

Triatlón

Locura por ser 'ironman'

► Las 600 plazas iniciales para el cuarto Northwest Trimán de As Pontes se agotaron en apenas 24 horas. La organización amplió en 50 el cupo en la larga distancia, de las que apenas quedan

MARÍA ROCA

AS PONTES. Una corta vida, pero un gran éxito. Es como se podría resumir la historia del Northwest Trimán de As Pontes, el único campeonato de triatlón en distancia ironman que se celebra en Galicia y que se podría decir que viene de batir algún tipo de récord este fin de semana.

La organización abrió este sábado, 1 de octubre, el plazo de inscripción en la prueba, cuya cuarta edición se celebrará el próximo 25 de junio de 2017. Para sorpresa suya y de muchos de los interesados en este evento, las 600 plazas que se ofrecían inicialmente —300

en media distancia y otras tantas en la prueba reina— se agotaron prácticamente en 24 horas.

Así, en solo diez horas ya se habían cubierto las 300 primeras inscripciones. La expectación fue en aumento y, en torno a las siete de la tarde, ya solo quedaban 80 vacantes en la prueba de larga distancia y 50 en la media, que se terminaron agotando a lo largo de las siguientes tres horas, abriéndose así la lista de espera, en la que está a punto de alcanzarse el centenar de deportistas.

Ante el aluvión de inscripciones, la organización decidió ampliar el cupo en el apartado de lar-

ga distancia, ofreciendo 50 plazas más, de las cuales apenas quedan ya una veintena.

Los organizadores del Northwest Trimán, una prueba que se celebra en el entorno del lago de As Pontes y que volverá a ser puntuable para el campeonato gallego de larga distancia, animan a anotarse en la lista de espera a pesar de que no queden plazas, puesto que, según explicaron, siempre se producen «bastantes bajas» a la altura del mes de mayo.

CARACTERÍSTICAS. Las condiciones que debe tener un deportista para afrontar una competición

como el Northwest Trimán de As Pontes tienen que ser prácticamente excepcionales, puesto que deben afrontar distancias muy largas en tres disciplinas deportivas distintas.

Así, en la prueba de larga distancia, los atletas participantes tienen que nadar en el lago de As Pontes un total de 3,8 kilómetros, recorrer a continuación en bicicleta 180 y, para terminar, correr un maratón, es decir, otros 42 kilómetros. En la modalidad de media distancia, los recorridos a superar se reducen a la mitad: 1,9 kilómetros a nado, 90 pedaleando y 21,1 corriendo.

Taekwondo

Dos oros y un bronce para el Moo Duk Kwan en el Open Vila de Moaña

M.R.

mroca@elprogreso.es

VILALBA. Dos deportistas de la escuela de taekwondo Moo Duk Kwan firmaron una gran actuación en la segunda edición del Open Vila de Moaña, al conseguir tres medallas, dos de oro y una de bronce en esta competición, organizada por el club Patiño de la localidad pontevedresa y que reunió este fin de semana a más de medio millar de taekwondistas de Galicia, Madrid y Portugal.

Gabriel Tembrás Corrales y Beatriz Felpeto Rodríguez participaron en la modalidad de técnica, en la categoría junior, tanto en el apartado individual como en el de parejas, logrando subirse al podio en todas las competiciones en las que participaron.

Así, Tembrás se proclamó campeón en individual junior, por delante de Mauro Rodríguez Pousada, del Sares TKD, que fue segundo, y Diego Pampín Míguez (Wellness) y Miguel Martínez Conde (Sares), tercero y cuarto respectivamente. Su compañera Beatriz Felpeto finalizó en una meritoria tercera plaza, por detrás de Celia García Blanco, del Tao, que fue primera, y Eirim Vaamonde García, del Yidam, segunda.

En el apartado de parejas, también en la categoría junior, Tembrás y Felpeto se hicieron con la medalla de oro, quedando por delante del dúo formado por Irene Fernández Cortizo y Mauro Rodríguez Pousada, del club Sares.



Los participantes en el Northwest Trimán de este año toman la salida en el lago de As Pontes. C.ARIAS

Atletismo

Nueva cita en el horizonte

► La séptima edición de la carrera popular de Xermade, cuyo plazo de inscripción ya está abierto, se celebrará el próximo domingo 16

M.R.

XERMADE. Una de las últimas pruebas de atletismo que se celebra en la comarca chairega tendrá lugar el próximo domingo 16 en Xermade, con la disputa de la séptima edición de la carrera popular que promueve el Concello.

El plazo para apuntarse ya está

abierto y los interesados pueden hacerlo en la página web de Cronotec hasta el 13 de octubre. La inscripción será gratuita en el caso de las categorías inferiores y costará seis euros para la de adultos, en la que se incluirán los nacidos en el año 1998 y anteriores.

Así, las categorías que se establecerán en función de la edad son pitufos (2011 y posteriores), prebenjamín (2010-2009), benjamín (2008-2007), alevín (2006-2005), infantil (2004-2003), cadete (2002-2001), juvenil (2000-1999) y adultos.

Las distancias que se deberán recorrer en cada una de ellas oscilarán entre los 60 metros de los

corredores de la categoría pitufos y los seis kilómetros de la prueba absoluta, pasando por los 300 metros de los prebenjamines y benjamines, los 600 de alevines e infantiles y los 1.800 de cadetes y juveniles.

La competición arrancará a las 11.00 horas con las carreras de los más pequeños, mientras que la general está prevista para las 12.00. Las salidas se realizarán todas desde la Praza do Concello.

En cuanto a los premios, habrá trofeos para los tres primeros clasificados de cada categoría infantil, tanto en la modalidad masculina como en la femenina. En la carrera de adultos, se establecerá una



Salida de la prueba absoluta en 2015. (AEP)

única categoría y recibirán trofeo los tres primeros corredores en la clasificación general. Además, habrá un galardón especial para los mejores corredor y corredora del concello xermadés.

Al ser una prueba con carac-

ter meramente participativo, no habrá recompensas económicas. Aun así, todos los participantes recibirán un regalo conmemorativo al finalizar la prueba, así como un avituallamiento sólido y líquido.