



Comune di Forni di Sopra



Suzuki Winter Triathlon FVG

Campionato Italiano a squadre

21-22 gennaio 2023



WINTER TRIATHLON FVG

FORNI DI SOPRA (UD)



WINTER TRIATHLON FVG
— Forni di Sopra (UD) —

Indice

1. Organizzazione
2. Forni di Sopra (il territorio, lo sport invernale)
3. Come arrivare
4. Programma Suzuki Winter Triathlon FVG
5. Programma C.I. a Squadre 2023 Winter Triathlon
6. Iscrizioni Suzuki Winter Triathlon FVG
7. Iscrizioni Campionato Italiano a Squadre Winter Triathlon
8. Percorsi gara Esordienti, Ragazzi, Youth A e B - Junior - Age Group, Staffetta 1M + 1F X 2)
9. Premiazioni e montepremi
10. Informazioni utili e orari briefing
11. Regolamento
12. Informazioni importanti



WINTER TRIATHLON FVG
Forni di Sopra (UD)



1- Organizzazione

Organizzatore: CUS Udine

Referente: Enrico Tion +39 3393146209

E-mail: triathlon@cusudine.org

Web: <http://www.cusudine.org/winter-triathlon-forni-di-sopra/>

Direttore di gara: Enrico Tion

Delegato tecnico: Simone Castagnetti

Cronometraggio e iscrizioni: Next Race

Forni di Sopra (UD)

La località offre una serie di caratteristiche fondamentali per un evento di Winter triathlon anche di livello nazionale o internazionale:

- un campo gara idoneo con la possibilità di creare dei tracciati separati delle 3 specialità, corsa, MTB e fondo, modulabili per le differenti categorie nelle distanze e nel grado di difficoltà;
- posizione geografica raggiungibile facilmente anche dal vicino Veneto;
- innevamento naturale soprattutto nei mesi di gennaio e febbraio vista il posizionamento a 900 s.l.m.;
- disponibilità di strutture di innevamento artificiale;
- capacità recettiva alberghiera;
- alternative turistiche sportive (impianti di sci da discesa, piscina coperta da 25 m.)
- disponibilità area sosta camper;
- disponibilità strutture coperte per premiazioni, spogliatoi e segreteria gara



i Centro visite del Parco Naturale Dolomiti Friulane
 Friulan Dolomites Nature Park Visitor Center and Tourist Information
 Besucher- und Informationszentrum Naturpark Friauler Dolomiten
 Center za obiskovalce in informacijski center Naravnega parka Furlanskih Dolomitov

P.I. Punto Informativo del Parco Naturale Dolomiti Friulane
 Friulan Dolomites Nature Park Tourist Information
 Informationszentrum Naturpark der Friaulanischen Dolomiten
 Informacijski center Naravnega parka Furlanskih Dolomitov

i Centro visite della Riserva Naturale Forra del Cellina
 Forra del Cellina Nature Reserve Visitor Center and Tourist Information
 Besucher- und Informationszentrum Naturreservat Forra del Cellina
 Center za obiskovalce in informacijski center Naravnega rezervata Forra del Cellina

P.I. Punto Informativo della Riserva Naturale Forra del Cellina
 Forra del Cellina Nature Reserve Tourist Information
 Informationszentrum Naturreservat Forra del Cellina
 Informacijski center Naravnega rezervata Forra del Cellina

M Museo Casa Clautana
 Clautana House Museum / Heimatmuseum Casa Clautana
 Muzej Casa Clautana

M Museo Etnografico Andreis
 Ethnographic Museum Andreis
 Ethnographisches Museum Andreis
 Etnografski muzej kmečke umetnosti in kmečkega življenja v Andreisu

G EcoMuseo Vajont
 EcoMuseum Vajont
 Umweltmuseum EcoMuseo Vajont
 Ekomuzej Vajont

R Rifugio
 Shelter / Schutzhütte / Zavetišče

M Malga
 Mountain pasture / Almhütte / Planšarija

C Campeggio
 Camping site / Campingplatz / Kampiranje

F Foresteria
 Park guest house / Gästehäuser / Hostel

C Canyoning
 Canyoning / Canyoning / Soteskanje

N Nordic Walking
 Nordic Walking / Nordic Walking
 Nordijska hoja

A Arrampicata
 Rock climbing / Klettern / Plezanje

S Sci Alpinismo
 Ski mountaineering / Tourenski
 Alpinistično smučanje

I Ice climbing
 Ice climbing / Eisklettern
 Ledno plezanje

B Bouldering
 Bouldering / Bouldern
 Balvansko plezanje

D Diga del Vajont
 Vajont Dam / Vajont-Staudamm / Jez Vajont

A Area avifaunistica
 Avifaunal area / Vogelwelt / Območje ptic

M Impronte di dinosauro
 Dinosaur molds / Dinosaurierspuren / Sledi dinozavrov

F Faglia periadriatica
 Periadriatic fault / Periadriatische Falte / Periadriatski prelom

C Campanile di Val Montanaia
 Val Montanaia Rock Tower
 Campanile di Val Montanaia-der "Glockenturm" des Montanaia Tals
 Samotni skalnati stolp, ki ga imenujemo Campanile di Val Montanaia

L Libri di San Daniele
 San Daniele's Books
 Bücher über San Daniele
 Knjige svetega Danijela

G Grotte della Vecchia Diga
 Caves of the Old Dam / Höhlen der alten Staumauer
 Jame Starega jezja

