



#we  
are  
cusparma  
triathlon



## 21° DUATHLON GIOVANILE CONAD

*Parma, Campus Universitario: 23 marzo 2025*

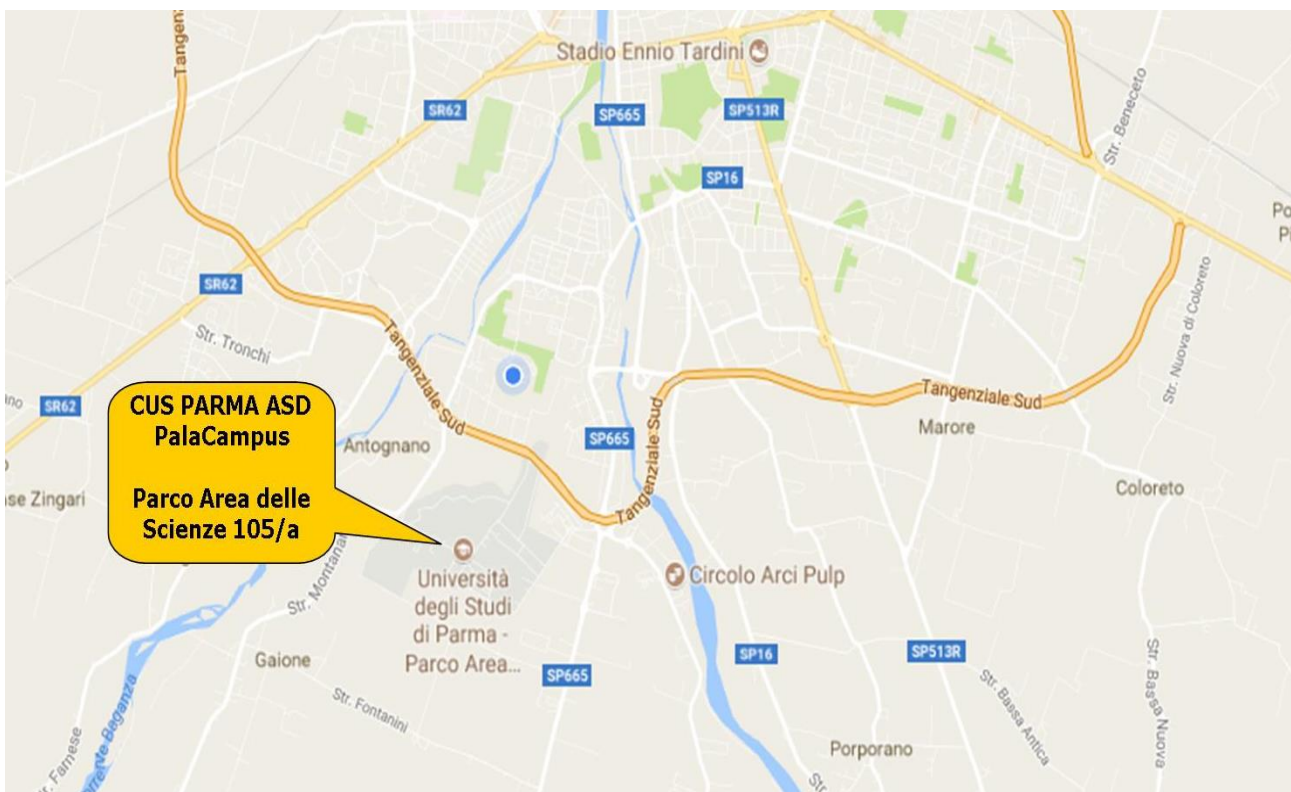
### CAMPIONATO REGIONALE DUATHLON GIOVANI E GIOVANISSIMI

Tappa " **NORD EST CUP** "

Tappa " **CIRCUITO REGIONALE TRIKIDS CUP** "

### REGOLAMENTO TECNICO

### DOVE SIAMO



### COME RAGGIUNGERE IL CAMPUS UNIVERSITARIO

Uscita Autostradale: Parma (non Parma Ovest!) Proseguire in direzione tangenziale. Prendere la tangenziale prima in direzione Fidenza-Milano-Piacenza poi seguire le indicazioni per Langhirano e percorrerla fino all'uscita 15. Immettersi nella grande rotatoria, prendere subito la prima uscita (indicazioni Campus e/o Conad) e seguire le indicazioni sul posto.



