



## *Carrera de Lekunberri*





## **CONTENIDOS**

INFORMACIÓN GENERAL	3
GINKANA 1 – PROMESAS, ALEVINES.	4
REGLAMENTO GINKANA 1.	5
GINKANA 2 – PRINCIPIANTES, INFANTILES Y FÉMINAS.	6
REGLAMENTO GINKANA 2.	7
CIRCUITO CARRERA EN LÍNEA:	8
VUELTAS POR CATEGORÍA	9



## INFORMACIÓN GENERAL

### **FECHA:**

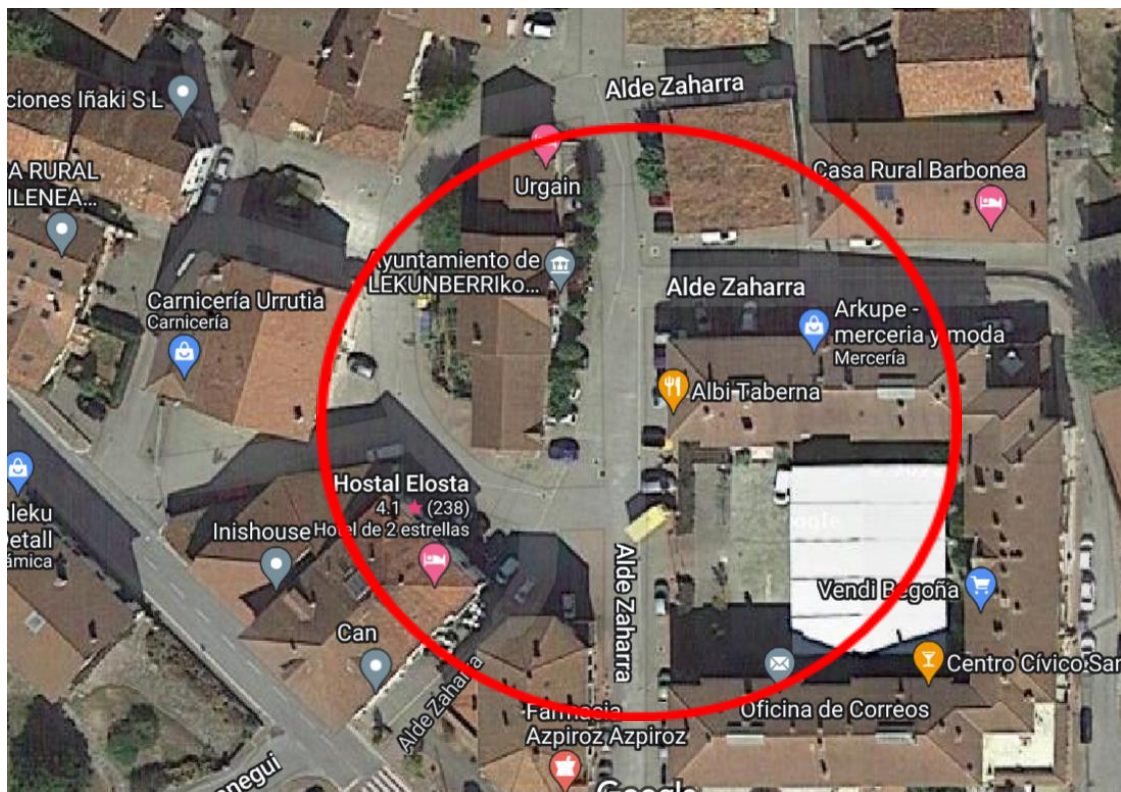
27 de mayo de 2023

**HORA:** 16:00am

### **UBICACIÓN:**

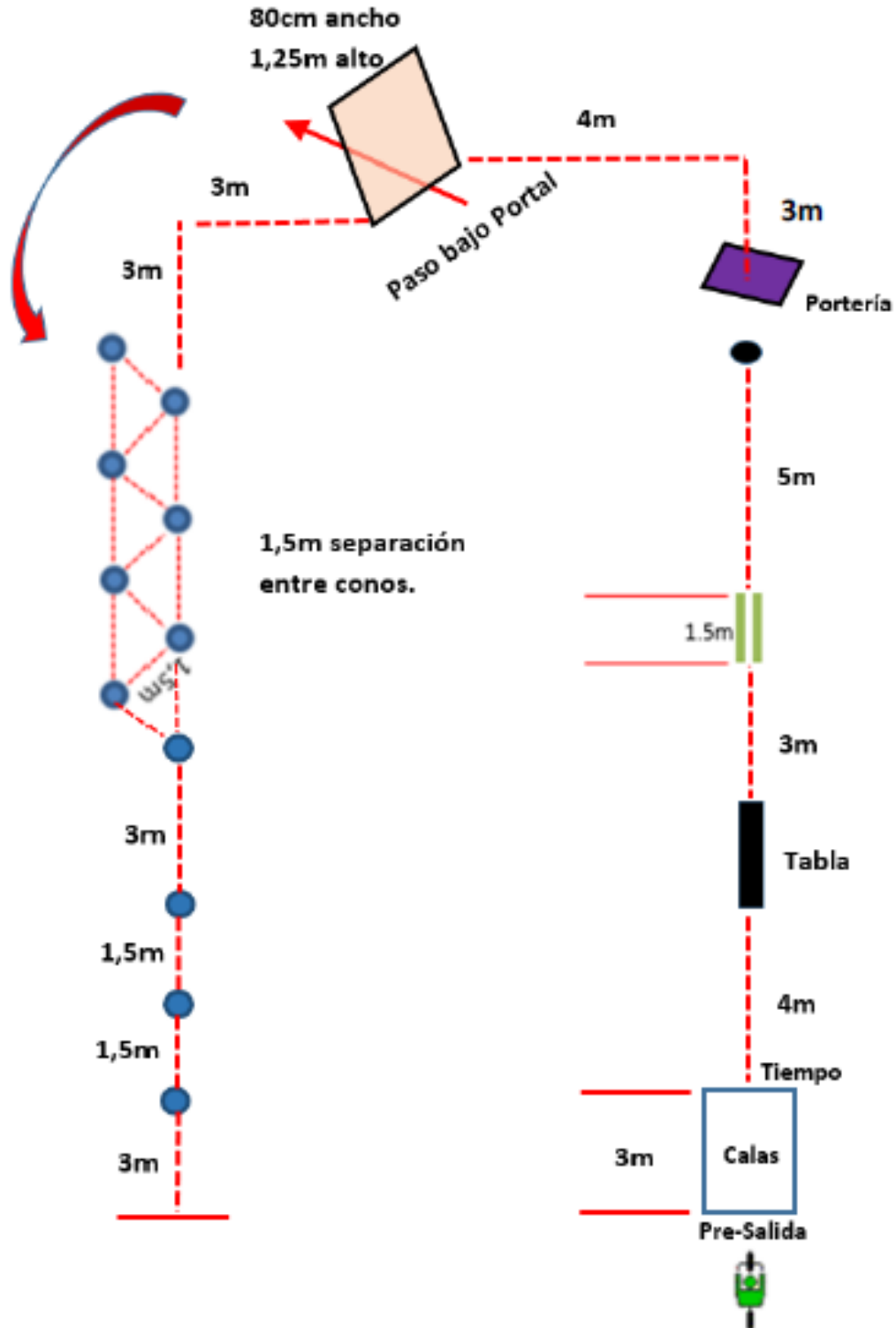
Lekunberri.

Zonas aledañas al **Ayuntamiento** (Plaza): Ginkanas.





## GINKANA 1 – PROMESAS, ALEVINES.



\*Las anchuras son orientativas y se adaptarán al espacio disponible.



## REGLAMENTO GINKANA 1.

**Pre Salida:** El ciclista se colocará en la zona marcada.

**Calas:** A la señal del juez o responsable, se avanzará desde la Pre-salida hacia la siguiente zona, en la cual se deberán introducir ambas calas en los pedales\* antes de atravesar la línea de tiempo.

