



Triatlón-Cross + Trail

desafío

LA GRACIOSA

2020

22 - 23
febrero

Triatlón Cross

1000 m. natación
20 Km. bicicleta
6 Km. carrera

Trail

8 Km
20 Km.
31 Km.

ISLA DE LA GRACIOSA

www.lanzarotedeportes.com



CABILDO DE LANZAROTE



Servicio Insular de Deportes

DENOMINACIÓN

8º Desafío Octava Isla 2020.

DESCRIPCIÓN DEL EVENTO

El **Desafío Octava Isla**, se celebra en la isla de La Graciosa. La isla de poco mas de 28 km² junto con el resto de islotes ha sido declarado Parque Natural Protegido. Por ello los participantes del Desafío son verdaderos afortunados de poder conocer, disfrutar y desafiar el crono para convertirse en el ganador de la Octava Isla.

La organización centra su esfuerzo en transmitir el mayor respeto al medio ambiente y en particular a un entorno tan sensible como la isla de la Graciosa.

TIPO DE ESPECTÁCULO PÚBLICO A DESARROLLAR:

* Evento deportivo (carrera infantil, triatlón cross y trail)

TIPO DE LUGAR O RECINTO EN QUE SE VA A DESARROLLAR:

Sábado 22 febrero

Salida a las 11:00h.

* Triatlón cross: salida natación (1000 metros) rampa varado muelle y meta en la playa Caleta de Sebo, recorrido de bicicleta, (20 km) por los caminos de la isla, carrera a pie (6 km) desde playa de Caleta Sebo hasta playa Amarilla y vuelta.

Salida a las 16:00h.

* Carrera infantil en avenida y meta en la playa Caleta Sebo.

Domingo 23 febrero

Salida a las 10:30h.

* Trail: habrá tres distancias una de 31 km, 20 km y 8 km por los caminos y senderos de la isla.

* Zona comunes, ubicada en las casetas en la explanada de muelle de Caleta de Sebo, según planos.

Ubicación de la actividad:

* Caminos y senderos de la isla de La Graciosa.

- * Playa de Caleta de Sebo.
- * Muelle de Caleta de Sebo (explanada, rampa de varado, dársena)
- * Pueblo de Caleta de Sebo.

Población:

Isla de La Graciosa, Caleta de Sebo.

Fecha de inicio y final del evento:

- * inicio 22 de febrero de 2020.
- * finalización: 23 de febrero de 2020.

Programación:

Sábado: 22 de febrero.

- 11:00 horas. Triatlón Cross (valedero para Desafío Octava Isla).
- 16:00 horas. Carrera infantil La Graciosa Trail Kids

Lugar: Avenida Virgen del Mar - Playa Caleta Sebo.

Duración: 90 minutos aproximadamente.

Domingo: 23 de febrero.

- 10:30 horas. Trail 31 km , 20 km y 8 km.

PARTICIPANTES Y MODALIDADES

Las plazas son limitadas, los participantes pueden realizar la prueba de forma individual . En general es una prueba donde se conjuga de forma perfecta, el esfuerzo físico con las capacidades mentales necesarias para tomar las decisiones correctas en el momento adecuado.

El Desafío se divide en dos modalidades (triatlón Cross + trail) y cada una de estas tendrá su correspondiente clasificación por grupos de edad. En esta edición habrá como novedad la posibilidad de ser ganador y ganadora de una de estas tres categorías:

Desafío Octava Isla ORO quien obtenga el mejor resultado de la suma del Triatlón Cross + Trail 31 km.

Desafío Octava Isla PLATA quien obtenga el mejor resultado de la suma del Triatlón Cross + Trail 20 km.

Desafío Octava Isla BRONCE quien obtenga el mejor resultado de la suma del Triatlón Cross + Trail 8 km.

