

## UNIDAD DIDÁCTICA

### Programa on-line Actividad “Triatlón Divertido” en Centros Educativos

La Federación Aragonesa de Triatlón promueve desde hace cinco temporadas el **Programa “Triatlón Divertido” en los Centros Educativos de Aragón** con el objetivo de dar a conocer el deporte del triatlón y el fomento de la práctica deportiva en general entre los escolares aragoneses.

Con nuestra presencia en los centros, tratamos de explicar en qué consiste el deporte del Triatlón, la existencia de los Juegos Escolares de Triatlón, las escuelas de triatlón, su normativa, la importancia de la mujer en nuestro deporte, y cómo se puede participar en nuestras competiciones escolares. También explicamos a los escolares la existencia de muchos deportes minoritarios (o menos conocidos), en los que podrán encontrar la disciplina que más encaje a sus preferencias y condiciones físicas. Terminamos recalcando la importancia de realizar actividad deportiva y que el ejercicio físico se practique durante todas las etapas de nuestra vida.



Durante los últimos años, varios técnicos de nuestra Federación han estado presentes en vuestros Centros de forma presencial coordinando la actividad. La convocatoria del **Banco de Actividades on-line del Gobierno de Aragón** nos brinda la posibilidad, en tiempos de restricciones sanitarias, de seguir introduciendo en los centros educativos de Aragón nuestra actividad de “Triatlón Divertido” mediante la tutorización técnica, por parte de nuestros Directores Técnicos **Miren Arina y Ricardo Simón**, de unas sesiones didácticas dirigidas al profesorado de Educación Física.

**El objetivo** de este documento es el establecimiento de unos criterios técnicos y una propuesta de sesiones didácticas, que cada colegio podrá adaptar a sus necesidades horarias, de espacios, y alumnado específicas.

### La Actividad

Cada centro educativo podrá adaptar la actividad propuesta a sus necesidades particulares. La Dirección Técnica de la Federación Aragonesa de Triatlón os propone la actividad "Triatlón Divertido" en 6 sesiones didácticas y unas tutorías online:

### SESIONES

- **Sesión 1:** Conoce el Triatlón.
- **Sesión 2:** Carrera a pie.
- **Sesión 3:** Técnica Ciclismo.
- **Sesión 4:** Transiciones.
- **Sesión 5:** Natación
  - 5A. Si el centro educativo SI dispone de piscina (\*): Técnica natación en aguas abiertas.
  - 5B. Si el centro educativo NO dispone de piscina: Ruta en bici
- **Sesión 6:** Competición
  - 6A. Si el centro educativo SI dispone de piscina (\*): Acuatlón o Triatlón (mixto).
  - 6B. Si el centro educativo NO dispone de piscina: Duatlón, Acuatlón, Triatlón de invierno (mixto).

(\* ) La actividad es ideal para las últimas semanas de curso en las que en algunas localidades quizás ya esté abierta la piscina municipal de verano.

**SERVICIO DE TUTORIZACIÓN ONLINE.** La Dirección Técnica de la FATRI realizará una tutorización inicial a varios centros a la vez (mediante videollamada) para explicar la actividad y posteriormente atenderá los contactos individuales y particulares para adaptar la actividad a cada centro.

### MATERIAL ADICIONAL:

- **Anexo 1.** Juegos Escolares de Triatlón y Escuelas-Clubes de Triatlón.
- **Anexo 2.** Encuentro "Inter-centros"
- **Anexo 3.** Marta Pintanel. Desde los Juegos Escolares de Triatlón a la Selección española.



