

# SELLA

RIVER INTERNATIONAL SUP RACE

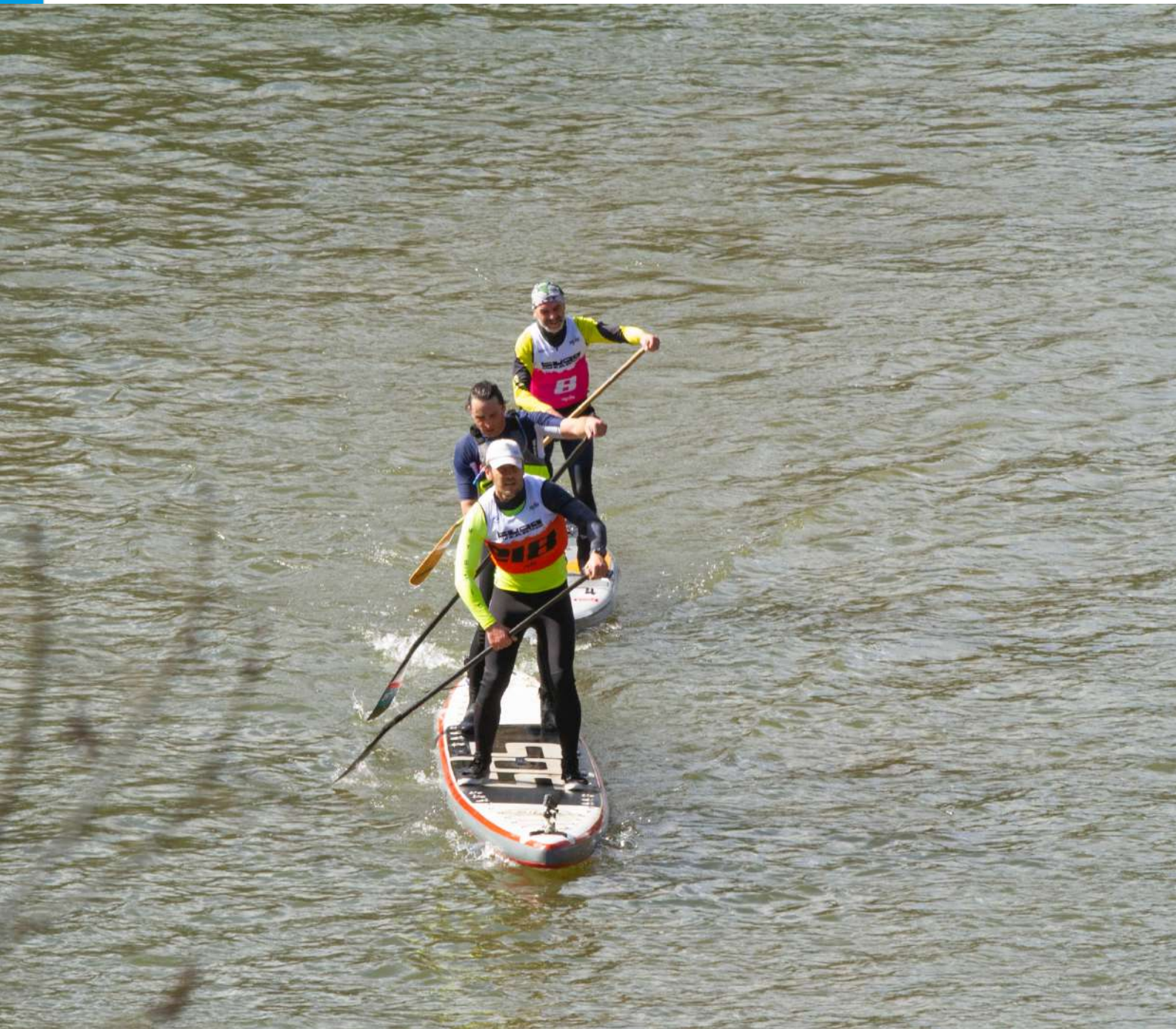


# 2026

GUÍA DEL PALISTA

## INDICE

- PRESENTACIÓN - pg 3
- INFORMACIÓN GENERAL - pg 3
- ORDEN DE SALIDA Y TIEMPOS - pg 5
- RECORRIDO - pg 6
- AVITUALLAMIENTO - pg 7
- SEGURIDAD - pg 9
- MATERIAL Y PREMIACIONES - pg 11
- PALMARES - pg 12
- ALOJAMIENTO - pg 13
- CONTACTOS - pg 13
- COMITÉ ORGANIZADOR - pg 13



