

**MARCHA nórdica 2025**



**CAMPEONATO DE ESPAÑA 2025**  
SELECCIONES AUTONÓMICAS

**CEUTA - 8 NOV**

**V Anyera Nordic Walking**


**Cámara**  
**Ceuta**


**CAMPEONATO DE ESPAÑA 2025**  
SELECCIONES AUTONÓMICAS


 **ANYERA CEUTA** 


[www.nw.clubanyera.es](http://www.nw.clubanyera.es)


Financiado por la Unión Europea - Next Generation EU


 Financiado por la Unión Europea - Next Generation EU

 Plan de Recuperación, Transformación y Resiliencia

 Ceuta

 Cámara

 COE

 FENW

**V ANYERA NORDIC WALKING “CÁMARA DE COMERCIO”  
CAMPEONATO DE ESPAÑA  
SELECCIONES AUTONÓMICAS**

V5 – 04.11.2025

# ÍNDICE

- 1. Previo a la prueba.**
  - a. Introducción.**
  - b. Participantes e inscripciones.**
  - c. Precios y plazos.**
  - d. Condiciones de participación.**
  - e. Recogida de dorsales.**
  - f. Charla Técnica.**
  - g. ¿Cómo llegar a Ceuta?**
- 2. Durante la prueba**
  - a. Ficha técnica de la prueba.**
  - b. Servicios Complementarios.**
  - c. Horarios.**
  - d. Avituallamientos.**
  - e. Cronometraje y Clasificaciones**
  - f. Servicio Sanitario**
  - g. Reglamento**
- 3. Después de la prueba**
  - a. Entrega de Premios**
- 4. Anexos**
  - a. Autorización menores de edad**

# PREVIO A LA PRUEBA

## 1.A.- INTRODUCCIÓN.

El próximo 8 de noviembre Ceuta acogerá, un año más, una prueba de ámbito nacional de Marcha Nórdica. Esta edición tenemos el honor de organizar el Campeonato de España de Selecciones Autonómicas, evento que es posible gracias a la implicación del Club Anyera, organizador de la prueba y de la implicación de la Cámara de Comercio de Ceuta, el Instituto Ceutí de Deportes y la Comandancia – General de Ceuta.

Toda la información de la prueba se encuentra actualizada en el siguiente portal: <http://nw.clubanyera.es>

Recomendamos a todos los interesados seguir nuestras RRSS y visitar de forma asídua la web de la prueba para tener acceso a las últimas actualizaciones e información de última hora.

**IMPORTANTE:** La información contenida en el presente documento será válida hasta la celebración de la Charla Técnica. En dicho momento la Organización puntualizará los aspectos de última hora que hayan podido cambiar.

## 1.B.- PARTICIPANTES E INSCRIPCIONES.

En el Campeonato de España de Marcha Nórdica por seleccciones autonómicas podrán participar las personas federadas FEDME en las siguientes categorías y edades (que deben de tener cumplidas el 31/XII/25).

Las inscripciones para la prueba se realizarán de manera exclusiva a través de la plataforma que FEDME establezca en su página web.

## 1.C.- PRECIOS, INSCRIPCIONES Y PLAZOS

Para poder participar en la prueba es requisito imprescindible tener cumplidos los 12 años el 31 de diciembre de 2025 y tener Licencia FEDME en vigor. Los menores de 18 años deberán acompañar la inscripción con una autorización paterna con copia del DNI del padre o tutor legal. Dicha autorización puede descargarse en la web de la prueba, sección Documentos.

Se establece la fecha límite del 22 de octubre para realizar cambios de titulares en la inscripción, siempre dentro de la misma modalidad, y que tendrá un sobrecoste de 5€.