#we  
are  
cusparma  
triathlon



## PROGRAMMA

### Domenica 23 marzo 2025:

Ritrovo presso il Campus Universitario V.le delle Scienze 105/a 43124 Parma

- 08,00: apertura Segreteria - Ritiro pacchi gara
- 09,00-09,45: Apertura zona cambio (YA, YB, JU)
- 10,00: Youth B, Junior Femminile
- 10.45: Youth B, Junior Maschile
- 11.30: Youth A Femminile
- 12.15: Youth A Maschile
- 13.00-13.30: APERTURA ZONA CAMBIO CUCCIOLI E MINICUCCIOLI
- 13,00-13,30: Svuotamento zona cambio (YA, YB, JU)
- 13.00-14.00: PREMIAZIONE GARA GIOVANI
- 13,30-14,15: Apertura zona cambio (ES, RA)
- 14,15: MINICUCCIOLI
- 14,30: CUCCIOLI FEMMINE
- 14,45: CUCCIOLI MASCHI
- 15,00: ESORDIENTI FEMMINE
- 15,25: ESORDIENTI MASCHI
- 15,50: RAGAZZE FEMMINE
- 16.10: RAGAZZI MASCHI
- 16.30 SVUOTAMENTO AREE CAMBIO (MC-CU) (ES-RA)
- 16.45 PREMIAZIONI GARA GIOVANISSIMI

Gli orari di partenza sono indicativi e potranno subire ritardi il giorno della gara, comunque sarà mantenuto questo ordine di partenza.

## DIVISE GARA

E' obbligatorio l'utilizzo del body ufficiale della società per tutte le categorie.

Per situazioni particolari, può essere concessa esenzione dai Giudici Fitri previa richiesta dettagliata inviata alla società organizzatrice entro il termine della chiusura iscrizioni (triathlon@cusparma.it).

## ISCRIZIONI

**TERMINE ULTIMO PER LE ISCRIZIONI: 15/03 alle ore 23.59**

### Per gli atleti tesserati FITRI 2025

Le iscrizioni dovranno pervenire entro sabato 15 marzo alle h.23:59 unicamente all'indirizzo mail **triathlon@cusparma.it** e dovranno riportare per ogni atleta: COGNOME, NOME, DATA DI NASCITA, NUMERO TESSERA FITRI 2024.

Le quote per gli atleti tesserati sono le seguenti:

- Nati tra il 2019 e il 2008: 8 euro
- Nati tra il 2007 e il 2006: 15 euro

La contabile del bonifico (IBAN: IT70G0313812700000013246335 BANCA REALE – SEDE DI PARMA; CAUSALE: "ISCRIZIONE DUATHLON KIDS PARMA, NOME COGNOME/TEAM") dovrà essere allegata alla stessa mail.



#we  
are  
cusparma  
triathlon



### Per gli atleti sprovvisti di tesseramento FITRI 2025

E' possibile iscriversi compilando la SCHEDA DI TESSERAMENTO GIORNALIERO (<https://www.fitri.it/it/documenti/category/253-tesseramenti-2023.html>) e inviandola all'indirizzo email [triathlon@cusparma.it](mailto:triathlon@cusparma.it) unitamente alla contabile del bonifico (IBAN: IT70G0313812700000013246335 BANCA REALE – SEDE DI PARMA; CAUSALE: "ISCRIZIONE DUATHLON KIDS PARMA NOME COGNOME") e al certificato medico agonistico riportante la dicitura "TRIATHLON" (per i nati tra il 2013 e il 2006) o non agonistico (solo per i nati tra il 2019 e il 2014) entro sabato 15 marzo h.23:59.