# SELLA RIVER INTERNATIONAL SUP RACE

## PRESENTACION

XII Edición del descenso del Sella en Stand Up Paddle. Primera edición Internacional bajo el auspicio de la Federación Internacional de Piragüismo – ICF y de la Federación Española.

## FECHA Y LUGAR

FECHA	Sábado, 11 de abril de 2026
LUGAR	ARRIONDAS – PRINCIPADO DE ASTURIAS

## HORARIOS

VIERNES 10 DE ABRIL	DESDE	HASTA	LUGAR
DEPÓSITO DE TABLAS	16.00	18.00	Sede de Cangas Aventura
Presentación Libro 'SOY AGUA' con ANTONIO DE LA ROSA	19.00	20.00	Casa de Cultura Arriondas
REUNIÓN TÉCNICA	20.00	21.00	Casa de Cultura Arriondas
ENTREGA DE DORSALES	18.00	21.00	Casa de Cultura Arriondas

SABADO 11 DE ABRIL	HORA	LUGAR
SALIDA DEL TRASLADO <sup>1</sup>	09:00	Restaurante La Ribera (meta)
APERTURA DE LA GUARDERÍA DE TABLAS	09:30	Sede de Cangas Aventura
REUNIÓN TÉCNICA (si hubiera cambios)	10:00	Salida
CAMARA DE LLAMADAS	10:30	Salida
CIERRE DE CEPOS – SALIDA <sup>2</sup>	10:45	Salida
<b>SALIDA<sup>3</sup></b>	<b>11:00</b>	<b>Puente de Arriondas</b>
LLEGADA GANADOR	12:15	Puente de San Román
CIERRE DE CARRERA	13:30	Puente de San Román
ENTREGA DE TROFEOS <sup>4</sup> , a partir de...	14:00	Casa de Cultura Arriondas

### NOTAS:

- 1 – Solo para aquellos que lo hayan solicitado, el traslado desde meta será puntual y no se espera a nadie. Os recuerdo que solo se sube a las personas no el material.
- 2 - 15 minutos antes de la salida se cerrarán los cepos y los que no estén preparados deberán salir detrás de todos, por lo que se ruega que a esa hora estéis todos con el material preparado en el río.
- 3 - La salida será puntual.
- 4 – La entrega de trofeos se hará a partir de las 14:00 en Arriondas, junto a la Casa de Cultura del Ayuntamiento, en 'La Dori' si lo permite el tiempo, en caso contrario en el salón de actos.
- 5 - Los petos dorsales hay que devolverlos al finalizar la prueba en meta, a cambio os entregaremos una medalla de FINISHER 😊.

### AVISO IMPORTANTE:

Durante las obras del puente de Arriondas habrá que tener en cuenta el tiempo necesario para pasar de una orilla al otro del río ya que hay que dar la vuelta a toda la población.





cajón campeones

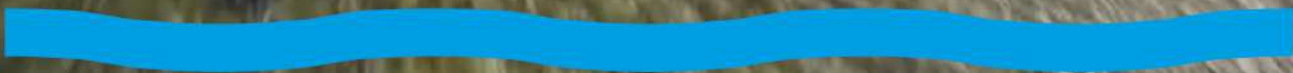


cajón preinscripciones



cajón resto de inscripciones

**SALIDA TIPO SELLA**



## ORDEN DE SALIDA

Existirá un primer 'cajón de salida' reservado para los vencedores de las anteriores ediciones que confirmen su presencia 15 días antes de la prueba y para los deportistas internacionales que acudan a la prueba de forma oficial.