Los precios son los siguientes:

- **FEDERADOS (100 PLAZAS) (PLAZO PREFERENTE) (del 13 al 22 de octubre)**
  - **CTO ESP 26,00 €**
  - **almuerzo previo a la Competición +19,00 €**
  - **Cena Entrega Premios +29,00 €**

- **FEDERADOS (50 PLAZAS) (PLAZO ORDINARIO) (del 23 de octubre al 2 de noviembre)**
  - CTO ESP 29,00 €
  - almuerzo previo a la Competición +21,00 €
  - Cena Entrega Premios +32,00 €
- **ACOMPAÑANTES**
  - Almuerzo + 21,00 €
  - Cena Entrega Premios + 32,00 €
- **CIERRE INSCRIPCIONES – 2 de noviembre**

*MUY IMPORTANTE: Todas las inscripciones llevan incluido en el importe 1€ de Gastos de Gestión que no son reembolsables en caso de cancelación de la Inscripción*

El precio de la inscripción para **marchadores** incluye:

- Bolsa del corredor, que contendrá:
  - Camiseta conmemorativa de la prueba
  - Calcetín Lurbel Desafío Three
  - Material de los patrocinadores de la prueba
- Acceso a los avituallamientos establecidos por la Organización
- Asistencia sanitaria durante el transcurso de la prueba y llegada a meta
- Medalla “Finisher” a todos aquellos participantes que logren finalizar la prueba en el tiempo establecido.
- Galería fotográfica en alta calidad artística (Fotógrafos Solidarios de Ceuta)

#### 1.D.1.- Cierre de Inscripciones

El cierre de inscripciones se realizará el 02.11 a las 21:00h

#### 1.D.- CONDICIONES DE PARTICIPACIÓN

En todo lo no contemplado en este boletín, la prueba se basará en el Reglamento de Competición de la Federación Española de Deportes de Montaña y Escalada (FEDME).

La organización se reserva el derecho a realizar las modificaciones que considere necesarias en función de los diferentes condicionantes, así como la suspensión de la prueba si las condiciones meteorológicas lo obligan, o por fuerza mayor. Las modificaciones serán debidamente comunicadas a los participantes lo más rápidamente posible.

La realización de la inscripción implica haber leído, entendido y adquirido los siguientes compromisos:

- La Organización no será responsable de ninguna lesión o padecimiento por imprudencia, negligencia o falta de forma física del marchador/a.
- La persona inscrita puede ejercer en todo momento los derechos de acceso, rectificación, supresión, limitación, oposición y portabilidad de los datos incorporados voluntariamente, según lo dispuesto en el Reglamento General (UE) 2016/679 de Protección de Datos y en la Ley Orgánica 3/2018, de 5 de diciembre, de Protección de Datos Personales y garantía de los derechos digitales, dirigiendo un escrito en el que especifique que derecho desea ejercer y adjuntando copia de documento oficial que lo identifique dirigido a la FEDME.

- La persona inscrita autoriza a la organización el derecho de anunciar por cualquier medio su nombre, apellidos, clasificaciones, categoría, marca realizada, y sus tiempos parciales.
- La persona inscrita autoriza la toma y uso de imágenes (incluso de los menores de edad) por parte de la organización, siempre que sean para promoción la marcha nórdica, el propio evento, o la FEDME sin contraprestación para el/la participante.
- La organización rechazará cualquier inscripción que no acepte las condiciones de este boletín o del Reglamento de Marcha Nórdica FEDME.
- Los/las deportistas podrán inscribirse a través de la plataforma [www.rockthesport.com](http://www.rockthesport.com).
- El participante, por el mero hecho de inscribirse en esta prueba ACEPTA los riesgos inherentes a la práctica de este tipo de deportes que se realizan en la montaña y declara:
  - Estar físicamente bien preparado para la carrera, gozar de buena salud general, no padecer enfermedad, defecto físico o lesión que pueda agravarse con su participación en dicha prueba.
  - Ser consciente que este tipo de actividades, al desarrollarse en el medio natural, conllevan un riesgo adicional para los participantes. Por ello, asisto de propia voluntad e iniciativa, asumiendo íntegramente los riesgos y consecuencias derivadas de mi participación.
  - Deberá cumplir el reglamento establecido para la prueba y, en lo no previsto en el mismo, será de aplicación el Reglamento oficial de la FEDME, descargable desde este enlace.
- El Club de Montaña Anyera, como organizador de la carrera, se compromete a seguir las indicaciones del manifiesto medioambiental de la FEDME, debiendo hacer lo propio todos los participantes de la misma.

