



**CAMPIONATI ITALIANI
TRIATHLON SPRINT
INDIVIDUALE ASSOLUTO E
A SQUADRE A STAFFETTA
COPPA CRONO TRIATHLON**

**LIGNANO SABBIA D'ORO (UD)
28/29 Settembre 2019**

LIGNANO
CAMPIONATI ITALIANI
TRIATHLON SPRINT
2019



INDICE

1. Organizzazione

1.1 Come raggiungere Lignano Sabbiadoro

2. Programma gara

3. Descrizione percorsi, mappe percorsi

4. Modalità di iscrizione

4.1 Quote e termini di iscrizione

5. Condizioni di partecipazione

6. Montepremi e Premiazioni

7. Convenzioni alberghiere

8. Assistenza sanitaria

1. ORGANIZZAZIONE

ORGANIZZATORE:

- A.S.D. TRIevolution Sport Eventi

REFERENTE:

- MICHELE PARPAJOLA

TELEFONO:

- 320 3170731

EMAIL:

- trievolution@gmail.com

DELEGATO TECNICO: LAURA PATTI

DIRETTORE GARA: MICHELE PARPAJOLA

1.1 COME RAGGIUNGERE LIGNANO SABBIADORO



Raggiungere Lignano Sabbiadoro è piuttosto facile

In auto

In auto imboccate l'autostrada A4 Venezia - Trieste o A23 Tarvisio-Venezia e prendete l'uscita di Latisana, proseguendo sulla statale 354 per Lignano.

In bus

Lignano è raggiungibile direttamente in pullman dalle autostazioni di Venezia, Treviso, Belluno o Udine.

Info: Biglietteria Autostazione Viale Gorizia, 26 Tel. 0431 71373 www.saf.ud.it

In treno

La Stazione Ferroviarie più comoda per raggiungere Lignano è LATISANA e poi utilizzare i collegamenti autobus di linea verso la località.

Per informazioni su treni e orari si può consultare il sito www.trenitalia.it.

In aereo

Lignano è raggiungibile attraverso collegamenti nazionali ed internazionali dagli aeroporti di Ronchi dei Legionari (58Km), Venezia (100km), Treviso (110Km) .

Venezia

Aeroporto: Marco Polo

Tel.: 00390412606111 – Sito: www.veniceairport.it

Treviso

Aeroporto: San Giuseppe

Tel.: 0039042220393 – Sito: www.trevisoairport.it

Trieste

Aeroporto: Ronchi dei Legionari

Tel.: 0039040631484 – Sito: www.aeroporto.fvg.it

2. PROGRAMMA GARE

VENERDÌ 27 Settembre

- 14.00 - 19.00 EXPO VILLAGE - piazza Marcello D'Olivo
- 15.00 - 19.00 *TRIdays Festival* (animazione, fitness, stand, dj set) – p.za M. D'Olivo
- 15.00 - 19.00 Apertura Segreteria Gara – PalaPineta
- 14.00 - 17.00 Ricognizioni libere dei percorsi gara
- 15.00 - 18.00 Allenamento e Relax in Piscina Olimpica – Bella Italia EFA Village
- 16.00 - 19.00 Ritiro Pacchi Gara e Accrediti (C.I. Triathlon Sprint Indiv. Ass.) – PalaPineta
- 19.00 - 20.00 Presentazione e Briefing tecnico– Pala Pineta
- 21.00 - 23.00 *TRIdays Festival* (DJ Set) – Tenda Bar, p.za M. D'Olivo

SABATO 28 Settembre

- 07.00 - 19.00 Apertura Segreteria Gara - PalaPineta
- 07.00 - 08.45 Ritiro Pacchi Gara (C.I. Triathlon Sprint Indiv. Assoluto DONNE) - PalaPineta
- 07.30 - 09.00 Apertura Zona Cambio DONNE – Via Lungomare A. Kechler
- 09.30 **PARTENZA Campionato Italiano Triathlon Sprint Indiv. Assoluto DONNE**
- 11.00 PREMIAZIONI Campionato Italiano Triathlon Sprint DONNE
- 07.30 - 19.00 EXPO VILLAGE - piazza Marcello D'Olivo
- 10.00 - 19.00 *TRIdays Festival* (animazione, fitness, stand, dj set) - p.za M. D'Olivo
- 12.00 Apertura Pasta Party – Ristorante Bar “La Granseola”

