

**UNIVERSIDAD NACIONAL
FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA CIENCIAS DEL MOVIMIENTO HUMANO Y
CALIDAD DE VIDA**

EVENTO ESPECIALIZADO

Triatlón Cross: Planificación y ejecución de evento especializado en la región Chorotega.

**DANIELA BONILLA FONSECA
SEBASTIÁN CANOSSA CASTRO
LUIS ANDRÉS VILLALOBOS CORRALES**

PERSONA TUTORA:
Mag. GRETTEL PAMELA VILLALOBOS VÍQUEZ

PERSONAS ASESORAS:
Dr. STEVE MONGE POLTRONIERI
M. Ed. KAREN VÁSQUEZ ESQUIVEL

2026

UNIVERSIDAD NACIONAL DE COSTA RICA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA CIENCIAS DEL MOVIMIENTO HUMANO Y CALIDAD DE VIDA
LICENCIATURA EN PREPARACIÓN Y READAPTACIÓN FÍSICO-DEPORTIVA

Triatlón Cross: Planificación y Ejecución de Evento Especializado en la Región Chorotega.

Evento especializado sometido a consideración del Tribunal Evaluador de Trabajos de Graduación para optar por el grado y título de Licenciatura en Preparación y Readaptación Físico-Deportiva.

Estudiantes
Daniela Bonilla Fonseca
Sebastián Canossa Castro
Luis Andrés Villalobos Corrales

Campus Presbítero Benjamín Núñez, Heredia, Costa Rica

2026

Miembros del Tribunal Evaluador

Dr. Felipe Araya Ramírez
Vicedecano de Facultad de Ciencias de la Salud

Dra. Irina Anchía Umaña
Representante de la Unidad Académica
Escuela Ciencias del Movimiento Humano y Calidad de Vida

Mag. Grettel Pamela Villalobos Víquez
Persona Tutora

Dr. Steve Monge Poltronieri
Persona asesora

M.Ed. Karen Vásquez Esquivel
Persona asesora

Daniela Bonilla Fonseca
Sebastián Canossa Castro
Luis Andrés Villalobos Corrales
Sustentantes

Evento especializado sometido a la consideración del Tribunal Evaluador de Trabajos de Graduación para optar por el grado y título de Licenciatura en Preparación y Readaptación Físico-Deportiva. Cumple con los requisitos establecidos por la Universidad Nacional de Costa Rica. Heredia, Costa Rica

2026

Informe Final de Evento Especializado

Triatlón Cross: Planificación y ejecución de evento especializado en la Región Chorotega.

Daniela Bonilla Fonseca, Sebastián Canossa Castro, Luis Andrés Villalobos Corrales.

Escuela Ciencias del Movimiento Humano y Calidad de Vida, Universidad Nacional de Costa Rica, Heredia, Costa Rica.

Resumen: Este evento describió la planificación, ejecución y evaluación de un Triatlón Cross realizado en el cantón de Nicoya, Región Chorotega. El objetivo fue desarrollar un evento deportivo como estrategia para la promoción de la actividad física y el impacto positivo en la comunidad mediante una propuesta estructurada, inclusiva y sostenible, dirigida a niños, jóvenes y adultos. El evento integró natación, ciclismo de montaña y carrera en senderos, y se desarrolló a partir de diagnósticos territoriales, visitas técnicas, coordinación interinstitucional y un sistema de inscripción diferenciado para población infantil y adulta. Se registraron 95 inscripciones (43 niños y 52 adultos), con una participación efectiva de 55 competidores el día del evento; además, asistieron aproximadamente 150 personas entre familiares y espectadores, evidenciando un impacto comunitario relevante. Los resultados mostraron mayor participación en categorías recreativas y distancias cortas, así como un rol clave del voluntariado, conformado por 36 personas, para garantizar el desarrollo seguro y ordenado de la actividad. La evaluación de satisfacción reflejó una percepción altamente favorable: el 75% calificó la experiencia como excelente y el 25% como buena. Los puntos de hidratación fueron el componente mejor valorado, seguidos por la organización general, el diseño de los recorridos y la comunicación previa, mientras que la señalización presentó oportunidades de mejora. El 100% de los participantes manifestó su intención de volver a participar. En conclusión, el Triatlón Cross cumplió su objetivo de promoción de la actividad física y fortalecimiento comunitario, consolidándose como una iniciativa viable y replicable en la región.

Palabras Clave: Evento deportivo, Triatlón Cross, deportes de resistencia, actividad física, comunidad.

Introducción

Las pruebas de deportes de resistencia han ganado popularidad en los últimos años, desarrollando eventos claves como competencias de atletismo, carrera en senderos, triatlones, carreras de ciclismo de ruta y ciclismo de montaña como algunas de las disciplinas más destacadas dentro de esta área (Pérez y Pérez, 2009). En el caso del triatlón, este se realiza mayormente en vías pavimentadas y entornos controlados, como ciudades y zonas costeras acondicionadas para la competencia. Es un deporte multifacético que combina natación, ciclismo y carrera, donde cada disciplina está conectada por una zona de transición donde el atleta cambia entre disciplinas (Espejo et al., 2024). Adicionalmente, existe una modalidad denominada Triatlón Cross, la cual se practica en entornos naturales donde se integra la natación, el ciclismo de montaña y carrera en senderos naturales (Rodríguez et al., 2020), y contempla diferentes categorías: el estándar (XTERRA) donde se comprenden distancias de 1,5 km de natación, 36 km de ciclismo de montaña y 10 km de carrera; además de la modalidad en distancia corta donde reduce a trayectos de 750 m de natación, 13,5 km de ciclismo y 7 km de carrera; y la modalidad de distancia más corta dirigida a categorías menores, varía entre 200-400 m de natación, 6-10 km de ciclismo y 1,5-3 km de carrera (Teleglów et al., 2022, Bevins., 2025).

La práctica del Triatlón Cross es segura para las diferentes poblaciones. Se ha documentado que tiende a disminuir la carga articular y el riesgo de lesiones por impacto repetitivo cuando se realiza en terrenos más flexibles,

como senderos de tierra o césped, en contraste con el asfalto y el concreto (Miller et al., 2020). Además, según Pretty et al., (2005) se ha demostrado que al realizar este tipo de actividades en entornos naturales los niveles de estrés suelen disminuir y el bienestar mental mejora en comparación con los deportes en zonas urbanas.

Actualmente, en Costa Rica según la página de la Federación Unida de Triatlón (Masis, 2024), la cantidad de triatletas que representan al país a nivel internacional es reducida, 39 en total de los cuales 11 son mujeres y 28 son hombres, esto a pesar de ser un país con diversidad geográfica y riqueza natural, que se ha posicionado como un escenario privilegiado para la práctica de deportes de resistencia en contacto con el medio ambiente. En este contexto, el Triatlón Cross encuentra una oportunidad para consolidarse como una modalidad deportiva que no solo promueve la salud y la actividad física, sino también la conexión con el entorno natural, algo que en los últimos años ha incrementado ya que en el 2023 la cantidad de representantes era de tan solo de 16 triatletas sin incluir la cantidad de personas que practican este deporte sin estar compitiendo a nivel profesional y además específicamente el Triatlón Cross (Masis, 2023).

Por ello, resultó fundamental estructurar y planificar eventos que den visibilidad a jóvenes promesas con potencial para representar al país a nivel nacional e internacional, además de fomentar la inclusión y la práctica del Triatlón Cross en poblaciones con condiciones óptimas, como el cantón de Nicoya. Esta comunidad destaca en el ámbito deportivo, siendo el fútbol la disciplina principal, representada en diferentes momentos por la Asociación Deportiva Guanacasteca en la Primera División. En 2024, Nicoya fue sede de los Juegos Deportivos Nacionales y había evidenciado un creciente interés por disciplinas como el atletismo, el ciclismo y los deportes acuáticos, favorecido por su proximidad a la costa, lo cual impulsó la realización de eventos recreativos que promueven un estilo de vida activo, así como el auge del triatlón y la carrera en senderos de la zona (ICODER, 2023). A ello se suma su fuerte compromiso con el deporte, su entorno natural privilegiado y su reconocimiento como “zona azul”, características que la posicionan como un escenario ideal para consolidar este tipo de eventos, integrando la conservación ambiental con la promoción de la salud integral y el deporte ante población activa y saludable potenciando un impacto social positivo (Mora, 2023; Blue Zones, 2025).

A su vez, con la participación de la Universidad Nacional, la Escuela de Ciencias del Movimiento Humano y Calidad de Vida (CIEMHCAVI) y la Escuela Deportiva Pedagógica (EDP), actores fundamentales en el desarrollo humano regional, se promovió la integración de la población comunitaria en procesos formativos y recreativos (Sede Regional Choroteaga, 2025). Estos espacios fomentaron hábitos de vida saludables mediante actividades físicas, deportivas y recreativas que, además, incentivaron valores, actitudes y habilidades aplicables en la vida cotidiana y futura de los participantes (Ciencias del Movimiento Humano y Calidad de Vida, 2021). El impacto de estos proyectos no solo alcanza a los niños y jóvenes involucrados, sino también a padres, familiares y el público en general, generando una participación de la comunidad nicoyana en iniciativas de bienestar y desarrollo integral (Villalobos, 2023). Este enfoque comunitario y formativo constituyó una de las ideas centrales para la realización del evento de Triatlón Cross, el cual buscó consolidarse como una estrategia que refuerce tanto la salud como la cohesión social en la región, en donde se logra aprovechar las instalaciones del CCDR Nicoya, el cual cuenta con una infraestructura adecuada para la realización de un evento de estas características. (K. Vásquez, comunicación personal, 15 de marzo de 2024).

Por su parte, los antecedentes internacionales de eventos realizados de Triatlón Cross nos describen distintos eventos realizados anualmente, siendo el más popular y prestigioso el XTERRA, la primera fue la edición en 1966. También la Unión Internacional de Triatlón celebró su primer campeonato mundial de Triatlón Cross en 2011 en Extremadura, España, (World Triathlon, 2025). Además, la serie XTERRA organiza múltiples competencias en diferentes continentes, destacando eventos como el World Championship en Maui (Hawái), European Championship, Asia-Pacific Championship, Pan American Championship y South American Championship, donde todas estas competiciones reúnen a los mejores atletas del mundo y varían en terrenos y condiciones, ofreciendo un

desafío único en cada edición (XTERRA, 2025). Además, se encontró en España una propuesta de Fernández y Palao (2014), en la cual realizaron una implementación de un triatlón en educación física escolar como una estrategia para fomentar la actividad física en la naturaleza y promover hábitos saludables. La investigación se llevó a cabo en un centro educativo de Murcia, donde se diseñó una unidad didáctica de 12 lecciones en las que los estudiantes aprendieron las técnicas básicas de natación, ciclismo y carrera, así como las transiciones entre disciplinas. El estudio concluyó que la enseñanza del triatlón en el ámbito escolar no solo mejora la condición física de los estudiantes, sino que también fomenta el respeto por el medio ambiente y la práctica deportiva en la naturaleza.

Asimismo, la información de eventos realizados a nivel nacional relacionados con este trabajo, se destaca el Costa Rica Off-Road Races con disciplinas como aguas abiertas, ciclismo de montaña, ciclismo en grava, carrera en senderos, duatlón y Triatlón Cross, este evento se inauguró en el año 2022 en Conchal, Guanacaste y también el evento XTERRA Costa Rica, el cual se realiza en Las Catalinas, Guanacaste (Off Road Races BAC, 2024). En población infantil, no se ha encontrado evidencia sobre la realización de eventos de Triatlón Cross en Costa Rica, únicamente eventos como Acuakids en San Carlos de Alajuela, Duatlon Kids en Quepos, Puntarenas (Masis, 2024) y el evento Tri Go Kids en el Polideportivo Monserrat de Alajuela, organizando su 18ª edición este año 2025, cuya importancia está en la inclusión de niños de todas las edades y población en condición de discapacidad (FEUTRI, 2022). Por otra parte, los eventos especializados realizados como parte de trabajos finales de graduación en la Escuela de Ciencias del Movimiento Humano y calidad de vida (CIEMHCAVI) incluyen la Feria de diversificación de deportes no tradicionales dirigido a estudiantes de Ciencias del Movimiento Humano de la Universidad Nacional realizado por el estudiante Josafat Barboza Umaña en el año 2024 (Universidad Nacional, 2025).

Toda la información recién descrita sobre eventos internacionales y nacionales nos permitió proponer la organización de este evento de Triatlón Cross para la población general del cantón de Nicoya, Guanacaste y los niños pertenecientes a la EDP de la sede UNA Chorotega, al ser una modalidad que incorpora las tres disciplinas anteriormente mencionadas teniendo en consideración el auge en popularidad de los últimos años, debido al contacto directo con la naturaleza y la alta exigencia física que implica (Expósito, 2008). Por consiguiente, se planteó promover en la comunidad de Nicoya, la actividad física, ejercicio físico, dando a conocer una modalidad deportiva como el Triatlón Cross, implementando estrategias sostenibles como la delimitación de rutas, el respeto a la biodiversidad y a educación ambiental de los participantes como mencionan Rodríguez et al, (2020), que el impacto ambiental en espacios naturales debía minimizar la degradación del ecosistema, y también fomentar una convivencia armoniosa entre el deporte y la naturaleza, garantizando la sostenibilidad de estos espacios para futuras generaciones.

Partiendo de esta riqueza territorial y humana, la inclusión deportiva en Nicoya representó un esfuerzo por democratizar el acceso a la actividad física y al deporte, permitiendo que personas de todas las edades, niveles socioeconómicos y capacidades participen en espacios recreativos o competitivos (UNESCO, 2020). En una región rural con riqueza natural, como Nicoya, esto implicó no solo habilitar infraestructuras accesibles y programas adaptados, sino también aprovechar el entorno para fomentar prácticas deportivas inclusivas, como el Triatlón Cross, que promuevan la salud, la integración social y el sentido de pertenencia en la comunidad (Quintares, 2024).

En este marco, la planificación y ejecución del presente evento especializado se vincula directamente con el perfil de salida de la Licenciatura en Preparación y Readaptación Físico-Deportiva, al constituirse como una intervención aplicada orientada al diseño, gestión y control de un proceso deportivo estructurado, adaptado a distintos niveles de rendimiento. El desarrollo del Triatlón Cross implicó la toma de decisiones técnicas fundamentadas en principios propios de la preparación físico-deportiva, tales como la determinación de distancias, la selección de modalidades, la progresión de la exigencia física y el control de la carga de entrenamiento según la edad, la experiencia y las capacidades funcionales de los participantes, integrando aprendizajes adquiridos en los cursos de Determinación, Selección y Promoción del Talento Deportivo, Modelos de Planificación de Deportes Individuales y Control de la Carga de Entrenamiento. Asimismo, la estructuración del evento contempló criterios metodológicos de

planificación, prevención de riesgos y control del entorno competitivo, así como la inclusión de modalidades individuales, por relevos y acuatlón, lo cual permitió aplicar procesos de adaptación al esfuerzo y gestión del rendimiento en un contexto real de competencia.