Las plazas del segundo cajón de salida se adjudicarán respetando el orden de llegada de la edición anterior siempre y cuando se haga la reserva en tiempo y forma establecido cada año.

El resto de plazas se asignarán respetando el orden de inscripción.

Las categorías S1 y S2 saldrán en los mismos cajones mezclados entre ellos.

La categoría S4 saldrá al final del grupo de deportistas.

## CRONOMETRAJE Y SEGUIMIENTO

El sistema de cronometraje oficial será manual y lo llevarán a cabo los jueces o cronometradores oficiales IOSU. Cualquier otro sistema de cronometraje o seguimiento como los chips, trackers, spots, transponder,... que pudieran utilizarse son medios auxiliares, siendo el oficial el manual.

El deportista deberá mantener en perfectas condiciones de visibilidad el dorsal de pecho que se le aporte. Si un juez es incapaz de ver el dorsal de una persona en un punto de control se entenderá que no ha pasado por el mismo.

## TIEMPO DE LA PRUEBA

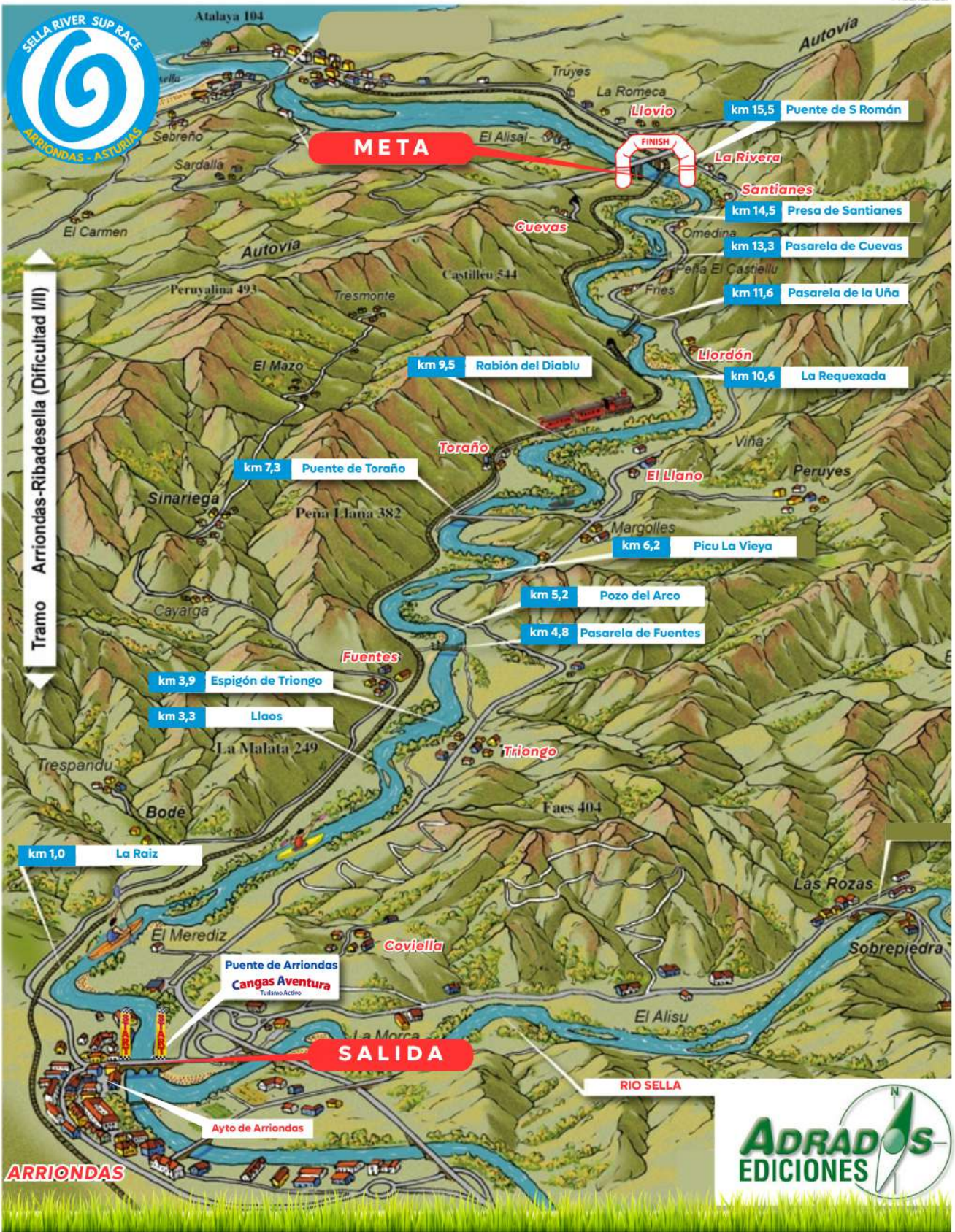
Los deportistas disponen de un tiempo máximo de 2,5 horas para realizar la distancia clásica.