**Tiempo:** El cronómetro se pondrá en marcha cuando la rueda delantera atraviese la línea de "Tiempo".

\*(En la categoría "Promesas" **NO** penalizará el hecho de no tener ambas calas correctamente ancladas al pedal)

**Tabla:** Pasar por encima de la tabla manteniendo las dos ruedas encima de la tabla en todo su recorrido.

**Paralelas:**, Dos tablas paralelas de 1,5m con una separación de 8 cm entre ellas que deberán pasarse sin tocarlas.

**Portería:** Conseguir hacer gol en la portería sacando el pie derecho del pedal y chutando el balón.

**Paso bajo Portal:** Pasar por un Portal con una separación entre barras de 80cm y una altura de 1,25m.

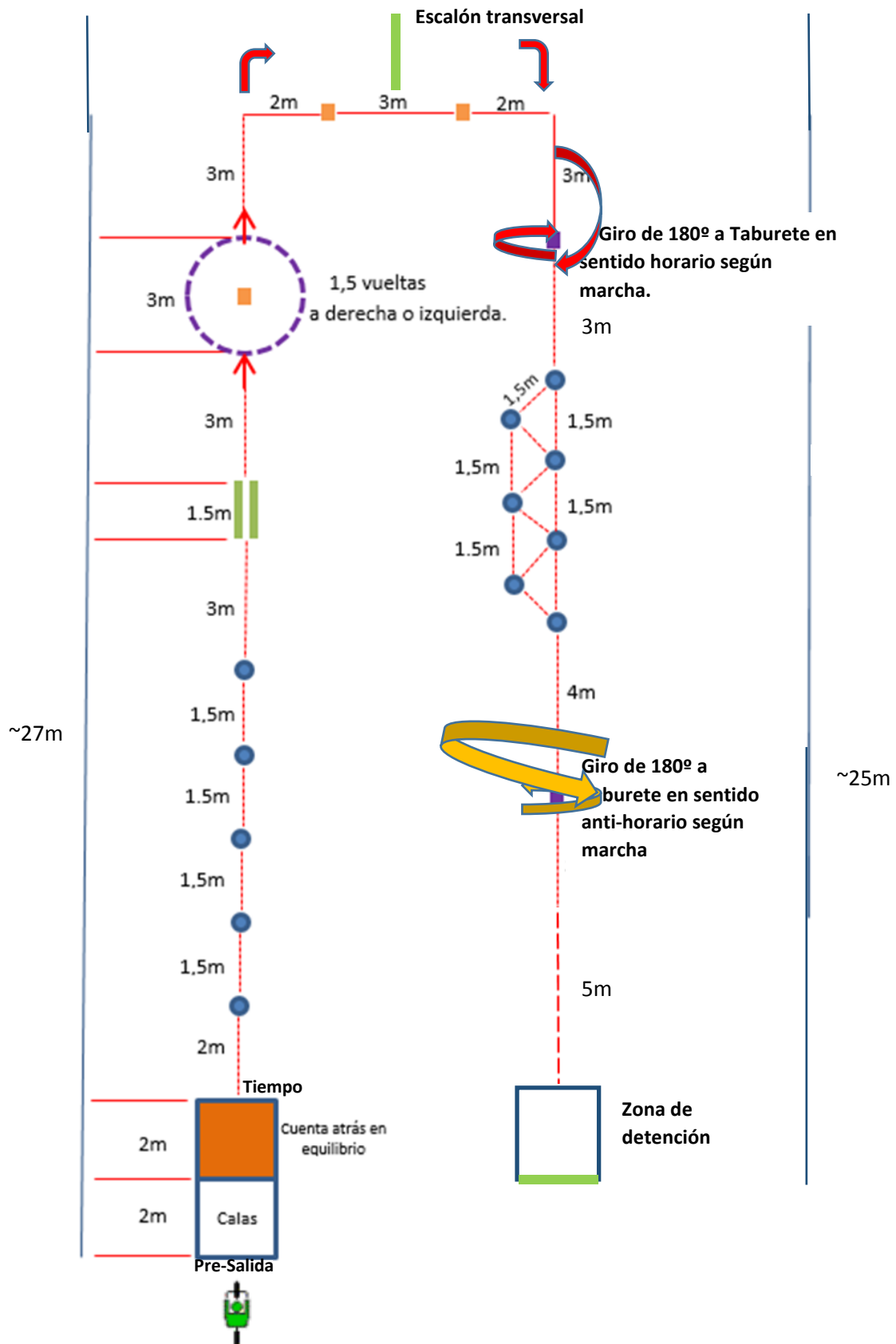
**Zigzag entre conos:** 8 conos colocados según la figura de la página anterior que deberán superarse comenzando por el lado derecho del primer cono (según lo encara el ciclista).

**Slalom:** Realizar un slalom entre los 3 conos que componen este ejercicio-

**Meta:** El cronómetro se detiene al pasar la rueda delantera por la línea marcada para tal fin.



## GINKANA 2 – PRINCIPIANTES, INFANTILES Y FÉMINAS.



\*La anchura de la Ginkana se adaptará al espacio disponible.