## SESIÓN 1. Conoce el Triatlón

*El objetivo de la sesión es que los alumnos conozcan el deporte del Triatlón, así como los valores que lo acompañan. El Triatlón es un deporte moderno, que nace en la década de los años 80s, multidisciplinar, y que se incorpora al programa olímpico en los JJ.OO. de Sidney 2000. Es uno de los deportes de mayor crecimiento e implantación entre deportistas de todas las edades. El triatlón es un deporte moderno, en auge, y con una presencia muy importante de la mujer, sobre todo en las competiciones escolares. La programación de competiciones mixtas, la igualdad de género en recorridos, distancias y premios, confirman la apuesta de nuestro deporte por la integración definitiva del deporte femenino.*

*Para un conocimiento y explicación del triatlón, el profesorado puede apoyarse en la siguiente presentación que os facilitamos con explicaciones completas hechas por nuestra directora técnica Miren Arina: (también os la facilitamos en pdf por si os puede ayudar de guía y explicarlo vosotros mismos)*



**VIDEO** PROYECCIÓN QUE INCLUYE AUDIO EXPLICATIVO (24 min.)



PRESENTACIÓN SIN AUDIO (recurso para el profesorado)

*La presentación incluye referencias a las disciplinas, transiciones, distancias, material específico, reglamento, triatlón escolar, etc.*

**Recomendamos la proyección en el aula de los siguientes vídeos:**



**VIDEO**

**Video promocional ITU (International Triathlon Union) Cto. Mundo Edmonton (Canadá).**

*Valores que contiene: compañerismo, deportividad, multiculturalidad, igualdad, paratriatlón, esfuerzo, deporte femenino, jueces-reglamento, deportistas veteranos/as, España potencia mundial, multiactividad → DIVERSIÓN.*



**VIDEO**

**Video I Triatlón Escolar Universidad San Jorge. Villanueva de Gállego (Zaragoza) 2019.**

*Valores que contiene: el triatlón NO es un deporte de "superdeportistas" (debemos desmitificar el deporte), existe el triatlón escolar, compañerismo, deportividad, deporte femenino, jueces-reglamento, clubes y escuelas de triatlón → SALUD Y DIVERSIÓN.*



**SESIÓN 2. Carrera a pie**

*El objetivo de la sesión es conocer la importancia de mejorar nuestra coordinación y eficiencia de la carrera a pie. La sesión también debe servir para conocer las diferentes intensidades que podemos aplicar a nuestra carrera. Para ello, se proponen unos ejercicios de **técnica de carrera a pie**, así como un circuito/gymcana de carrera en el que se puedan trabajar diferentes aspectos de habilidad, potencia y velocidad.*

*Proponemos al profesorado estructurar la sesión de la siguiente forma:*

**1) EJERCICIOS DE CALENTAMIENTO.**

*Calentamiento articular. Carrera a trote reconociendo los circuitos que posteriormente se van a realizar en la actividad por relevos propuesta.*

**2) TÉCNICA DE CARRERA A PIE**

*Andar de puntillas, ídem talones hacia fuera, ídem talones adentro, correr talones atrás, rodillas arriba, salto heidi, salto heidi abriendo y cerrando brazos. 4x50m progresivos. 3' trote continuo.*

**3) CONOCER INTENSIDADES**

*Se propone que los alumnos entiendan y comiencen a conocer sus propias intensidades de carrera. Se propone un recorrido de entre 100-200-400m (según edad) al que pueden dar una vuelta a diferentes intensidades. Por ejemplo, desde intensidad 4 (trote) a intensidad 1 (sprint), debiendo bajar el tiempo en cada vuelta.*

#### 4) CIRCUITO DE CARRERA A PIE.

Para la realización de la sesión de carrera a pie se propone circuito con gymkana para no solo fomentar en los alumnos la potencia y rapidez, sino también la coordinación, memoria y concentración.

Pensamos que una forma de hacer más divertida la actividad es realizar una actividad por relevos mixtos, por equipos de 2 chicos + 2 chicas, en el que cada alumno debe completar una vuelta (o varias, según distancia) y dar relevo a su compañero/a y así sucesivamente hasta que el último relevista llega a meta / fin del recorrido.