## 1.E.- RECOGIDA DE DORSALES

Los delegados o representantes de las Federaciones Autonómicas participantes podrán recoger los dorsales y las Bolsas del Marchador, previa identificación con DNI, según lo establecido en el siguiente calendario.

- Viernes, 7 de noviembre
  - Lugar: Hotel Ulises \*\*\*\*
  - Horario: de 20:00 h a 22:00 h

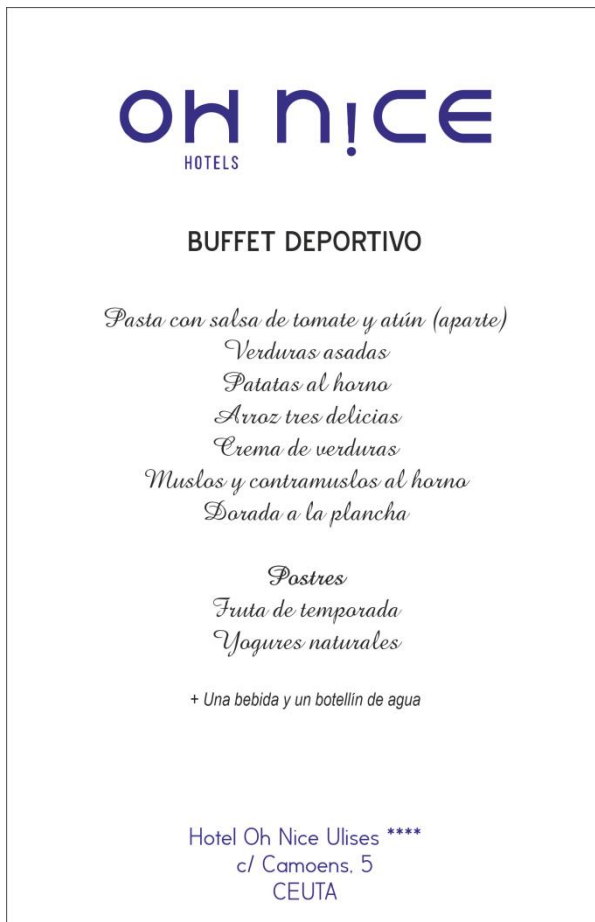
## 1.F.- CHARLA TÉCNICA

El sábado 8 de noviembre, a las 11:00 h y también en el Hotel Ulises se celebrará la Charla Técnica en la que se explicarán todos los aspectos relativos a la prueba, novedades de última hora, así como se resolverán todas las dudas acerca de la misma.

Un nuevo y breve briefing, con los posibles cambios de última hora, se realizará a las 14:50 h en el mismo cajón de salida de la prueba.

## 1.G.- ALMUERZO PREVIO A LA COMPETICIÓN

Al objeto de facilitar el almuerzo deportivo para los competidores y gracias a la colaboración de Hotel Ulises se oferta el siguiente menú (disponible en la plataforma de inscripciones) a reservar por cada participante y que se servirá a las 12:00 h del medio día en los Salones del Hotel.



## 1.H.- TRASLADOS A ZONA DE COMPETICIÓN

Para trasladar a los participantes a la zona de competición se dispondrá de un servicio de autobuses con los siguientes horarios. Este dispositivo está prioritariamente destinado a los marchadores. Si quedaran plazas libres podrán ser ocupadas por los acompañantes, hasta completar las plazas disponibles.

- Rotonda Poblado Marinero a zona de competición
  - Salida nº 1 – 13:30 h (55 plazas)
  - Salida nº 2 – 13:30 h (55 plazas)
- Zona competición a Rotonda Poblado Marinero
  - Salida nº 1 – 17:50h (55 plazas)
  - Salida nº 2 – 18:15h (55 plazas)
- Tfno RadioTaxi – **956 51 54 06**

## 1.I.- CAMPEONATO DE ESPAÑA POR SELECCIONES AUTONÓMICAS.

### **1.1.1. Participación general.**

Competición exclusiva para Federaciones Autonómicas. Los participantes deben tener licencia FEDME del año en curso, sin importar su nacionalidad.