## REGLAMENTO GINKANA 2.

**Pre Salida:** El ciclista se colocará en la zona marcada.

**Calas:** A la señal del juez o responsable, se avanzará desde la Pre-salida hacia la zona habilitada en la cual se deberán meter ambas calas en los pedales para avanzar a la siguiente zona.

**Zona de Equilibrio:** Una vez la bici esté dentro del cuadrado de 2mx2m y sin sobrepasar la línea de Tiempo (el ciclista deberá tener ambas calas insertadas en los pedales), el ciclista se mantendrá en equilibrio mientras el juez de viva voz hace la siguiente cuenta regresiva: **"Cinco-Cuatro-Tres-Dos-Uno-Ya"**.

**Tiempo:** Al terminar la cuenta atrás y con la voz de **"YA"**, el ciclista comenzará la Ginkana. El cronómetro se pondrá en marcha en el momento en el que la rueda delantera atraviese la línea de **"Tiempo"**.

**Slalom de Conos 1:** 5 conos colocados en línea con una separación de 1,5m entre ellos con libre elección del lado entrada al primer cono.

**Paralelas:** Dos tablas paralelas de 1,5m con una separación de 8 cms entre ellas que deberán pasarse sin tocarlas.

**Circunferencia:** Circunferencia de 3m de diámetro a la que se deberán dar 1,5 vueltas antes de salir por el espacio habilitado para tal fin. El sentido de giro será elegido por el ciclista.

**Giro derecha:** Giro de 90° a la derecha.

**Escalón Transversal:** Tabla dispuesta en posición transversal sobre la marcha que se deberá superar sin tocarla con ninguna de las 2 ruedas.

**Giro derecha:** Giro de 90° a la derecha.

**Giro de 180° en sentido horario:** Se realizará un giro completo de 180° a la tabla colocada en el suelo sin tocar esta.

**Zigzag entre conos:** 7 conos separados entre si 1,5m y colocados según la figura adjunta. El ejercicio se realizará comenzando por el lado izquierdo del primer cono (según lo encara el ciclista).

**Giro de 180° en sentido anti-horario:** Se realizará un giro completo al taburete sin tocarlo.

**Zona de Detención:** El ciclista deberá detenerse y tocar el suelo con el pie dentro de un cuadrado de 2m x 2m sin salirse del mismo y sin tocar la tabla colocada en su extremo. El tiempo se detendrá en el momento en el que el pie toque el suelo. El pie no se podrá sacar del pedal hasta que al menos el tubular delantero haya cruzado la primera raya que delimita la zona de detención.



## CIRCUITO CARRERA EN LÍNEA:



### RECORRIDO:

Línea de Salida frente al Convento de la Hermanas Clarisas de Lekunberri.  
(NA-1300)

Giro a la izquierda hacia Camino Arzanegi.

Giro a la izquierda hacia Calle Artzanegi.

Continuar recto por Apalo kalea.

Giro a la derecha rodeando Urbanización de Chalets por Calle Errotaldeia.

Giro a la izquierda hacia NA-1300. Recta de meta.