Le quote per gli atleti NON tesserati sono le seguenti:

- Nati tra il 2019 e il 2008: 13 euro
- Nati tra il 2007 e il 2006: 18 euro

**PAGAMENTO: ESCLUSIVAMENTE TRAMITE BONIFICO BANCARIO.**

### TIMING

Elettronico a cura di EvoData. A tutti gli atleti sarà consegnato un chip su cavigliera che dovrà essere riconsegnato al termine della gara. Agli atleti che non riconsegneranno il chip e la cavigliera saranno addebitati € 25.

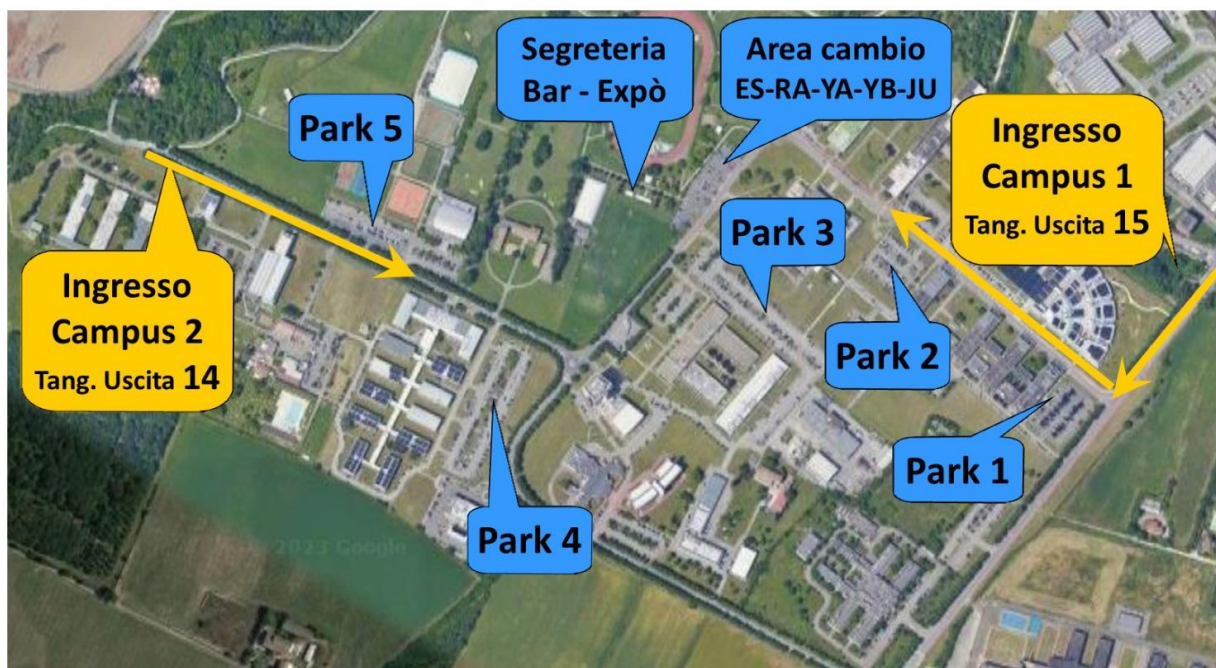
### ACCESSI CAMPUS E PARCHEGGI

**PARK 1 - PARK 2 - PARK 4 - PARK 5:** sono parcheggi sempre raggiungibili anche durante la gara. Ingresso e uscita permessi durante tutta la giornata.

**PARK3:** è un parcheggio da cui si potrà entrare e uscire SOLO prima dell'inizio e a conclusione della manifestazione.

I **PARCHEGGI** NON SONO CUSTODITI. L'organizzazione non si assume responsabilità in merito.

**SPOGLIATOI – DOCCE - SERVIZI IGIENICI** sono ubicati nei pressi della zona Expo (vedi mappa).





## MAPPA ATTIVITA'



## RITIRO PETTORALI

Il ritiro pettorali deve essere effettuato presso la SEGRETERIA che sarà operativa continuamente dall'orario di apertura previsto fino alla chiusura della zona cambio YA/YB/JU. Per le gare giovanili è caldamente consigliato il ritiro di tutti i pettorali da parte di un unico referente per ogni società sportiva. Ogni busta conterrà il chip (da fissare alla caviglia), il pettorale e il numero bici.