Una propuesta de gymkana de carrera a pie (adaptable a cada centro educativo) sería la siguiente:

[AMPLIAR IMAGEN](#)



### **SESIÓN 3. Técnica de Ciclismo**

*El objetivo de la sesión es que los alumnos asuman la importancia que tiene la bicicleta en la práctica deportiva en general, y en el triatlón en particular. Se pretende transmitir conocimientos sobre la mecánica básica de la bicicleta, la importancia del uso del casco, y practicar la habilidad y control en el manejo de la bicicleta. Los ejercicios se pueden adaptar en función del nivel de manejo del alumno, edades, espacio disponible, etc.*

*Algunos centros educativos nos trasladan la dificultad que puede acarrear a las familias el traslado de la bicicleta al colegio. La experiencia que tenemos es que en la práctica no existe ningún problema y el uso de la bicicleta para actividades en colegios es bien acogida por los padres y sobre todo por los alumnos que disfrutan mucho del uso de la bicicleta en su propio colegio. Proponemos al profesorado estructurar la sesión de la siguiente forma:*



**VIDEO**

#### **1) EJERCICIOS DE CALENTAMIENTO.**

*Calentamiento articular. Carrera a trote reconociendo los circuitos que posteriormente se van a realizar en la actividad de circuitos propuesta.*



#### **2) CICLISMO. EXPLICACIÓN MECÁNICA BÁSICA.**

*Revisión básica de frenos, inflado de ruedas, sillín, tamaño de bici, casco....*



**VIDEO**



casco obligatorio

### 3) CIRCUITO CICLISTA

Para la realización de la sesión ciclista se propone circuito con gymkana para no solo fomentar en los alumnos sobretodo el equilibrio, control y habilidad con la bicicleta. Con este tipo de circuitos también se trabaja la potencia, coordinación, memoria y concentración.

Los ejercicios propuestos, a decisión del docente, pueden ser giros 360º, equilibrio estático, zigzag, rampa, slalom cada vez más pequeño, carrera lenta, ir con una mano, con la otra, coger un bote y dejarlo más adelante, ir por una línea, bajar/subir un escalón

Pensamos que una forma de hacer más divertida la actividad es realizar una actividad por relevos mixtos, por equipos de 2 chicos + 2 chicas, en el que cada alumno debe completar una vuelta (o varias, según distancia) y dar relevo a su compañero/a y así sucesivamente hasta que el último relevista llega a meta / fin del recorrido.

Una propuesta de gymkana de ciclismo (adaptable a cada centro educativo) sería la siguiente:



[AMPLIAR IMAGEN](#)



Es decisión del técnico establecer las distancias, ejercicios, y número de vueltas adecuados a cada situación, según el espacio disponible y edades de los alumnos. La realización de un circuito completo por relevos al final de la jornada genera motivación y satisfacción extra para los alumnos.

#### **SESIÓN 4. Transiciones**

**El objetivo de la sesión es conocer las transiciones como una parte integrada y muy importante en la propia competición de Triatlón. Pretendemos que los alumnos entiendan y practiquen la técnica de montaje/ desmontaje de la bicicleta. Según la modalidad, se realizan las siguientes transiciones:**

**Triatlón:** Nadar a bici y de bici a correr.

**Duatlón:** Correr a bici y de bici a correr.

**Acuatlón:** Correr a nadar y nadar a correr.

Las transiciones en triatlón requieren entrenamiento específico y una técnica muy concreta. [ESTE VIDEO](#) (en inglés) muestra todos los detalles técnicos por si necesitas más información.



#### **1) EJERCICIOS DE CALENTAMIENTO.**

**Calentamiento articular. Carrera a trote reconociendo los circuitos que posteriormente se van a realizar en la actividad de circuitos propuesta.**

#### **2) TRANSICIONES JUGADAS**

*Juegos con colocación y retirada del casco (instrucciones, habilidad, rapidez)*

*Transiciones con obstáculos, cambiando el material de sitio...*



#### **3) TRANSICIONES. MONTAJE Y DESMONTAJE.**

**Práctica del montaje y desmontaje de bicicleta, línea montaje - desmontaje, casco siempre antes de tocar la bici y quitarse lo último. Ejercicios de autonomía y habilidad en bicicleta.**



¿SERÁN CAPACES MIS ALUMNOS DE HACERLO? 🤖 → <https://youtu.be/IrdLuceBCQU>  
¡¡¡CLARO QUE SÍ!!!