### **1.1.2.- Equipos**

Categorías: masculina y femenina (mayores de 16 años).

Composición: mínimo 4 y máximo 8 componentes por equipo.

Inscripción oficial por la Federación, con al menos 7 días de antelación a la prueba.

### **1.1 3. Inscripción limitada.**

Cada Federación solo puede inscribir un equipo masculino y uno femenino. Solo los miembros de equipos oficiales puntúan para la clasificación.

### **1.1 4. Sistema de puntuación.**

Los puntos se asignan según la posición de llegada a meta en la categoría absoluta:

1.º puesto = 1 punto, 2.º = 2 puntos, 3.º = 3 puntos, etc.

Sólo se contabilizan los deportistas inscritos en el Campeonato de España de Federaciones Autonómicas (no el resto de participantes).

### **1.1 5. Clasificación final.**

Se suman los puntos de los 4 mejores clasificados de cada equipo. El equipo con menor puntuación será el Campeón de España en su género. Equipos con menos de 4 miembros clasificados no entran en la clasificación.

### **1.1 6. Criterio de desempate**

En caso de empate, se resuelve por:

- Mejor clasificación individual.
- Segunda o tercera mejor clasificación si persiste el empate.

### **1.1 7. Procedimiento de inscripción.**

Las Federaciones deben presentar:

- Lista oficial de deportistas (nombre, apellidos, DNI, fecha de nacimiento) a través del formulario FEDME.
- Cada deportista solo puede representar a la federación que figura en su licencia federativa del año en curso.

### 1.1 8. Campeones de España.

Serán proclamados Campeones de España los equipos (masculino y femenino) con menor puntuación total.

#### 1.J.- ¿CÓMO LLEGAR A CEUTA?

Al objeto de facilitar los desplazamientos hasta nuestra ciudad, os facilitamos la siguiente información. Disponemos de un paquete turístico que incluye ferry y alojamiento y que está detallado en el apartado 1.1.3. Es la opción que la Organización **recomienda** a todos los interesados, pues son los mejores precios que hemos podido conseguir.

##### 1.1.1) Por mar.

La naviera Balearia dispone de una variada oferta de rotaciones entre las dos orillas. Puedes elegir los horarios que más te convengan en la página web de la prueba o en la propia web de Balearia y formalizar tu reserva a través del enlace "[Reserva tu alojamiento](#)" que podrás encontrar en el [portal de la prueba](#).

Una vez lo tengas claro, te recomendamos que realices tu reserva de ferry y alojamiento a través del enlace "Reserva tu alojamiento" que podrás encontrar en el portal de la prueba. Para las Selecciones Autonómicas también podemos enviar un fichero excel para que los responsables de cada FF.AA nos envíen las preferencias de horarios y alojamiento de la totalidad del Equipo Federativo.

##### 1.1.2) Por aire

Una de las maneras más espectaculares de llegar a Ceuta es volando, bien desde Málaga o bien desde Algeciras. Es la manera más rápida, cómoda e inolvidable.

La compañía **Helity** enlaza en línea regular de helicópteros estas ciudades. El vuelo desde Algeciras tiene una duración de 7 minutos, y desde Málaga, de 30. Puedes consultar en la web de la compañía los distintos horarios.

##### 1.1.3) Paquete Turístico.

Para que todo sea aún más fácil, ponemos a tu disposición estas magníficas ofertas, que incluyen pasaje de ida y vuelta en ferry y hotel en régimen de Alojamiento y desayuno. Promoción asociada a la campaña Ceuta Emociona. Contacta con nosotros ([clubanyera@gmail.com](mailto:clubanyera@gmail.com)) para todos los detalles u otras configuraciones de alojamiento.

