



REGOLAMENTO 15° Triathlon Invernale

Domenica 12 febbraio 2023



PERSONAL
mente . movimento . sport



PROGRAMMA

Domenica 12 febbraio 2023

- Ore 7.00-8.00 : consegna pettorali presso la palestra di Valle di Savio
- Ore 9.00 : partenza triathlon dalla Piazza di Cedegolo
- Ore 11.30 : partenza minitriathlon
- Ore 12.30 pranzo incluso nel pacco gara in palestra di Valle di Savio
- Ore 14.00 premiazioni presso la palestra di Valle di Savio

N.B.

Possibilità di lasciare la bici a Cedegolo durante la fase di iscrizione e ritiro pettorali.

Le zone di cambio a Valle di Savio per gli atleti "singoli" dovranno essere allestite in accordo a quanto comunicato in fase di ritiro pettorale dall'organizzazione.

La consegna del pacco gara e del gadget avverrà alla riconsegna del pettorale.

Misure di contenimento della diffusione del virus SARS-CoV-2/COVID-19

Sono applicabili tutte le regole in vigore il giorno della gara a livello Nazionale, Regionale e locale, si raccomanda il rispetto di tali disposizioni pena la squalifica della gara e le eventuali sanzioni previste dalla normativa.

L'associazione si impegnerà ad aggiornare il decorso di tali norme per una chiara ed efficace comunicazione e rispetto della stessa. Ogni individuo è responsabile del non rispetto di tali norme.

Informazioni generali

La manifestazione arrivata alla XV edizione mantiene i suoi capi saldi e conferma la classica struttura .

Le 3 frazioni, in ordine, di ciclismo, trail ranning e sci alpinismo potranno essere corse da un singolo atleta che le completa tutte e tre oppure da 2-3 atleti che si divideranno le 3 frazioni. Le squadre potranno essere composte da soli componenti maschili, femminili o miste. Una squadra mista verrà considerata (ai fini della classifica) come squadra maschile.

Si tratta di una gara non competitiva (non è obbligatorio il certificato medico sportivo agonistico ma ogni singolo atleta con la partecipazione alla manifestazione attesterà il suo buono stato di salute) Si tratta di un percorso impegnativo. L'organizzazione sarà sollevata da ogni responsabilità al riguardo.

Alla gara possono partecipare solo atleti nati dall'anno 2006 e precedenti. Per i minorenni dovrà essere compilata, da parte di un genitore o tutore legale, una dichiarazione di responsabilità.

Nel trasferimento da Valle di Savio a Cedegolo (pre-partenza) gli atleti devono tassativamente attenersi al codice della strada e moderare la velocità di percorrenza del tratto

Durante lo svolgimento della gara, la strada sarà comunque aperta al traffico e si raccomanda gli atleti di rispettare il codice stradale mantenendo sempre la destra.

Nella frazione di ciclismo (tutta su asfalto) potranno presentarsi dei tratti innevati, si consigliano ruote da sterrato (è possibile comunque partecipare con la bici da corsa a discrezione degli atleti stessi)

Nella frazione di trail running ci saranno dei tratti con neve e possibilità di ghiaccio, l'organizzazione farà il possibile per ridurre i rischi e segnerà debitamente le possibili problematiche tecniche sul percorso, ma ogni atleta dovrà prestare la massima attenzione per non incorrere in incidenti ed/od infortuni sottovalutando le difficoltà del percorso o non utilizzando le corrette attrezzature.

Nella frazione dello sci alpinismo si raccomanda di prestare la massima attenzione perché come in tutti i percorsi di sci alpinismo possono esserci dei pericoli in base alla condizione della neve.

Ogni singolo atleta, rispettando le zone di cambio, dovrà essere autonomo sia nel per tutta la durata della gara.

E' vietato utilizzare qualsiasi aiuto esterno.

E' vietato uscire dal tracciato di gara.

E' obbligatorio l'uso del casco nelle frazioni di ciclismo e sci alpinismo.

Il mancato rispetto di una o più norme sopra fissate comporterà l'immediata squalifica del concorrente.

In caso di ritiro va consegnato il pettorale al punto di controllo più vicino comunicando la propria volontà.

