + S3)
- Oranges (S3)



BH

BHTRIATHLON.COM

JOAO SILVA 1° Dextro Energy Triathlon – ITU World Championship Series Yokohama

outdoor/indoor technology

NICOLA SPIRIG 2° Dextro Energy Triathlon ITU World Champion Series

R O A D

M T B

T R I A T H L O N

TAYMORY

ESPECIALISTAS EN PERSONALIZACION DE ROPA DEPORTIVA

Wear your Dreams



www.taymory.com | info@taymory.com | +34 616343876

kutxabank



Hasta el 1 de julio,
solo por conectarte a
Kutxanet, participas en el
sorteo semanal
de 4 packs de escapada:
Cena + estancia + desayuno.

¡idesConéctate!



www.kutxa.net



Babesle Nagusia



Hornitzaile Nagusia



Babesle ofiziala



Babesle instituzionalak



Babesleak



Laguntzaileak



Antolatzaileak



Eskertzak | Agradecimientos | Greetings

Guesalaga - Yogures Goenaga - Codeam - Cristobal Balenciaga Museoa
Ekainberri Museoa - Petritegi Sagardotegia
Moor Surf Eskola - SPA GYM malecón - Gabinete Laguntza