Desde el enfoque académico, la Licenciatura en Preparación y Readaptación Físico-Deportiva tiene como objeto de estudio el rendimiento deportivo, comprendido desde las fases de formación, especialización y deporte competitivo, promoviendo el desarrollo integral del deportista en las dimensiones física, psíquica y social, mediante un abordaje interdisciplinario y transdisciplinario. En este sentido, el Triatlón Cross se alinea con dicho objeto de estudio al constituirse como un espacio de aplicación práctica para la planificación, ejecución y evaluación de un proceso deportivo, permitiendo analizar la respuesta al esfuerzo, la adaptación a la carga y la toma de decisiones técnicas propias del entrenamiento y la competencia. La finalidad social del plan de estudios de esta licenciatura radica en la profesionalización de las personas egresadas en Ciencias del Movimiento Humano en el ámbito del rendimiento deportivo, con énfasis en la preparación y readaptación físico-deportiva, a partir de una comprensión sistémica del entrenamiento, la competición y la gestión del proceso deportivo. Bajo esta perspectiva, el evento especializado se concibe como una instancia de intervención profesional que fortalece competencias cognitivas, procedimentales y actitudinales asociadas al liderazgo, la gestión de proyectos deportivos, la planificación metodológica del entrenamiento y la identificación y proyección del talento deportivo, en coherencia con el perfil profesional y ocupacional establecido por la Escuela de Ciencias del Movimiento Humano y Calidad de Vida (CIEMHCAVI, 2025).

Objetivo general

Desarrollar un Triatlón Cross en la Región Chorotega como estrategia para la promoción de la actividad física e impacto positivo en la comunidad mediante una propuesta estructurada, inclusiva y sostenible, dirigida hacia los niños, jóvenes y adultos de Nicoya.

Objetivos específicos

1. Organizar las diferentes etapas de un Triatlón Cross: natación, ciclismo y carrera, mediante la colaboración de diferentes actores comunitarios para la experimentación de este deporte en la comunidad de Nicoya.
2. Fomentar la participación de niños, jóvenes y adultos de la comunidad mediante una convocatoria abierta y accesible que incentive estilos de vida saludables y la convivencia familiar.
3. Evaluar el impacto del evento en términos de participación, satisfacción de los asistentes y proyección comunitaria de la Universidad Nacional como promotora del deporte y la salud en la región Chorotega.
4. Diseñar un evento deportivo que pueda ser replicable en el futuro con la colaboración de entidades públicas como la Universidad Nacional, Escuela Deportiva Pedagógica y Comité Cantonal de Deportes que promueva el deporte y la actividad física en la región.

Método: Procedimiento para el desarrollo del evento

El presente fue desarrollado con el objetivo de planificar, diseñar y ejecutar un evento especializado de Triatlón Cross, integrando los aspectos logísticos y operativos necesarios para su organización. En este apartado se detallaron los procesos e instrumentos utilizados para la recopilación de información, así como los elementos considerados en las distintas tomas de decisiones.

Plan de Acción

Por su parte, la organización de un evento deportivo como el Triatlón Cross requiere una planificación estructurada respaldada por la teoría en gestión deportiva. El proceso inició con un diagnóstico del entorno y de la población objetivo, lo cual permitió evaluar la viabilidad del evento y establecer metas acordes al contexto (Chelladurai, 2014). Luego, se avanzó hacia la planificación estratégica, donde se definieron los objetivos, se elaboró un cronograma, se asignaron funciones y gestionaron los recursos necesarios. En esta fase también se consolidaron alianzas con actores clave como comités deportivos, instituciones educativas y entes locales (Martínez del Castillo, 2017).

Posteriormente, se diseñó la parte técnica del evento, lo que implicó definir recorridos, categorías, logística de seguridad, señalización y puntos de apoyo (Getz, 2005). Una vez establecidos estos aspectos, se inició la fase de promoción y captación de participantes mediante campañas comunicativas. La ejecución del evento demandó una coordinación precisa entre organizadores, voluntarios y personal técnico, seguida de una etapa de evaluación y cierre que permitió recoger aprendizajes y proyectar mejoras para futuras ediciones (Parent & Smith-Swan, 2013; Shone & Parry, 2010).

Etapa Preparatoria

En primera instancia, a través de la profesora máster Grettel Villalobos Víquez (tutora del presente trabajo final de graduación), se estableció contacto con el señor máster Norberto Sánchez Mendoza, gestor deportivo del Comité Cantonal de Deportes y Recreación de Nicoya (CCDR Nicoya). La reunión se realizó de manera virtual el lunes 24 de marzo mediante la aplicación Zoom. En esta se presentó la propuesta del evento, se brindó información sobre los senderos disponibles y se destacó la alianza existente con la Escuela Deportiva Pedagógica (EDP), que utiliza las instalaciones los sábados. Para facilitar la comunicación, se creó un grupo de WhatsApp en el que también se incluyó a la señora máster Karen Vásquez Esquivel, coordinadora de la EDP Nicoya. A raíz de los comentarios y recomendaciones brindadas por máster Norberto Sánchez Mendoza y máster Karen Vásquez Esquivel, se coordinó con la tutora máster Grettel Villalobos Víquez una visita a Nicoya, con el fin de conocer las instalaciones, la población y definir con mayor claridad las distancias y la logística, además de sostener reuniones presenciales con los encargados de ambos proyectos.

Los días 2 y 3 de mayo de 2025 se llevó a cabo un diagnóstico en el cantón de Nicoya, incluyendo visitas al CCDR Nicoya y a la Sede Regional Chorotega de la Universidad Nacional (UNA). El 2 de mayo se evaluaron las instalaciones del CCDR, destacando su piscina olímpica de 50 metros, donde se desarrolló la prueba de natación para la población general y para los niños que dominan el estilo libre. Para los niños más pequeños o que aún no saben nadar, se utilizó la piscina pedagógica de 16 metros o bien, la piscina olímpica, haciendo uso de un flotador. La zona de transición estaba ubicada al costado de la piscina, conformada por tres canchas de tenis, y a la derecha de estas, se encontraba la pista de atletismo de 400 metros. Al ingresar al CCDR se ubicaban los parqueos, y a la derecha se encontraba el primer sendero de ciclismo, de aproximadamente 900 metros de longitud, rodeado de naturaleza, árboles y con superficie de hojas secas.

Acercamiento y Promoción

Los días 8 y 9 de agosto se llevó a cabo una visita a las instalaciones del CCDD de Nicoya, donde se sostuvieron reuniones con máster Norberto Sánchez Mendoza, acordando el uso de las instalaciones (piscinas, canchas de tenis, pista de atletismo, los dos senderos y el gimnasio), así como la presencia de la Cruz Roja y la Fuerza Pública durante el evento. También se confirmó que se contaba con la póliza correspondiente para la cobertura de los participantes. Durante la gira, se dialogó con máster Karen Vásquez Esquivel, profesora de la EDP Nicoya, y se realizó una visita a la EDP Hojancha, donde se conversó con el profesor Luis Arguedas Castro, padres de familia y niños, explicándoles el evento y evacuando dudas. El viernes 8 se aprovechó para el reconocimiento de los dos senderos, y se coordinó una nueva gira para los días 3 y 4 de octubre con el fin de demarcarlos, contando con el apoyo de Andrés Gamboa Meneses, quien ha sido el encargado de esta labor en otros eventos realizados en la zona.

Según las visitas y reuniones con los encargados, la población principal del evento fueron los niños de la EDP Nicoya y Hojancha, en total 33 con edades entre 6 y 12 años. Todos presentaron un nivel deportivo activo, ya que la mayoría contaba con una trayectoria dentro del proyecto. Se promovió la participación de estos niños, asegurando que estuvieran debidamente inscritos y asignados a la modalidad adecuada (triatlón o acuatlón) según sus condiciones.

Asimismo, se buscó generar un impacto positivo en la comunidad de Nicoya, informando e incentivando a más niños de la zona a participar. Se fomentó también la participación de padres de familia, tanto como acompañantes de los niños como posibles competidores, así como de miembros de la comunidad interesados en conocer esta modalidad deportiva.

Propuesta de Calendarización

El evento se programó para realizarse el sábado 8 de noviembre de 2025, tomando en cuenta las recomendaciones de los encargados de los proyectos y las condiciones climáticas de la región. Se descartó el mes de octubre por tratarse de una temporada de lluvias que podría afectar el desarrollo del evento.

Para asegurar una organización óptima, se planificó viajar desde el jueves anterior al evento, con el fin de revisar que los senderos estuvieran en óptimas condiciones, atender detalles logísticos y llevar a cabo reuniones finales con los responsables de cada área, asignando funciones específicas para el buen desarrollo de la actividad.

Instrumentos e Inscripción

Posterior al diagnóstico, se realizó una inscripción la cual tuvo una fecha de inicio el lunes 18 de agosto y como límite el miércoles 22 de octubre, con el objetivo de conocer la cantidad de personas interesadas en participar en el evento, tanto del público general como de la población infantil, cuyo límite de participantes fue de 20 personas por categoría. Para ello, se utilizaron dos formularios digitales (Google Forms) que incluyen diez ítems para el Triatlón Cross población general y doce ítems de triatlón-acuatlón cross para población infantil, relacionados con aspectos básicos como nombre, contacto, sexo, edad, si disponían de una bicicleta de montaña, si sabían nadar y si podían correr en superficies duras y en senderos montañosos, además del asentimiento en el caso de los niños y consentimiento para los adultos. Asimismo, se consultó a ambos grupos sobre su interés en participar en alguna de las distancias propuestas para el evento. Los datos obtenidos a través de este formulario sirvieron para identificar a los participantes y organizar la logística de manera más precisa. A partir de esta información, se conformó un grupo de WhatsApp exclusivo con los participantes, con el fin de mantener una comunicación directa, compartir información relevante, enviar recordatorios y brindar orientación específica sobre la preparación y organización del evento. Este

canal de comunicación también facilitó la resolución de dudas y contribuyó a fortalecer el vínculo entre los organizadores y los participantes previo a la competencia.

En relación con los instrumentos de registro, organización y evaluación utilizados durante el evento, se emplearon distintas herramientas digitales que facilitaron la recolección de información clave para la planificación, ejecución y valoración final del Triatlón Cross. A partir del formulario digital dirigido a las personas adultas interesadas en participar, se recopilaron datos esenciales como edad, nivel de experiencia, disponibilidad de bicicleta de montaña y dominio de la natación, lo cual permitió asignar de forma adecuada las categorías y optimizar la planificación logística del evento. Asimismo, se elaboró un formulario específico para los niños y niñas inscritos en las modalidades de triatlón y acuatlón, mediante el cual fue posible registrar información relevante sobre edad, nivel acuático, experiencia en ciclismo y autorización de responsables, garantizando que cada participante infantil fuera ubicado en la categoría más acorde con sus habilidades y condiciones.

Voluntarios

De igual forma, para la organización del recurso humano, se diseñó un formulario digital de inscripción para voluntariado que permitió recopilar datos personales, áreas de interés, experiencia previa y disponibilidad horaria, lo que favoreció la asignación eficiente de funciones durante las distintas fases del evento y aseguró una adecuada coordinación del personal colaborador. Con el fin de valorar la percepción de los participantes adultos una vez concluida la competencia, se aplicó un formulario de evaluación de satisfacción mediante el cual se obtuvieron opiniones relacionadas con la organización, la señalización, la dificultad de los recorridos, la comunicación previa y la calidad de los puntos de hidratación, insumos fundamentales para la retroalimentación y mejora de futuras ediciones. Paralelamente, se aplicó un instrumento similar dirigido a los niños participantes en triatlón y acuatlón, a través del cual se recopiló información sobre su experiencia general, el disfrute de las actividades, la percepción de seguridad y la claridad de las indicaciones, permitiendo valorar el impacto del evento en la población infantil y ajustar aspectos pedagógicos y logísticos para próximas actividades.

Promoción

Adicionalmente, con el fin de promocionar el evento se realizó un video explicativo en el que se detalló que la actividad corresponde a un trabajo de graduación para la obtención de la licenciatura en Preparación y Readaptación Físico-Deportiva, de la Universidad Nacional. En dicho material se informó sobre la fecha del evento (8 de noviembre), las instalaciones en las que se desarrollaría, los horarios, la población meta y las categorías disponibles, de manera que tanto la comunidad general como las familias interesadas pudieran comprender el alcance y los objetivos de la actividad.

Premiación

La premiación se llevó a cabo de forma ordenada y progresiva en el momento en que cada participante, finalizaba la prueba, en la pista de atletismo del polideportivo. Esta dinámica permitió mantener la atención y motivación de los participantes, evitando aglomeraciones innecesarias y facilitando una transición fluida entre las diferentes categorías. Se entregó una medalla a cada participante, reconociendo su esfuerzo en cada una de las disciplinas del Triatlón Cross, además, recibieron un certificado de participación, como reconocimiento simbólico por formar parte de una experiencia deportiva nueva para cada uno de ellos. Por su parte, las medallas y certificados fueron financiados por recursos propios de los organizadores donde se buscaron proveedores que se ajustaran a necesidades como diseño, materiales, sostenibilidad y presupuesto, priorizando opciones accesibles sin comprometer la calidad ni el valor simbólico de los reconocimientos.

Categorías y distancias

Finalmente, con el propósito de garantizar la participación adecuada de cada persona, se definieron diversas categorías y distancias adaptadas tanto a la población general como a los niños de la Escuela Deportiva Pedagógica y la comunidad, de manera que cada participante pudiera seleccionar la modalidad más acorde con sus capacidades físicas, nivel de experiencia y accesibilidad.

Tabla 1

Categorías y distancias propuestas en las disciplinas deportivas del Triatlón Cross para la población general.

Triatlón Cross				
Categoría	Distancia Total	Natación	Ciclismo	Atletismo
Modalidad Corta	6.7 km	200 m	3 km	3.5 km
Modalidad Corta Relevos	6.7 km	200 m	3 km	3.5 km
Modalidad Media	11.2 km	400 m	6 km	4.8 km
Modalidad Media Relevos	11.2 km	400 m	6 km	4.8 km
Modalidad Larga	16.9 km	700 m	9 km	7.2 km
Modalidad Larga Relevos	16.9 km	700 m	9 km	7.2 km
Modalidad CIEMHCAVI	7.9 km	700 m	-	7.2 km

Tabla 2

Categorías y distancias propuestas en las disciplinas deportivas del Triatlón y Acuación Cross para la población.

Categoría	Distancia Total	Natación	Ciclismo	Atletismo
Kids 1	2.75 km	50 m (Piscina pequeña)	1.5 km	1.2 km
Kids 2	2.7 km	100m (Piscina grande)	1.5 km	1.2 km
Kids 3	1.25 km	50 m (Piscina pequeña)	-	1.2 km
Kids 4	1.3 km	100m (Piscina grande)	-	1.2 km

Contactos Importantes

Por otra parte, se gestionó el apoyo de la UNA Chorotega, a través del doctor Juan Carlos Picón Cruz, con el objetivo de ofrecer refrigerio a cada una de las personas participantes y voluntarios. Asimismo, se contempló invitar a empresas que desearan colaborar mediante la entrega de productos para los competidores, es importante aclarar que estas empresas fueron formalmente invitadas al evento y se les brindó un espacio designado para exhibir y distribuir sus productos. No obstante, los estudiantes no recibieron dinero en efectivo ni transferencias y fue responsabilidad de cada empresa entregar directamente los productos ofrecidos.

