



ASIAGO TRIATHLON CAMP 2020
27 luglio – 1 agosto 2020
Altopiano di Asiago
Stage di allenamento di Triathlon

ASIAGO TRIATHLON CAMP torna per questa 5^a edizione con un rinnovato programma!

A coordinare il Camp anche per quest'anno ci saranno MARTINA DOGANA ed ALBERTO CASADEI, che saranno coadiuvati dal nostro staff di allenatori.

Dopo la bellissima esperienza della scorsa edizione, confermiamo che anche la 5^a edizione sarà riservata esclusivamente alle categorie giovanili, da esordienti a Junior. Confermata anche la collaborazione della Federazione Italiana Triathlon, che oltre a riconoscere la qualità delle attività proposte, contribuirà con la consulenza e la partecipazione degli Allenatori dell'Area Tecnica.

Le attività del camp inizieranno lunedì 27 luglio alle ore 14:30 e termineranno sabato pomeriggio entro le ore 15:00.

Si svolgeranno allenamenti delle tre discipline per tutte le categorie, per il nuoto sia in piscina che in acque libere. Per le categorie Esordienti e Ragazzi è previsto l'utilizzo della MTB, per le altre categorie della BDC. Per la categoria da YB in su è consigliato di avere la muta per il nuoto in acque libere.

Per gli allenamenti in acque libere utilizzeremo, a seconda delle attività e delle categorie, il Lago di Lavarone ed il Laghetto di Roana.

Gli allenamenti in bici, se svolti su strade aperte al traffico, saranno regolarmente seguiti da auto di appoggio, come previsto dai regolamenti.

Durante il Camp saranno effettuate delle sessioni di rilevamento certificato dei tempi sul nuoto e sulla corsa validi per le PSN (Prove Standard Nazionali).

Oltre alle sessioni di allenamento sono previste alcune riunioni tecniche. Gli argomenti saranno definiti e comunicati con il programma definitivo del Camp agli iscritti nei giorni precedenti l'inizio delle attività.

I Focus del Camp saranno:

- l'acquisizione delle abilità di guida della bici, con particolare attenzione alla guida in gruppo e la gestione della scia;
- la frazione a nuoto in acque libere, con particolare attenzione alla gestione della fase di partenza e del superamento dei giri di boa;
- gestione delle transizioni;

Sono invitati a partecipare al Camp gli Allenatori degli Atleti che potranno far parte dello staff e contribuire alla qualità delle attività.

Per la partecipazione alle attività è richiesto il tesseramento alla Federazione Italiana Triathlon o la presentazione in originale dell'idoneità agonistica alla pratica del Triathlon rilasciata da medico sportivo abilitato.

Triathlon 7C ASD

Via giacomo Matteotti, 83 - 36012 Asiago (VI) - P.I. e C.F. 04015320247 - triathlon7c@gmail.com www.triathlon7c.it



Dotazioni personali dell'Atleta:

- Bici da corsa o mtb (a seconda delle categorie);
- Casco ed occhiali per la bici;
- Muta per categorie da YB in su. Per secondo anno YA consigliata;
- Costume e body gara triathlon;
- Cuffia e occhialini nuoto;
- Accappatoio o telo;
- Scarpe da bici;
- Scarpe da corsa;
- Canotta e maglie tecniche per la corsa;
- Divise da ciclismo (almeno 2);
- Elastico porta pettorale;
- Mascherine;
- Gel disinfettante;
- Altre dotazioni tecniche di uso comune nei tre sport;

Quote di partecipazione:

- Per tutte le categorie € 120,00

Per gli atleti che saranno accompagnati dal proprio allenatore la quota sarà ridotta ad € 100,00.

Per gli Allenatori accompagnatori non è prevista una quota di partecipazione e non è previsto un compenso e/o rimborso spese

Su richiesta possiamo gestire il servizio di foresteria per Atleti minorenni non accompagnati. Possiamo proporlo solamente presso la struttura scelta come sede per il soggiorno degli allenatori e potrebbe essere previsto un sovrapprezzo.

La disponibilità e la quotazione di tale servizio sarà comunicata su richiesta.

Per gli eventuali accompagnatori Triathleti saranno previste delle attività collaterali di allenamento esterne al Camp. Tali attività non prevedono il pagamento di quote di iscrizione. In caso di utilizzo di strutture saranno a carico del partecipante i costi di ingresso.

STRUTTURE RICETTIVE CONVENZIONATE:

Albergo Al Bosco – Roana

Pernottamento, prima colazione e cena € 40,00 a persona

Sistemazione in camere doppie, triple e quaduple.

Supplemento camera singola € 10,00

Supplemento camera doppia uso singola € 20,00

Per altre richieste ed informazioni potete contattarci al 347 6898418 (Leonardo), 349 3788540 (Fabrizio) o scrivere a triathlon7c@gmail.com

PER TUTTE LE ATTIVITÀ SARANNO RISPETTATE LE REGOLE ANTI COVID-19 IN VIGORE AL MOMENTO DELLO SVOLGIMENTO DEL CAMP.

La Società di appartenenza dell'Atleta, dovrà far pervenire una dichiarazione di essere a conoscenza della sua partecipazione allo Stage.

Triathlon 7C ASD

Via giacomo Matteotti, 83 - 36012 Asiago (VI) - P.I. e C.F. 04015320247 - triathlon7c@gmail.com www.triathlon7c.it