## DISTANZE

CATEGORIE	ANNO	CORSA1	BICI	CORSA2
MINICUCCIOLI	2019/2018	200mt	500mt	100mt
CUCCIOLI	2017/2016	200mt	1km	100mt
ESORDIENTI	2015/2014	400mt	1,5km	200mt
RAGAZZI	2013/2012	800mt	3km	400mt
YOUTH A	2011/2010	2000mt	6km	1000mt
YOUTH B	2009/2008	3000mt	10km	1500mt
JUNIOR	2007/2006	3000mt	10km	1500mt

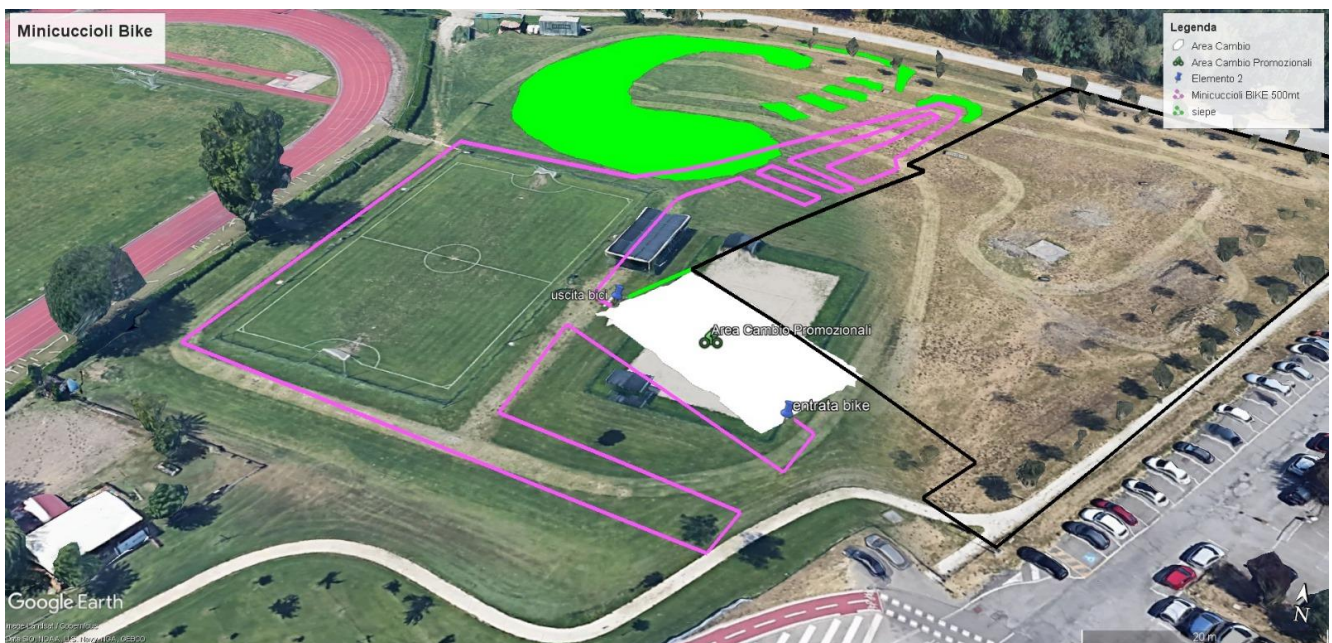
## PERCORSI

I percorsi sono stati tracciati da Fabio Gonizzi e Aldo Cabrini e prevedono, in particolare per le frazioni bike delle categorie Giovanissimi, diversi elementi tecnici proporzionati all'età degli atleti (passerelle, salite, discese, ostacoli...). Nelle mappe sotto in colore verde sono riportati i rilievi altimetrici della CUS PARMA BIKE ARENA: si tratta di cumuli di terra alti fino a 3m creati apposta per la mountain-bike.