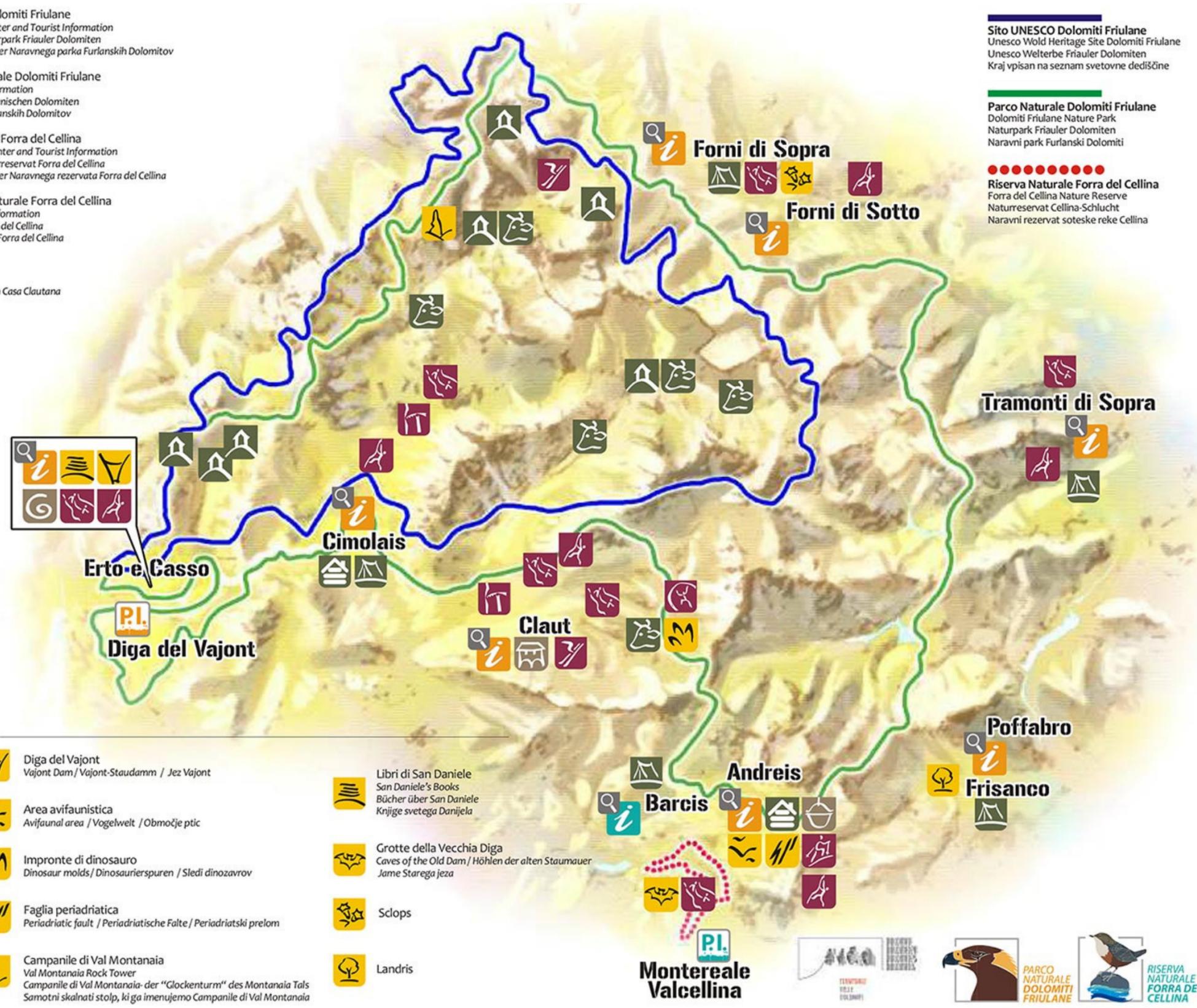
S Sclops

L Landris

S Sito UNESCO Dolomiti Friulane
 Unesco World Heritage Site Dolomiti Friulane
 Unesco Welterbe Friauler Dolomiten
 Kraj vpisan na seznam svetovne dediščine

P Parco Naturale Dolomiti Friulane
 Dolomiti Friulane Nature Park
 Naturpark Friauler Dolomiten
 Naravni park Furlanski Dolomiti

R Riserva Naturale Forra del Cellina
 Forra del Cellina Nature Reserve
 Naturreservat Cellina-Schlucht
 Naravni rezervat soteske reke Cellina



Il territorio

Forni di Sopra è situata in una conca ampia e soleggiata dell'alta valle del Tagliamento in Carnia, provincia di Udine, all'interno Parco Naturale Regionale delle Dolomiti Friulane circondata dalle splendide vette delle Dolomiti Friulane Orientali, uno dei più vasti dell'arco alpino e dei più ricchi di animali selvatici.





Lo sport invernale

A Forni di Sopra si possono praticare tutti gli sport della neve nel periodo invernale. Oltre allo sci di fondo, lo sci alpino (sulle piste del Varmost e per i più piccolo nel Baby snow park), lo snowboard grazie alle piste sempre innevate e lo sci alpinismo sui tracciati ormai famosi di questo territorio.

3- Come arrivare

IN AUTO:

- da Udine A23 fino a Tolmezzo e poi SS52 in direzione Forni di Sopra
- da A4 fino diramazione A27 fino a Pian di Vedoia (Belluno) proseguire su SS51 fino a Lozzo di Cadore (Belluno) dove si prende la SS 52 in direzione Forni di Sopra





4- Programma sabato 21 gennaio 2023

ORARI SEGRETERIA

Venerdì 20/01 dalle 18.00 alle 19.30

Sabato 21/01 dalle 08.30 alle 11.30 e dalle 17.00 alle 19.00

DISTANZE GARA

Age Group - Junior - Youth B:

Corsa 3,2 km - MTB 6 km - Sci 4,5 km

Youth A e B:

Corsa 1,7 km - MTB 3 km - Sci 1,5 km

Ragazzi:

Corsa 1 km - MTB 1,5 km - Sci 1 km

Esordienti:

Corsa 0,7 km - MTB 1 km - Sci 0,7 km

PROGRAMMA GARA

Sprint Age Group - Junior - Youth B:

Ore 11.00: Apertura zona cambio

Ore 11.45: Chiusura zona cambio

Ore 12.00: Partenza Gara

Youth A e B - Ragazzi - Esordienti:

Ore 13.15: Apertura zona cambio

Ore 13.45: Chiusura zona cambio

Ore 14.00: Partenza Gara Youth A e B

a seguire partenza delle gare Ragazzi ed Esordienti

PREMIAZIONI E PASTA PARTY AL TERMINE DELLE GARE



5- Programma C.I. a Squadre 2022 Winter Triathlon

domenica 22 gennaio 2023

DISTANZE GARA

Corsa 1,7 km - MTB 3 km - Sci 1,5 km

FORMULA DI GARA

La squadra è composta da un atleta di sesso maschile e un atleta di sesso femminile che svolgono alternativamente il percorso di gara 2 volte.