## HOTELES OFICIALES - OH NICE HOTELS - ULISES y REVELLÍN

**PROMOCIÓN ESPECIAL** **Nº1**  
una persona, una noche

**115€**

OH NICE  
ULISES Ceuta

V Anyera Nordic Walking  
**Cámara**  
de Comercio de Ceuta  
CAMPEONATO DE ESPAÑA 2025  
8 de noviembre de 2025

FERRY IV + HOTEL

\* Bonificación utilizando Ceuta Emociona  
Incluye: 1 pasaje Ferry ida/ida + 1 noche para 1 pax\*\*  
\*\* en hab. doble uso individual (desayuno incluido) - Otras opciones, consultar

 clubanyera@gmail.com 

**PROMOCIÓN ESPECIAL** **Nº2**  
una persona, dos noches

**180€**

OH NICE  
ULISES Ceuta

V Anyera Nordic Walking  
**Cámara**  
de Comercio de Ceuta  
CAMPEONATO DE ESPAÑA 2025  
8 de noviembre de 2025

FERRY IV + HOTEL

\* Bonificación utilizando Ceuta Emociona  
Incluye: 1 pasaje Ferry ida/ida + 2 noches para 1 pax\*\*  
\*\* en hab. doble uso individual (desayuno incluido) - Otras opciones, consultar

 clubanyera@gmail.com 

**PROMOCIÓN ESPECIAL** **Nº3**  
dos personas, una noche

**160€**

OH NICE  
ULISES Ceuta

V Anyera Nordic Walking  
**Cámara**  
de Comercio de Ceuta  
CAMPEONATO DE ESPAÑA 2025  
8 de noviembre de 2025

FERRY IV + HOTEL

\* Bonificación utilizando Ceuta Emociona  
Incluye: 2 pasajes Ferry ida/ida + 1 noche para 2 pax\*\*  
\*\* en hab. doble (desayuno incluido) - Otras opciones, consultar

 clubanyera@gmail.com 

**PROMOCIÓN ESPECIAL** **Nº4**  
dos personas, dos noches

**200€**

OH NICE  
ULISES Ceuta

V Anyera Nordic Walking  
**Cámara**  
de Comercio de Ceuta  
CAMPEONATO DE ESPAÑA 2025  
8 de noviembre de 2025

FERRY IV + HOTEL

\* Bonificación utilizando Ceuta Emociona  
Incluye: 2 pasajes Ferry ida/ida + 2 noches para 2 pax\*\*  
\*\* en hab. doble (desayuno incluido) - Otras opciones, consultar

 clubanyera@gmail.com 

## HOTEL CEUTA PUERTA ÁFRICA

**PROMOCIÓN ESPECIAL** **Nº5**  
una persona, una noche

**135€**

HOTEL CEUTA

V Anyera Nordic Walking  
**Cámara**  
de Comercio de Ceuta  
CAMPEONATO DE ESPAÑA 2025  
8 de noviembre de 2025

FERRY IV + HOTEL

\* Bonificación utilizando Ceuta Emociona  
Incluye: 1 pasaje Ferry ida/ida + 1 noche para 1 pax\*\*  
\*\* en hab. doble uso individual (desayuno incluido) - Otras opciones, consultar

 clubanyera@gmail.com 

**PROMOCIÓN ESPECIAL** **Nº6**  
una persona, dos noches

**200€**

HOTEL CEUTA

V Anyera Nordic Walking  
**Cámara**  
de Comercio de Ceuta  
CAMPEONATO DE ESPAÑA 2025  
8 de noviembre de 2025

FERRY IV + HOTEL

\* Bonificación utilizando Ceuta Emociona  
Incluye: 1 pasaje Ferry ida/ida + 2 noches para 1 pax\*\*  
\*\* en hab. doble uso individual (desayuno incluido) - Otras opciones, consultar

 clubanyera@gmail.com 

**PROMOCIÓN ESPECIAL** **Nº7**  
dos personas, una noche

**180€**

HOTEL CEUTA

V Anyera Nordic Walking  
**Cámara**  
de Comercio de Ceuta  
CAMPEONATO DE ESPAÑA 2025  
8 de noviembre de 2025