## MINICUCCIOLI- CUCCIOLI

La zona cambio MINICUCCIOLI – CUCCIOLI sarà ubicata su terreno sterrato, provvista di transenne per il supporto delle biciclette, di fasce colorate per la determinazione dell'area e di distinte vie di ingresso ed uscita dei concorrenti a piedi ed in bici.







#we  
are  
cusparma  
triathlon



Nota: chi volesse evitare il piccolo salto (“jump”) può seguire il percorso più lungo alternativo “chicken line”.





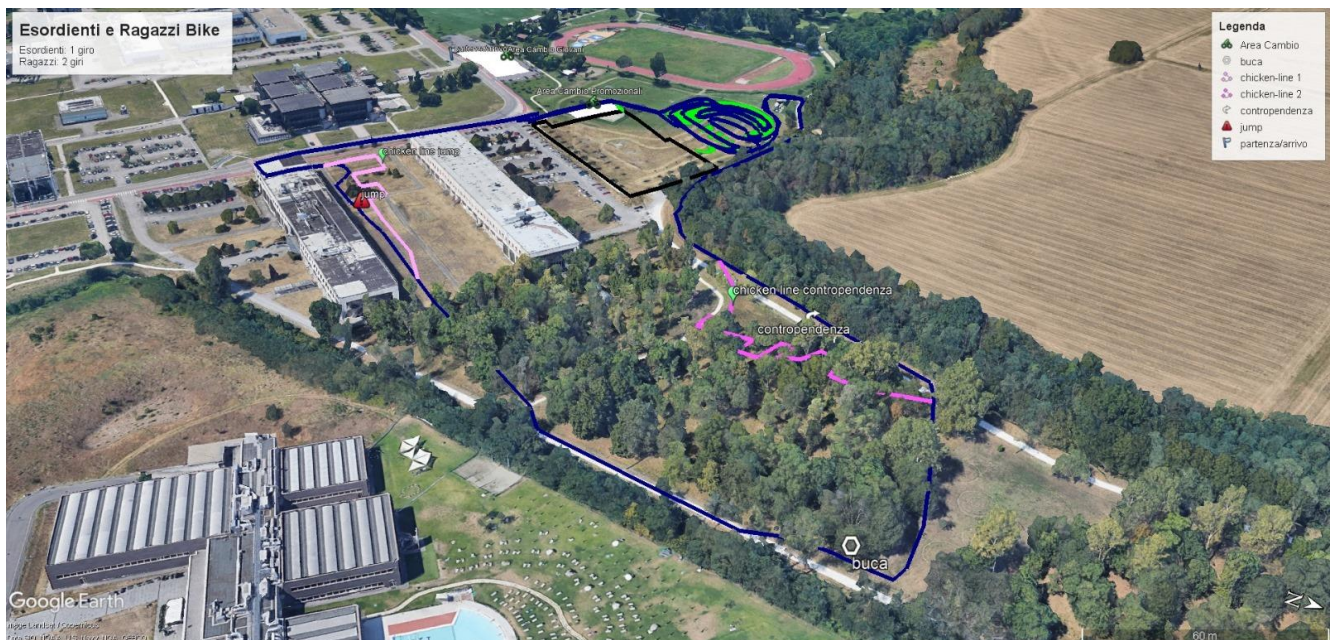


#we  
are  
cusparma  
triathlon



## ESORDIENTI

La zona cambio ESORDIENTI sarà ubicata su asfalto, provvista di transenne per il supporto delle biciclette, di fasce colorate per la determinazione dell'area e di distinte vie di ingresso ed uscita dei concorrenti a piedi ed in bici. La zona cambio sarà compensata. Mappa a pagina 8.



Nota: chi volesse evitare il piccolo salto (“jump”) e la contropendenza può seguire il percorso più lungo alternativo “chicken line”.