- 09.00 - 13.30 Ritiro Pacchi Gara (C.I. Triathlon Sprint Indiv. Assoluto UOMINI) - PalaPineta
- 11.30 - 13.45 Apertura Zona Cambio UOMINI – Via Lungomare A. Kechler
- 14.00 **PARTENZA Campionato Italiano Triathlon Sprint Indiv. Assoluto UOMINI**
- 17.00 PREMIAZIONI Campionato Italiano Triathlon Sprint UOMINI
- 17.00 - 20.00 Ritiro Pacchi Gara C.I. a Squadre a Staffetta 2+2 e Coppa Crono – PalaPineta
- 19.00 - 22.00 AGE GROUP PARTY - CINECITY
- 22.00 - 24.00 *TRIdays Festival* (Live Music, DJ Set) - Tenda Bar, piazza M. D'Olivo

DOMENICA 29 Settembre

- 07.00 - 14.00 Apertura Segreteria Gara - PalaPineta
- 07.00 - 08.30 Consegna Pacchi gara C.I. a Squadre a Staffetta 2+2 - PalaPineta
- 07.00 - 08.45 Apertura Zona Cambio C.I. a Squadre a Staffetta 2+2 - Via Lungomare A. Kechler
- 07.00 - 16.00 EXPO VILLAGE - piazza Marcello D'Olivo
- 10.00 - 17.00 *TRIdays Festival* (animazione, fitness, stand, dj set) - p.za M. D'Olivo
- 09.00 **PARTENZA Campionato Italiano a Squadre a Staffetta 2+2**
- 11.30 PREMIAZIONI Campionato Italiano a Squadre a Staffetta 2+2 - piazza M. D'Olivo
- 12.00 Apertura Pasta Party – Ristorante Bar “La Granseola”

- 07.00 - 11.00 Consegna Pacchi gara Coppa Crono Triathlon Sprint - PalaPineta
- 09.30 - 11.45 Apertura Zona Cambio Coppa Crono Triathlon Sprint - Lungomare A. Kechler
- 12.00 **PARTENZA Coppa Crono Triathlon Sprint**
- 16.00 PREMIAZIONI Coppa Crono Triathlon Sprint - piazza M.D'Olivo

3. DESCRIZIONE PERCORSI E MAPPE

Campionato Italiano Assoluto Triathlon Sprint

CAMPIONATO ITALIANO	NUOTO	BICI	CORSA
TRIATHLON SPRINT	750 Mt	20 Km	5 Km

Gara DONNE/UOMINI

ZONA CAMBIO

Parcheggio interno sul Lungomare Alberto Kechler a Lignano Pineta

NUOTO

UFFICIO SPIAGGIA 3 di Lignano Pineta

Rettangolo da percorrere in senso anti-orario di 750mt. Partenza all'altezza UFFICIO SPIAGGIA 3, si gira attorno al Pontile della Pagoda e uscita sotto alla Passerella pedonale "Renzo Ardito".



PERCORSO CICLISMO

Circuito totalmente pianeggiante da percorrere 3 volte.

C.I. TRIATHLON SPRINT INDIVIDUALE ASSOLUTO/COPPA CRONO

BIKE COURSE
20km/3laps



LIGNANO
TRIATHLON

www.lignanotriathlon.com

PERCORSO CORSA

Percorso lineare sul Lungomare Riccardo Riva con giro di 2,5km da ripetere due volte.



