

3° TRIATHLON GRUMELLO DEL MONTE 30/04/23

PROGRAMMA GARA

Ritrovo presso Aqvacלב, via Don Pietro Belotti 26, Grumello del monte (BG)

ore 7:30 ritrovo e ritiro pacchi gara
ore 8:00 - 8:45 apertura/chiusura zona cambio JU - YB
ore 09:00 partenza JU F e YB F
ore 09:45 partenza JU M e YB M
ore 10:30 partenza YA F
ore 11:15 partenza YA M
ore 12:00 fine gara e svuotamento ZC e premiazioni

ore 12:00 ritrovo categorie giovanissimi
ore 12:30 - 13:15 apertura/chiusura zona cambio RA F-M e ES F-M
ore 13:30 partenza RA F e fine gara 14:00
ore 14:00 partenza RA M e fine gara 14:30
ore 14:30 partenza ES F e fine gara 14:50
ore 14:50 partenza ES M e fine gara 15:10
ore 15:10 fine gara e svuotamento ZC
ore 15:30 - 15:50 apertura/chiusura zona cambio Cuccioli e minicuccioli
ore 16:00 partenza CU F e a seguire CU M
ore 16:20 partenza MC F e MC M
ore 16:45 premiazioni

Distanze

Minicuccioli	25 m - 250 m (1 giro) - 100 m
Cuccioli	50 m - 500 m (1 giro) - 250 m
Esordienti	100 m - 1,5 km (1 giro) - 500 m
Ragazzi	200 m - 3 km (2 giri) - 1000 m
Youth A - B - Junior	400 m (a/r stessa corsia) - 6 km (5 giri) - 2 km (2 giri)

Prima frazione: piscina da 25m a 8 corsie.

Seconda frazione: strada asfaltata chiusa al traffico

Terza frazione: strada asfaltata chiusa al traffico

PARTENZA e 1° FRAZIONE

La partenza si effettuerà in piscina con partenza "mass start" con 4-6 atleti per corsia e con più batterie in funzione del numero di atleti.

2° FRAZIONE

La frazione bike prevede un multi-lap a seconda della distanza.

La linea blu indica il ritorno in zona cambio e sarà da condurre solo alla fine del numero di giri indicati.

YA - YB - JU: 5 giri

RAG: 2 giri

ESO: 1 giro



Cuccioli e minicuccioli un solo giro del rettilineo da percorrere in andata e ritorno e con giro di boa in funzione della distanza.



3° FRAZIONE e ARRIVO

L'arrivo sarà posizionato all'interno del parco della piscina accedendo dal

YA - YB - JU: 2 giri da 1 km

RAG: 1 giro da 1 km

ESO: 1 giro da 500 m

CU: 1 giro da 250 m

MC: 1 giro da 100 m



ZONA CAMBIO

La zona cambio prevede 3 file composte da 10 tubi da 3 m per ogni fila, ognuna delle quali può contenere 60 bici distanziate a 0.5 m.

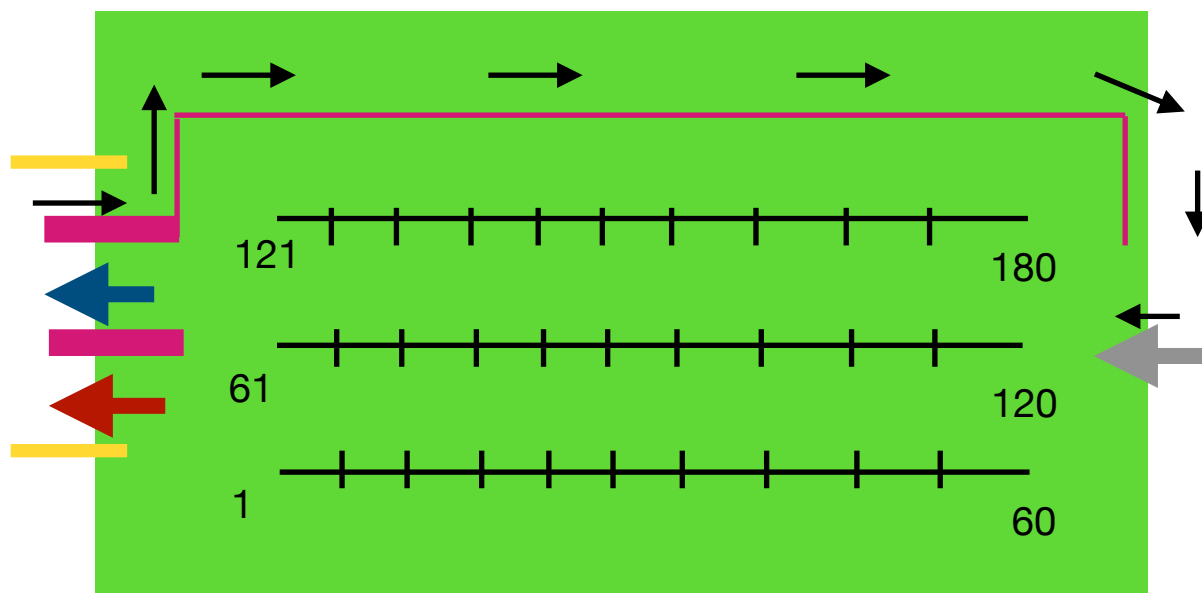
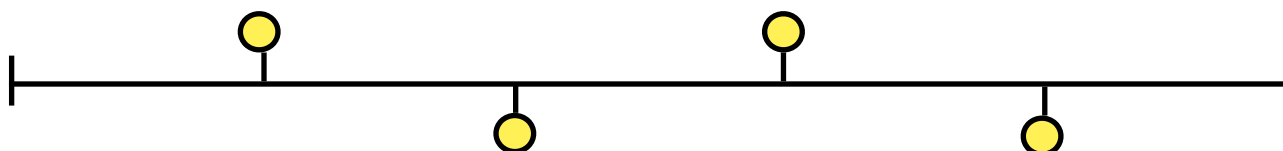
La zona cambio ha la possibilità di contenere massimo 180 bici.