**DISTANCIA TOTAL 1 VUELTA: 1.300 metros.**





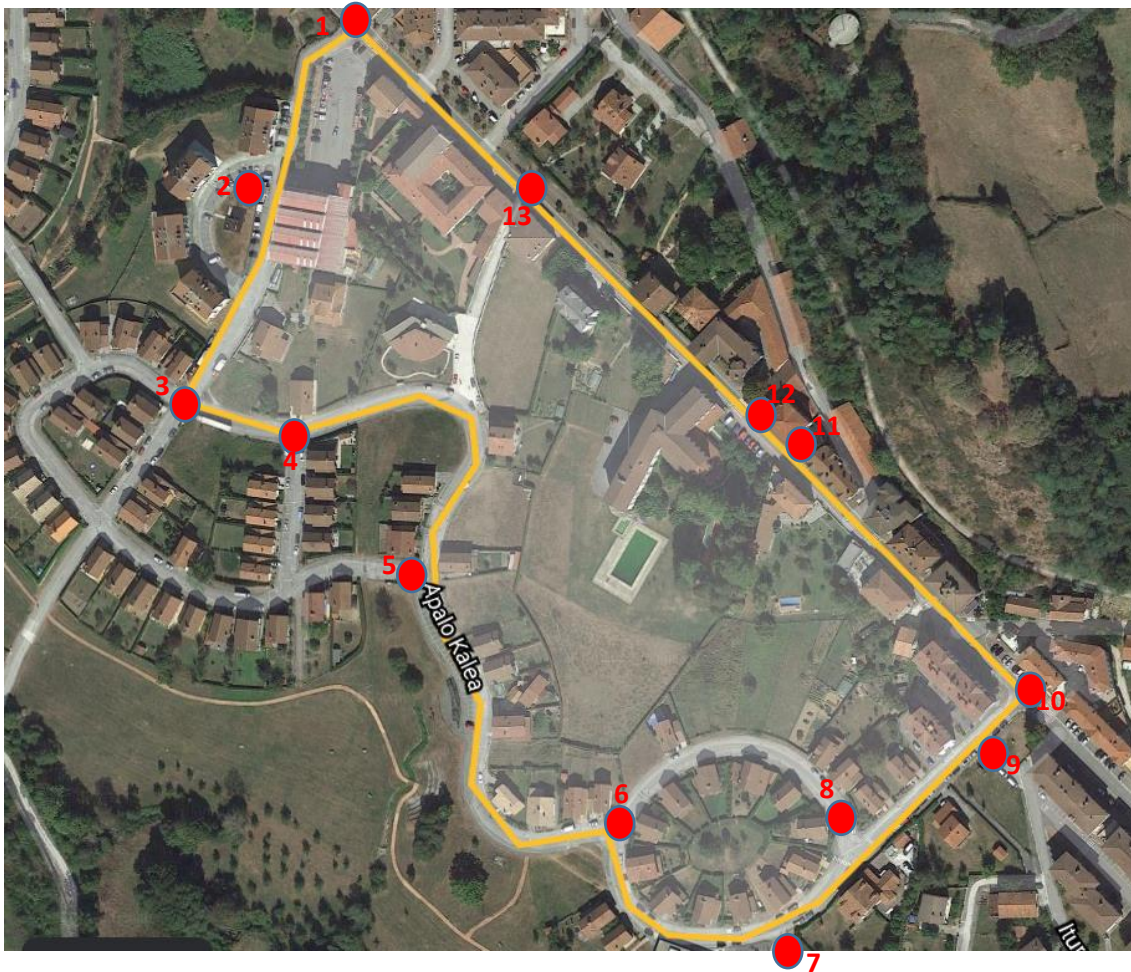
## VUELTAS POR CATEGORÍA

<b>PROMESAS:</b>	1 Vuelta corta (1100m).
La salida se dará tras la primera curva del circuito.	
<b>PRINCIPIANTES 1º AÑO:</b>	1 Vuelta corta (1100m).
La salida se dará tras la primera curva del circuito.	
<b>PRINCIPIANTES 2º AÑO:</b>	2 Vueltas (1ª corta). (2400m).
La salida se dará tras la primera curva del circuito.	
<b>ALEVINES FEMINAS*:</b>	4 Vueltas. (5200m).
Se incorporan a la carrera de Infantiles féminas.	
<b>INFANTILES FEMINAS*:</b>	9 Vueltas. (11700m).
<b>ALEVINES</b>	5 Vueltas. (6500m).
<b>INFANTILES</b>	12 Vueltas. (15600).

\* Posibilidad de correr juntas las categorías féminas en función del número de corredoras.



COBERTURA DE CRUCES



CRUCE	UBICACIÓN	RESPONSABLE
1	NA-1300 - Camino Arzanegui.	
2	Camino Arzanegui - Zona ½ luna frontón.	
3	Camino Arzanegui - Calle Artzanegi.	
4	Calle Artzanegi - 1ª entrada.	
5	Calle Artzanegi - 2ª entrada.	
6	Apalo kalea - Calle Errotalde - Salida chalets.	
7	Errotalde kalea - Salida Polideportivo.	
8	Errotalde kalea - Salida chalets.	
9	Errotalde kalea - Salida Calle Residencial.	
10	Errotalde kalea - NA-1300.	
11	NA-1300 - Hotel Ayestaran.	
12	NA-1300 - Entrada Cuartel G.Civil.	
13	Zona de Meta previo a vallado.	