La siguiente lista de contactos estuvo compuesta por profesionales y colaboradores clave que contribuyeron de manera significativa en la planificación, coordinación y ejecución del Triatlón Cross en la Sede Chorotega de la Universidad Nacional. Este grupo incluyó a académicos de distintas áreas, tutores, lectores, coordinadores de programas deportivos, gestores y promotores vinculados tanto a la EDP Chorotega como al CCDR de Nicoya.

Tabla 3

Lista de contactos necesarios para la organización y ejecución del evento planteado.

MAG. Grettel Villalobos Víquez	Tutora y académica UNA
Dr. Steve Monge Poltronieri	Lector y académico UNA
M.Ed. Karen Vásquez Esquivel	Lectora y coordinadora EDP Chorotega
M.Sc. Norberto Sánchez Mendoza	Gestor Deportivo (CCDR Nicoya)
M.Sc. Georgina Lafuente García	Coordinadora EDP Chorotega y académica UNA
Lic. Julio César Morales Pizarro	Promotor deportivo (CCDR Nicoya)
Dr. Juan Carlos Picón Cruz	Académico UNA Chorotega
Lic. Dixie Vásquez Zúñiga	Recepcionista UNA (CCDR Nicoya)
Dr. Emmanuel Herrera González	Coordinador EDP Heredia
Sra. Alejandra Ledezma Jiménez	Estudiante asistente EDP Chorotega
Sr. Luis Arguedas Castro	Instructor EDP Hojancha
Sr. Andrés Gamboa Meneses	Encargado demarcación senderos

Planificación de Recursos

Para llevar a cabo el Triatlón Cross, se organizaron diversas actividades logísticas y operativas como la limpieza y demarcación del sendero, instalación de zonas de transición, modalidades deportivas, puestos de asistencia, premiación, y registro de competidores. Algunas tareas requirieron una inversión económica puntual, como la demarcación, el refrigerio y la premiación, mientras que otras se apoyaron en materiales disponibles y la participación voluntaria. El recurso humano estuvo compuesto mayoritariamente por voluntarios, bajo la coordinación del equipo organizador, y se utilizó equipo tecnológico básico para el registro y el ambiente del evento.

Tabla 4

Planificación de recursos para la realización del Triatlón Cross.

Actividad	Recursos económicos	Materiales	Materiales tecnológicos	Recurso humano	Responsable
Limpieza de sendero	-	Rastrillo, pala machete y bolsas de basura	-	Voluntarios	Organizadores
Demarcación de sendero	₡20.000	Cinta para demarcar y conos	-	Voluntarios	Organizadores
Zonas de transición	-	Conos y canchas de tenis	-	Voluntarios	Organizadores
Puestos de asistencia	-	Canastas, bidones, conos y toldos	-	Voluntarios	Organizadores
Refrigerio	₡60.000	Hidratación y frutas	-	Voluntarios	Dr. Juan Carlos Picón Cruz
Premiación	₡150.000	Medallas y certificados	-	Organizadores	Dr. Emmanuel Herrera González
Seguridad	-	Botiquín	-	Fuerza Pública, Cruz Roja y Voluntarios	M.Sc. Norberto Sánchez Mendoza y Organizadores
Registro de participante y asignación de número	-	Listas de inscritos, pilots, números, cronómetros, sillas y mesas	Laptop/Tablet	Voluntarios	Organizadores

Sonido y ambiente	-	Equipo de sonido	Laptop/Tablet	Voluntarios	M.Sc. Norberto Sánchez Mendoza
Modalidad natación	-	Piscinas, salvavidas, cuerdas de separación carriles, silbatos	-	Voluntarios	Organizadores
Modalidad ciclismo	-	Cinta para demarcar, conos y banderines.	-	Voluntarios	Organizadores
Modalidad atletismo	-	Conos y Cinta para demarcar, conos y banderines.	-	Voluntarios	Organizadores
Higiene y limpieza	-	Alcohol en gel, jabón, baños y basureros.	-	Voluntarios	Organizadores

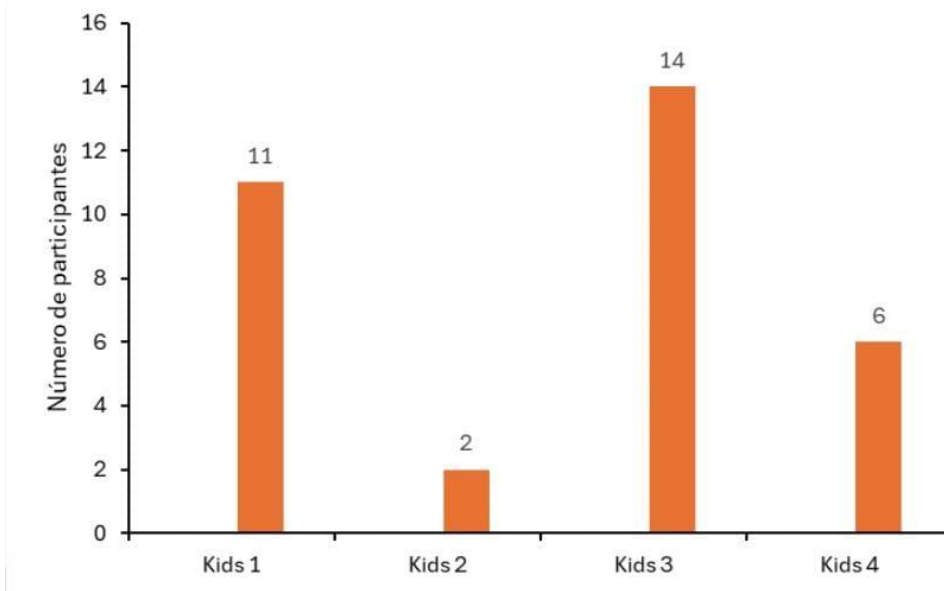
A su vez, para el público presente y competidores que quisieran participar se planeó la realización de un baile grupal como actividad complementaria del evento en horas de la mañana el cual fue coordinado con personal del CCDDR Nicoya.

Cronograma del Evento

Para la fase de ejecución, se planteó la siguiente estructura mediante un Diagrama de Gantt:

Tabla 5

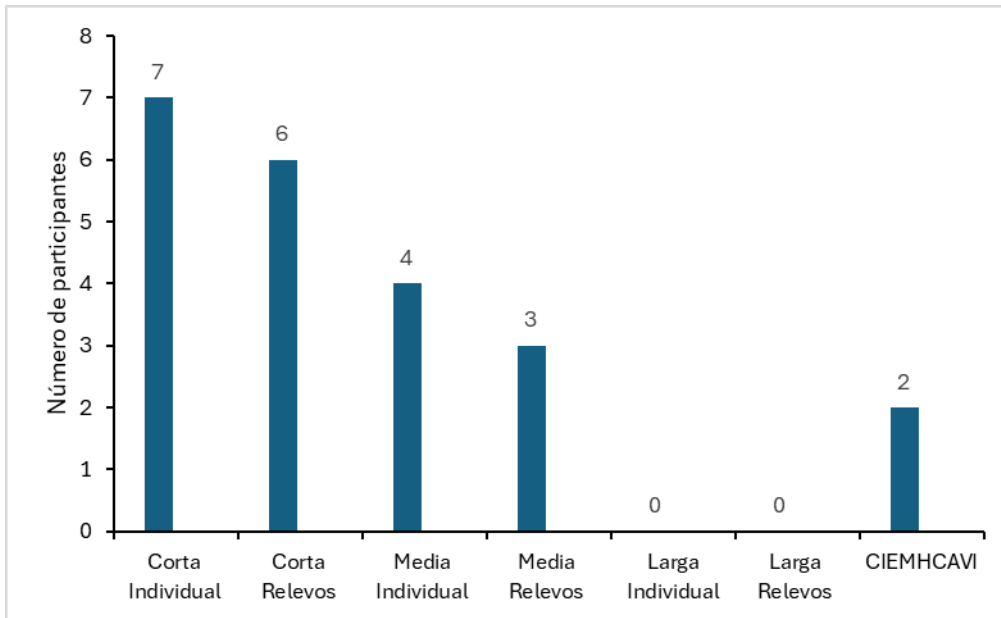
Diagrama de Gantt con el cronograma de la organización y realización del Triatlón Cross.



Esta variabilidad evidenció el interés predominante por categorías intermedias, posiblemente relacionado con las edades y niveles de experiencia de los niños inscritos.

Figura 2.

Número de participantes adultos inscritos en el evento Triatlón Cross Chorotega del año 2025.



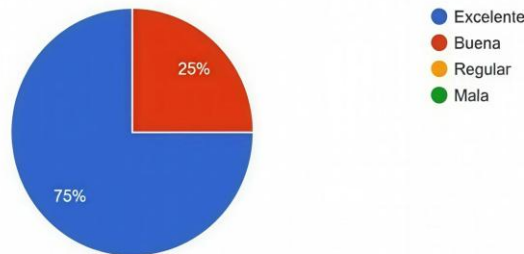
Estos datos refuerzan el predominio de categorías recreativas y accesibles, aspecto clave para la planificación de futuras ediciones.

En lo referente al equipo de voluntariado, el formulario de registro contabilizó inicialmente a 36 colaboradores, conformados por estudiantes de los cursos Gestión de Empresas II, Optativo Estilos de Vida Saludables y de la Licenciatura en Readaptación y Preparación Físico-Deportiva. Durante las semanas previas al evento se presentaron variaciones, ya que algunos voluntarios se retiraron mientras otros se incorporaron. No obstante, para el día del triatlón se logró mantener la cifra original de 36 voluntarios activos, quienes desempeñaron funciones esenciales para el desarrollo ordenado y seguro de la actividad. Entre las áreas de apoyo más relevantes se destacaron el registro de participantes, la logística de salida, llegada y premiación, la supervisión de zonas de transición, el control en ruta y senderos, los puestos de hidratación, primeros auxilios y la animación general. Su compromiso permitió sostener la operatividad del evento y garantizar una experiencia positiva para los competidores y sus familias.

Figura 3.

Calificación de experiencia general percibida por los participantes en el evento Triatlón Cross Región Chorotega de 2025 (16 respuestas).

¿Cómo calificarías tu experiencia general en el evento?

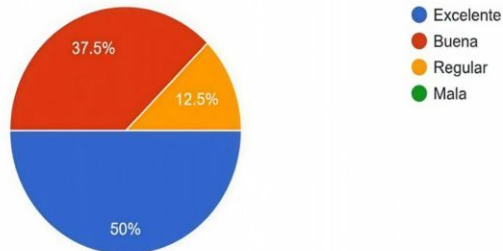


La experiencia general de los participantes refleja que el evento cumplió con las expectativas, logrando un balance positivo entre disfrute, competitividad y ambiente deportivo. Esto sugiere que la logística y el diseño de la actividad fueron apropiados para la mayoría de los asistentes, demostrando una organización capaz de generar una vivencia memorable y motivadora para futuros encuentros.

Figura 4.

Valoración de la organización percibida por los participantes del evento Triatlón Cross Región Chorotega del año 2025 (16 respuestas).

¿Cómo valorarías la organización del evento?

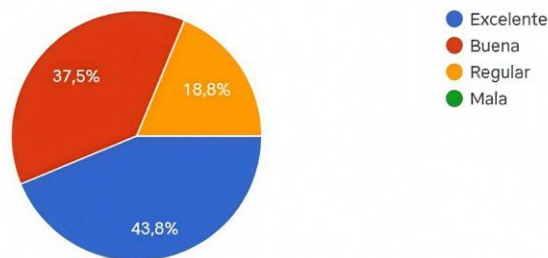


La organización fue bien valorada por la mayoría de los participantes, lo cual indica una adecuada estructura operativa del evento, manejo del tiempo y coordinación de personal. Este resultado respalda la eficacia del comité organizador y evidencia la importancia de una planificación minuciosa para garantizar el buen desarrollo de actividades deportivas de mediana y gran escala.

Figura 5.

Valoración del marcaje y señalización de las rutas percibido por los participantes del evento Triatlón Cross Región Chorotega del año 2025 (16 respuestas).

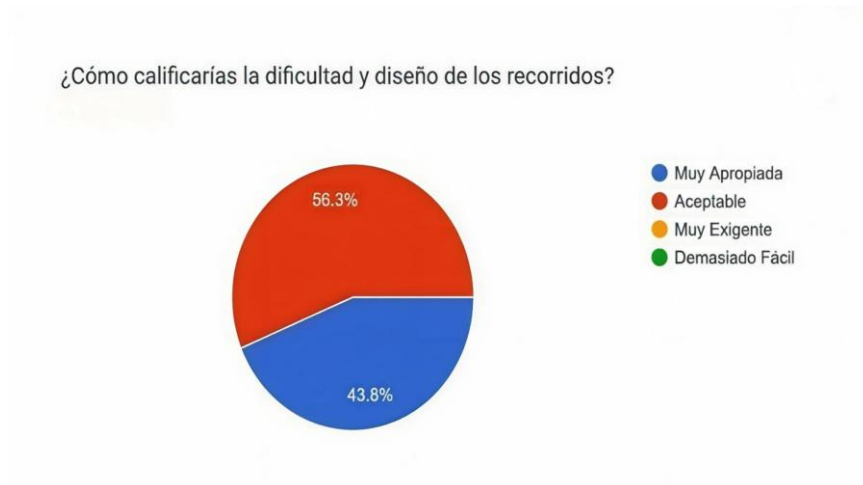
¿Qué opina del marcaje y señalización de las rutas?



El marcaje y señalización recibieron una valoración positiva, lo que confirma que los participantes se sintieron orientados y seguros a lo largo del recorrido. Esto demuestra que los puntos críticos del trayecto estaban debidamente identificados y que la claridad visual mitigó la posibilidad de desvíos o confusiones durante la competencia, un aspecto clave en eventos de Triatlón Cross.

Figura 6.

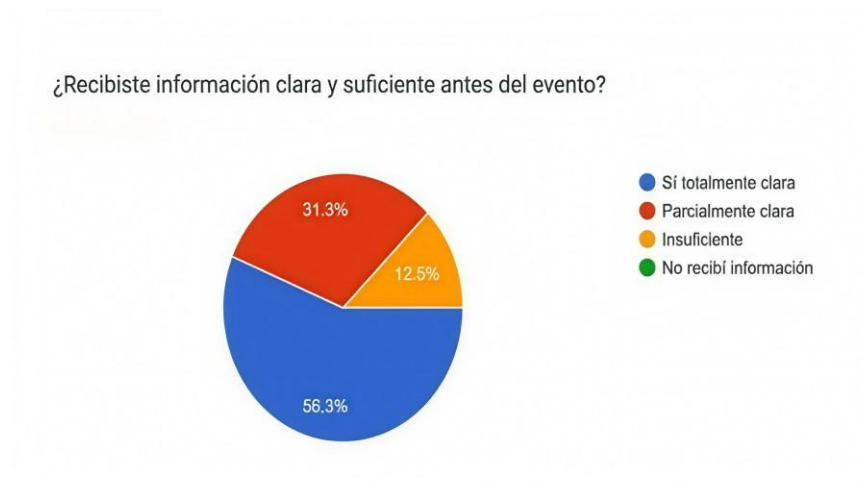
Calificación de la dificultad y diseño de los recorridos percibido por los participantes del evento Triatlón Cross Región Chorotega del año 2025 (16 respuestas).