La linea viola rappresenta la linea di coni che delimitano la zona di compensazione a fine della frazione bici.

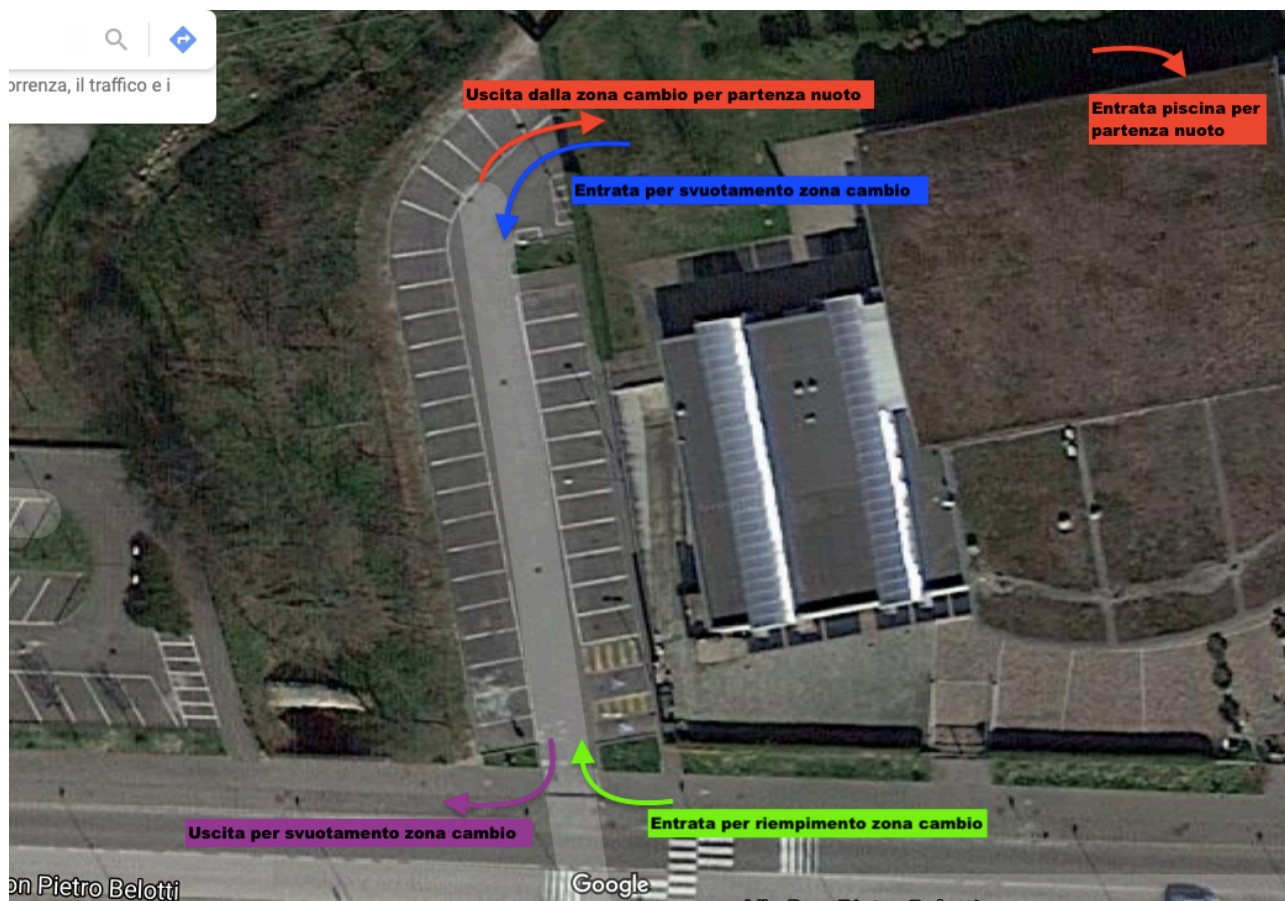
La freccia blu indica l'uscita per la frazione di ciclismo.

La freccia rossa indica l'uscita della corsa.

La freccia grigia indica l'entrata in zona cambio dalla frazione nuoto.



FLUSSO RIEMPIMENTO E SVUOTAMENTO ZONA CAMBIO



TRAGUARDO

Il traguardo sarà posizionato all'interno del centro sportivo.

AREA GAZEBI

Sarà predisposta all'interno del centro sportivo in apposita area. Sarà di accesso solo per atleti e tecnici, no per i genitori che avranno l'accesso al centro sportivo fino alla zona bar.

SPOGLIATOI

Gli spogliatoi sono presenti dietro ai campi da beach volley e potranno essere utilizzati per i bagni ed eventualmente per cambiarsi.

INGRESSO ATLETI E TECNICI

I tecnici avranno la possibilità di accesso ad ogni zona.

I genitori NON avranno accesso all'area gazebo ma solo fino alla zona bar all'interno del centro sportivo

PARCHEGGI

Saranno presenti due ampi parcheggi per atleti e accompagnatori.

Non sarà possibile entrare/uscire durante le competizioni.

Durante l'entrata e uscita dal parcheggio bisogna prestare massima attenzione ai possibili atleti che potranno provare il percorso ciclistico nel normale senso di marcia.

Iscrizioni:

OTC srl

www.endu.net

Giovanissimi - Youth A - Youth B 8 euro

Juniores 15 euro