Le squadre possono essere composte da atleti appartenenti dalla categoria Youth B.

La gara a staffetta è aperta anche a "coppie" composte da atleti di due diverse società. Queste squadre non concorreranno per il Titolo Italiano ma verranno inserite in un'altra classifica

ORARI SEGRETERIA

Sabato 21/01 dalle 17.00 alle 19.00

Domenica 22/01 dalle 08.30 alle 10.00

PROGRAMMA GARA

Staffette

Ore 10.00: Apertura zona cambio

Ore 10.45: Chiusura zona cambio

Ore 11.00: Partenza Gara

PREMIAZIONI E PASTA PARTY AL TERMINE DELLE GARE

6- Iscrizioni SUZUKI Winter Triathlon FVG



SUZUKI



CATEGORIE E PREZZI

Senior/Master: € 20

Junior: € 15

Youth A/B, Esordienti e Ragazzi: € 8

ISCRIZIONI

Next Race

<https://www.nextrace.net/timing/index.php>

Chiusura iscrizioni 18.01.2023



WINTER TRIATHLON FVG

— Forni di Sopra (UD) —

TESSERAMENTO GIORNALIERO

Senior/Master e Junior: € 20

Esordienti, Ragazzi, Youth A/B: € 5



7- Iscrizioni Campionato Italiano a Squadre Winter Triathlon

CATEGORIE E PREZZI

Staffetta C.I.: € 50

formula a staffetta 2 x un uomo e una donna che si alternano completando per due volte l'intero percorso di gara.

Staffetta open: € 50

La gara a staffetta è anche a “coppie” composte da atleti di due diverse società. Queste squadre non concorreranno per il Titolo Italiano ma verranno inserite in un'altra classifica.

ISCRIZIONI

Next Race

<https://www.nextrace.net/timing/index.php>

Chiusura iscrizioni 18.01.2023

8- Percorsi gara

I percorsi gara si svolgono tutti su tracciati separati senza particolari difficoltà tecniche e altimetriche e si diramano lungo i tracciati della pista di fondo Tagliamento.

I percorsi sono modulati rispettando le distanze delle varie categorie.

La definitiva versione dei percorsi si avrà solamente dopo aver valutato la situazione meteo/neve venerdì 20 gennaio.

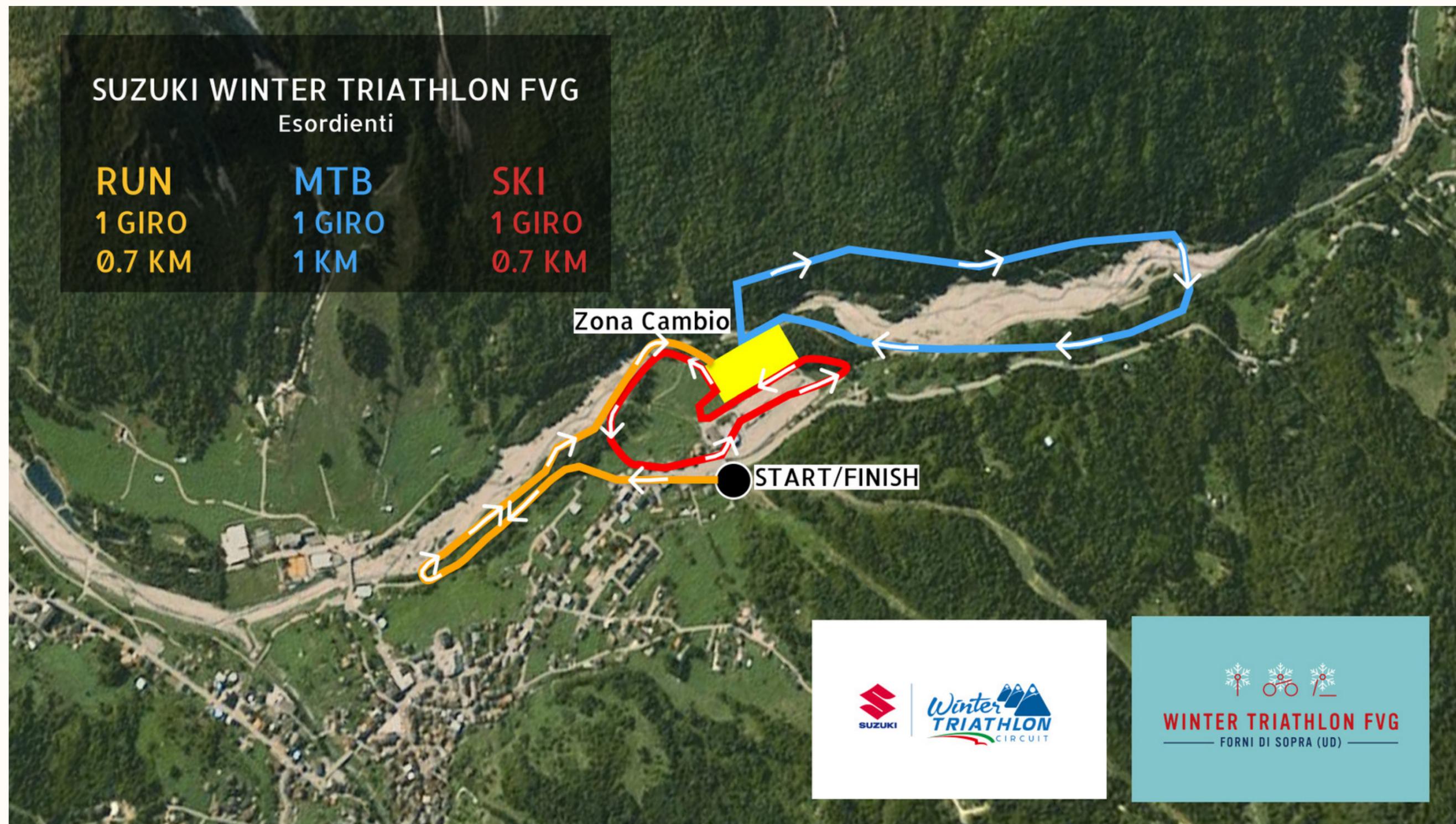
SUZUKI WINTER TRIATHLON FVG

Esordienti

RUN
1 GIRO
0.7 KM

MTB
1 GIRO
1 KM

SKI
1 GIRO
0.7 KM



SABATO 21.01

ESORDIENTI

- 1 GIRO CORSA (0,7 KM)
- 1 GIRO MTB (1 KM)
- 1 GIRO SCI (0,7 KM)