La valoración del nivel de dificultad y del diseño de los recorridos mostró que los participantes percibieron un trazado retador, pero adecuado para sus capacidades, lo que indica un equilibrio positivo entre exigencia física y disfrute de la competencia. El recorrido permitió experimentar características propias del Triatlón Cross, como cambios de terreno y variaciones de desnivel, sin llegar a generar un grado de riesgo o frustración significativo. Esta percepción confirma que la planificación del trayecto favoreció una experiencia deportiva estimulante y segura, reforzando el atractivo del evento tanto para atletas novatos como para competidores con mayor experiencia.

Figura 7.

Valoración de la información clara y suficiente antes del evento recibida por los participantes del Triatlón Cross Región Chorotega del año 2025 (16 respuestas).

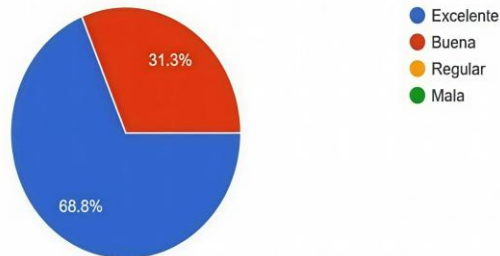


La valoración de la claridad de la información indica que los participantes pudieron acceder oportunamente a datos esenciales sobre horarios, categorías, reglamento y rutas. La fluidez en la comunicación previa y durante el evento redujo incertidumbre y favoreció la participación informada, lo que resalta la efectividad de los canales y estrategias de difusión utilizados.

Figura 8.

Valoración de la experiencia con los puntos asistencia e hidratación durante la carrera percibida por los participantes del evento Triatlón Cross Región Chorotega del año 2025 (16 respuestas).

¿Cómo fue tu experiencia con los puntos asistencia e hidratación durante la carrera?



Los puestos de hidratación recibieron una valoración positiva, lo que reafirma que su ubicación y frecuencia fueron adecuadas para mantener un rendimiento seguro durante la competencia. Este aspecto se relaciona directamente con la prevención del riesgo de deshidratación y con la experiencia del atleta, por lo que su buena evaluación refleja una logística orientada al bienestar de los participantes.

La alta disposición de los participantes a regresar a futuras ediciones fue representada por un 100% de los encuestados uno de los indicadores más sólidos de éxito del evento. Este nivel de fidelización deportiva sugiere que el Triatlón Cross no solo cumplió con las expectativas, sino que generó una conexión emocional y motivacional con los asistentes, creando una base sólida para la sostenibilidad del evento a largo plazo.

Limitaciones

Durante la ejecución del evento se identificaron diversas limitaciones que influyeron en la organización y en el desarrollo operativo del triatlón. Entre las más relevantes se destacan:

1. Apertura del proceso de inscripciones. El inicio de inscripciones se retrasó respecto a lo inicialmente proyectado, lo cual redujo el tiempo disponible para la promoción del evento y para la captación de participantes.
2. Asistencia total. Si bien se alcanzó un número significativo de inscripciones, la asistencia presencial el día del evento fue menor a la esperada. Entre las causas identificadas se encontraron el retiro temprano de

- familias una vez finalizadas las competencias infantiles y la baja percepción de compromiso derivado de la ausencia de cobro del evento.
3. Servicios de ambulancia y policía. Debido a la celebración local conocida como *La Picaleña*, no fue posible contar con una cobertura completa de los servicios de ambulancia y apoyo policial durante toda la jornada; no obstante, durante el evento no se presentaron situaciones de inseguridad ni emergencias que requirieran su intervención. Aunque su presencia estaba contemplada en la planificación, afortunadamente no se generaron incidentes que demandaran su participación, y para atender cualquier eventualidad menor se contó con la presencia de dos personas capacitadas en primeros auxilios.
 4. Número de voluntarios. Aunque se contó con 36 voluntarios, la dimensión del área destinada para el evento exigía una cantidad mayor de personal. En las primeras etapas de la competencia se produjeron cruces en la ruta que generaron confusión y la pérdida temporal de algunos participantes, situación que posteriormente fue resuelta mediante reubicación estratégica del personal.
 5. Equipo de sonido. La animación y la comunicación general se vieron limitadas debido a que el evento se realizó en un espacio abierto y se dispuso únicamente de un parlante de baja potencia proporcionado por la escuela CIEMHCAVI. Esta capacidad sonora resultó insuficiente para cubrir toda el área, lo que dificultó la transmisión efectiva de indicaciones operativas y redujo la posibilidad de generar un ambiente dinámico para el público.
 6. Comunicación previa al evento. Debido a la carga de tareas en los días previos al triatlón, no fue posible emitir con la antelación deseada toda la información técnica y recomendaciones para los participantes. Aunque la comunicación sí se llevó a cabo, el margen de tiempo fue limitado.
 7. Uso del sendero de la UNA Chorotega. Inicialmente se proyectó integrar el sendero de la sede de la UNA Chorotega como parte del recorrido del evento. Sin embargo, la falta de respuesta por parte del encargado de autorizar el uso del espacio impidió formalizar esta opción. Además, según las indicaciones del presidente de la disciplina de triatlón, utilizar dicho sendero implicaba conectar el circuito con la carretera nacional, lo cual requería permisos adicionales, mayor coordinación con autoridades externas y la contratación de un juez avalado por la FEUTRI, generando costos y gestiones que excedían la planificación inicial. Ante estas limitaciones, se decidió desarrollar el evento en su totalidad dentro de las instalaciones del CCDR de Nicoya, constituyendo un ajuste significativo respecto al diseño original, pero garantizando un entorno controlado y seguro.
 8. Obstáculo en la ruta. Aunque se realizaron varias giras para reconocer las instalaciones y se demarcaron los senderos con un mes de anticipación, en los días previos al evento se identificó la caída de un árbol de gran tamaño sobre un sector del recorrido, producto de las fuertes lluvias recientes en la zona. Para garantizar la seguridad de los competidores fue necesario modificar la ruta y ajustar las distancias, lo que implicó realizar cambios logísticos de último momento.

Conclusiones

Se logró cumplir con el objetivo general del trabajo el cual fue desarrollar el evento denominado “Triatlón Cross: planificación y ejecución de un evento especializado en la Región Chorotega” lo que permitió posicionarse como una estrategia efectiva para la promoción de la actividad física y la generación de un impacto positivo en la comunidad de Nicoya, mediante una propuesta estructurada, inclusiva y orientada a diferentes grupos etarios. La participación de niños, jóvenes y personas adultas evidenció la pertinencia del evento como una intervención físico-deportiva accesible y adaptada a distintos niveles de capacidad física. También se organizó de manera adecuada las etapas de natación, ciclismo y carrera, mediante la coordinación interinstitucional con actores comunitarios y el apoyo del voluntariado, lo que permitió el desarrollo seguro y ordenado del evento. La planificación de recorridos, zonas de

transición y puestos de asistencia respondió a criterios técnicos y de seguridad acordes con las características del Triatlón Cross.

Respecto al segundo objetivo específico, la convocatoria abierta y la diversidad de modalidades y distancias facilitaron la participación de niños, jóvenes y adultos de la comunidad, promoviendo estilos de vida activos y fortaleciendo la convivencia familiar. No obstante, la menor asistencia presencial respecto al número de personas inscritas evidenció la necesidad de implementar estrategias que fortalezcan el compromiso de participación en futuras ediciones.

En cuanto al tercer objetivo específico, la evaluación del evento reflejó una percepción positiva por parte de los participantes en aspectos como la organización general, el diseño de los recorridos, la comunicación y los puntos de hidratación, lo que confirma el impacto favorable de la actividad y la proyección de la Universidad Nacional como promotora del deporte y la salud en la Región Chorotega. Asimismo, la disposición del 100% de los encuestados a participar nuevamente constituye un indicador relevante de satisfacción.

Finalmente, en relación con el objetivo de diseñar un evento replicable, las limitaciones identificadas durante la ejecución como el retraso en la apertura de inscripciones, la disponibilidad parcial de servicios de emergencia, la insuficiencia de voluntarios para la amplitud del espacio, las limitaciones en el equipo de sonido y los ajustes de último momento en la ruta permitieron identificar áreas de mejora que servirán como insumo para optimizar la planificación, logística y seguridad en futuras ediciones.

En síntesis, el evento cumplió con los objetivos planteados y generó aprendizajes significativos que fortalecen la experiencia profesional en la organización de intervenciones físico-deportivas de carácter comunitario.

Aplicaciones prácticas

Las experiencias desarrolladas en la planificación y ejecución del Triatlón Cross evidenciaron la aplicabilidad directa de los conocimientos adquiridos a lo largo de la formación académica. La elaboración de logística operativa, la gestión del talento humano, la coordinación de áreas críticas, la resolución de contingencias y la evaluación posterior del evento constituyeron competencias transferibles tanto al ámbito laboral como académico. Asimismo, el proceso dejó impactos positivos más allá de la competencia: se limpiaron y demarcaron ambos senderos del polideportivo, lo que permitió habilitarlos para futuras caminatas y actividades recreativas de la comunidad de Nicoya. Este aporte fue especialmente valorado por el CCDR, que actualmente trabaja en su divulgación para promover el uso responsable y continuo de dichos espacios. Adicionalmente, se construyó un pequeño puente de madera para facilitar el cruce del río, mejora que permanecerá como infraestructura útil para futuros usuarios. El evento también generó un beneficio significativo en los niños y padres de la EDP, fortaleciendo hábitos de salud, actividad física y participación deportiva, además de brindar una experiencia motivadora en un deporte poco explorado en la región. Se mantuvo contacto con autoridades de la federación de triatlón de Costa Rica, los cuales mostraron gran interés por conocer sobre este evento pionero para poder seguir efectuando estas actividades, debido a que los atletas que compiten en esta disciplina deben viajar a la GAM para sus fogueos. Finalmente, los aprendizajes derivados del análisis de aciertos y limitaciones permitieron proyectar mejoras metodológicas para futuros eventos deportivos, consolidando habilidades esenciales para la planificación, dirección y evaluación de proyectos en el sector deportivo.

Referencias

- Barboza, J. (2025). Feria de diversificación de deportes no tradicionales dirigido a estudiantes de Ciencias del Movimiento Humano de la Universidad Nacional. [Trabajo Final de Licenciatura, Universidad Nacional]. Repositorio Académico Institucional de la Universidad Nacional, Costa Rica. <https://repositorio.una.ac.cr/items/7b1897d5-7498-4d7a-a16b-b2767073a7bc>
- Bevins, L. (2025). Paratriathlon Race Performance in Elite Ambulatory Athletes With Physical Impairments. *American journal of physical medicine & rehabilitation*, 104(3), 280–285. <https://doi.org/10.1097/PHM.0000000000002640>
- Blue Zones. (2025). Nicoya, Costa Rica. <https://www.bluezones.com/explorations/nicoya-costa-rica/>
- Chelladurai, P. (2014). *Managing Organizations for Sport and Physical Activity: A Systems Perspective*. Routledge.
- Escuela de Ciencias del Movimiento Humano y Calidad de Vida. (2021). *Escuela Deportiva Pedagógica (EDP)*. <https://www.ciemhcavi.una.ac.cr/index.php/servicios/5-escuela-pedagogica>
- Escuela de Ciencias del Movimiento Humano y Calidad de Vida. (2025). *Licenciatura en Preparación y Readaptación Físico-Deportiva*. Universidad Nacional de Costa Rica. <https://www.ciemhcavi.una.ac.cr>
- Espejo, R., Martínez, J., & Veiga, S. (2024). Race strategies of young super-sprint triathletes during the 2022 World Triathlon races. *International Journal of Performance Analysis in Sport*, 24(6), 587–600. <https://doi.org/10.1080/24748668.2024.2337529>
- Expósito, E. (2008). *El turismo deportivo en espacios naturales*. Efdportes. <https://www.efdeportes.com/efd136/el-turismo-deportivo-en-espacios-naturales.htm>
- Fernández, A., & Palao, P. (2014). Propuesta para la organización de un triatlón cross en el término municipal de Lorca. *Espiral. Cuadernos del Profesorado*, 7(15), 64–69. <https://doi.org/10.25115/iecp.v7i15.980>
- FEUTRI. (2022). *Federación Unida de Triatlón*. TriGo Kids. <https://feutri.org/trigo-kids/>
- Getz, D. (2005). *Event Management and Event Tourism*. Cognizant Communication Corporation.
- Instituto Costarricense del Deporte y la Recreación. (2023, 3 de agosto). *Guanacaste recibirá los Juegos Deportivos 2024*. ICODER. <https://www.icoder.go.cr/noticias/1105-guanacaste-recibira-los-juegos-deportivos-2024>
- Martínez del Castillo, J. (2017). *Organización y gestión de eventos deportivos*. INDE Publicaciones.
- Masis, F. (2023). *Federación Unida de Triatlón*. 16 Triatletas de Grupos Por Edad Representarán A Costa Rica En Mundial de Triatlón. <https://feutri.org/16-triatletas-de-grupos-por-edad-representaran-a-costa-rica-en-mundial-de-triatlon/>
- Masis, F. (2024). *Federación Unida de Triatlón*. Calendario 2025. <https://feutri.org/ya-tenemos-calendario-2025/>
- Masis, F. (2024). *Federación Unida de Triatlón*. Costa Rica Estará Representada Por 39 Triatletas de Grupos Por Edad En el Campeonato del Mundo de Triatlón. <https://feutri.org/costa-rica-estara-representada-por-39-triatletas-de-grupos-por-edad-en-el-campeonato-del-mundo-de-triatlon/>
- Miller, R., Edwards, W., Brandon, S., & Hamill, J. (2020). Reducing joint loads in running with a lightweight, compliant training shoe: A randomized controlled trial. *Sports Biomechanics*, 19(6), 810–826. M
- Mora, J. (2023). El legado cultural y las tradiciones de la histórica unión entre Nicoya y Costa Rica - *Guananoticias*. <https://guanoticias.com/mas/historias/el-legado-cultural-y-las-tradiciones-de-la-historica-union-entre-nicoya-y-cost-rica/>
- Off Road Races BAC. (2024). *Unlimitedcr*. <https://unlimitedcr.com/off-road-races-bac-2>
- Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura. (2020). *La UNESCO Le Apuesta Al Poder del Deporte Para Fomentar la Inclusión, la Paz y el Desarrollo En Centroamérica*. <https://www.unesco.org/es/articulos/la-unesco-le-apuesta-al-poder-del-deporte-para-fomentar-la-inclusion-la-paz-y-el-desarrollo-en>
- Parent, M. M., & Smith-Swan, S. (2013). *Managing Major Sports Events: Theory and Practice*. Routledge.
- Pérez Pérez, J. L., y Pérez O'Reilly, D. (2009). El entrenamiento deportivo: conceptos, modelos y aportes científicos relacionados con la actividad deportiva. *efdeportes.com*. <https://www.efdeportes.com/efd129/el-entrenamiento-deportivo-conceptos-modelos-y-aportes->

Anexos

Formulario de inscripción para población general para participar del Triatlón Cross en Nicoya.

Inscripción Triatlón Cross Nicoya Adultos

Buen día, nosotros Daniela Bonilla, Sebastián Canossa y Luis Villalobos, estudiantes de la Escuela de Ciencias del Movimiento Humano de la licenciatura de Preparación y Readaptación Físico-Deportiva, estamos realizando nuestro trabajo final de graduación (TFG) bajo la modalidad de evento especializado, por lo cual el día 8 de noviembre se realizará un Triatlón Cross para población general en las instalaciones del CCDD de Nicoya. Si desea participar en dicho evento, el cual combina tres disciplinas deportivas: natación, ciclismo y atletismo, favor completar este formulario.

