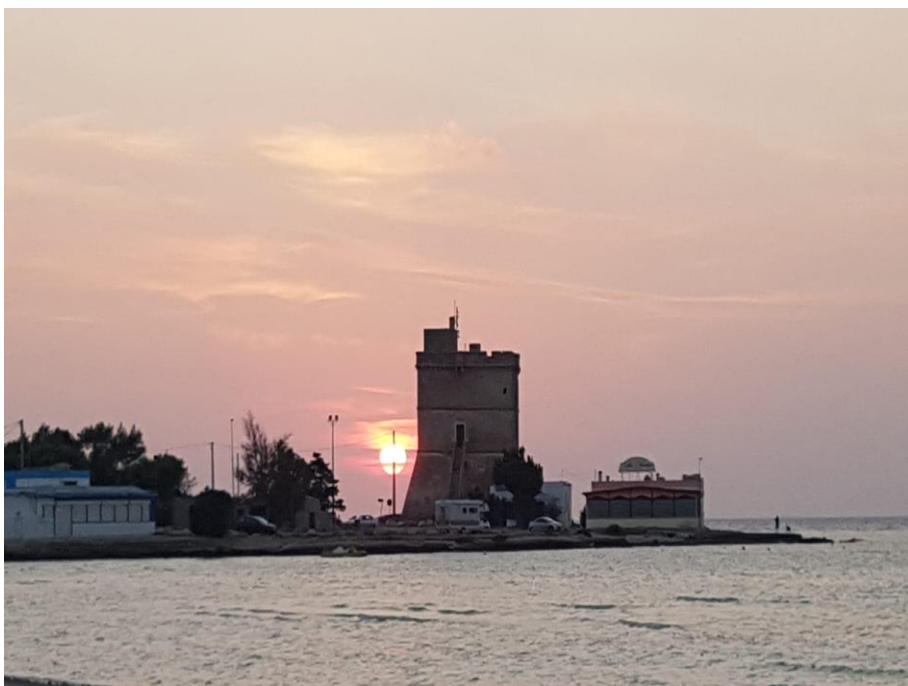


# TRIATHLON CAMP AGE GROUP SUD ITALIA NARDO' (LE) 5 -6 OTTOBRE



Il Comitato regionale FITRI PUGLIA in collaborazione con la Federazione Italiana Triathlon, organizzano il TRIATHLON CAMP AGE GROUP SUD ITALIA.

Un week-end di sport all'insegna di Allenamenti collegiali di nuoto, bicicletta e corsa, coordinati da allenatori FITRI.

**SPECIAL  
PRIZE  
60€**

**CHIUSURA  
ISCRIZIONI  
ENTRO IL 30  
SETTEMBRE**

**OPPURE  
AL RAGGIUNGIMENTO  
DEI 50 ISCRITTI**

**INFORMAZIONI E ISCRIZIONI**

Comitato Reg. Puglia [presidente@puglia.fitri.it](mailto:presidente@puglia.fitri.it) - 3486038596

# TRIATHLON CAMP AGE GROUP SUD ITALIA NARDO' 5 – 6 OTTOBRE

## II TRIATHLON CAMP SARA' COORDINATO DA ANDREA GABBA TEAM MANAGER AGE GROUP ITALIA

### INFORMAZIONI SUL RADUNO

#### INIZIO ATTIVITA' :

Venerdì 5 ottobre ore 11.00 presso la Piscina Adriatka Nuoto di Galatone – Via Cosimo Settimo 1, Galatone

#### FINE RADUNO:

Sabato 6 ottobre ore 17.00 circa

Tutti i partecipanti al raduno potranno partecipare alla gara rank silver in programma domenica 7 ottobre (previo versamento quota iscrizione alla gara). Lo staff federale sarà presente anche alla competizione per fornire supporto e consigli.

#### SALDO QUOTA DI PARTECIPAZIONE:

La quota di partecipazione (60€) potrà essere versata direttamente in loco venerdì 5 ottobre .

La quota di partecipazione comprende:

- Utilizzo degli impianti
- Allenamento di gruppo
- Riunione tecnica con feedback diretto delle attività svolte

#### QUOTA SPECIALE CAMP + GARA

E' stato concordato un prezzo speciale pari a 85€ (60€ camp + 25 € gara) per gli atleti che parteciperanno ad entrambe le attività. Per poter aderire a tale sconto è necessario iscriversi sia al camp sia alla gara direttamente sul sito [www.icron.it](http://www.icron.it) versando la quota di 85€

# TRIATHLON CAMP AGE GROUP SUD ITALIA NARDO' 5 -6 MAGGIO

## PROGRAMMA ATTIVITA'

### VENERDI 5 OTTOBRE

ore 11.30 **Ritrovo** presso la Piscina Adriatika Nuoto di Galatone

ore 12.00 – 14.30 **Nuoto** tecnica in vasca (possibile di divisione in due gruppi - turni in base al numero di iscritti)

ore 15.30 **Riunione** tecnica introduttiva

ore 17.30 **Corsa** tecnica in pista e didattica delle **transizioni**

### SABATO 6 OTTOBRE

Ore 9.00 -10.30 **Ciclismo** prova percorso gara a seguire tecnica di gruppo sulle strade della zona

Ore 11.00 – 12.00 **Nuoto** in acque libere prova percorso gara

Ore 15.00 **Riunione** tecnica