SUZUKI WINTER TRIATHLON FVG

Ragazzi

RUN

1 GIRO

1 KM

MTB

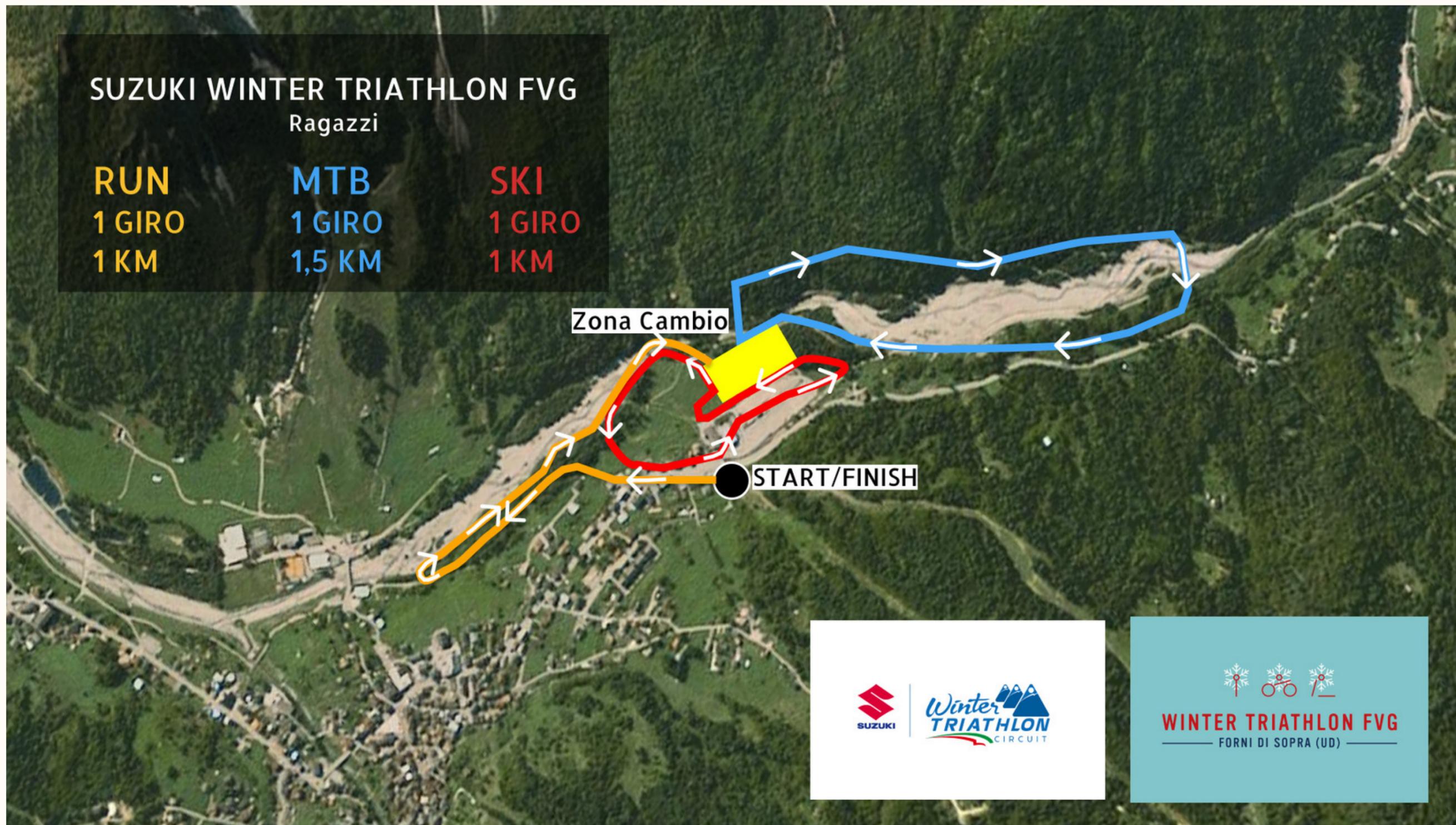
1 GIRO

1,5 KM

SKI

1 GIRO

1 KM



WINTER TRIATHLON FVG
— Forni di Sopra (UD) —

SABATO 21.01

RAGAZZI

1 GIRO CORSA (1 KM)
1 GIRO MTB (1,5 KM)
2 GIRI SCI (1 KM)

SUZUKI WINTER TRIATHLON FVG

Youth A & B

RUN

1 GIRO

1.7 KM

MTB

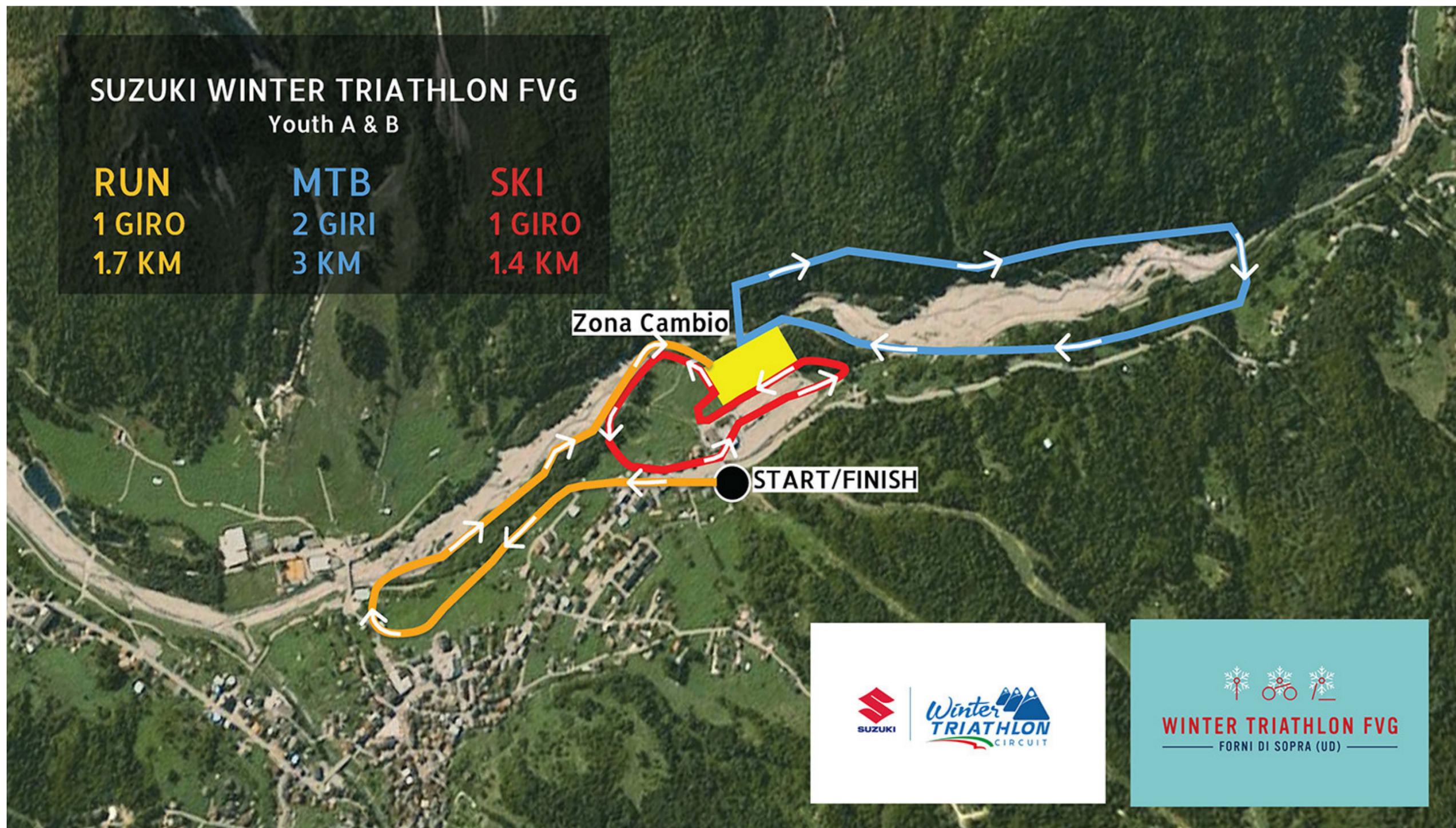
2 GIRI

3 KM

SKI

1 GIRO

1.4 KM



SABATO 21.01

YOUTH A/B

1 GIRO CORSA (1,7 KM)
1 GIRO MTB (3 KM)
1 GIRO SCI (1,5 KM)

SUZUKI WINTER TRIATHLON FVG

Sprint - Age group junior & youth b