Durante el tiempo de competición el deportista no podrá salir del área designada de competición que comprende: zona de agua, salida y llegada, y orillas del río.



# RECORRIDO

A Santander



© Miguel Ángel Adrados. Prohibida la reproducción por cualquier medio (impreso o digital). Depósito Legal: AS 2344-2013. Imprenta: Gráficas SUMMA S.A. Polígono Industrial de Sivota. Llanera. Asturias.



## AVITUALLAMIENTO

El avituallamiento en carrera corresponderá únicamente a los deportistas, quedando totalmente prohibido deshacerse de los restos en el río bajo la sanción de descalificación.

Es aconsejable llevar consigo camelback o similar para hidratarse.

El avituallamiento el meta estará compuesto por agua, bebida isotónica, refrescos, y sólidos básicos: fruta, frutos secos, pasta, y/o similares.

La organización podría aportar otro tipo de suplementos como geles, barritas energéticas, o bebidas energéticas, pero lo hará en la bolsa del deportista y nunca durante la prueba. El consumo de estos productos se hará bajo la responsabilidad del propio deportista.

El deportista podrá salir del agua para avituallarse y podrá recibir el avituallamiento de su equipo de apoyo en las zonas establecidas para ello. Los productos que entreguen los equipos en la zona de avituallamiento de equipos los deberá de aportar/suministrar el propio equipo bajo su total responsabilidad.





**SEGURIDAD EN EL SELLA**

## SEGURIDAD DE LA PRUEBA

Si una vez iniciada la competición se producen modificaciones importantes en el estado del río, meteorológicas, o de cualquier otra índole que a juicio del organizador y dirección federativa pueda poner en peligro la integridad del deportista se podrá:

- Variar el recorrido de la prueba, reduciendo o alargando las distancias.
- Neutralizar la prueba hasta que se resuelva la circunstancia, inclemencia, o problema que haya causado la neutralización.
- Si no se ha cumplido  $\frac{1}{4}$  parte de la prueba aplazarla si las condiciones adversas no tienen visos de solucionarse.
- Si se ha cumplido la mitad de la prueba darla por finalizada si las condiciones no tienen visos de solucionarse, tomando las clasificaciones en Toraño como finales.

## APP My 112

Para esos casos que nunca queremos que ocurran, os aconsejamos descargar en el móvil la APP My 112, con ella a la vez que llamáis al 112 os localizarán automáticamente. Los que ya la tenéis recordar activar Asturias como zona. <https://112asturias.es>

## SEGURIDAD DE LOS DEPORTISTAS

El deportista deberá de llevar siempre consigo y cumplir las medidas de seguridad que la organización considere oportunas. Estas medidas de seguridad estarán dirigidas por las indicaciones y obligaciones que nos impongan la Confederación Hidrográfica del Norte y la Comandancia de Marina.

