

# UNETE a la Escuela TRIATLÓN Valladolid

Iniciación, Perfeccionamiento, Técnico y Popular.

Entrenamientos, Competiciones, Concentraciones, Excursiones y mucho más.

Plazas limitadas, grupos reducidos, normativas de seguridad adaptadas a la situación sanitaria.

Un deporte con valor triple



Valladolid, Arroyo de la Encomienda, Tordesillas y Peñafiel

### GRUPOS

- Río Esgueva - Iniciación
- Río Esgueva - Perfeccionamiento
- Río Esgueva - Popular (Desde Júnior)
- Tordesillas - Iniciación
- Tordesillas - Perfeccionamiento
- Arroyo de la Encomienda
- Peñafiel
- Valladolid
- Entrenamiento a distancia.

**ABIERTAS INSCRIPCIONES  
2º TRIMESTRE y 2021**

INFORMACIÓN  
Correo: [info@etriatlónvalladolid.es](mailto:info@etriatlónvalladolid.es)  
web: [www.etriatlónvalladolid.es](http://www.etriatlónvalladolid.es)



# NADA Y CORRE NAVIDEÑO

NO COMPETITIVO

**SORTEOS ENTRE LOS PARTICIPANTES**

- Gesta de Navidad
- Material Deportivo

Organiza



### CATEGORÍA Y DISTANCIAS

- INICIACIÓN (2009-2012) Natación 50m + Carrera 400m
- PERFECCIONAMIENTO (2004-2008) Natación 150m + Carrera 800m
- POPULAR (2003 y anteriores) Natación 150m + Carrera 800m



Piscina Cubierta  
TORDESILLAS



**Prueba Social para socios de club 2020 y 2021**  
**Prueba de Promoción para empadronados en Tordesillas**

Cumpliendo todas las normas y protocolos de seguridad.  
Varias tandas de natación y carrera (Máximo 12 por tanda)

Colaboran



Ayuntamiento de Tordesillas



Carmen Arévalo Santos  
Podóloga Colegiada  
Nº: 638390039



### INSCRIPCIONES

Hasta el 24 de diciembre  
INFORMACIÓN

Correo: [info@etriatlónvalladolid.es](mailto:info@etriatlónvalladolid.es)  
Web: [www.etriatlónvalladolid.es](http://www.etriatlónvalladolid.es)

## ORGANIZACIÓN

El día 26 de diciembre de 2020 desde las 10:30 horas el C.D. Estrival en colaboración con el Excelentísimo Ayuntamiento de Tordesillas organizar el I Nada y Corre Navideño una prueba de carácter social para los miembros del club y de promoción para los empadronados en Tordesillas. La prueba se desarrollará con todas las medidas de seguridad y protocolos COVID.

## CATEGORÍAS Y DISTANCIAS

CATEGORÍA	NATACIÓN	CARRERA
INICIACIÓN (Benjamín y Alevín) (2009 -2012)	50 metros	400 metros
PERFECCIONAMIENTO (Infantil y Cadete) (2004 -2008)	150 metros	800 metros
POPULAR (Socios del Club desde Junior) (2003 y anteriores)	150 metros	800 metros

## DESARROLLO

Las pruebas de desarrollaran en tandas de 12 deportistas máximo.

Las tandas serán estables para los segmentos de natación y carrera.

Entre tanda y tanda existirá el tiempo suficiente para que no exista el contacto entre ellas y se realice la desinfección y limpieza necesaria.

Las tandas se formarán atendiendo a la categoría procurando mantener los grupos estables de entrenamiento o convivientes.

En la prueba de natación a cada nadador se le designara una calle. En la carrera a pie se darán las salidas individuales cada 10 segundos.

Las tandas de salida se publicaran el día 25 de diciembre.

## PROGRAMA PROVISIONAL

### Natación

10:30 Entrada a piscina de la 1ª tanda a la piscina

11:00 Entrada a piscina de la 2ª tanda a la piscina

11:30 Entrada a piscina de la 3ª tanda a la piscina

12:00 Entrada a piscina de la 4ª tanda a la piscina

12:30 Entrada a piscina de la 5ª tanda a la piscina

13:00 Entrada a piscina de la 6ª tanda a la piscina

### Carrera

11:15 Salida carrera 1ª tanda.

11:45 Salida carrera 2ª tanda.

12:15 Salida carrera 3ª tanda.

12:45 Salida carrera 4ª tanda.

13:15 Salida carrera 5ª tanda.

13:45 Salida carrera 6ª tanda.



## CLASIFICACIÓN PREMIOS Y OBSEQUIOS

El tiempo final será la suma de tiempos de la natación y la carrera de todas las tandas realizando tres clasificaciones: iniciación, perfeccionamiento y popular.

Todos los participantes al llegar a meta recibirán un obsequio. No habrá pódium ni entrega de trofeos.

Al finalizar la jornada se hará un sorteo entre todos los participantes de una Cesta de Navidad donado por Clínica del Pie y material deportivo donado por Austral.

El sorteo se retrasmitirá por las RRSS del club y el premio se envira al domicilio de los afortunados.

## INSCRIPCIONES

Las inscripciones serán gratuitas para todos los socios del club al igual que los empadronados en Tordesillas, a los cuales el Ayuntamiento les tramitara un seguro de accidentes.

Las inscripciones de los socios del club se realizarán mediante el formulario web habilitado para el evento.

Las inscripciones de los empadronados en Tordesillas se realizarán en las piscinas municipales.

## PROTOCOLO COVID

### Normas generales

Las competiciones se realizarán sin público. Se ruego los acompañantes y familiares dejar libres los accesos a las instalaciones. En todo momento será obligatoria la distancia de seguridad y se evita el contacto entre personas.

### Prueba de natación

El acceso a la piscina se hará en la hora indicada, se ruego puntualidad y no llegar antes del horario. En el momento de acceso será obligatorio la entrega de la declaración responsable que se facilitará previamente y el uso de gel desinfectante. En todo momento será obligatoria la mascarilla a excepción del momento previo al inicio de la prueba de natación. Los cronometradores indicaran en momento en que se la pueden quitar. Nada más salir del agua habrá que secarse y volver a utilizar la mascarilla. En los vestuarios se deberá estar el menor tiempo posible y guardar la distancia social.

### Prueba de carrera

Habrà una zona de guardarropa junto a la salida y meta.

La mascarilla será obligatoria hasta los 10 segundos previos a la salida. El deportista tendrá un contenedor donde deshacerse de la mascarilla. A la llegada a meta se le entregará una mascarilla nueva y podrá el obsequio.

## MAS INFORMACIÓN:

info@etriatlónvalladolid.com