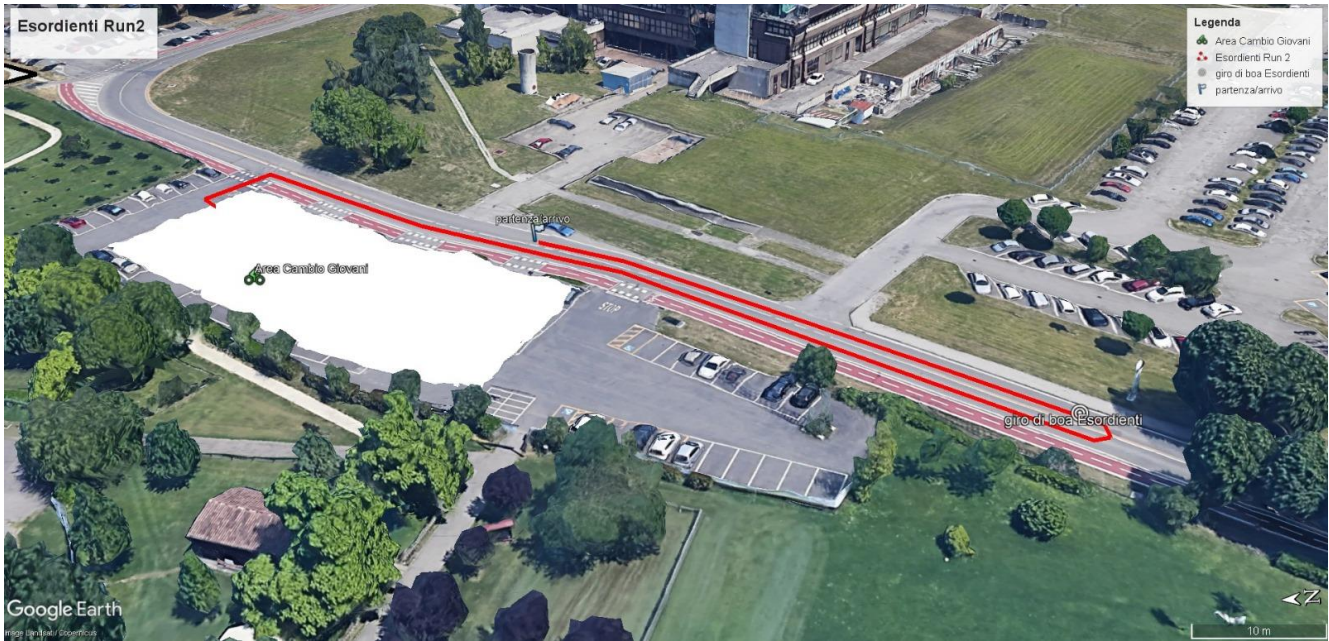
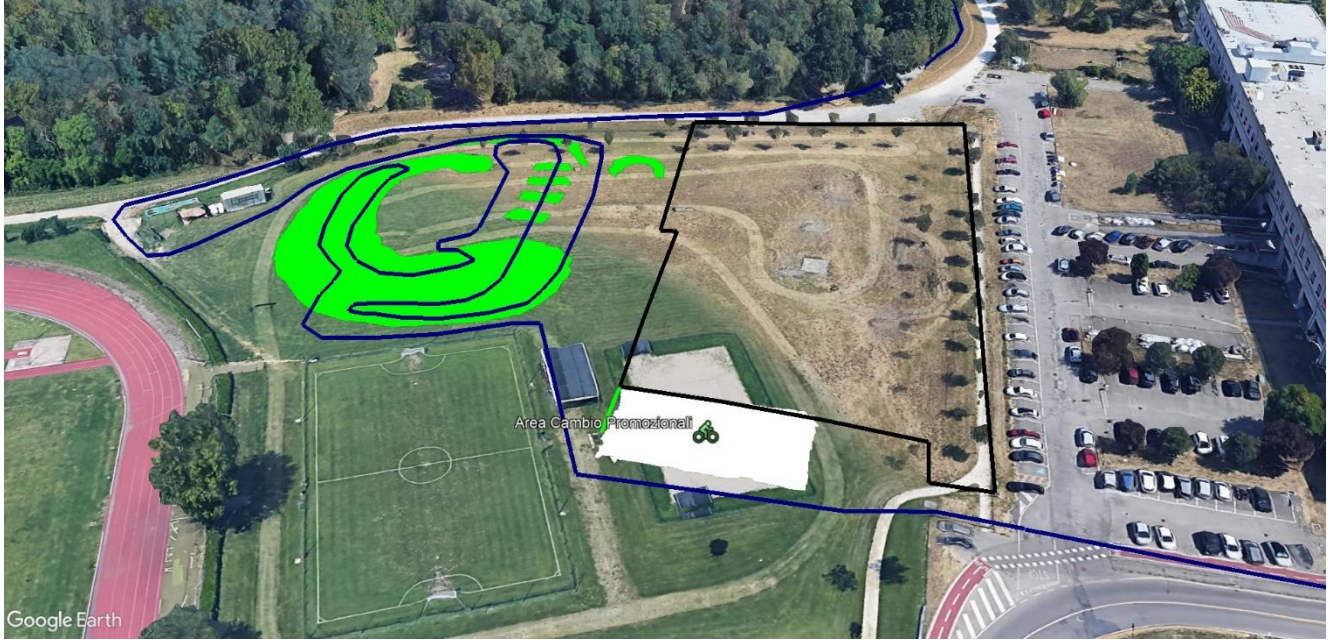