* Indica que la pregunta es obligatoria

CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA PARTICIPACIÓN EN EVENTO DEPORTIVO *

DECLARO QUE:

- 1- He sido informado/a de que participaré en un evento deportivo que involucra actividades físicas de resistencia como natación, ciclismo y atletismo, en distancias adaptadas a diferentes niveles y categorías.
- 2- Reconozco que mi participación es completamente **voluntaria** y que puedo retirarme en cualquier momento si lo considero necesario.
- 3- Estoy en condiciones físicas y de salud adecuadas para participar en esta actividad. En caso de duda, he consultado previamente con un profesional de la salud.
- 4- Entiendo que este evento cuenta con medidas básicas de seguridad y asistencia, pero aun así, existe la posibilidad de sufrir **accidentes, lesiones o molestias físicas** inherentes a la práctica deportiva.
- 5- Libero de toda responsabilidad civil o penal a los **organizadores, voluntarios, patrocinadores, la Universidad Nacional y el Comité Cantonal de Deportes y Recreación de Nicoya**, en caso de accidentes o situaciones imprevistas, salvo aquellas derivadas de negligencia comprobada.

AUTORIZO:

- 1- El uso de fotografías, grabaciones o material audiovisual donde aparezca durante el evento, con fines exclusivamente educativos, promocionales o de memoria institucional.
- 2- El tratamiento de mis datos personales con fines organizativos del evento, garantizando el respeto a la Ley de Protección de la Persona frente al Tratamiento de sus Datos Personales (Ley 8968).

Si autorizo

<p>Nombre completo del participante. *</p> <p>Tu respuesta</p>	<p>¿Cuento con bicicleta de montaña para la disciplina de ciclismo? *</p> <p><input type="radio"/> Sí</p> <p><input type="radio"/> No</p>
<p>Número de teléfono del participante (esta información será utilizada para enviar información importante del evento).</p> <p>Tu respuesta</p>	<p>¿Cómo describiría su nivel natación? *</p> <p><input type="radio"/> Principiante (puedo flotar o nadar distancias cortas)</p> <p><input type="radio"/> Intermedio (puedo nadar varias piscinas seguidas)</p> <p><input type="radio"/> Avanzado (tengo buena técnica y resistencia en el agua)</p>
<p>Edad: *</p> <p>Tu respuesta</p>	<p>¿Soy apto para correr dentro de senderos y superficies duras? *</p> <p><input type="radio"/> Sí</p> <p><input type="radio"/> No</p>
<p>Sexo: *</p> <p><input type="radio"/> Masculino</p> <p><input type="radio"/> Femenino</p>	<p>En caso de seleccionar la categoría relevos, indicar el nombre completo de los (as) compañeros (as) a continuación y quienes deberán de completar un formulario de inscripción de manera individual.</p> <p>NOTA. No será válida su inscripción si no el equipo de relevos no completan el formulario.</p> <p>Si no selecciona dicha categoría colocar: (N/A)</p> <p>Tu respuesta</p>
<p>¿Cuál distancia es de su preferencia? (distancias aproximadas) *</p> <p><input type="radio"/> 6.7km (individual): 200m natación, 3km bici, 3.5km atletismo</p> <p><input type="radio"/> 6.7km Relevos: 200m natación, 3km bici, 3.5km atletismo</p> <p><input type="radio"/> 11.2km (individual): 400m natación, 6km bici, 4.8km atletismo</p> <p><input type="radio"/> 11.2km Relevos: 400m natación, 6km bici, 4.8km atletismo</p> <p><input type="radio"/> 16.9km (individual): 700m natación, 9km bici, 7.2km atletismo</p> <p><input type="radio"/> 16.9km Relevos: 700m natación, 9km bici, 7.2km atletismo</p>	<p>Muchas gracias por su tiempo.</p>

Formulario de inscripción para población infantil para participar del triatlón-acuatlón cross en Nicoya.

Inscripción Triatlón-Acuatlón Cross Nicoya Niños

Buen día, nosotros Daniela Bonilla, Sebastián Canossa y Luis Villalobos, estudiantes de la Escuela de Ciencias del Movimiento Humano de la licenciatura de Preparación y Readaptación Físico-Deportiva, estamos realizando nuestro trabajo final de graduación (TFG) bajo la modalidad de evento especializado, por lo cual el día 8 de noviembre se realizará un Triatlón-Acuatlón Cross para niños y niñas en las instalaciones del CCDD de Nicoya. Si desea participar en dicho evento, el cual combina tres disciplinas deportivas: natación, ciclismo y atletismo, favor completar este formulario.

ASENTIMIENTO INFORMADO PARA PARTICIPACIÓN EN EVENTO DEPORTIVO *

MANIFIESTO que he sido informado/a de manera clara sobre la naturaleza y objetivos del evento **Triatlón Cross Chorotega**, en el cual participará mi hijo/a o persona menor bajo mi responsabilidad.

DECLARO QUE:

- 1- Autorizo de forma voluntaria la participación de mi hijo/a en las actividades recreativas y deportivas programadas (natación, ciclismo y atletismo), comprendiendo los riesgos razonables que pueden implicar este tipo de prácticas físicas.
- 2- Reconozco que el evento cuenta con medidas básicas de **seguridad, asistencia y supervisión**, pero que existe la posibilidad de ocurrencia de accidentes o lesiones propias de la actividad física.
- 3- Me comprometo a informar con anticipación si el menor presenta alguna condición médica, tratamiento o restricción especial que deba ser considerada.
- 4- Eximo de responsabilidad a la Universidad Nacional, organizadores, voluntarios y demás instituciones involucradas en caso de accidentes o imprevistos, salvo aquellos causados por negligencia comprobada.

AUTORIZO:

- 1- La toma y uso de fotografías, grabaciones y material audiovisual donde aparezca el menor, exclusivamente con fines educativos, institucionales o promocionales del evento.
- 2- El tratamiento y resguardo de sus datos personales conforme a la Ley 8968 de Protección de la Persona frente al Tratamiento de sus Datos Personales.

Si autorizo

Nombre completo del padre de familia o encargado legal. *	Sexo del niño/a. *
Tu respuesta _____	<input type="radio"/> Masculino <input type="radio"/> Femenino
Numero de teléfono del padre de familia o encargado legal (esta información será utilizada para enviar información importante del evento). *	¿A cuál EDP pertenece el niño/a? *
Tu respuesta _____	<input type="radio"/> EDP Nicoya <input type="radio"/> EDP Hojancha <input type="radio"/> EDP Heredia <input type="radio"/> No pertenezco a EDP
Nombre completo del niño/a. *	¿El niño/a sabe nadar en piscina pequeña? *
Tu respuesta _____	<input type="radio"/> Si <input type="radio"/> No
Edad del niño/a. *	
Tu respuesta _____	
¿El niño/a sabe nadar en piscina grande? * (50mts) (con o sin flotador)	¿El niño/a en cuál distancia va a participar? (distancias aproximadas) *
<input type="radio"/> Si <input type="radio"/> No	<input type="radio"/> 2.75km: 50m piscina pequeña, 1.5km ciclismo y 1.2km atletismo (no sé nadar y tengo bici). <input type="radio"/> 2.7km: 100m piscina grande, 1.5km ciclismo y 1.2km atletismo (sé nadar y tengo bici). <input type="radio"/> 1.25km: 50m piscina pequeña, 1.2km atletismo (no sé nadar y tengo bici). <input type="radio"/> 1.3km: 100m piscina grande, 1.2km atletismo (sé nadar y no tengo bici).
¿El niño/a tiene y sabe andar en bicicleta para la disciplina de ciclismo? *	
<input type="radio"/> Si <input type="radio"/> No	
¿El niño/a puede correr dentro de senderos y superficies duras? *	
<input type="radio"/> Si <input type="radio"/> No	Muchas gracias por su tiempo.

Formulario de inscripción para voluntarios y participantes del evento especializado Triatlón Cross en Nicoya.

Inscripción voluntarios y participantes Triatlón Cross Nicoya

Buen día, nosotros Daniela Bonilla, Sebastián Canossa y Luis Villalobos, estudiantes de la Escuela de Ciencias del Movimiento Humano de la licenciatura de Preparación y Readaptación Físico-Deportiva, estamos realizando nuestro trabajo final de graduación (TFG) bajo la modalidad de evento especializado, por lo cual el día 8 de noviembre se realizará un Triatlón Cross para población general e infantil en las instalaciones del CCDD de Nicoya. Si desea colaborar como voluntario para la ejecución y participar de dicho evento, el cual combina tres disciplinas deportivas: natación, ciclismo y atletismo, favor completar este formulario.

[Iniciar sesión en Google](#) para guardar lo que llevas hecho. [Más información](#)

* Indica que la pregunta es obligatoria

CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA PARTICIPACIÓN EN EVENTO DEPORTIVO *
DECLARO QUE:

1- He sido informado/a de que participaré como voluntario en un evento deportivo que involucra actividades físicas de resistencia como natación, ciclismo y atletismo, en distancias adaptadas a diferentes niveles y categorías.
2- Estoy en condiciones físicas y de salud adecuadas para colaborar y/o participar en esta actividad. En caso de duda, he consultado previamente con un profesional de la salud.

Sí autorizo

Nombre completo *

Tu respuesta _____

Edad *

Tu respuesta _____

Número de cédula *

Tu respuesta _____

Número de teléfono *

Tu respuesta _____

Correo electrónico *

Tu respuesta _____

¿Estás disponible para colaborar los siguientes días? (Selecciona todos los que apliquen) *

Viernes 7 de noviembre (preparativos)
 Sábado 8 de noviembre (día del evento)

¿En qué áreas te gustaría colaborar? (Puedes seleccionar varias) *

Registro y control de participantes
 Logística de salida/llegada/premiación
 Asistencia en zona de transición
 Control de ruta y apoyo en senderos
 Puestos de hidratación
 Primeros auxilios (si tienes formación)

¿Tienes conocimientos o formación en primeros auxilios, recreación, deporte u organización de eventos? *

Primeros Auxilios
 Recreación
 Organización de eventos y deporte
 Ninguna

¿Deseas participar en alguna de las modalidades de acuación? *
Distancia aproximada 700m natación y 7km atletismo.

Sí
 No

Muchas gracias por su tiempo.

3- Entiendo que este evento cuenta con medidas básicas de seguridad y asistencia, pero aun así, existe la posibilidad de sufrir **accidentes, lesiones o molestias físicas** inherentes a la colaboración.
5- Libero de toda responsabilidad civil o penal a los **organizadores, patrocinadores, la Universidad Nacional y el Comité Cantonal de Deportes y Recreación de Nicoya**, en caso de accidentes o situaciones imprevistas, salvo aquellas derivadas de negligencia comprobada.

AUTORIZO:

1- El uso de fotografías, grabaciones o material audiovisual donde aparezca durante el evento, con fines exclusivamente educativos, promocionales o de memoria institucional.
2- El tratamiento de mis datos personales con fines organizativos del evento, garantizando el respeto a la Ley de Protección de la Persona frente al Tratamiento de sus Datos Personales (Ley 8968).

Formulario para evaluar el nivel de satisfacción de los participantes del evento Triatlón Cross Nicoya 2025.

Evaluación de satisfacción del evento

Triatlón Cross Nicoya 2025

Buen día, con este formulario deseamos conocer el nivel de satisfacción que tuvo durante la realización del evento del Triatlón Cross.

ludres13@gmail.com [Cambiar de cuenta](#)

No compartido

* Indica que la pregunta es obligatoria

¿Cómo calificarías tu experiencia general en el evento? *

Excelente

Buena

Regular

Mala

¿Cómo valorarías la organización del evento? *

Excelente

Buena

¿Recibiste información clara y suficiente antes del evento? *

Sí totalmente clara

Parcialmente clara

Insuficiente

No recibí información

¿Cómo fue tu experiencia con los puntos asistencia e hidratación durante la carrera? *

Excelente

Buena

Regular

Mala

¿Volverías a participar en este evento o lo recomendarías? *

Sí, sin duda

Tal vez

No

¿Cómo valorarías la organización del evento? *

Excelente

Buena

Regular

Mala

¿Qué opina del marcaje y señalización de las rutas? *

Excelente

Buena

Regular

Mala

¿Cómo calificarías la dificultad y diseño de los recorridos? *

Muy Apropiada

Aceptable

Muy Exigente

Demasiado Fácil

¿Por qué este tipo de eventos son importantes para la comunidad? *

Tu respuesta _____

¿Tiene alguna sugerencia para próximas ediciones? *

Tu respuesta _____

Muchas gracias por su participación en el evento y las encuestas.

Formulario para evaluar el nivel de satisfacción de los niños participantes del evento Triatlón Cross Nicoya 2025.



Cuestionario de satisfacción sobre el Triatlón Cross realizado en la sede del Comité Cantonal de Deportes y Recreación (CCDR) de Nicoya, Región Chorotega





Dirigido a población de 5 a 14 años.

A continuación, encontrarás preguntas para saber qué opinas de las actividades del Triatlón Cross. Estas preguntas son anónimas, **NO** debes de colocar el nombre, solo nos interesa lo que piensas y sientes. Tu opinión es muy importante, ya que nos puede ayudar a realizar mejor nuestro trabajo.

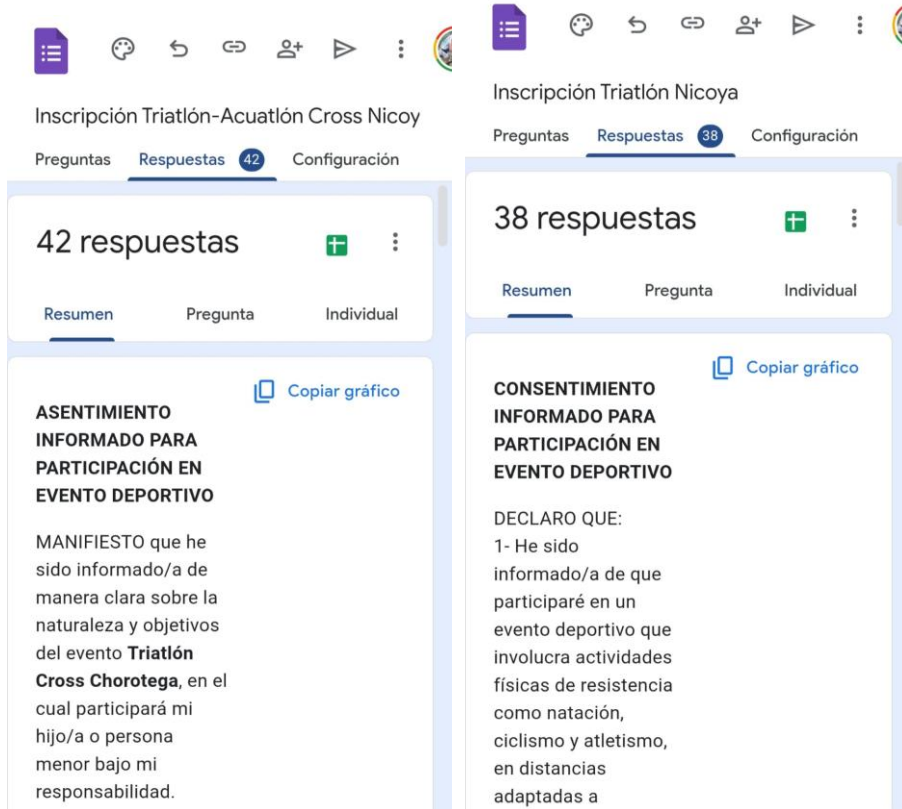
Tengo ____ años.