Campionato Italiano a Squadre a Staffetta 2+2

CAMPIONATO ITALIANO	NUOTO	BICI	CORSA
a SQUADRE			
a STAFFETTA	250 Mt	5 Km	1,5 Km

ZONA CAMBIO

Parcheggio interno sul Lungomare Alberto Kechler a Lignano Pineta

PERCORSO NUOTO

UFFICIO SPIAGGIA 4 di Lignano Pineta

Rettangolo da percorrere in senso anti-orario di 250mt. Partenza all'altezza UFFICIO SPIAGGIA 4, si nuota lungo il Pontile La Pagoda e uscita sotto alla Passerella pedonale "Renzo Ardito".

C.I. TRIATHLON A STAFFETTA 2+2

SWIM COURSE
250m/ 1 lap



PERCORSO CORSA

Percorso lineare sul Lungomare Riccardo Riva con giro unico di 1,5km

C.I. TRIATHLON A STAFFETTA 2+2

RUN COURSE
1500m/1 lap



LIGNANO
TRIATHLON

www.lignanotriathlon.com

Coppa Crono

COPPA CRONO	NUOTO	BICI	CORSA
	750 Mt	20 Km	5 Km

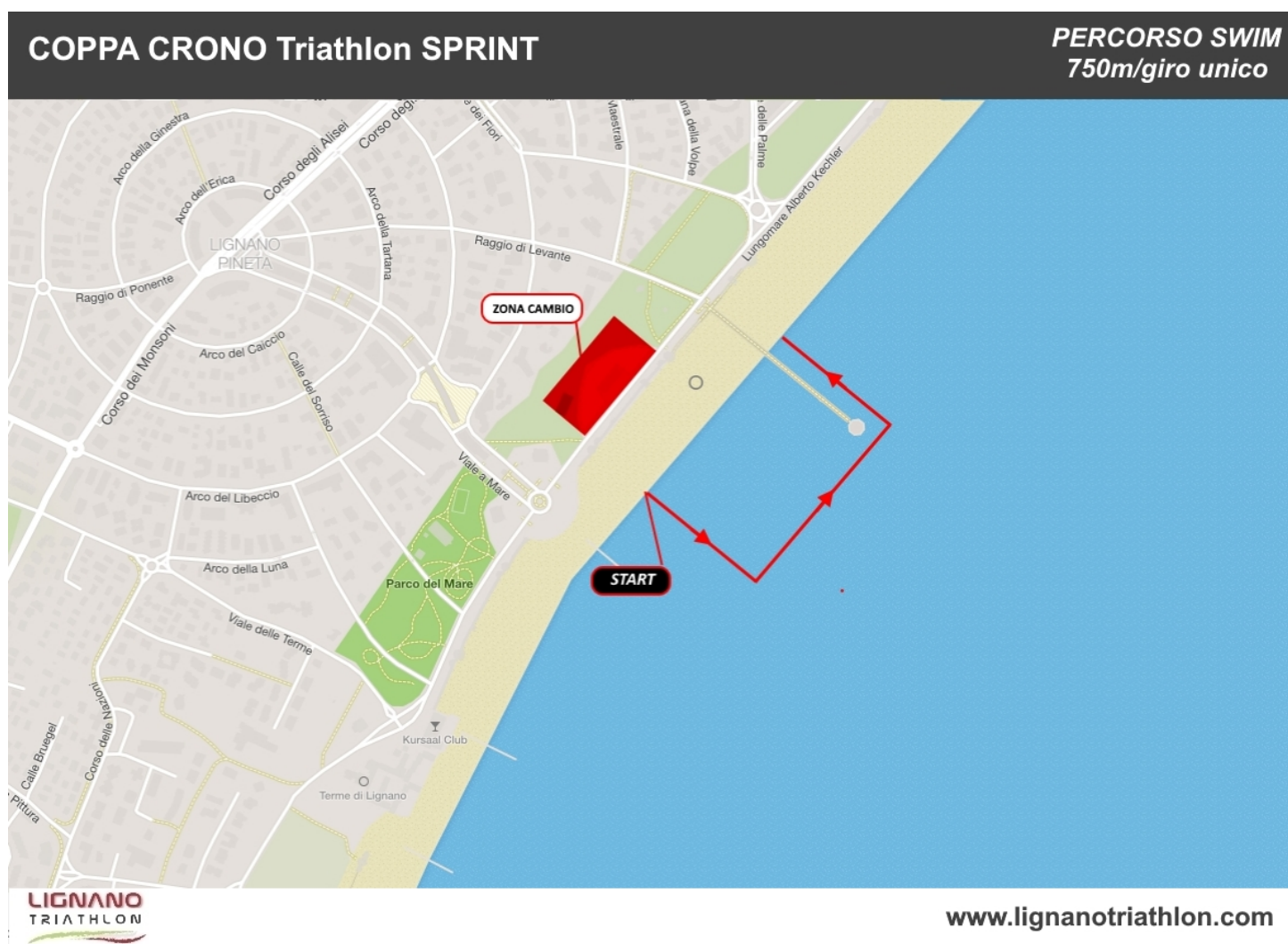
ZONA CAMBIO

Parcheggio interno sul Lungomare Alberto Kechler a Lignano Pineta

NUOTO

UFFICIO SPIAGGIA 3 di Lignano Pineta

Rettangolo da percorrere in senso anti-orario di 750mt. Partenza all'altezza UFFICIO SPIAGGIA 3, si gira attorno al Pontile della Pagoda e uscita sotto alla Passerella pedonale "Renzo Ardito".



PERCORSO CICLISMO

Circuito totalmente pianeggiante da percorrere 3 volte.