RUN

2 GIRI

3.2 KM

MTB

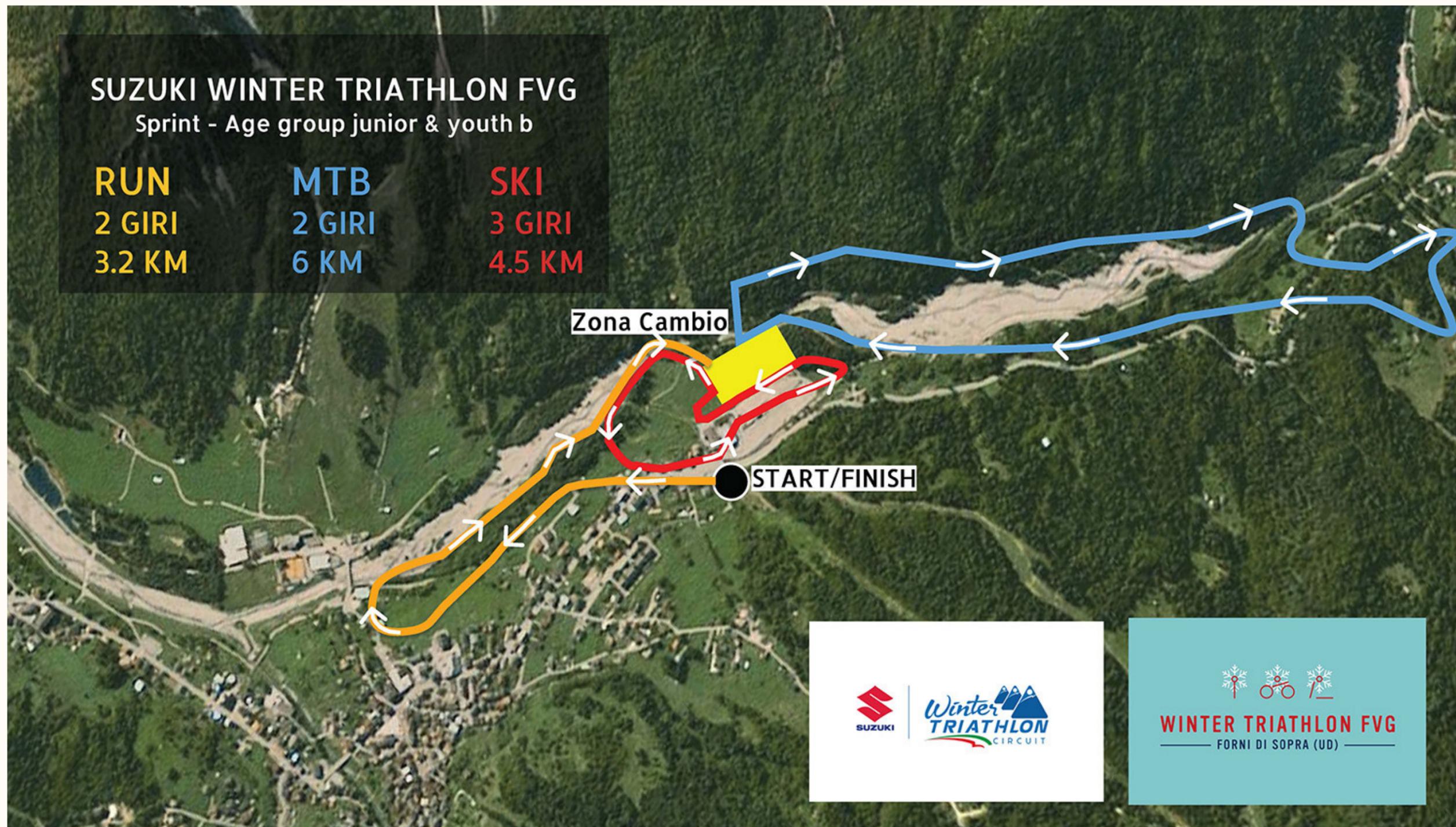
2 GIRI

6 KM

SKI

3 GIRI

4.5 KM



WINTER TRIATHLON FVG
— FORNI DI SOPRA (UD) —

SABATO 21.01

YOUTH B/JUNIOR AGE GROUP

2 GIRI CORSA (3,2 KM)
2 GIRI MTB (6 KM)
2 GIRI SCI (4,5KM)

SUZUKI WINTER TRIATHLON FVG

C.I. Squadre 1M + 1F X 2

RUN

1 GIRO

1.7 KM

MTB

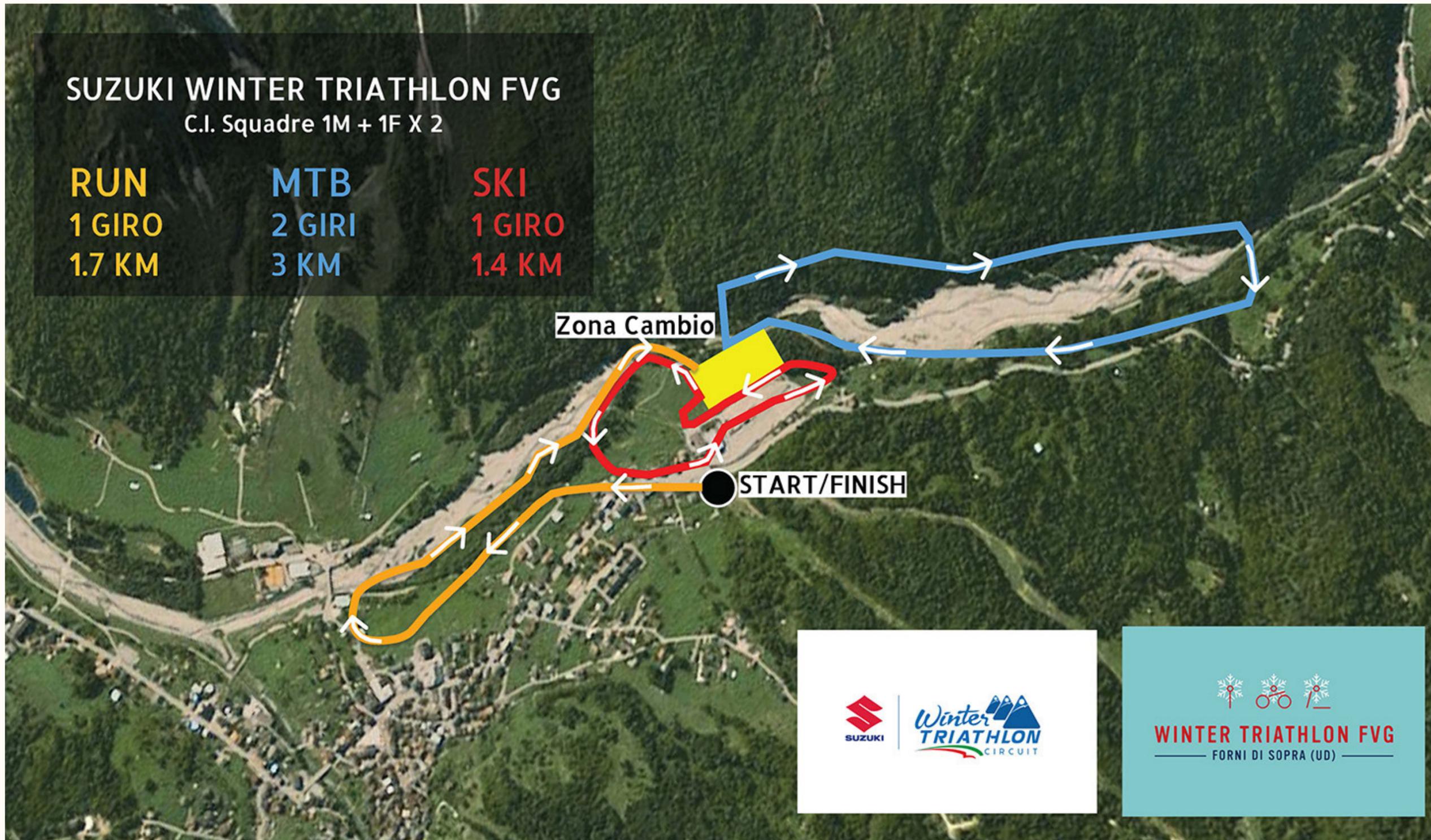
2 GIRI

3 KM

SKI

1 GIRO

1.4 KM



DOMENICA 22.01

STAFFETTA 1M + 1F X 2

1 GIRO CORSA (1,7 KM)
1 GIRO MTB (3KM)
1 GIRO SCI (1,5 KM)

09- Premiazioni e montepremi

CAMPIONATO ITALIANO A SQUADRA 2023 WINTER TRIATHLON:

Saranno premiate le prime tre squadre classificate con medaglie ufficiali FITRI e i vincitori assoluti verranno vestiti con la maglia di Campione Italiano 2023.

Saranno premiate con montepremi in natura anche le prime 3 squadre della staffetta open.

SUZUKI WINTER TRIATHLON FVG SPRINT:

Verranno premiati i primi 3 classificati Assoluti M e F della gara Sprint e il primo classificato M e F di ogni categoria.

Saranno inoltre premiati i primi classificati M e F delle gare giovanili Youth A, B - Ragazzi - Esordienti.