Soy un niño Soy una niña Otros

Señala con una X la carita que más se ajuste a lo que tu piensas.

	 Nada 1	 Poco 2	 Regular 3	 Bastante 4	 Mucho 5
¿Te gustó participar en el evento triatlón cross?					
¿Te sentiste feliz durante las actividades?					
¿Los entrenadores o encargados te trataron bien?					
¿Te parecieron divertidas las pruebas o competencias?					
¿Crees que aprendiste algo nuevo en el triatlón?					
¿Los senderos te parecieron seguros?					
¿Te gustaría volver a participar en otro evento como este?					

Inscritos entre niños y adultos en el forms.



The image shows two screenshots of Google Forms. The left screenshot is titled 'Inscripción Triatlón-Acuatlón Cross Nicoy' and shows 42 responses. The right screenshot is titled 'Inscripción Triatlón Nicoya' and shows 38 responses. Both screenshots display a consent form for participation in a sporting event.

Left Screenshot: Inscripción Triatlón-Acuatlón Cross Nicoy

42 respuestas

Resumen Pregunta Individual

ASENTIMIENTO INFORMADO PARA PARTICIPACIÓN EN EVENTO DEPORTIVO

MANIFIESTO que he sido informado/a de manera clara sobre la naturaleza y objetivos del evento **Triatlón Cross Chorotega**, en el cual participará mi hijo/a o persona menor bajo mi responsabilidad.

[Copiar gráfico](#)

Right Screenshot: Inscripción Triatlón Nicoya

38 respuestas

Resumen Pregunta Individual

CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA PARTICIPACIÓN EN EVENTO DEPORTIVO

DECLARO QUE:

1- He sido informado/a de que participaré en un evento deportivo que involucra actividades físicas de resistencia como natación, ciclismo y atletismo, en distancias adaptadas a

[Copiar gráfico](#)

Respuestas cuestionario de satisfacción infantil.

UNA CIEMHCAVI EDP CDR

Cuestionario de satisfacción sobre el Triatlón Cross realizado en la sede del Comité Cantonal de Deportes y Recreación (CCDR) de Nicoya, Región Chorotega
Dirigido a población de 5 a 14 años.

A continuación, encontrarás preguntas para saber qué opinas de las actividades del Triatlón Cross. Estas preguntas son anónimas, NO debes de colocar el nombre, solo nos interesa lo que piensas y sientes. Tu opinión es muy importante, ya que nos puede ayudar a realizar mejor nuestro trabajo.

Tengo 6 años.

Soy un niño Soy una niña Otros

Señala con una X la carita que más se ajuste a lo que tu piensas.

	Nada 1	Poco 2	Regular 3	Bastante 4	Mucho 5
¿Te gustó participar en el evento triatlón cross?					<input checked="" type="checkbox"/>
¿Te sentiste feliz durante las actividades?					<input checked="" type="checkbox"/>
¿Los entrenadores o encargados te trataron bien?					<input checked="" type="checkbox"/>
¿Te parecieron divertidas las pruebas o competencias?					<input checked="" type="checkbox"/>
¿Crees que aprendiste algo nuevo en el triatlón?			<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	
¿Los senderos te parecieron seguros?					<input checked="" type="checkbox"/>
¿Te gustaría volver a participar en otro evento como este?					<input checked="" type="checkbox"/>

UNA CIEMHCAVI EDP CDR

Cuestionario de satisfacción sobre el Triatlón Cross realizado en la sede del Comité Cantonal de Deportes y Recreación (CCDR) de Nicoya, Región Chorotega
Dirigido a población de 5 a 14 años.

A continuación, encontrarás preguntas para saber qué opinas de las actividades del Triatlón Cross. Estas preguntas son anónimas, NO debes de colocar el nombre, solo nos interesa lo que piensas y sientes. Tu opinión es muy importante, ya que nos puede ayudar a realizar mejor nuestro trabajo.

Tengo 6 años.

Soy un niño Soy una niña Otros

Señala con una X la carita que más se ajuste a lo que tu piensas.

	Nada 1	Poco 2	Regular 3	Bastante 4	Mucho 5
¿Te gustó participar en el evento triatlón cross?					<input checked="" type="checkbox"/>
¿Te sentiste feliz durante las actividades?					<input checked="" type="checkbox"/>
¿Los entrenadores o encargados te trataron bien?					<input checked="" type="checkbox"/>
¿Te parecieron divertidas las pruebas o competencias?					<input checked="" type="checkbox"/>
¿Crees que aprendiste algo nuevo en el triatlón?					<input checked="" type="checkbox"/>
¿Los senderos te parecieron seguros?					<input checked="" type="checkbox"/>
¿Te gustaría volver a participar en otro evento como este?					<input checked="" type="checkbox"/>

UNA CIEMHCAVI EDP CDR

Cuestionario de satisfacción sobre el Triatlón Cross realizado en la sede del Comité Cantonal de Deportes y Recreación (CCDR) de Nicoya, Región Chorotega
Dirigido a población de 5 a 14 años.

A continuación, encontrarás preguntas para saber qué opinas de las actividades del Triatlón Cross. Estas preguntas son anónimas, NO debes de colocar el nombre, solo nos interesa lo que piensas y sientes. Tu opinión es muy importante, ya que nos puede ayudar a realizar mejor nuestro trabajo.

Tengo 9 años.

Soy un niño Soy una niña Otros

Señala con una X la carita que más se ajuste a lo que tu piensas.

	Nada 1	Poco 2	Regular 3	Bastante 4	Mucho 5
¿Te gustó participar en el evento triatlón cross?					<input checked="" type="checkbox"/>
¿Te sentiste feliz durante las actividades?					<input checked="" type="checkbox"/>
¿Los entrenadores o encargados te trataron bien?					<input checked="" type="checkbox"/>
¿Te parecieron divertidas las pruebas o competencias?					<input checked="" type="checkbox"/>
¿Crees que aprendiste algo nuevo en el triatlón?					<input checked="" type="checkbox"/>
¿Los senderos te parecieron seguros?					<input checked="" type="checkbox"/>
¿Te gustaría volver a participar en otro evento como este?					<input checked="" type="checkbox"/>

UNA CIEMHCAVI EDP CDR

Cuestionario de satisfacción sobre el Triatlón Cross realizado en la sede del Comité Cantonal de Deportes y Recreación (CCDR) de Nicoya, Región Chorotega
Dirigido a población de 5 a 14 años.




A continuación, encontrarás preguntas para saber qué opinas de las actividades del Triatlón Cross. Estas preguntas son anónimas, NO debes de colocar el nombre, solo nos interesa lo que piensas y sientes. Tu opinión es muy importante, ya que nos puede ayudar a realizar mejor nuestro trabajo.

Tengo 9 años.

Soy un niño Soy una niña Otros

Señala con una X la carita que más se ajuste a lo que tu piensas.

	Nada 1	Poco 2	Regular 3	Bastante 4	Mucho 5
¿Te gustó participar en el evento triatlón cross?					<input checked="" type="checkbox"/>
¿Te sentiste feliz durante las actividades?				<input checked="" type="checkbox"/>	
¿Los entrenadores o encargados te trataron bien?					<input checked="" type="checkbox"/>
¿Te parecieron divertidas las pruebas o competencias?					<input checked="" type="checkbox"/>
¿Crees que aprendiste algo nuevo en el triatlón?					<input checked="" type="checkbox"/>
¿Los senderos te parecieron seguros?					<input checked="" type="checkbox"/>
¿Te gustaría volver a participar en otro evento como este?					<input checked="" type="checkbox"/>






Questionario de satisfacción sobre el Triatlón Cross realizado en la sede del Comité Cantonal de Deportes y Recreación (CCDR) de Nicoya, Región Chorotega
Dirigido a población de 5 a 14 años.




A continuación, encontrarás preguntas para saber qué opinas de las actividades del Triatlón Cross. Estas preguntas son anónimas, NO debes de colocar el nombre, solo nos interesa lo que piensas y sientes. Tu opinión es muy importante, ya que nos puede ayudar a realizar mejor nuestro trabajo.

Tengo 9 años.

Soy un niño Soy una niña Otros

Señala con una X la carita que más se ajuste a lo que tu piensas.

	 Nada 1	 Poco 2	 Regular 3	 Bastante 4	 Mucho 5
¿Te gustó participar en el evento triatlón cross?					<input checked="" type="checkbox"/>
¿Te sentiste feliz durante las actividades?				<input checked="" type="checkbox"/>	
¿Los entrenadores o encargados te trataron bien?					<input checked="" type="checkbox"/>
¿Te parecieron divertidas las pruebas o competencias?					<input checked="" type="checkbox"/>
¿Crees que aprendiste algo nuevo en el triatlón?					<input checked="" type="checkbox"/>
¿Los senderos te parecieron seguros?					<input checked="" type="checkbox"/>
¿Te gustaría volver a participar en otro evento como este?					<input checked="" type="checkbox"/>






Questionario de satisfacción sobre el Triatlón Cross realizado en la sede del Comité Cantonal de Deportes y Recreación (CCDR) de Nicoya, Región Chorotega
Dirigido a población de 5 a 14 años.




A continuación, encontrarás preguntas para saber qué opinas de las actividades del Triatlón Cross. Estas preguntas son anónimas, NO debes de colocar el nombre, solo nos interesa lo que piensas y sientes. Tu opinión es muy importante, ya que nos puede ayudar a realizar mejor nuestro trabajo.

Tengo 9 años.

Soy un niño Soy una niña Otros

Señala con una X la carita que más se ajuste a lo que tu piensas.

	 Nada 1	 Poco 2	 Regular 3	 Bastante 4	 Mucho 5
¿Te gustó participar en el evento triatlón cross?					<input checked="" type="checkbox"/>
¿Te sentiste feliz durante las actividades?					<input checked="" type="checkbox"/>
¿Los entrenadores o encargados te trataron bien?					<input checked="" type="checkbox"/>
¿Te parecieron divertidas las pruebas o competencias?					<input checked="" type="checkbox"/>
¿Crees que aprendiste algo nuevo en el triatlón?					<input checked="" type="checkbox"/>
¿Los senderos te parecieron seguros?					<input checked="" type="checkbox"/>
¿Te gustaría volver a participar en otro evento como este?					<input checked="" type="checkbox"/>






Questionario de satisfacción sobre el Triatlón Cross realizado en la sede del Comité Cantonal de Deportes y Recreación (CCDR) de Nicoya, Región Chorotega
Dirigido a población de 5 a 14 años.




A continuación, encontrarás preguntas para saber qué opinas de las actividades del Triatlón Cross. Estas preguntas son anónimas, NO debes de colocar el nombre, solo nos interesa lo que piensas y sientes. Tu opinión es muy importante, ya que nos puede ayudar a realizar mejor nuestro trabajo.

Tengo 9 años.

Soy un niño Soy una niña Otros

Señala con una X la carita que más se ajuste a lo que tu piensas.

	 Nada 1	 Poco 2	 Regular 3	 Bastante 4	 Mucho 5
¿Te gustó participar en el evento triatlón cross?					<input checked="" type="checkbox"/>
¿Te sentiste feliz durante las actividades?					<input checked="" type="checkbox"/>
¿Los entrenadores o encargados te trataron bien?					<input checked="" type="checkbox"/>
¿Te parecieron divertidas las pruebas o competencias?					<input checked="" type="checkbox"/>
¿Crees que aprendiste algo nuevo en el triatlón?					<input checked="" type="checkbox"/>
¿Los senderos te parecieron seguros?			<input checked="" type="checkbox"/>		
¿Te gustaría volver a participar en otro evento como este?					<input checked="" type="checkbox"/>






Questionario de satisfacción sobre el Triatlón Cross realizado en la sede del Comité Cantonal de Deportes y Recreación (CCDR) de Nicoya, Región Chorotega
Dirigido a población de 5 a 14 años.

A continuación, encontrarás preguntas para saber qué opinas de las actividades del Triatlón Cross. Estas preguntas son anónimas, NO debes de colocar el nombre, solo nos interesa lo que piensas y sientes. Tu opinión es muy importante, ya que nos puede ayudar a realizar mejor nuestro trabajo.

Tengo 10 años.

Soy un niño Soy una niña Otros

Señala con una X la carita que más se ajuste a lo que tu piensas.

	 Nada 1	 Poco 2	 Regular 3	 Bastante 4	 Mucho 5
¿Te gustó participar en el evento triatlón cross?					<input checked="" type="checkbox"/>
¿Te sentiste feliz durante las actividades?					<input checked="" type="checkbox"/>
¿Los entrenadores o encargados te trataron bien?					<input checked="" type="checkbox"/>
¿Te parecieron divertidas las pruebas o competencias?			<input checked="" type="checkbox"/>		
¿Crees que aprendiste algo nuevo en el triatlón?					<input checked="" type="checkbox"/>
¿Los senderos te parecieron seguros?			<input checked="" type="checkbox"/>		
¿Te gustaría volver a participar en otro evento como este?					<input checked="" type="checkbox"/>

UNA CIEMHCAVI EDP CCADR

Questionario de satisfacción sobre el Triatlón Cross realizado en la sede del Comité Cantonal de Deportes y Recreación (CCDR) de Nicoya, Región Chorotega
Dirigido a población de 5 a 14 años.

A continuación, encontrarás preguntas para saber qué opinas de las actividades del Triatlón Cross. Estas preguntas son anónimas, NO debes de colocar el nombre, solo nos interesa lo que piensas y sientes. Tu opinión es muy importante, ya que nos puede ayudar a realizar mejor nuestro trabajo.

Tengo 10 años.

Soy un niño Soy una niña Otros

Señala con una X la carita que más se ajuste a lo que tu piensas.

	Nada 1	Poco 2	Regular 3	Bastante 4	Mucho 5
¿Te gustó participar en el evento triatlón cross?					<input checked="" type="checkbox"/>
¿Te sentiste feliz durante las actividades?					<input checked="" type="checkbox"/>
¿Los entrenadores o encargados te trataron bien?					<input checked="" type="checkbox"/>
¿Te parecieron divertidas las pruebas o competencias?					<input checked="" type="checkbox"/>
¿Crees que aprendiste algo nuevo en el triatlón?					<input checked="" type="checkbox"/>
¿Los senderos te parecieron seguros?					<input checked="" type="checkbox"/>
¿Te gustaría volver a participar en otro evento como este?					<input checked="" type="checkbox"/>

UNA CIEMHCAVI EDP CCADR

Questionario de satisfacción sobre el Triatlón Cross realizado en la sede del Comité Cantonal de Deportes y Recreación (CCDR) de Nicoya, Región Chorotega
Dirigido a población de 5 a 14 años.

A continuación, encontrarás preguntas para saber qué opinas de las actividades del Triatlón Cross. Estas preguntas son anónimas, NO debes de colocar el nombre, solo nos interesa lo que piensas y sientes. Tu opinión es muy importante, ya que nos puede ayudar a realizar mejor nuestro trabajo.