C.I. TRIATHLON SPRINT INDIVIDUALE ASSOLUTO/COPPA CRONO

BIKE COURSE
20km/3laps



LIGNANO
TRIATHLON

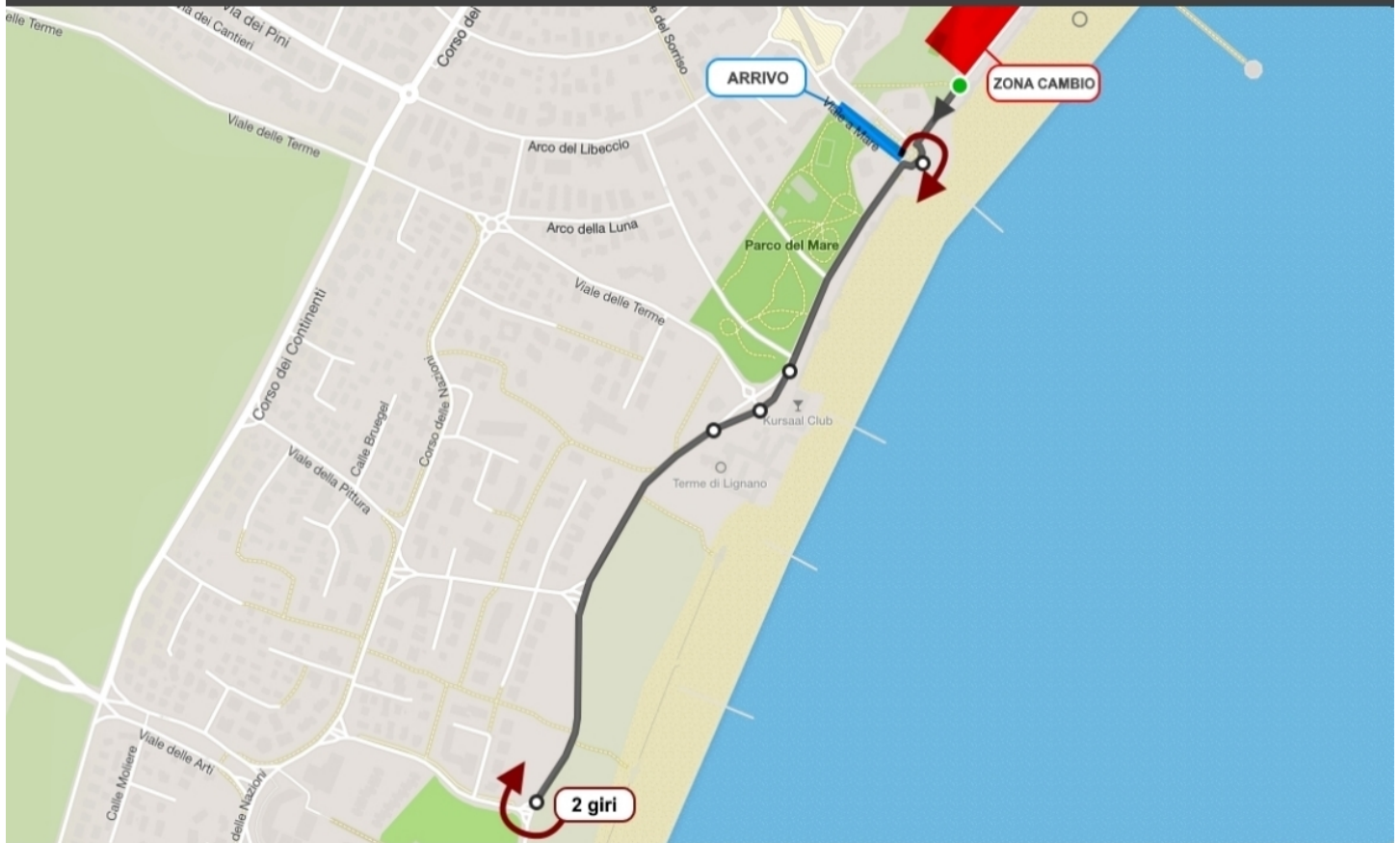
www.lignanotriathlon.com

PERCORSO CORSA

Percorso lineare sul Lungomare Riccardo Riva con giro di 2,5km da ripetere due volte.

COPPA CRONO Triathlon SPRINT

PERCORSO RUN
5km/2 giri



4. MODALITA' D'ISCRIZIONE

Quota Iscrizioni:

CAMPIONATO ITALIANO INDIVIDUALE ASSOLUTO TRIATHLON SPRINT

ASSOLUTI: EURO 40

UNDER 23: EURO 25

JUNIOR: EURO 18

YOUTH B: EURO 12

CAMPIONATO ITALIANO A SQUADRE A STAFFETTA 2+2

Quote per singolo partecipante:

ASSOLUTI: EURO 25

JUNIOR: EURO 15

YOUTH B: EURO 10

COPPA CRONO TRIATHLON SPRINT

EURO 25,00 (a partecipante)

Le iscrizioni potranno essere effettuate tramite il sito evento www.lignanotriathlon.com

oppure direttamente on line con carta di credito dal sito www.endu.net

Scadenza iscrizioni:

- **entro il 13/09/2019 ore 23:59 per C.I. Individuale Assoluto e C.I. a Squadre a Staffetta 2+2**
- **entro il 24/09/2019 ore 12.00 per Coppa Crono Triathlon Sprint**

5. CONDIZIONI DI PARTECIPAZIONE

- CAMPIONATO ITALIANO TRIATHLON SPRINT INDIVIDUALE ASSOLUTO

Possono partecipare tutti gli atleti che hanno disputato almeno una gara (nel 2019) di stessa specialità e distanza uguale o superiore (da Sprint in su) prima della scadenza termini d'iscrizione. **NON è necessario possedere RANK.** Possono partecipare gli atleti stranieri che non concorrono al Titolo e al montepremi dei Campionati.

La prima batteria sarà composta solamente dagli atleti Elite, in base al rispettivo Rank, aggiornato alla chiusura delle iscrizioni, a cui saranno aggiunte le Wild Card concesse a norma di Regolamento Tecnico. **Il tesseramento giornaliero NON è consentito**

- CAMPIONATO ITALIANO A SQUADRE A STAFFETTA 2+2

Il Titolo è Assoluto ed è assegnato con la formula a "Staffetta" sulla distanza ITU team Relay: SWIM 250m – BIKE 5km – RUN 1500m

Al Titolo potranno partecipare solo atleti con tesseramento agonistico.