- Los participantes deberán llevar obligatoriamente chaleco salvavidas homologado, con un índice de flotabilidad mínimo de 50 NM. NO serán válidos chalecos hinchables de ningún tipo, ni chalecos de impacto que no cumpla con el índice de flotabilidad.
- Los participantes podrán optar libremente por llevar 'leash o invento', en caso de llevarlo lo deben llevar atado a la cintura.
- Los participantes podrán optar libremente por llevar casco.



## CONTROL MEDICO

Se establecerán en carrera tantos controles médicos como considere oportuno la organización. Todos los deportistas deberán permitir ser examinados en cualquier momento de la carrera por los médicos. El médico tiene la potestad de ordenar la retirada de la carrera de cualquier deportista. Un deportista ordenado a retirarse NO podrá continuar la carrera SIN DORSAL.





**MATERIAL**

## NOTAS SOBRE EL MATERIAL

### DORSALES

Los dorsales peto entregados junto con la bolsa del corredor deberán devolverse a finalizar la prueba.

Todos los palistas deberán llevar siempre bien visible el dorsal de la prueba. El dorsal es el sistema OFICIAL de control de los participantes.

Si un juez de paso no es capaz de identificar a un corredor porque este no lleve el dorsal o no lo lleve adecuadamente colocado se entenderá que este no ha pasado por el punto de control. La identificación del corredor en los puntos de control depende de este y no de los jueces de paso.

### PULSERAS DE TYVEK Y/O ADHESIVOS

Se facilitarán pulseras de tyvek y adhesivos para identificar las tablas y los remos para facilitar su recuperación en caso de pérdida o caída durante la prueba. El adhesivo deberá ir bien colocado en el remo, y la pulsera de la tabla podrá ir colocada en un handle o en la anilla del lease.

## TABLAS Y REMOS

Los deportistas solo podrán terminar la prueba sobre su propia tabla. Si un deportista pierde su tabla NO podrá continuar en la prueba salvo que la recupere por sus propios medios o ayudado por otros participantes, NUNCA por acompañantes o espectadores.

Si un deportista rompe su tabla solo podrá continuar en la prueba si es capaz de repararla o navegar con ella rota siempre y cuando los daños no pongan en peligro su integridad física o la de cualquier otro participante en la prueba.



## PREMIACIONES

Habr  trofeos para los tres primeros en hombres y en mujeres de la categoría elite, y para el ganador y ganadora de cada categoría popular.

CATEGORIAS		
<b>ELITE – FEDERADA - RFEP</b>	<b>POPULAR – S1</b>	
MASCULINA - S1	SUB 23	de 16 a 23 años.
FEMENINA - S1	SENIOR	de 24 a 39 años.
TANDEM - S2	VETERANO 1	de 40 a 49 años.
	VETERANO 2	de 50 a 59 años.
	ESPECIAL	más de 60 años.
<b>JUNIOR – FEDERADA - RFEP</b>		de 15 a 18 años.

La edad mínima para tomar parte en la prueba popular son 16 años **CUMPLIDOS antes del día de la prueba**. Saltarse esta norma supondr  la descalificación y la prohibición de tomar parte en la prueba hasta que tenga 18 años.

**NOTA IMPORTANTE:** Para que una categoría tenga validez tendrá que haber al menos 6 participantes en la misma. En caso contrario los inscritos en esa categoría pasarán a formar parte de la inmediata superior.