Tengo 11 años.

Soy un niño Soy una niña Otros

Señala con una X la carita que más se ajuste a lo que tu piensas.

	Nada 1	Poco 2	Regular 3	Bastante 4	Mucho 5
¿Te gustó participar en el evento triatlón cross?				<input checked="" type="checkbox"/>	
¿Te sentiste feliz durante las actividades?			<input checked="" type="checkbox"/>		
¿Los entrenadores o encargados te trataron bien?					<input checked="" type="checkbox"/>
¿Te parecieron divertidas las pruebas o competencias?			<input checked="" type="checkbox"/>		
¿Crees que aprendiste algo nuevo en el triatlón?	<input checked="" type="checkbox"/>				
¿Los senderos te parecieron seguros?				<input checked="" type="checkbox"/>	
¿Te gustaría volver a participar en otro evento como este?	<input checked="" type="checkbox"/>				

UNA CIEMHCAVI EDP CCADR

Questionario de satisfacción sobre el Triatlón Cross realizado en la sede del Comité Cantonal de Deportes y Recreación (CCDR) de Nicoya, Región Chorotega
Dirigido a población de 5 a 14 años.

A continuación, encontrarás preguntas para saber qué opinas de las actividades del Triatlón Cross. Estas preguntas son anónimas, NO debes de colocar el nombre, solo nos interesa lo que piensas y sientes. Tu opinión es muy importante, ya que nos puede ayudar a realizar mejor nuestro trabajo.

Tengo 8 años.

Soy un niño Soy una niña Otros

Señala con una X la carita que más se ajuste a lo que tu piensas.

	Nada 1	Poco 2	Regular 3	Bastante 4	Mucho 5
¿Te gustó participar en el evento triatlón cross?					<input checked="" type="checkbox"/>
¿Te sentiste feliz durante las actividades?					<input checked="" type="checkbox"/>
¿Los entrenadores o encargados te trataron bien?					<input checked="" type="checkbox"/>
¿Te parecieron divertidas las pruebas o competencias?					<input checked="" type="checkbox"/>
¿Crees que aprendiste algo nuevo en el triatlón?					<input checked="" type="checkbox"/>
¿Los senderos te parecieron seguros?					<input checked="" type="checkbox"/>
¿Te gustaría volver a participar en otro evento como este?					<input checked="" type="checkbox"/>

UNA CIEMHCAVI EDP CCADR

Questionario de satisfacción sobre el Triatlón Cross realizado en la sede del Comité Cantonal de Deportes y Recreación (CCDR) de Nicoya, Región Chorotega
Dirigido a población de 5 a 14 años.

A continuación, encontrarás preguntas para saber qué opinas de las actividades del Triatlón Cross. Estas preguntas son anónimas, NO debes de colocar el nombre, solo nos interesa lo que piensas y sientes. Tu opinión es muy importante, ya que nos puede ayudar a realizar mejor nuestro trabajo.

Tengo 10 años.

Soy un niño Soy una niña Otros

Señala con una X la carita que más se ajuste a lo que tu piensas.

	Nada 1	Poco 2	Regular 3	Bastante 4	Mucho 5
¿Te gustó participar en el evento triatlón cross?					<input checked="" type="checkbox"/>
¿Te sentiste feliz durante las actividades?					<input checked="" type="checkbox"/>
¿Los entrenadores o encargados te trataron bien?					<input checked="" type="checkbox"/>
¿Te parecieron divertidas las pruebas o competencias?					<input checked="" type="checkbox"/>
¿Crees que aprendiste algo nuevo en el triatlón?					<input checked="" type="checkbox"/>
¿Los senderos te parecieron seguros?					<input checked="" type="checkbox"/>
¿Te gustaría volver a participar en otro evento como este?					<input checked="" type="checkbox"/>

UNA CIEMHCAVI EDP CCDR

Questionario de satisfacción sobre el Triatlón Cross realizado en la sede del Comité Cantonal de Deportes y Recreación (CCDR) de Nicoya, Región Chorotega
Dirigido a población de 5 a 14 años.

A continuación, encontrarás preguntas para saber qué opinas de las actividades del Triatlón Cross. Estas preguntas son anónimas, NO debes de colocar el nombre, solo nos interesa lo que piensas y sientes. Tu opinión es muy importante, ya que nos puede ayudar a realizar mejor nuestro trabajo.

Tengo 9 años.

Soy un niño Soy una niña Otros

Señala con una X la carita que más se ajuste a lo que tu piensas.

	Nada 1	Poco 2	Regular 3	Bastante 4	Mucho 5
¿Te gustó participar en el evento triatlón cross?					<input checked="" type="checkbox"/>
¿Te sentiste feliz durante las actividades?					<input checked="" type="checkbox"/>
¿Los entrenadores o encargados te trataron bien?			<input checked="" type="checkbox"/>		
¿Te parecieron divertidas las pruebas o competencias?					<input checked="" type="checkbox"/>
¿Crees que aprendiste algo nuevo en el triatlón?					<input checked="" type="checkbox"/>
¿Los senderos te parecieron seguros?			<input checked="" type="checkbox"/>		
¿Te gustaría volver a participar en otro evento como este?					<input checked="" type="checkbox"/>

UNA CIEMHCAVI EDP CCDR

Questionario de satisfacción sobre el Triatlón Cross realizado en la sede del Comité Cantonal de Deportes y Recreación (CCDR) de Nicoya, Región Chorotega
Dirigido a población de 5 a 14 años.

A continuación, encontrarás preguntas para saber qué opinas de las actividades del Triatlón Cross. Estas preguntas son anónimas, NO debes de colocar el nombre, solo nos interesa lo que piensas y sientes. Tu opinión es muy importante, ya que nos puede ayudar a realizar mejor nuestro trabajo.

Tengo 7 años.

Soy un niño Soy una niña Otros

Señala con una X la carita que más se ajuste a lo que tu piensas.

	Nada 1	Poco 2	Regular 3	Bastante 4	Mucho 5
¿Te gustó participar en el evento triatlón cross?				<input checked="" type="checkbox"/>	
¿Te sentiste feliz durante las actividades?					<input checked="" type="checkbox"/>
¿Los entrenadores o encargados te trataron bien?				<input checked="" type="checkbox"/>	
¿Te parecieron divertidas las pruebas o competencias?					<input checked="" type="checkbox"/>
¿Crees que aprendiste algo nuevo en el triatlón?					<input checked="" type="checkbox"/>
¿Los senderos te parecieron seguros?					<input checked="" type="checkbox"/>
¿Te gustaría volver a participar en otro evento como este?				<input checked="" type="checkbox"/>	

UNA CIEMHCAVI EDP CCDR

Questionario de satisfacción sobre el Triatlón Cross realizado en la sede del Comité Cantonal de Deportes y Recreación (CCDR) de Nicoya, Región Chorotega
Dirigido a población de 5 a 14 años.

A continuación, encontrarás preguntas para saber qué opinas de las actividades del Triatlón Cross. Estas preguntas son anónimas, NO debes de colocar el nombre, solo nos interesa lo que piensas y sientes. Tu opinión es muy importante, ya que nos puede ayudar a realizar mejor nuestro trabajo.

Tengo 9 años.

Soy un niño Soy una niña Otros

Señala con una X la carita que más se ajuste a lo que tu piensas.

	Nada 1	Poco 2	Regular 3	Bastante 4	Mucho 5
¿Te gustó participar en el evento triatlón cross?					<input checked="" type="checkbox"/>
¿Te sentiste feliz durante las actividades?					<input checked="" type="checkbox"/>
¿Los entrenadores o encargados te trataron bien?			<input checked="" type="checkbox"/>		
¿Te parecieron divertidas las pruebas o competencias?					<input checked="" type="checkbox"/>
¿Crees que aprendiste algo nuevo en el triatlón?		<input checked="" type="checkbox"/>			
¿Los senderos te parecieron seguros?			<input checked="" type="checkbox"/>		
¿Te gustaría volver a participar en otro evento como este?					<input checked="" type="checkbox"/>

UNA CIEMHCAVI EDP CCDR

Questionario de satisfacción sobre el Triatlón Cross realizado en la sede del Comité Cantonal de Deportes y Recreación (CCDR) de Nicoya, Región Chorotega
Dirigido a población de 5 a 14 años.

A continuación, encontrarás preguntas para saber qué opinas de las actividades del Triatlón Cross. Estas preguntas son anónimas, NO debes de colocar el nombre, solo nos interesa lo que piensas y sientes. Tu opinión es muy importante, ya que nos puede ayudar a realizar mejor nuestro trabajo.

Tengo 10 años.

Soy un niño Soy una niña Otros

Señala con una X la carita que más se ajuste a lo que tu piensas.

	Nada 1	Poco 2	Regular 3	Bastante 4	Mucho 5
¿Te gustó participar en el evento triatlón cross?					<input checked="" type="checkbox"/>
¿Te sentiste feliz durante las actividades?			<input checked="" type="checkbox"/>		
¿Los entrenadores o encargados te trataron bien?					<input checked="" type="checkbox"/>
¿Te parecieron divertidas las pruebas o competencias?					<input checked="" type="checkbox"/>
¿Crees que aprendiste algo nuevo en el triatlón?	<input checked="" type="checkbox"/>				
¿Los senderos te parecieron seguros?			<input checked="" type="checkbox"/>		
¿Te gustaría volver a participar en otro evento como este?					<input checked="" type="checkbox"/>

UNA CIEMHCAVI EDP CDR

Cuestionario de satisfacción sobre el Triatlón Cross realizado en la sede del Comité Cantonal de Deportes y Recreación (CCDR) de Nicoya, Región Chorotega
Dirigido a población de 5 a 14 años.

A continuación, encontrarás preguntas para saber qué opinas de las actividades del Triatlón Cross. Estas preguntas son anónimas, NO debes de colocar el nombre, solo nos interesa lo que piensas y sientes. Tu opinión es muy importante, ya que nos puede ayudar a realizar mejor nuestro trabajo.

Tengo 11 años.

Soy un niño Soy una niña Otros

Señala con una X la carita que más se ajuste a lo que tu piensas.

	Nada 1	Poco 2	Regular 3	Bastante 4	Mucho 5
¿Te gustó participar en el evento triatlón cross?					✓
¿Te sentiste feliz durante las actividades?					✓
¿Los entrenadores o encargados te trataron bien?					✓
¿Te parecieron divertidas las pruebas o competencias?					✓
¿Crees que aprendiste algo nuevo en el triatlón?			✓		✓
¿Los senderos te parecieron seguros?			✓		
¿Te gustaría volver a participar en otro evento como este?					✓

UNA CIEMHCAVI EDP CDR

Cuestionario de satisfacción sobre el Triatlón Cross realizado en la sede del Comité Cantonal de Deportes y Recreación (CCDR) de Nicoya, Región Chorotega
Dirigido a población de 5 a 14 años.

A continuación, encontrarás preguntas para saber qué opinas de las actividades del Triatlón Cross. Estas preguntas son anónimas, NO debes de colocar el nombre, solo nos interesa lo que piensas y sientes. Tu opinión es muy importante, ya que nos puede ayudar a realizar mejor nuestro trabajo.

Tengo 7 años.

Soy un niño Soy una niña Otros

Señala con una X la carita que más se ajuste a lo que tu piensas.

	Nada 1	Poco 2	Regular 3	Bastante 4	Mucho 5
¿Te gustó participar en el evento triatlón cross?					✓
¿Te sentiste feliz durante las actividades?					✓
¿Los entrenadores o encargados te trataron bien?					✓
¿Te parecieron divertidas las pruebas o competencias?					✓
¿Crees que aprendiste algo nuevo en el triatlón?					✓
¿Los senderos te parecieron seguros?					✓
¿Te gustaría volver a participar en otro evento como este?					✓

UNA CIEMHCAVI EDP CDR

Cuestionario de satisfacción sobre el Triatlón Cross realizado en la sede del Comité Cantonal de Deportes y Recreación (CCDR) de Nicoya, Región Chorotega
Dirigido a población de 5 a 14 años.

A continuación, encontrarás preguntas para saber qué opinas de las actividades del Triatlón Cross. Estas preguntas son anónimas, NO debes de colocar el nombre, solo nos interesa lo que piensas y sientes. Tu opinión es muy importante, ya que nos puede ayudar a realizar mejor nuestro trabajo.

Tengo 7 años.

Soy un niño Soy una niña Otros

Señala con una X la carita que más se ajuste a lo que tu piensas.

	Nada 1	Poco 2	Regular 3	Bastante 4	Mucho 5
¿Te gustó participar en el evento triatlón cross?					✓
¿Te sentiste feliz durante las actividades?					✓
¿Los entrenadores o encargados te trataron bien?					✓
¿Te parecieron divertidas las pruebas o competencias?					✓
¿Crees que aprendiste algo nuevo en el triatlón?					✓
¿Los senderos te parecieron seguros?					✓
¿Te gustaría volver a participar en otro evento como este?					✓

UNA CIEMHCAVI EDP CDR

Cuestionario de satisfacción sobre el Triatlón Cross realizado en la sede del Comité Cantonal de Deportes y Recreación (CCDR) de Nicoya, Región Chorotega
Dirigido a población de 5 a 14 años.

A continuación, encontrarás preguntas para saber qué opinas de las actividades del Triatlón Cross. Estas preguntas son anónimas, NO debes de colocar el nombre, solo nos interesa lo que piensas y sientes. Tu opinión es muy importante, ya que nos puede ayudar a realizar mejor nuestro trabajo.

Tengo 7 años.

Soy un niño Soy una niña Otros

Señala con una X la carita que más se ajuste a lo que tu piensas.

	Nada 1	Poco 2	Regular 3	Bastante 4	Mucho 5
¿Te gustó participar en el evento triatlón cross?					✓
¿Te sentiste feliz durante las actividades?					✓
¿Los entrenadores o encargados te trataron bien?					✓
¿Te parecieron divertidas las pruebas o competencias?					✓
¿Crees que aprendiste algo nuevo en el triatlón?					✓
¿Los senderos te parecieron seguros?					✓
¿Te gustaría volver a participar en otro evento como este?					✓

Lista de participantes niños.