I percorsi

Ciclismo: dalla piazza di Cedegolo si fa un breve lancio fin sopra l'abitato appena imboccata la SP 6. Il percorso si snoda attraverso l'abitato delle frazioni di Cevo prima raggiungendo Andrista e poi Fresine per andare verso Valle di Savio, si attraversa l'abitato per poi proseguire verso località Plasa dove sarà preparata la zona cambio. Si tratta di un percorso di circa 12 km con un dislivello positivo di 700 mt.

Trail running: il tracciato parte dalla zona di cambio in zona Plasa per ritornare verso Valle, arrivati in paese si passa via Fontane si va verso l'agriturismo il Ginepro per poi salire verso Baule, Pla e poi ritornare verso la zona cambio alla Plasa.

Sci alpinismo: partendo dalla zona cambio gli sciatori dovranno percorrere la pista di fondo per poi salire verso la Stella Alpina e raggiungere Tole qui si tolgono le pelli e si scende con gli sci fino alla Stella Alpina per poi arrivare in località Cus con gli sci in spalla per poi rimetterli e arrivare alla Plasa. Il percorso è di circa 8km con 400mt di dislivello positivo/negativo.

Come descritto in precedenza tutti i percorsi possono subire dei cambiamenti in base allo stato del fondo dovuto alle precipitazioni, in particolare la frazione dello sci potrebbe essere di sola salita o soppressa in caso di totale assenza di neve. Sarà comunque cura ed obiettivo dell'organizzazione fare il possibile perché la struttura dei percorsi sopra descritta sia rispettata nel limite delle proprie possibilità.

Costi e iscrizione

L'iscrizione si effettua con un messaggio WhatsApp ai numeri sotto indicati

Fausto Pains 3388135763

Vittorio Vaira 3282812048

e-mail podisticavalleadame@gmail.com

le quote verranno saldate al ritiro pettorale

Il ritiro del pettorale per il ciclista può essere fatto a Cedegolo (la quota dovrà essere saldata dal compagno prima della partenza, salvo squalifica)

Il costo dell'iscrizione alla manifestazione fino al giorno 09 febbraio è di:

30€ per il singolo atleta che fa le 3 frazioni

75€ per la squadra (composta da 2 o 3 componenti)

Le quote subiranno una variazione dal 10 febbraio:

35€ per il singolo

90€ per la squadra

Le iscrizioni comprendono:

Pettorale

-Pacco gara con gadget tecnico (solo per i primi 100 iscritti)

-Buono pasto (solo per i primi 150 iscritti)

Con L'atto d'iscrizione i concorrenti sollevano gli organizzatori da ogni responsabilità civile e penale, per incidenti e/o danni a cose e/a persone che possono verificarsi prima, durante e dopo la manifestazione

Premiazioni

-primi 3 uomini (che fanno le 3 frazioni singolarmente)

-prime 3 donne (che fanno le 3 frazioni singolarmente)

-prima squadra maschile

-prima squadra femminile

-miglior tempo assoluto per ogni singola frazione maschile

-miglior tempo assoluto per ogni singola frazione femminile

Mini-triathlon

Come ogni edizione che si rispetti, la parola d'ordine è largo ai giovani! Durante la manifestazione è previsto un circuito con le stesse specialità del triathlon anche per i più giovani. Potranno partecipare tutti i ragazzi nati dal 2009 in poi previo autorizzazione sottoscritta da un genitore. I percorsi saranno rispettivamente: ciclismo 3km, corsa 2,5km e sci 1,5km. Per il mini-triathlon vi è la possibilità di partecipare solo come squadra. Il costo della squadra è 30€ compreso di gadget e buono pasto. I dettagli del percorso saranno comunicati direttamente in loco. Il mini-triathlon ha lo scopo di promuovere lo sport e i suoi valori. Ci sarà una classifica finale a puro fine statistico, ma tutti i partecipanti riceveranno un "premio ricordo" della manifestazione.

Varie ed eventuali

Per tutto ciò che non è previsto nel regolamento l'organizzazione rimanda al suo insindacabile giudizio dopo una attenta e scrupolosa analisi di quanto sottoposto od emerso.