#### **4) EJERCICIO QUE INCLUYA TRANSICIONES**

Se propone un ejercicio de Duatlón (\*) en el que cada alumno deberá completar:  
**Recorrido de carrera a pie** (similar sesión 2).



+

##### **Transición de carrera a ciclismo**

- casco lo primero antes de manipular bici.
- trasladar con la mano y desmontado la bici hasta la salida del área de transición.
- montarse en la bici después de traspasar línea de montaje.

+

**Recorrido ciclista** (similar a sesión 3).

+

##### **Transición de ciclismo a carrera:**

- desmontarse de la bici antes de la línea de desmontaje.
- trasladar con la mano y desmontado la bici hasta el interior del área de transición.
- no quitarse el casco hasta que la bicicleta esté correctamente colocada.
- salir corriendo hacia salida del área de transición

+

**Recorrido de carrera a pie** (similar sesión 2).

(\*) en caso de hacer un Triatlón en lugar de un Duatlón, el primer segmento de carrera a pie se podría sustituir por una simulación de natación con brazadas "en seco", bien en banco sueco, bien incorporados.



## SESIÓN 5. Natación



**VIDEO**

*El objetivo de esta sesión es conocer las características más importantes de la natación en el deporte del triatlón (salida en masa, giros en boyas, orientación en aguas abiertas, etc.).*

*Además de la explicación técnica sobre el segmento de natación, proponemos utilizar la piscina en una sesión 5A para todos aquellos centros educativos que dispongan de piscina (o el municipio que los acoge). La actividad es ideal para las últimas semanas de curso que quizá ya esté abierta la piscina municipal de verano.*

*Para los centros educativos que NO disponen de piscina, proponemos otra sesión 5B como alternativa.*



*Natación en Juegos Olímpicos*



*Natación en Juegos Escolares de Triatlón en Aragón*

**SESIÓN 5A. Natación (para centros que SÍ dispongan de piscina)**

*El objetivo de esta sesión es conocer las características más importantes de la natación en el deporte del triatlón (salida en masa, giros en boyas, orientación en aguas abiertas, etc.).*

*Además de la explicación técnica sobre el segmento de natación, proponemos utilizar la piscina para todos aquellos centros educativos que dispongan de piscina (o el municipio que los acoge). La actividad es ideal para las últimas semanas de curso que quizá ya esté abierta la piscina municipal de verano*



**VIDEO**

**1) JUEGOS Y EJERCICIOS DE CALENTAMIENTO**

*Juegos y ejercicios de calentamiento:*

*Virus (pillar con churro)*

*Ejercicios de coordinación: pies de braza/brazos crol...*

*Nado a un brazo*

*Respiración bilateral*

*Un reto: nado al revés*



**VIDEO**

**2) EJERCICIOS DE TÉCNICA NATACIÓN EN AGUAS ABIERTAS**

*Drafting (Nadar a la estela de otro deportista): en línea o lateral.*

*¿cómo miro la dirección?: mirada cocodrilo y respiración lateral.*

*Salidas masivas: (el máximo que permita la normativa por calle) A sus puestos ... YA!!!!*

*Giros en boyas.*

*Estilos (Braza y espalda por momentos de agobios)*

*Nado waterpolo/socorrista*



**VIDEO**

**SESIÓN 5B. Ruta en bici (para centros que NO dispongan de piscina)**

*El objetivo es trasladar todos los ejercicios de habilidad practicados en la sesión nº3 al disfrute de la bicicleta en un entorno de ruta sencilla y al alcance de todos los alumnos.*