Triatlón Cross Región Chorotega
Categoría Kids 1 – 2.75km Hora de competición: 7:30 am

Listas de Inscritos

Número de participante	Nombre	Apellido	Encargado	Clasificación
1	Abraham Josué	Brenes Ruiz	Abraham Josué Brenes Ruiz	
2	Camila	Gómez Paniagua	Erik Gómez Gutiérrez	
3	Daniss Yulieith	Martínez Matei	Ana Yulieith Matei Funes	
4	Derek Daniel	Campos Méndez	Yeny Méndez Castillo	
5	Edison Damián	Mejías Cano	Fátima Cano	✓
6	Esteban	Solano Rodríguez	Silvia Quirós Carbajal	✓
7	Gabriel	Espinosa Montoya	Mónica Montoya Ramírez	✓
8	Jaime Gerardo	Zeledón Fuentes	Mariela Fuentes Ramos	✓
9	Juan Pablo	Valerio Marín	Tania Marín Chavarría	✓
10	Karola María	Mendoza Mendoza	Karol Vanessa Mendoza Hernández	✓
11	Mamway	Trigueros Ching	Miguel Trigueros Jara	✓
12	Mario	Trigueros Ching	Miguel Trigueros Jara	✓
13	Santiago	González Villalobos	María de los Angeles Villalobos Cruz	✓
14	Ismael	Valerio	Stephanie Carvajal Arias	✓
15	Thiago	Aroyo	Thiago Aroyo	✓

DNS: No salió / DNF: Se retiró / LAP: Fue lapaado

Triatlón Cross Región Chorotega
Categoría Kids 2 – 2.8km Hora de competición: 7:30 am

Listas de Inscritos

Número de participante	Nombre	Apellido	Encargado	Clasificación
20	Benjamín	Mejías Alvarado	Cindy Alvarado Jiménez	
21	Daniel	Mena Guevara	David Mena Jara	
22	Elena	Alvarado Chacón	Magdalena Chacón Corrales	
23	Emiliano	Rojas Guzmán	Ana Sofía Guzmán Zúñiga	
24	Fiorella	Hernández Mondragón	Rigoberto Hernández Cortez	
25	Isabella	Hernández Mondragón	Rigoberto Hernández Cortez	
26	Julían	Mena Guevara	David Mena Jara	
27	Mateo	Solis de Castro	Juliana de Castro Carín	
28	Mauro	Murillo Cordero	Carlos Alberto Murillo Venegas	✓
29	Nicolás	Solis de Castro	Juliana de Castro Carín	
30	Noah	Chavarría Chavarría	Henry Chavarría Masis	✓

DNS: No salió / DNF: Se retiró / LAP: Fue lapaado

Triatlón Cross Región Chorotega
Categoría Kids 3 – 1.25km Hora de competición: 7:50 am

Listas de Inscritos

Número de participante	Nombre	Apellido	Encargado	Clasificación
31	Eliam	Miranda Arguedas	Allan Miranda Gómez	✓
32	Gadiel	Miranda Arguedas	Vanessa Arguedas Guevara	✓
33	Héctor	Mata Guevara	Katherine Mata Guevara	✓
34	Ismael	Valerio Carvajal	Stephanie Carvajal Arias	✓
35	Madelin	Solis Vargas	Juan Diego Solis Smith	✓
36	Mary Paz	López Morera	Kimberly Morera Obando	✓
37	Matias Andrés	Jorge Pérez	Adriana Pérez Baltodano	✓
38	Yanari	Arguedas Villalta	Tendy Villalta Guadalupe	✓
	Keyla	Díaz	Franciny Blanco	✓
	Matthew	Ferreto	Mauricio Ferreto	✓
	Jeremías	Cabrera	Rodrigo Cabrera	✓
	Marcela	Lara	Silvia Lara	✓
	Lorelay	Lara	María Lorelay	✓
	Crisly	Medina	Yanari Jiménez	✓
	Thiago	Barcia	Ana Obando	✓

DNS: No salió / DNF: Se retiró / LAP: Fue lapaado

Triatlón Cross Región Chorotega
Categoría Kids 4 – 1.3km Hora de competición: 7:50 am

Listas de Inscritos

Número de participante	Nombre	Apellido	Encargado	Clasificación
41	Andrey Fabián	García Obando	Ana Yanci Obando Zúñiga	✓
42	Eliam	Cubero Jiménez	Shirley Jiménez Vargas	
43	Eliam Francisco	Cubero Jiménez	Shirley Jiménez Vargas	
44	Emiliano	Elizondo Espinoza	Jennifer Espinoza Gómez	
45	Jesús	Castrillo Rojas	Diana Rojas Hernández	
46	Kahel	Castrillo Rojas	Diana Rojas Hernández	
47	Keren Larissa	Aroyo Dinarte	Karen Melissa Dinarte Espinoza	✓
48	Thiago André	García Obando	Ana Yanci Obando Zúñiga	
	Daniel	Mena	David Mena	✓
	Daniels	Martínez	Ana Matei	✓
	José	Gonzalez	Marie Chaves	✓
	Julían	Mena	David Mena	✓

DNS: No salió / DNF: Se retiró / LAP: Fue lapaado

Lista participantes adultos.

Triatlón Cross Región Chorotega

Categoría Corta Individual – 6.7km Hora de competición: 9:20 am

Listas de Inscritos

Número de participante	Nombre	Apellido	Clasificación
1	Allan	Miranda Gómez	✓
2	Carlos Alberto	Murillo Venegas	
3	Cristian	Valerio Medina	
4	Diana	Zeledón Fuentes	
5	Edwin	Castrillo Alemán	
6	Emilia	Paniagua Rojas	
7	Erick	Gómez Gutiérrez	
8	Fátima	Cano Ulloa	✓
9	Jennifer	Espinoza Gómez	
10	Jeremy	Cubero Jiménez	✓
11	José Andrey	Esquivel Rodríguez	✓
12	Juan Diego	Solis Smith	✓
13	Juan Gabriel	Espinoza Gómez	
14	Juan Manuel	Dávila Góngora	
15	María del Sol	Castillo Gutiérrez	
16	Mariana	Fuentes Ramos	
17	Miguel	Trigueros Jara	
18	Silvia	Quirós Carabajal	
19	Sonia	Ching Cheng	
20	Tania	Marín Chavarría	✓
21	Vanesa	Arguedas Guevara	✓
22	Willi		
23	William Gerardo	Elizondo Rodríguez	
24	William Matías	Villalta Guadamuz	
25	Yendry	Méndez Castillo	
26	Yenny		

DNS: No salió / DNF: Se retiró / LAP: Fue lapeado

Triatlón Cross Región Chorotega

Categoría Corta Relevos – 6.7km Hora de competición: 9:20 am

Listas de Inscritos

Número de participante	Nombre	Apellido	Clasificación
30	Franciny	Blanco Jiménez	✓
	Wagner	Jacobs-Alb	✓
	Wagner	Jacobs-Alb	✓
31	Dellin	Esquivel Rodríguez	✓
	Jessica	Carballo Díaz	✓
	Yodiro	Parera	✓
	Mauricio	Ferrero	✓

Triatlón Cross Región Chorotega

Categoría Media Individual – 11.2km Hora de competición: 9:40 am

Listas de Inscritos

Número de participante	Nombre	Apellido	Clasificación
40	Andrés	Gambos Mmeses	✓
41	Billy Gustavo	Cornes Villalobos	✓
42	Elena	Alvarado Chacón	
43	Esteban	Ramírez García	
44	Felipe	Castillo Chan	
45	Henry	Chavarría Mesta	✓
46	Isabella	Hernández Mondragón	
47	María Fernanda	Chaves Cedeno	
	Cristian	Voleiro	✓

Triatlón Cross Región Chorotega

Categoría Larga Relevos – 6.7km Hora de competición: 9:40 am

Listas de Inscritos

Número de participante	Nombre	Apellido	Clasificación
50	Gabriela	Zeledón Suárez	✓
	Erik	Alto Zeledón	✓
	Mónica María	Zeledón Irón	✓

Triatlón Cross Región Chorotega

Categoría Larga Individual – 16.9km Hora de competición: 10:00 am

Listas de Inscritos

Número de participante	Nombre	Apellido	Clasificación
60	Juan Gabriel	Salazar Angulo	

Triatlón Cross Región Chorotega

Categoría CIEMHCAVI – 7.7km Hora de competición: 10:00 am

Listas de Inscritos

Número de participante	Nombre	Apellido	Clasificación
70	Alejandra	Arce Brenes	
71	Alejandro	Aguilar Rojas	
72	Alexa	Pérez	
73	Alicia	Vargas Viquez	
74	Brenda	Maroto Sánchez	
75	Camila Fabiana	Quesada Cortez	
76	Jazmin Aurora	Calvo Fonseca	✓
77	Jonathan	Macías Monse	✓
78	Keren	Arce Alvarado	

Lista de funciones de voluntarios.

Funciones solicitadas en formulario										
	Nombre completo	Registro y Control de Participantes	Salida/Llegada/P	Asistencia en transición	Control en ruta y senderos	Puestos de hidratación	Primeros auxilios	Animación	Natación	Ciclismo
1	Aaron Salas Bejarano				X					
2	Alejandra Arce Brenes							X	X	
3	Alejandro Aguilar Rojas									X
4	Alexa Pérez Garita									X
5	Andrés Moreno Jiménez				X					
6	Camila Fabiana Quesada Cortez				X					
7	Christian Umaña Murillo	X								
8	Cristopher Rodriguez Rojas			X						
9	Daylin Chaves Sánchez								X	
10	Dwayne Blanford Villadares					X				
11	Gredy Esteban Fallas			X						
12	Ivana Paola Mendoza Morales				X					
13	Jacob Zuñiga Alfaro				X					
14	Jazmin Aurora Calvo Fonseca		X				X	X		
15	Jonathan Macías Monge					X				
16	Jorge Vargas Calderón		X							
17	Jose Pablo Miranda Muñoz		X							
18	Jose Vinicio Jaen Sánchez					X				
19	Kendall Segura Rodriguez				X					
20	Kendall Solís Porras					X	X			
21	Keren Arce Alvarado			X						
22	Kevin Gómez Gómez				X					
23	Maria Quesada Salazar								X	
24	Matías Serrano Palma			X						
25	Miranda León Ramirez					X				
26	Natalia Bonilla Villalta	X								
27	Nicolle Vargas Quirós	X								
28	Randall Ramirez			X						
29	Saul Felipe Araya Salas				X					
30	Sharon Valeria Pérez Rojas				X					
31	Valeria Cascante Vargas					X				
32	Daniela Bonilla	X								
33	Sebastián Canossa		X							
34	Luis Villalobos			X						

Certificado de participación.



UNIVERSIDAD NACIONAL
FACULTAD DE
CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA DE CIENCIAS DEL MOVIMIENTO HUMANO OTORGA EL PRESENTE

CERTIFICADO DE PARTICIPACIÓN A:

POR SU DESTACADA PARTICIPACIÓN EN EL EVENTO ESPECIALIZADO

Triatlón Cross: Planificación y Ejecución de Evento Especializado en la Región Chorotega.

Nicoya, 8 de noviembre de 2025

Firma y sello:



Medalla del evento.



Carta a Comité Cantonal de Deportes y Recreación de Nicoya.

Lista de estudiantes gira a Nicoya

EVENTO ESPECIALIZADO TRIATLON CROSS

Cédula	Nombre completo del estudiante	Beca
119090263	AGUILAR ROJAS ALEJANDRO	
118310578	ARAYA BOLAA'OS MAURICIO ALEJANDRO	
402650782	ARAYA SALAS SAUL FELIPE	
402610789	ARCE ALVARADO KEREN	
119000330	ARCE BRENES LIGIA ALEJANDRA	X
119190524	BLANFORD VALLADARES DWAYNE	X
118900186	BONILLA VILLALTA NATALIA	
118870789	CASCANTE VARGAS VALERIA DE LOS ANGELES	
118500498	CHACON GOMEZ ADAN JOSUE	
119660983	DIAZ NUÁ'EZ PABLO ESTEBAN	
305440590	FALLAS ROBLES GREDDY ESTEBAN	X
402650637	LEON RAMIREZ MIRANDA	
901410458	MENDOZA MORALES IVANA PAOLA	X
402620627	MIRANDA MUÁ'OZ JOSE PABLO	X
118350558	MORENO JIMENEZ ANDRES DANIEL	
118910128	PEREZ GARITA ALEXA PATRICIA	X
118290520	PEREZ ROJAS SHARON VALERIA	X
118710974	QUESADA CORTEZ CAMILA FABIANA	
402510011	QUESADA SALAZAR MARIA DE LOS ANGELES	X
208370371	RAMIREZ AGUIRRE RANDALL ANDRES	
402510774	SALAS BEJARANO AARON JESUS	X
208290119	SANTAMARIA MENDEZ LUIS ALEJANDRO	
119430710	SERRANO PALMA MATIAS DE JESUS	
118270090	SOLIS PORRAS KENDALL	
208040544	VARGAS CALDERON JORGE ELIAS	X
118740048	VARGAS QUIROS NICOLLE DE LOS ANGELES	X
305250547 GE	GOMEZ GOMEZ KEVIN DANIEL	
117660950	MACIAS MONGE JONATHAN	
208500641	JAEN SANCHEZ JOSE VINICIO	X
118870955	CHAVES SANCHEZ DAILYN CRISTINA	X
604780166	SEGURA RODRIGUEZ KENDALL DE LA TRINIDAD	
305360024	UMAÁ'A MURILLO CHRISTIAN	
117860525	ZUÁ'IGA ALFARO JACOB ANDRES	
305390670	CALVO FONSECA JAZMIN AURORA	X
	PEREIRA ZAMORA DANIEL	
118360103	PIRKER GROSMIRE MAEL	
118930327	CHAVERRI CAMACHO EDUARDO	

Licenciatura

Cédula	Nombre completo del estudiante	Beca
208190389	RODRIGUEZ ROJAS CRISTOPHER	
116840420	RAMIREZ NUÑEZ BRAYAN	X
115630829	MAROTO SANCHEZ BRENDA	X
117420472	CANOSSA CASTRO SEBASTIÁN	
402570658	VILLALOBOS CORRALES LUIS ANDRÉS	
118870973	BONILLA FONSECA DANIELA	X

Imagen publicitaria del evento.



Recorrido del evento.

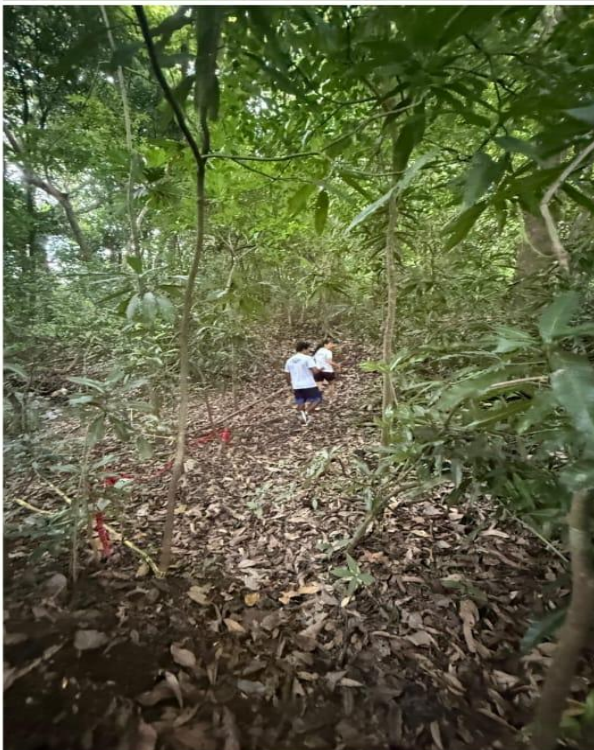


Imágenes de la primera gira.





Imágenes de la segunda gira.



Imágenes de la tercera gira.

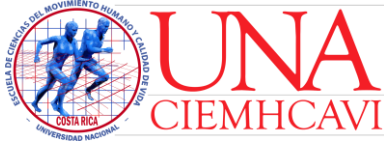


Imágenes de la cuarta gira y día del evento









Modelo TFG.04.5.
Formato de Presentación Informe Final Evento Especializado

Videos del evento

<https://drive.google.com/file/d/19qdESQX4FOqUkRAYac7QD4vgVwJIXZcz/view>

<https://drive.google.com/file/d/1CkhMcvrarvAHkCDmKx5yB-1Hg-bG-a99/view>