# PALMARES



## PALMARÉS HISTÓRICO



### PALMARÉS DEL SPS SELLA RIVER SUP RACE

AÑO	PUESTO	MUJERES	PAIS	PUESTO	HOMBRES	PAIS	AÑO	PUESTO	MUJERES	PAIS	PUESTO	HOMBRES	PAIS	
2013	1ª	SANDRA PÉREZ	ESP	1ª	RUBÉN SALVADOR	ESP	2022	1ª	ANA BAIZÁN	ESP	1ª	MANUEL HOYUELA	ESP	
	2ª	NANI MARTÍN	ESP	2ª	RAMÓN BLANCO	ESP		2ª	SILVIA CANUDAS	ESP	2ª	MIQUEL ROIGE	ESP	
	3ª	#		3ª	BRANISLAV SRAMEK	CZE		3ª	ELENE ETXEBERRIA	ESP	3ª	PAULINO CAYÓN	ESP	
2014	1ª	ANE ZULAIKA	ESP	1ª	DODE FLORENT	FRA	TEAMS	1ª	SUP CLUB SUANCES	ESP				
	2ª	JULIA PÉREZ	ESP	2ª	ANTONIO DE LA ROSA	ESP		2ª	SUP BARCELONA	ESP				
	3ª	NANI MARTÍN	ESP	3ª	MATOUS PAVLIK	CZE		3ª	ECO SUP	ESP				
2015	1ª	AIA MARTINEZ	ESP	1ª	ANTONIO DE LA ROSA	ESP	2023	1ª	ANA BAIZÁN	ESP	1ª	MANUEL HOYUELA	ESP	
	2ª	BEATRIZ PIÑAL	ESP	2ª	OSCAR RUIZ	ESP		2ª	MINERVA MENDEZ	ESP	2ª	SAMUEL TORRICO	ESP	
	3ª	CYNTHIA COTO	CRI	3ª	ENEKO ALBERDI	ESP		3ª	YAIMA GARCÍA	ESP	3ª	NICOLÁS BARREIRO	ESP	
2016	1ª	ANE ZULAIKA	ESP	1ª	PAULINO CAYÓN	ESP	TEAMS	1ª	SUP MERA	ESP				
	2ª	CAROLINA SETH-SMITH	GBR	2ª	JURGI ZULAIKA	ESP		2ª	ECO SUP	ESP				
	3ª	AINHITZE MUÑOA	ESP	3ª	JOSÉ RUMBEU	ESP		3ª	MOLOKA'I SUP CENTER	ESP				
2017	1ª	BEATRIZ PIÑAL	ESP	1ª	PAULINO CAYÓN	ESP	2024	1ª	ANA BAIZÁN	ESP	1ª	MANUEL HOYUELA	ESP	
	2ª	CAROLINA SETH-SMITH	ESP	2ª	ALVARO AGÜERA	ESP		2ª	LAURA BACCARO	ESP	2ª	IVÁN PUENTE	ESP	
	3ª	AIA MARTINEZ	GBR	3ª	JURGI ZULAIKA	ESP		3ª	PAULA RODRIGUEZ	ESP	3ª	BASTIAN GRIMM	DEU	
2018	1ª	BEATRIZ PIÑAL	ESP	1ª	KIKO VEGA	ESP	TEAMS	1ª	SUP MERA	ESP				
	2ª	ANA BAIZÁN	ESP	2ª	MIQUEL ROIGE	ESP		2ª	ECO SUP	ESP				
	3ª	GLORIA TORRUOS	ESP	3ª	PAULINO CAYÓN	ESP		3ª	MOLOKA'I SUP CENTER	ESP				
2019	1ª	ANA BAIZÁN	ESP	1ª	PAULINO CAYÓN	ESP	2025	1ª	PAULA RODRIGUEZ	ESP	1ª	IVÁN PUENTE	ESP	
	2ª	BEATRIZ PIÑAL	ESP	2ª	MIQUEL ROIGE	ESP		2ª	LAURA BACCARO	ESP	2ª	MIQUEL ROIGE	ESP	
	3ª	MAGDALENA BARCELÓ	ESP	3ª	MARC FORASTER	ESP		3ª	MARIA GLUCKHACHEVA	RUS	3ª	GUILLERMO GOYANES	ESP	
			ASCENSO INTEGR0 15 km 4:17:21 MIGUEL MARTORELL ESP						TEAMS			1ª NACOSTA WATERSPORTS ESP 2ª SUP MERA ESP 3ª MOLOKA'I SUP CENTER ESP		



# ALOJAMIENTO y TURISMO

## OFICINA DE TURISMO DE ARRIONDAS

Teléfono: 985 841 712

[www.ayto-parres.es/turismo](http://www.ayto-parres.es/turismo)

[turismo@ayto-parres.es](mailto:turismo@ayto-parres.es)

C/ Lilian de Celis (Bajos del Ayuntamiento)

**Horario:** Mañanas de 10:00 a 14:00 y Tardes de 16:00 a 20:00

Cerrado Martes y Domingo por la tarde.