**VIDEO**

**1) RUTA EN BICICLETA** (entorno natural, carril bici urbano, o inmediaciones del centro educativo)

*Consejos antes de utilizar la bicicleta*

*Cómo circular por caminos y rutas naturales*

*Cómo circular por la ciudad y carril bici*

*Respetar a los demás ciclistas y peatones.*

*Respeto al medioambiente.*



**2) EJERCICIOS DE RUTA EN BICICLETA**

*¿Qué es el Drafting? Ir a rueda de otros ciclistas.*

*Practicar.*

*Ejercicios de proximidad de bicicletas por parejas (con o sin cuerdas que las unan)*

*Ejercicio de ir en pelotón.*

*Ejercicio de pelotón o grupo dando relevos*

*Señalización de giros*



**3) ALTERNATIVA A LA RUTA EN BICICLETA**

*En caso de que desde el colegio resulte inviable realizar una salida en bicicleta, se propone realizar como alternativa una de las tres competiciones previstas en la sesión nº 6. (págs. 14 y 15).*

## **SESIÓN 6A. Competición (para centros que SÍ dispongan de piscina)**

En caso de disponer de piscina, se proponen 2 tipos de competiciones diferentes:

- 1) **Acuatlón** (nadar + correr)
- 2) **Triatlón** (nadar + bicicleta + correr)

Las competiciones se pueden celebrar en **formato individual**. Sin embargo, os recomendamos que realicéis la competición aprovechando **formatos más participativos y divertidos**:

- **Por parejas**: ambos deben llegar juntos a la meta haciendo todos los segmentos unidos
- **Por relevos mixtos (chica – chico – chica – chico)** llegando a meta el último relevista.
- **Contrarreloj por equipos (de 4 o 6 componentes)**: todos deben llegar juntos a la meta haciendo todos los segmentos unidos como equipo.

(\*) Sería conveniente que, tras el segmento de natación, la competición tuviera continuidad con la siguiente transición. Sin embargo, es probable que en algunas piscinas (cubiertas) no exista esa posibilidad de continuidad por espacios. En ese caso, se puede cronometrar el tiempo invertido en la parte de natación, y acudir a la zona habilitada para el resto de segmentos para realizar el resto de la actividad y sumar los tiempos invertidos en total.

### **1) ACUATLÓN: NADAR + TRANSICIÓN + CORRER = META**

- Un segmento de natación en el que se puede introducir elementos específicos como salida desde el agua, virajes en boya, etc.
- Entrada a zona de transición (\*), en esta ocasión para dejar gorro y gafas de natación, dejarlo colgado en sillas o banco, y comenzar la carrera a pie.
- Segmento de recorrido carrera a pie ([se propone gymkana](#))
- Llegada a Meta.

### **2) TRIATLÓN: NADAR + TRANSICIÓN + CICLISMO + TRANSICIÓN + CORRER = META**

- Un segmento de natación en el que se puede introducir elementos específicos como salida desde el agua, virajes en boya, etc.
- Entrada a una zona de transición (\*) donde se colocarán el casco (siempre lo primero), cogerán su bicicleta sin montarse, y tras atravesar línea de montaje realizarán montaje sobre la bici.
- Un segmento de recorrido bicicleta ([se propone gymkana](#))
- Entrada a zona de transición, en esta ocasión para dejar la bici, quitarse el casco (siempre en este orden), dejarlo colgado en la bici, y comenzar la última carrera a pie
- Último segmento de recorrido carrera a pie ([se propone gymkana](#))
- Llegada a Meta.

**SESIÓN 6B. Competición (para centros que NO dispongan de piscina)**

**1) DUATLÓN: CORRER + TRANSICIÓN + BICI + TRANSICIÓN + CORRER = META**

Se propone la realización de un Duatlón tal como aparece en el vídeo en el que, tras calentamiento previo reconociendo circuitos “tipo gymkana”, los alumnos completarán:

- Un segmento de recorrido carrera a pie (se propone gymkana)
- Entrada a una zona de transición donde se colocarán el casco (siempre lo primero), cogerán su bicicleta sin montarse, y tras atravesar línea de montaje realizarán montaje sobre la bici.
- Un segmento de recorrido bicicleta (se propone gymkana)
- Entrada a zona de transición, en esta ocasión para dejar la bici, quitarse el casco (siempre en este orden), dejarlo colgado en la bici, y comenzar la última carrera a pie
- Segundo (y último) segmento de recorrido carrera a pie (se propone gymkana).
- Llegada a Meta.