Gara a squadre assoluta 2 uomini e 2 donne (sequenza donna-uomo-donna-uomo).

Almeno 2 atleti per squadra devono avere punteggio Rank di Specialità valido alla scadenza iscrizioni (1 uomo ed 1 donna). Nella composizione delle squadre è ammesso uno straniero Maschio o Femmina, tesserato per la Società per cui gareggia. Possono partecipare gli atleti delle categorie Junior e Youth B e questi ultimi senza limitazioni ai rapporti bici.

Il tesseramento giornaliero NON è consentito

- COPPA CRONO

Trofeo Coppa Crono 2019 si svolgerà su minimo 3 gare nazionali (Massimo 5) a partecipazione totalmente libera con squadre composte da minimo 3 a massimo 5 atleti omogenee per sesso delle sole categorie Senior e Master con al massimo un atleta straniero per squadra. **Aperta a tutti tesserati Agonisti F.I.Tri. Senior e Master anche senza Rank.** Non possono partecipare gli atleti Elite di 1° livello, ovvero: atleti appartenenti ai gruppi sportivi militari e corpi dello stato, nonché gli atleti che nella stagione corrente ed in quella precedente, hanno partecipato ai Campionati Europei e Mondiali nelle categorie U23 e Assolute, di qualsiasi specialità, e alle ITU WTS e World Cup.

Non potranno partecipare atleti Junior e Youth, e chi ha partecipato al C.I. a Squadre a Staffetta, quando svolto nella stessa manifestazione.

Il tesseramento giornaliero NON è consentito

6. PREMIAZIONI

🕒 CAMPIONATO ITALIANO INDIVIDUALE ASSOLUTO TRIATHLON SPRINT

I primi 3 classificati assoluti, maschili e femminili, saranno premiati con medaglie ufficiali. I vincitori assoluti, maschili e femminili, verranno vestiti con la maglia di Campione Italiano 2019

➤ MONTEPREMI:

- **Montepremi: € 5.000,00**

POS.	%	UOMINI	DONNE
1°	36	900,00	900,00
2°	28	700,00	700,00
3°	20	500,00	500,00
4°	12	300,00	300,00
5°	4	100,00	100,00
TOTALE		2.500,00	2.500,00

🕒 **CAMPIONATO ITALIANO ASSOLUTO A SQUADRE A STAFFETTA**

Le prime 3 squadre classificate saranno premiate con medaglie ufficiali e maglie campioni italiani 2019

➤ **MONTEPREMI:**

- **Montepremi: € 3.000,00**

POS.	%	2+2
1°	50	1.500,00
2°	30	900,00
3°	20	600,00
TOTALE		3.000,00

🕒 **COPPA CRONO TRIATHLON**

Le prime 3 squadre classificate, maschili e femminili, saranno premiate con Coppe e Medaglie ufficiali.

7. CONVENZIONI ALBERGHIERE

I Campionati Italiani Assoluti di Triathlon Sprint di Lignano Sabbiadoro godranno del supporto degli alberghi aderenti al CONSORZIO LIGNANO HOLIDAY www.lignanoholiday.com che ha riservato agli atleti e ai loro accompagnatori uno speciale sconto del 10%:



Per prenotazioni di gruppi e squadre a tariffe ancor più vantaggiose mail to:
info@lignanoholiday.com

ENJOY YOUR STAYING IN LIGNANO SABBIADORO!

8. ASSISTENZA SANITARIA

Ospedale pre-allertato:

OSPEDALE CIVILE DI LATISANA Via Sabbionera, 45, 33053 Latisana UD tel. 0431 529111

Assistenza sanitaria in gara:

SOGIT Lignano Sabbiadoro Lungomare A. Kechler 10/A Lignano Sabbiadoro tel 0431 423298