## CONTACTOS

CONTACTO	TELEFONO
AYUNTAMIENTO DE ARRIONDAS	985 840 024
OFICINA DE TURISMO	985 841 712
HOSPITAL DE ARRIONDAS	985 949 800
URGENCIAS	112
DIRECCION DE CARRERA	649 373 561
POLIDEPORTIVO ARRIONDAS	985 840 984
RESCATE EN CARRERA (solo para casos de extrema necesidad)	112

## MARCAS REGISTRADAS

La marca, SELLA RIVER SUP RACE® y SPS® son marcas registradas, cualquier uso indebido y/o no autorizado de las mismas será denunciado ante las autoridades pertinentes.

## COMITÉ ORGANIZADOR

El nuevo comité organizador está compuesto por el club Deporte y Recreación, el ayuntamiento de Parres, y la Real Federación Española de Piragüismo.

Colaboran con la organización: CODIS – Comité Organizador del Descenso Internacional del Sella, Club LOS RÁPIDOS, SELLEROS y Team 8.

Foto contraportada: SELLAVIRTUAL.COM



## SEGURIDAD Y CIERRE DE RÍO

El Descenso del Sella no se puede calificar como peligroso, aun así entraña una serie de riesgos, riesgos que tratamos de minimizar a través de una serie de medidas y medios, medios que ponemos a disposición de los participantes tal y como BOMBEROS, GUARDIA CIVIL, PROTECCIÓN CIVIL, SAMU, 112, VOLUNTARIOS todos ellos para garantizar un buen desarrollo de la prueba.



En la foto de un rescatista: momento del rescate del participante Sella SUP Race 4-4-25

Esta asistencia se ve penalizada en muchas ocasiones por la presencia de terceras personas en el recorrido de un evento, canoas, pescadores, y 'otros deportistas', que pueden provocar caídas, y/o alterar el orden y el desarrollo deportivo de la prueba. Para evitar estos casos al máximo, hay una ordenanza de uso y disfrute del río que piragüistas, pescadores, y otros usuarios conocen y respetan. A las empresas se les pide que retrasen 'unos minutos' el uso del río con las canoas y así lo hacen. Lo que no nos había pasado hasta el año pasado era encontrarnos con 'otros deportistas' disfrutando del río 'dentro' de la prueba.

Teniendo en cuenta el riesgo que esta situación puede causar a los participantes en la prueba, así como los requerimientos federativos que tenemos como evento internacional y tras elevar las oportunas consultas a las autoridades pertinentes, para la próxima edición no solo dispondremos de las medidas preventivas habituales dirigidas a protegerlos a todos, sino que se verán ampliadas con una serie de medidas legales de control para evitar la presencia de espontáneos dentro del 'recorrido' de la prueba que la puedan alterar. NO se podrá remar entre el cierre de carrera y la cabeza de la misma.

En el recorrido de la prueba habréis visto otros deportistas ya presentados en la reunión técnica, como los pertenecientes al Club Los Rápidos de Arriondas que os proporcionan una primera asistencia y guía en el río, o como a los miembros de Protección Civil de las agrupaciones de Cangas, Ribadesella y Caso, como podéis apreciar en las siguientes fotos:





En la foto de Sellavirtual.com: un voluntario de seguridad del evento del club Los Rápidos, 4-4-25



En la foto de FOTOSSELLA.COM: una pareja de voluntarios de Protección Civil en el río Sella, 4-4-25



En la foto de Sellavirtual.com: un 'deportista' externo disfrutando del evento 4-4-25



Toda la información la podéis encontrar en la web oficial:

<https://standuppaddlespain.org/>





CONTACTO:  
 INFO@STANDUPPADDLESPAIN.ORG  
 WWW.STANDUPPADDLESPAIN.ORG  
 TEL +34 649 373 561