VIDEO

**2) ACUATLÓN POR RELEVOS MIXTOS**

En Triatlón existe la modalidad de relevos mixta (Mujer - Hombre - Mujer - Hombre) en todas sus disciplinas (duatlón, acuatlón, y triatlón).

Se propone la realización de un Acuatlón por Relevos Mixto (como el ejemplo del vídeo), bien con 3 relevistas o con 4. De esta forma, se fomenta la igualdad entre los deportistas masculinos y femeninas desarrollando una actividad deportiva de forma conjunta.



VIDEO



Relevo selección española de triatlón



Relevo en Triatlón de Teruel

La secuencia del Acuatlón por Relevos Mixtos formando equipos de 4 alumnos es la siguiente:

- **Chica** completa 30 – 40 brazadas simulando natación crol + circuito carrera a pie.
- **Chico** completa 30 – 40 brazadas simulando natación crol + circuito carrera a pie.
- **Chica** completa 30 – 40 brazadas simulando natación crol + circuito carrera a pie.
- **Chico** completa 30 – 40 brazadas simulando natación crol + circuito carrera a pie.
- El último relevista entra a meta.

Para la realización del segmento de carrera a pie se propone circuito con gymkana para no solo fomentar en los alumnos la potencia y rapidez, sino también la coordinación, memoria y concentración.

### **3) TRIATLÓN DE INVIERNO: CORRER + TRANSICIÓN + BICI + TRANSICIÓN + ESQUIAR = META**

#### **¿Qué tal si simulamos la práctica de esquí de fondo con patines?**

Se propone la realización de un Triatlón de Invierno en el que, tras calentamiento previo reconociendo circuitos “tipo gymkana”, los alumnos completarán:

- Un segmento de recorrido carrera a pie (se propone gymkana)
- Entrada a una zona de transición donde se colocarán el casco (siempre lo primero), cogerán su bicicleta sin montarse, y tras atravesar línea de montaje realizarán montaje sobre la bici.
- Un segmento de recorrido bicicleta (se propone gymkana)
- Entrada a zona de transición, en esta ocasión para dejar la bici, quitarse el casco (siempre en este orden), dejarlo colgado en la bici, y calzarse los patines.
- Patinaje simulando esquí de fondo realizando circuito de carrera a pie (sin obstáculos)
- Llegada a Meta.



**ESPERAMOS VOLVER A LA ACTIVIDAD  
PRESENCIAL EN VUESTROS COLEGIOS.**

**¡¡¡NOS VEMOS PRONTO!!!**

### Tutorización online de la actividad

La Federación Aragonesa de Triatlón propone dos vías para tutorizar de forma online la actividad:

- 1) **Dudas técnicas concretas o cuestiones particulares** por limitaciones de vuestros centros educativos: enviar correo electrónico a Miren Arina y Ricardo Simón [dtecnico@triatlonaragon.org](mailto:dtecnico@triatlonaragon.org)
- 2) **Planteamiento general de la actividad, contenido de las sesiones, soluciones técnicas para el desarrollo de la totalidad (o una parte del programa).** En ese caso, programaremos una sesión de videollamada grupal convocando a todos los centros educativos para poner en común entre todos problemas, dudas, oportunidades, adaptación de contenidos, etc.