La cantidad de participantes según día y modalidad son las siguientes:

.- Sábado 22 de febrero de 2020, modalidad de Triatlón Cross, **320 participantes.**

Carrera de niños La Graciosa Trail kids, **150 participantes**

.- Domingo 23 de febrero 2020, modalidad de Trail un máximo de **710 participantes** (en 31 km, 20 km y 8 km además de los participantes del Desafío del día anterior). En esta modalidad la salida se realizará por grupos de 20 participantes con un intervalo de 2 minutos.

La Graciosa Trail Kids: Los niños entre 5 y 16 años correrán la distancia establecida según categoría en la misma Avenida del Mar con meta en la playa del pueblo de Caleta de Sebo.

Modalidad Desafío Octava Isla en sus tres variantes, ORO, PLATA, BRONCE: Dirigida a aquellos deportistas que deseen participar en las dos modalidades convocadas (Triatlón + Trail)

Modalidad Trail 31 Km: Se disputará el segundo día de la prueba y se podrán inscribir en esta modalidad a modo individual aquellas personas que lo deseen recorriendo la distancia más larga convocada, siendo esta la valedera para la puntuación en el **Desafío Octava Isla ORO**

Modalidad Trail 20 Km: Se convoca la distancia media para aquellos participantes que ya se han iniciado en esta modalidad para lo cual hemos propuesto el recorrido más atractivo posible. siendo esta la valedera para la puntuación en el **Desafío Octava Isla PLATA**

Modalidad Trail 8 Km: Se convoca la distancia para aquellos participantes que se inicien en esta modalidad, siendo esta la valedera para la puntuación en el **Desafío Octava Isla BRONCE**

NÚMERO DE PARTICIPANTES

MODALIDAD	PLAZAS OFERTADAS	PLAZAS CUBIERTAS	HOMBRES	MUJERES
Desafío Octava Isla	320	320	257	63
	ORO	91	75	16
	PLATA	67	49	18
	BRONCE	162	133	29
Trail 31 km	100	78	63	15
Trail 20 km	100	100	67	33
Trail 8 km	150	125	51	74
La Graciosa Trail Kids	150	INSCRIPCION ABIERTA		

PROCEDENCIA DE LOS PARTICIPANTES

Los participantes proceden principalmente de Canarias con representación de todas las islas, también hay participación de las provincias de Baleares, Albacete, Valencia, Barcelona, Girona, Guipuzcoa, Vizcaya, Madrid, Malaga, Pontevedra, Salamanca y La Rioja, y participación de extranjeros de Francia, Italia y Reino Unido.

PERFIL DEL PARTICIPANTE Y CATEGORÍAS

Los requisitos de participación incluye ser mayor de edad y aceptar el presente Reglamento de la competición. Además se deben tener los conocimientos técnicos suficientes para poder afrontar la prueba con seguridad y se recomienda tener la aptitud suficiente para soportar una marcha prolongada.

*Junior (16 y17 años) - (Sólo Trail 8km)

*Élite (18 a 29 años)

*Máster "A" (30 a 39 años)

*Máster "B" (40 a 49 años)

*Veterano (50 años en adelante)

HORARIO DEL ESPECTÁCULO PÚBLICO

- * Triatlón Cross: Inicio 11:00 horas. - finalización 14:15 horas.
- * La Graciosa Trail Kids: Inicio 16:00 horas – finalización 18:00 horas
- * Trail 31 km: Inicio 10:30 horas – finalización 15:00 horas.
- * Trail 20 km: Inicio 10:45 horas – finalización 14:00 horas.
- * Trail 8 km: Inicio 11:00 horas- finalización 12:30 horas.

CARACTERÍSTICAS DE LAS RUTAS

Las salidas y meta estarán situada en el pueblo de Caleta de Sebo en la Isla de La Graciosa, en la explanada del muelle de dicha localidad.

