

Jornadas de Triatlón de Invierno Federación Aragonesa de Triatlón y P.M.

Jornadas de Triatlón de Invierno – Baños de Panticosa



7 y 8 de febrero



Estación de esquí de fondo de Baños de Panticosa (Huesca)

La **Federación Aragonesa de Triatlón** organiza los próximos **7 y 8 de febrero** unas **jornadas específicas de Triatlón de Invierno**, que se desarrollarán en la estación de esquí de fondo de Baños de Panticosa.

El fin de semana se estructurará en **dos jornadas formativas**, combinando trabajo técnico, conocimiento del material y aspectos reglamentarios de esta modalidad.

Público objetivo

Estas jornadas están dirigidas a **dos perfiles principales**:

- **Triatletas de invierno con experiencia**, interesados en **preparar su participación en el Campeonato del Mundo de Triatlón de Invierno (Italia)**.

Este grupo se centrará especialmente en:

- Las **sesiones de perfeccionamiento técnico en esquí de fondo** del sábado.
- La **jornada completa del domingo**, orientada al trabajo técnico de competición, material específico y transiciones.

- **Deportistas y público general** que deseen **conocer y probar el esquí de fondo enfocado al triatlón de invierno**.

Para este perfil, la actividad principal será:

- La **sesión de iniciación al esquí de fondo del sábado**, pensada como una primera toma de contacto con la disciplina y su aplicación dentro del triatlón de invierno.

Sábado 7 de febrero – Esquí de fondo

- **10:30 h** – Sesión de **perfeccionamiento y práctica de técnica de esquí de fondo**.
- **12:00 a 13:00 h** – **Sesión de iniciación al esquí de fondo**, orientada a personas sin experiencia previa o que quieran conocer la disciplina aplicada al triatlón de invierno.
- **13:30 a 14:30 h** – Sesión de **técnica y perfeccionamiento** para el grupo avanzado.

Por la tarde, a partir de las **15:30 h**:

- **Preparación y mantenimiento del material** (cuidado de los esquís, parafinado y mantenimiento básico).
- **Resumen de la normativa y reglamento del triatlón de invierno.**

Domingo 8 de febrero – Técnica y competición

A partir de las **11:00 h**, se desarrollará una jornada práctica enfocada a la competición:

- **Técnica y material de carrera sobre nieve.**
- **Técnica y material de BTT sobre nieve.**
- **Trabajo específico de transiciones** entre los tres segmentos del triatlón de invierno.

Material y alquiler

- La **estación de esquí de fondo de Baños de Panticosa** dispone de **servicio de alquiler de material de esquí de fondo en estilo clásico**, destinado principalmente a los participantes de la **sesión de iniciación del sábado**.
- Los **triatletas que participen en las sesiones de perfeccionamiento del sábado y en la jornada del domingo** deberán acudir con el siguiente material obligatorio:
 - **Esquís, botas y bastones de esquí de fondo en estilo patinador**

- **Bicicleta de montaña (BTT)**
- **Casco**
- **Zapatillas de correr**

Además, cada participante deberá llevar **todo el material necesario para el correcto desarrollo de la actividad**, atendiendo a las condiciones meteorológicas y de seguridad propias del entorno invernal.

Cualquier duda o aclaración :

Email: secretario@triatlonaragon.org



federación
aragonesa de
TRIATLÓN
N.I.E. 650910371
Avda. José Artalés, 101, semisótano
50018 ZARAGOZA

Jose Artal Cardo

PRESIDENTE