Per tutti montepremi in natura

10- Informazioni utili

Assistenza sanitaria: n. 1 medico gara e n. 2 ambulanze

Ospedale allertato: Ospedale di Tolmezzo

Segreteria Gara:

presso Piscina di Forni di Sopra

Via Tagliamento, 33024 Forni di Sopra UD

Briefing Gara:

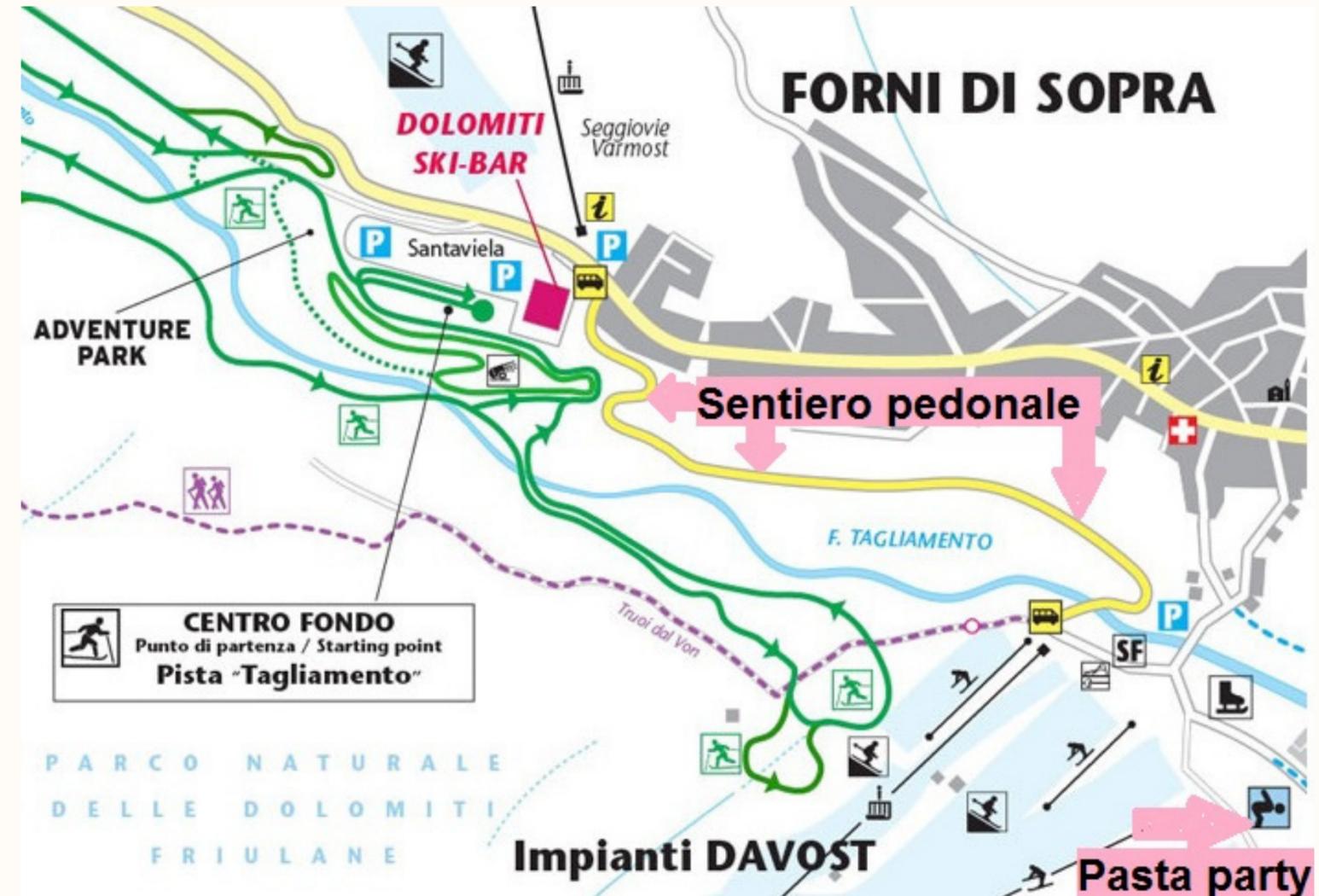
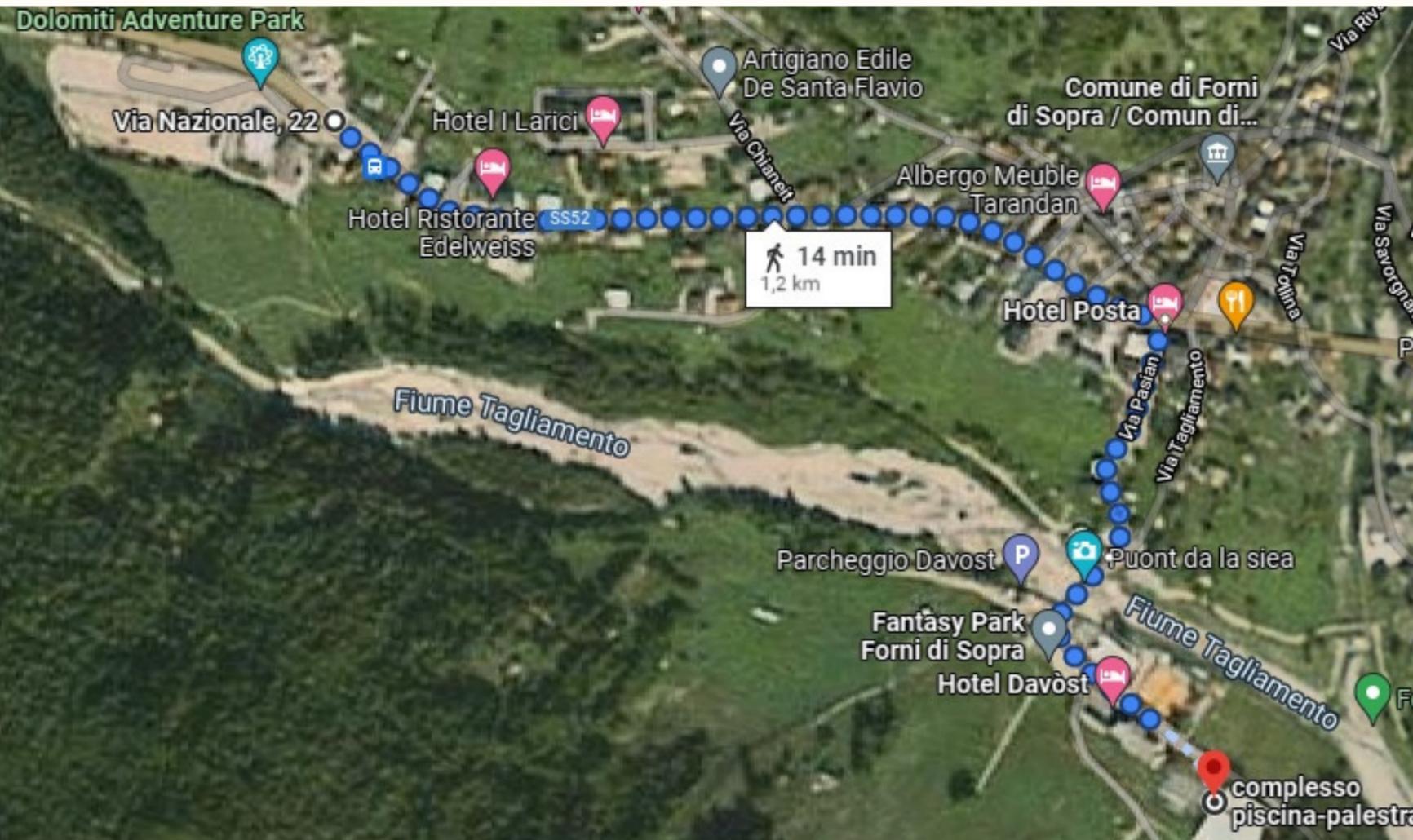
Venerdì 20 Gennaio 2023