**ANEXO 1. Calendario de Juegos Escolares de Triatlón y Clubes-Escuelas de Triatlón**

La Federación Aragonesa de Triatlón organiza cada curso escolar los **Juegos Escolares de Triatlón** con el apoyo del Gobierno de Aragón. Se programan alrededor de 15 competiciones repartidas durante todo el curso, de inscripción gratuita y con distancias adaptadas a las diferentes categorías (Iniciación, Benjamín, Alevín, Infantil y Cadete) desde los 6 a los 16 años. En el curso 2020-2021 están programadas las siguientes competiciones:

<http://www.triatlonaragon.org/Competiciones/Calendario>

<b>Competición</b>	<b>Fecha</b>
DUATLÓN ESCOLAR CIUDAD DE UTEBO	28/02/2021
II DUATLÓN ESCOLAR VILLA DE TAUSTE	14/03/2021
III ACUATLÓN UNIVERSIDAD SAN JORGE	18/04/2021
VIII DUATLÓN ESCOLAR DE CALATAYUD	08/05/2021
III TRIATLÓN ESCOLAR CIUDAD DE ALCAÑIZ	06/06/2021
III TRIATLÓN ESCOLAR COMARCA CINCO VILLAS	05/06/2021
ACUATLON E.M. EL OLIVAR	06/06/2021
ACUATLÓN POR RELEVOS MIXTOS E.M. EL OLIVAR	06/06/2021
II ACUATLÓN ESCOLAR TRIATLÓN CIERZO	19/06/2021
TRIATLÓN ESCOLAR DE MONTALBÁN	26/06/2021
I TRIATLÓN ESCOLAR VILLA DE TAUSTE	28/08/2021
III TRIATLON JUEGOS ESCOLARES VILLA DE GALLUR	04/09/2021
XI DUATLÓN ESCOLAR JJ.EE. STADIUM CASABLANCA	23/10/2021

A continuación mostramos un reportaje de Aragón Televisión en el que de puede comprobar el magnífico ambiente deportivo que se generan en nuestras competiciones escolares: <https://youtu.be/XaeV5fRwjwI>



En la actualidad, existen un total de 9 **Escuelas de Triatlón** repartidas por todo Aragón y varios proyectos de creación de nuevas escuelas en marcha (Huesca, Alcañiz, Ejea, etc.)

<http://www.triatlonaragon.org/Contenido/InscripcionJuegosEscolares>

CLUB TRIATLÓN EUROPA    Zaragoza

STADIUM CASABLANCA-ALMOZARA 2000    Zaragoza

TRIATLON CIERZO    Zaragoza

CLUB NATACION TERUEL TRIATLON    Teruel

E.M. EL OLIVAR    Zaragoza

OCTAVUS TRIATLON    Utebo (Zaragoza)

ZERCLO ENERGIA HELIOS    Zaragoza

TRIATLON LA VAL    Jarque de La Val (Teruel)

TRANSPORTES SOLA TARAZONA    Tarazona (Zaragoza)



A continuación mostramos un reportaje de Aragón Televisión en el que se muestra el trabajo en una de nuestras Escuelas de Triatlón: [https://youtu.be/dMRY\\_42xETU](https://youtu.be/dMRY_42xETU)



## ANEXO 2. Propuesta de ENCUENTRO INTERCENTROS

*En los meses de ~~abril y mayo de 2021~~, si la situación sanitaria lo permite, se realizará una convocatoria de unos Encuentros de escolares intercentros que se desarrollarán en Zaragoza (o en otras localidades, según demanda). Las convocatorias se realizarán según categorías de edad y la inscripción será gratuita. En los Encuentros se realizará una sesión práctica recordatoria de nuestro deporte y la simulación de una competición, todo ello dirigido por la Dirección Técnica de la FATRI. Se facilitará información de la convocatoria a los centros educativos.*

### ACTIVIDAD POSTPUESTA A LA TEMPORADA 2022



**ANEXO 3. Marta Pintanel, desde los Juegos Escolares de Aragón a la Selección Española de Triatlón.**

*Terminamos esta presentación del deporte del triatlón con un caso real. El de una deportista aragonesa que comenzó a disfrutar del triatlón en las competiciones de Juegos Escolares de Aragón y que, gracias a su enorme calidad y capacidad de superación, ha llegado a ser convocada por la selección española de triatlón. Marta Pintanel Raymundo ha sido varias veces campeona de España y ha participado en campeonatos de Europa y del Mundo, tanto de duatlón, como de triatlón. ¿Quieres conocer su historia?*