En la modalidad de **Triatlón**, para el primer segmento la salida se realizará desde la rampa de varado del muelle de Caleta de Sebo y con llegada en la misma playa. Según vayan finalizando la primera transición los corredores recorrerán en bicicleta el circuito diseñado, donde hemos pretendido abarcar la mayor superficie de la octava isla. Saliendo del pueblo se inicia por un camino con dirección a Llanos de la Mareta para girar a la derecha, pedaleando llegaremos al segundo pueblo habitado en la isla, un bello lugar con pocas casitas marinera denominado Pedro Barba. Una vez llegado hasta este punto y pasando por el mismo pueblo, los participantes se dirigen con dirección a la Playa de La Lambra y seguidamente pasar próximo a la Playa de Las Conchas. La última parte del recorrido se dirigen hasta los Llanos de la Mareta, pasado este cruce seguirán recto hasta el pueblo de Caleta de Sebo donde finalizará el segundo segmento. La carrera a pie transcurre por una zona de arena que dificultará la carrera llegando a un punto de retorno situado en la dirección de la Playa del Francés, hasta cruzar la línea de meta.

Para los participantes de la modalidad de **Trail 31 km** se procederá a dar la salida en la explanada del muelle de Caleta de Sebo, iniciando el recorrido cruzando la playa del pueblo y con dirección a la playa del Salao hasta llegar al final y por las calles de dicho pueblo para conectar con el camino que bordea la Montaña del Mojón y seguidamente hasta Montaña Amarilla donde habrá un punto de giro teniendo la obligación de sobrepasarlo todos y cada uno de los participantes. Desde ese punto los corredores se dirigen hasta la intersección de los Llanos de la Mareta con el camino de la Playa de La Concha, bordearán la Montaña Bermeja y seguidamente hasta la Playa de Lambar. Una vez finalizada la orilla de la playa se bordea la costa y se pasará por el pueblo de Pedro Barba, la Baja del Ratón y

continuar dirección a la meta situada en Caleta de Sebo.

Trail 20 km se procederá a dar la salida en la explanada del muelle de Caleta de Sebo, recorriendo las calles de dicho pueblo para conectar con el camino paralelo a la carretera principal con dirección a Playa de La Concha, bordearán la Montaña Bermeja y seguidamente hasta la Playa de Lambar. Una vez finalizada la orilla de la playa se bordea la costa y se pasará por el pueblo de Pedro Barba, la Baja del Ratón y continuar dirección a la meta situada en Caleta de Sebo.

Trail 8 km se procederá a dar la salida en la explanada del muelle de Caleta de Sebo, recorriendo las calles de dicho pueblo para conectar con el camino paralelo a la carretera principal con dirección al cruce de la marea paralelo a las carreteras principales de la Playa de La Concha y Pedro Barba para dirigirse al barranco de los Conejos, y continuar dirección a la meta situada en Caleta de Sebo.

GENERALIDADES

Esta prueba será disputada conforme al reglamento de la prueba y las normas de medio ambientales que nos obliguen a cumplir y respetar antes, durante y después del evento con el fin de contribuir al verdadero equilibrio de sostenibilidad del territorio. Así mismo respetando el código de circulación y a las normas de tráfico de la respectiva zona y poblaciones que atraviese el itinerario de la prueba.

TIEMPOS DE CARRERAS

TRIATLON CROSS:

SEXO	MEJOR TIEMPO	TIEMPO ÚLTIMO	PRIMERO NATACIÓN	ÚLTIMO NATACIÓN	PRIMER BICICLETA	TIEMPO ÚLTIMO	PRIMER CARRERA	TIEMPO ÚLTIMO
HOMBRE	01:21	02:36	00:12	00:34	00:46	01:28	00:23	00:49
MUJER	01:50	02:25	00:20	00:27	00:59	01:22	00:30	00:41

TRAIL:

SEXO	8 KM	20 KM	31 KM
PRIMER HOMBRE	00:29 m	1:18 h	2:03 h
ÚLTIMO HOMBRE	1:01 h	2:56 h	4:29 h
PRIMERA MUJER	00:48 m	1:38 h	2:46 h
ÚLTIMA MUJER	1:10 h	2:40 h	4:15 h