Ore 18.30: Briefing gara on line (seguirà aggiornamento con il link per partecipare)

Ristoro: pasta party al termine delle gare presso Hotel Davost

Assistenza sci: paraffinatura sci per la gara (*a pagamento*), con consegna del materiale sabato sera e ritiro la domenica mattina.

PERCORSI CAMPO GARA (ARRIVO/PARTENZA) - SEGRETERIA E PASTA PARTY:



11- Regolamento

WINTER TRIATHLON 40.01 (stralcio dal Regolamento Tecnico Fitri 2022)

Il Winter Triathlon è una gara che prevede la sequenza senza interruzione di tre prove: corsa, mountain bike, sci nordico. Di preferenza tutte le frazioni devono essere svolte su neve o ghiaccio. 40.02 Nella frazione podistica potranno essere usate scarpe chiodate. 40.03 Nella frazione ciclistica saranno usate le Mountain Bike. Sono permessi tutti i tipi di pneumatici di dimensione non inferiore a 1.5", comprese le gomme chiodate (massima altezza dei chiodi 5 mm misurata dalla superficie dello pneumatico). Il diametro minimo utilizzabile del copertone è 26"; quello massimo è 29". Altri tipi di bicicletta potranno essere utilizzati solo se richieste ufficialmente dagli organizzatori all'Ufficio Gare. 40.04 Le prolunghe sul manubrio sono vietate. 40.05 I manubri tradizionali da strada sono vietati. 40.06 Le impugnature tradizionali laterali sul manubrio sono ammesse purché con le estremità tappate. 40.07 Nella frazione ciclistica è ammesso spingere o trasportare personalmente la bicicletta. 40.08 È concesso provare sul percorso gara le attrezzature di bici e di sci prima della partenza della gara solo se previsto dall'organizzazione e concesso dal Delegato Tecnico o Giudice Arbitro. 40.09 Gli sci dovranno riportare il numero di gara dell'atleta per prevenire cambi non concessi. 40.10 È ammessa la sostituzione di 2 bastoncini e uno sci. 40.11 Gli sci dovranno essere calzati solamente al di fuori della "zona cambio". 40.12 L'inizio della frazione sciistica sarà chiaramente indicato. 40.13 È vietato sciare all'interno della "zona cambio". 40.14 È vietato sciare con il casco da bici. Tuttavia, a causa dell'effetto delle basse temperature sulla mobilità articolare, l'uso del casco potrebbe essere autorizzato dal Delegato Tecnico o dal Giudice Arbitro. 40.15 Sono permesse tutte le tecniche dello sci di fondo. 40.16 Quando richiesto da un concorrente più veloce, bisogna permettere il sorpasso. 40.17 Potrà essere proibito il passo pattinato nel tratto finale. 40.18 L'atleta viene considerato "arrivato" quando la punta della prima scarpa attraversa la linea di arrivo. 40.19 Quando la temperatura ambientale è inferiore a meno 18° la gara è annullata.

CAMPIONATO ITALIANO A SQUADRE (formula a staffetta):

gara con il nuovo format World Triathlon 2X, ovvero la staffetta uomo-donna, con il circuito di gara che dovrà essere completato da ciascun componente del team per due volte.

La gara a staffetta di domenica 22 gennaio è aperta anche a "coppie" composte da atleti di due diverse società. Queste squadre non concorreranno per il Titolo Italiano ma verranno inserite in un'altra classifica.

12- Informazioni importanti

Prova percorsi

Sarà possibile provare gratuitamente i percorsi gara nella giornata di venerdì, qualificandosi alla biglietteria del Centro Fondo come atleti iscritti alla gara, e sabato mattina prima della gara con il pettorale gara.

Segreteria Gara

La segreteria gara è posizionata presso la piscina comunale di Forni di Sopra in via Tagliamento e osserverà questi orari:

Venerdì 20/01 dalle 18.00 alle 19.30

Sabato 21/01 dalle 08.30 alle 13.30 e dalle 17.30 alle 19.30

Domenica 22/01 dalle 08.30 alle 10.30

Pasta party

Il pasta party si svolgerà presso l'Hotel Davost in via Tagliamento 26 vicino alla segreteria gara al termine delle competizioni.

Assistenza sci

La paraffinatura sci per la gara (a pagamento 10 euro), con consegna del materiale, venerdì sera e sabato sera e ritiro rispettivamente il sabato e la domenica mattina presso il Centro Fondo

Docce e spogliatoi

Il servizio spogliatoi e docce sarà operativo presso la piscina comunale di Forni di Sopra in via Tagliamento con i seguenti orari:

sabato 21 dalle ore 13.00 alle ore 15.30

domenica 22 dalle ore 12.00 alle ore 15.30

Briefing Gara:

Venerdì 20 Gennaio 2023

Ore 18.30: Briefing gara on line: