

28 SETTEMBRE 2024

SABATO

# ELBAMAN AQUATHLON delle AQUILE

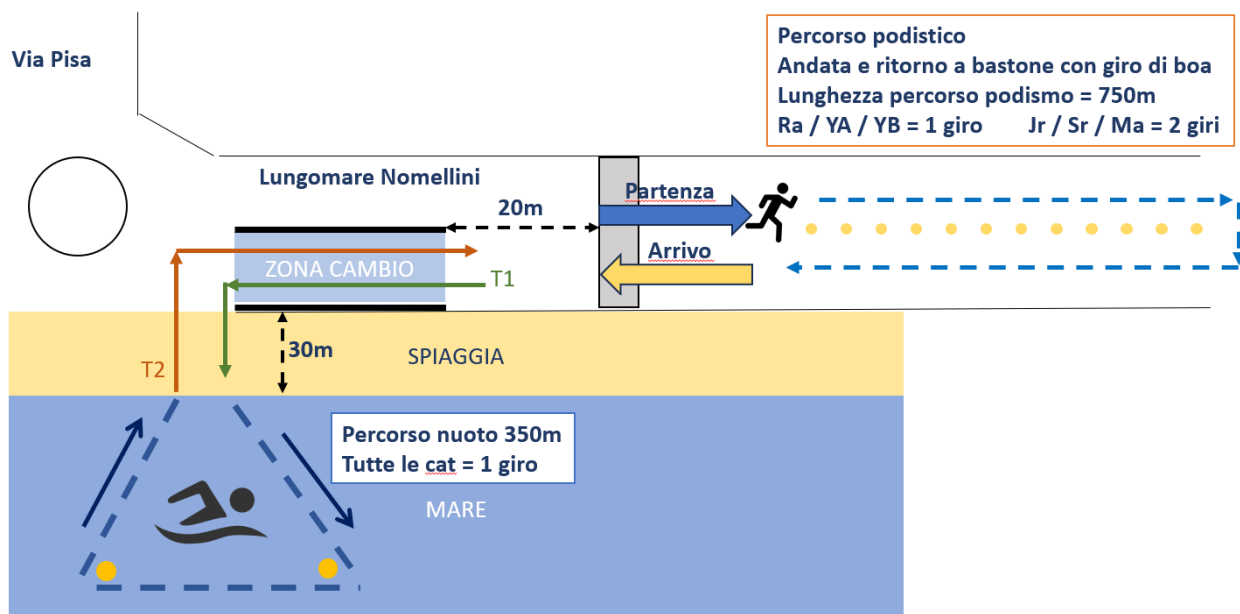
4° edizione



## REGOLAMENTO

ATLETI AMMESSI: vedesi allegato modalità d'iscrizione.

### PERCORSO E REGOLE BASE 2024



### CORSA (1a e 3a frazione)

È vietato correre a torso nudo o a piedi nudi.

E' vietato correre con la cuffia e gli occhialini da nuoto indossati. Essi possono essere indossati solo quando ci si trova nella propria area in zona cambio.

E' obbligatorio correre con il pettorale indossato anteriormente. Lo stesso dovrà essere riposto nella propria area della zona cambio durante la frazione di nuoto. E' vietato correre con il pettorale in mano.

## NUOTO (2a frazione)

- E' obbligatorio indossare la cuffia fornita dall'organizzatore.
- E' obbligatorio riporre, sia prima che dopo la frazione di nuoto, cuffia ed eventuali occhialini nella propria area in zona cambio. Dopo la frazione di nuoto è vietato togliere e gettare la cuffia a terra pena squalifica!
- I concorrenti non possono indossare altro che cuffia, occhialini, clip per il naso, costume di gara e muta (quando consentito). Sono vietati scarpe, guanti, calze e mezzi di galleggiamento di ogni genere.
- E' possibile, vista la validità promozionale della prova, nuotare a torso nudo con il solo costume.
- Il senso di marcia (orario o anti-orario) potrà subire variazioni last minute d'accordo con i giudici di gara

## ZONA CAMBIO



## DISTANZE DI GARA

Categoria	Corsa	Nuoto	Corsa
Ragazzi / Youth A / Youth B	750m	350 m	750m
Junior-Senior-Master	1500 m	350 m	1500 m

La corsa (iniziale prima della frazione nuoto e finale dopo la frazione nuoto) è su un bastone di circa 375 metri sulla strada lungomare Mibelli che dalla partenza all'altezza della Zona Cambio (incrocio via Roma) si orienta direzione est, da fare due volte (andata e ritorno) per le categorie Junior/Senior/Master ed una sola volta per le categorie giovanili Ragazzi/YouthA/YouthB.

## MODALITA' d'ISCRIZIONE

Numero Chiuso: Al massimo sono ammessi 150 iscritti

## COME ISCRIVERSI:

L'iscrizione può essere effettuata:

- online cliccando sul sito [www.elbaman.it](http://www.elbaman.it) (area aquathlon) fino al giorno giovedì 26.09.2024 (ore 24.00) al raggiungimento 150 iscrizioni;

- qualora ci fossero ancora posti disponibili: ci si potrà iscrivere presso la segreteria iscrizioni di Elbaman a Marina di Campo centro (Piazza Roma) il Venerdì 27 settembre dalle ore 15.00 alle ore 19.00. Non si potrà iscriversi il sabato mattina ma sarà possibile ritirare il materiale.
- Per il tesseramento giornaliero, adulti e minori (e firma loro genitori o chi ne fa le veci con presentazione certificato medico "Triathlon") saranno seguite le norme della circolare gare in essere.
- Alle ore 24.00 del venerdì 27 settembre le iscrizioni sono da ritenersi chiuse.
- Dopo le ore 11.00 del sabato 28 settembre non saranno distribuiti pettorali.

Per informazioni inviare una email a: iscrizioni@nexttrace.net

### **ATLETI AMMESSI**

- Tutti i nati nell'anno 2012 o precedenti.

### **CATEGORIE AMMESSE – COSTO EVENTUALE TESSERA GIORNALIERA**

- RAGAZZI (2010-2011) – 8 €
- YOUTH A (2008/09) – 8 €
- YOUTH B (2006/07) – 8 €
- JUNIOR (2004/2005) – 10 €
- SENIOR – MASTER – 10 €

La quota di tesseramento giornaliero va versata in contanti al ritiro del pacco gara ed è dovuta per intero alla Federazione Italiana Triathlon.

### **QUOTA DI ISCRIZIONE**

- Categorie Ragazzi/YouthA/YouthB: 10 €
- Categorie Junior: 10 €
- Categorie Senior/Master: 15 €
- Tesseramento giornaliero se dovuto

La quota di iscrizione da diritto a:

- Busta contenente tutto il necessario per gareggiare (pettorale, elastico, spille, cuffia, etc...)
- Gadget ricordo della manifestazione
- Servizio medico
- Medaglie per tutti i primi 3 di categoria

### **REGOLE DI TESSERAMENTO GIORNALIERO PER ATLETI NON TESSERATI FITRI / FEDERAZIONE TRIATHLON STRANIERA**

E' necessario essere tesserati per una federazione nazionale Triathlon, non sono validi Tesseramenti rilasciati da altri enti/federazioni.

Atleti con tessera straniera, dovranno presentare la stessa all'atto del ritiro del pacco gara.

Per gli iscritti non tesserati, all'atto del ritiro del pettorale, dovrà essere inoltre fornita copia (e mostrato originale) di un certificato medico sportivo valido per la specialità "Triathlon".

Il certificato deve essere stato rilasciato in Italia da un Medico per lo Sport abilitato.

Non sono accettati, in ossequio alla legislazione Italiana, certificati rilasciati per altri sport o rilasciati all'estero. Il certificato non dovrà essere più vecchio di un anno il giorno della gara.

## **PROGRAMMA 2024**

### **VENERDI 27 SETTEMBRE**

15.00 – 19:00 : Iscrizione (qualora ci fossero ancora posti disponibili) e ritiro pettorali presso segreteria di gara (1)(2)(3). La gara è a numero chiuso (150 partecipanti).

### **SABATO 28 SETTEMBRE**

9.30 – 11.00: Ritiro ultimi pettorali presso segreteria di gara. Non sono ammesse iscrizioni il sabato mattina!! (1)(2)(3)

11.45: Apertura Zona Cambio

11.45 – 11:55: Ritrovo partecipanti presso Lungomare Marina di Campo (incrocio via Pisa–Lungomare Mibelli)

11.55: Briefing per tutte le categorie

12.00 circa: Partenza ELBAMAN AQUATHLON. Ragazzi/Youth A e B (4)

12.35 circa: Partenza ELBAMAN AQUATHLON. Tutte le categorie femminili e probabilmente alcune maschili Master.

13.20 CIRCA: Partenza ELBAMAN AQUATHLON. Tutte le altre categorie maschili.

14.30: Apertura Zona Cambio Triathlon KIDS

14.30: Premiazione ELBAMAN AQUATHLON zona Bar Capriccio (5)

*Il presente programma può subire variazioni a discrezione dell'organizzazione in particolar modo la composizione delle batterie!!!!.*

*Eventuali variazioni rispetto al programma qui scritto possono essere esposte presso l'ufficio di segreteria.*

### **NOTE**

(1) Non viene distribuito alcun pettorale dopo le ore 11.00 del sabato 28 settembre.

(2) Per il tesseramento giornaliero, di adulti o minorenni (accompagnati da genitore o chi ne fa le veci che firmerà e presenterà certificato medico agonistico specialità "Triathlon") si seguirà la circolare gare vigente.

(3) All'interno della busta con il pettorale potrebbe essere inserito un briefing scritto con le regole fondamentali. Obbligatorio leggerlo con attenzione se esistente sennò è obbligatorio presenziare al Briefing alle ore 11.55 zona partenza.

(4) Si svolgeranno batterie separate in base al numero degli iscritti.

(5) Verranno premiati i primi 3 Assoluti M/F ed i primi 3 classificati M/F di categoria (i premi **non** sono cumulabili).

(6) si ricorda di portare una propria cavigliera per il chip che dovrà essere riconsegnato al termine della propria gara, pena squalifica. La cavigliera potrà essere acquistata presso NextRace.

Pisa Road Runners club A.S.D.  
Campo nell'Elba (LI), 11/03/2024