FERRY IV + HOTEL

\* Bonificación utilizando Ceuta Emociona  
Incluye: 2 pasajes Ferry ida/ida + 1 noche para 2 pax\*\*  
\*\* en hab. doble (desayuno incluido) - Otras opciones, consultar

 clubanyera@gmail.com 

**PROMOCIÓN ESPECIAL** **Nº8**  
dos personas, dos noches

**235€**

HOTEL CEUTA

V Anyera Nordic Walking  
**Cámara**  
de Comercio de Ceuta  
CAMPEONATO DE ESPAÑA 2025  
8 de noviembre de 2025

FERRY IV + HOTEL

\* Bonificación utilizando Ceuta Emociona  
Incluye: 2 pasajes Ferry ida/ida + 2 noches para 2 pax\*\*  
\*\* en hab. doble (desayuno incluido) - Otras opciones, consultar

 clubanyera@gmail.com 

# DURANTE LA PRUEBA

## 2.A.- FICHA TÉCNICA DE LA PRUEBA.

Se plantea un circuito circular por la pista de La Lastra, pista de tierra compactada en el 100% de su longitud. El recorrido estará cerrado al tráfico de vehículos durante todo el desarrollo de la prueba. La pista dispone de ancho considerable para permitir el tránsito de jueces en bicicleta y marchadores en ambos sentidos, y con espacio suficiente que facilita el adelantamiento entre deportistas. Los participantes darán 2 vueltas completas al circuito.

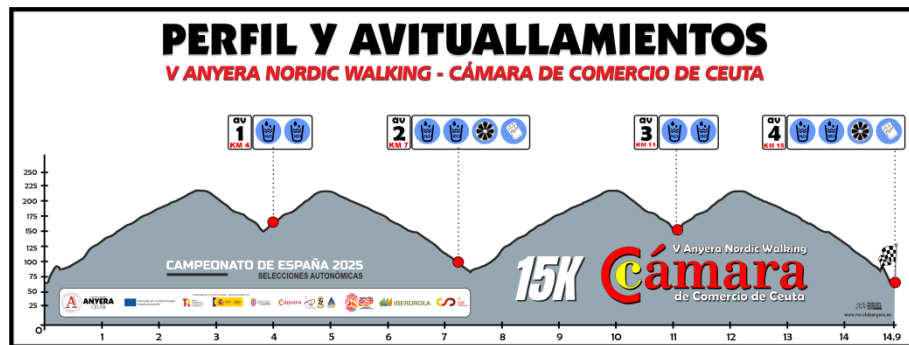
Los tracks de las distintas modalidades están disponibles en la web de la prueba (sección descargas).



Se establecerán dos puntos de avituallamiento ubicados en el km 4 del recorrido y el km 7 que dará cobertura a los distintos bucles y otro adicional en la línea de meta. El punto del km 4 ofrecerá sólo líquidos (agua e isotónica), mientras que en el km 7 se ofrecerán líquidos (agua e isotónica) y alimentos sólidos.

Distancia total: 14.71 Km ; Desnivel + 424m ; Desnivel – 431m

Distancia bucle: 7.7 Km ; Desnivel + 240m ; Desnivel – 240m



## 2.B.- SERVICIOS COMPLEMENTARIOS

En la zona de salida/meta, la Organización pondrá a disposición de los participantes los siguientes servicios:

- Zona de consigna/guardarropa.
- Baños (junto a la consigna/guardarropa)
- Speaker, Animación, DJ y música ambiente.
- Zona del corredor, con Avituallamiento sólido y líquido

## 2.C.- HORARIOS

- **Viernes 7 de noviembre**
  - 20:00 h a 22:00 h – Entrega de dorsales – Hotel Ulises \*\*\*\*
- **Sábado 8 de noviembre**
  - 11:00 h a 11:30 h – Charla Técnica – Hotel Ulises
  - 12:00 h a 13:15 - Almuerzo para Deportistas \*(solicitado en la inscripción)
  - 13:30 h – Traslados a zona de competición (rotonda Poblado Mariner)
    - Rotonda Poblado Mariner a Zona de competición
      - Salida nº1 – 13:30 h (55 plazas)
      - Salida nº 2 – 13:30 h (55 plazas)
      - Tfno RadioTaxi – 956 51 54 06
  - 15:00 h – Inicio de la competición
  - 17:30 h – Cierre de Meta
  - 17:45 h – Traslados al centro de la ciudad
    - Zona competición – Rotonda Poblado Mariner
      - Salida nº1 – 17:50h (55 plazas)
      - Salida nº2 – 18:15h (55 plazas)
      - Tfno RadioTaxi – 956 51 54 06
  - 21:00 h – Presentación de Selecciones participantes
  - 21:30 h – Entrega de Premios Campeonato de España de Selecciones Autonómicas
  - 22:00 h - Cena Fin de Competición \* (solicitado en la inscripción) Terrazas y Salones del Cielo (Parque Marítimo del Mediterráneo)
  - 23:30 h Cierre de Competición – Fiesta Final con animación y DJ

## 2.D.- CRONOMETRAJE

La prueba dispondrá de un sistema de cronometraje basado en chip desechable. Este chip va adherido al dorsal y no puede doblarse ni manipularse. A lo largo del recorrido se establecerán puntos de control que todos los participantes deben pasar obligatoriamente. Es obligatorio llevar los dorsales correctamente colocados y siempre visibles, tanto en la parte delantera como en la trasera.

## 2.E.- CÓDIGO QR

En el dorsal estará impreso el código QR desde el que poder comprobar las clasificaciones provisionales y/o definitivas.

## 2.F.- SERVICIOS SANITARIOS Y SEGUROS DE ACCIDENTES

Se dispondrá de un servicio médico específico para la prueba, dimensionado de forma adecuada al número de participantes. Este servicio estará formado por:

- 1 ambulancia de Soporte Vital Básico (SVB)
- 1 ambulancia de Soporte Vital Avanzado (SVA)
- 2 Equipos sanitarios desplegados a lo largo de los distintos recorridos

Todas las personas participantes, oficialmente inscritos, estarán cubiertos por una póliza de seguros contratada por la Organización que cubrirá los posibles accidentes que se produzcan como consecuencia directa del desarrollo de la prueba y no de prácticas imprudentes o contrarias a la legislación vigente. Los deportistas federados en montaña estarán cubiertos por la propia póliza federativa.

## 2.G.- REGLAMENTO Y DESCALIFICACIONES

Todas las modalidades de la V Anyera Nordic Walking “Cámara de Comercio” se regirán por el reglamento FEDME de Marcha Nórdica, que puede descargarse desde la web de la prueba, sección Documentos.

# POSTERIOR A LA PRUEBA

## 3.A.- PREMIACIÓN


El acto de entrega de premios y trofeos del Campeonato de España de Marcha Nórdica por Selecciones Autonómicas se realizará en los Salones del Restaurante Terrazas y Salones del Cielo (Parque Marítimo del Mediterráneo) a las 22:30h

Habrà premios para los tres primeros clasificados de todas las categorías, tanto masculinos como femeninos.

Será estrictamente necesario estar presente en el momento de la ceremonia para recoger el trofeo correspondiente y acreditar documentalmente la identidad de la persona que subirá al podium.

La entrega de premios se desarrollará según este cronograma:

- 21:00 h – Presentación de Selecciones participantes
- 21:30 h – Entrega de Premios Campeonato de España de Selecciones Autonómicas
- 22:00 h - Cena Fin de Competición \* (solicitado en la inscripción) Terrazas y Salones del Cielo (Parque Marítimo del Mediterráneo)
- 23:30 h Cierre de Competición – Fiesta Final con animación y DJ



**MENÚ ESPECIAL  
CAMPEONATO DE ESPAÑA  
SELECCIONES AUTONOMICAS  
- MARCHA NORDICA -**

*Entrantes*

*Ensalada mezclum con crujiente de pollo, manzana,  
pasas, nueces y mahonesa de mostaza*

*Paté con confituras y tostas*

*Croquetas de choco y cocido*

*Pastones de berenjenas con miel de caña*

*Carrillada ibérica en salsa con patatas fritas*

*Pastre*

*Surtido de mini pastelitos*

*Cervezas, refrescos y vinos incluidas durante la cena*

Terrazas del Cielo  
Parque Marítimo del Mediterráneo  
CEUTA