#we  
are  
cusparma  
triathlon



Dettaglio percorso bike:





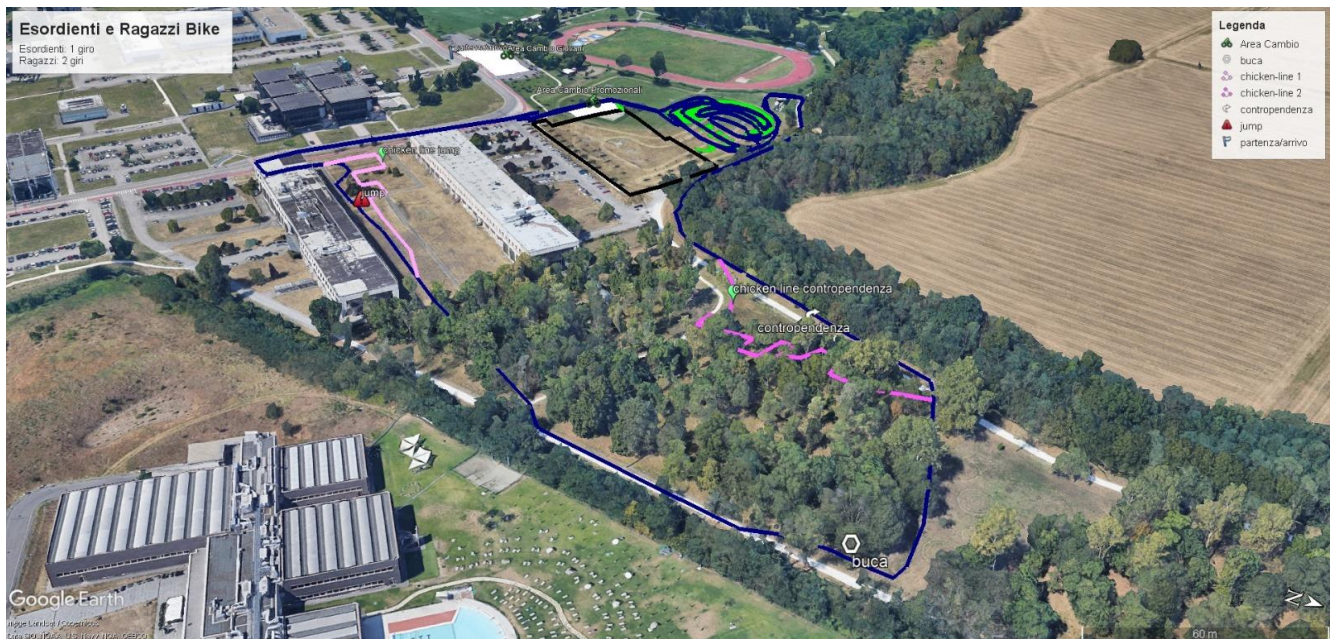
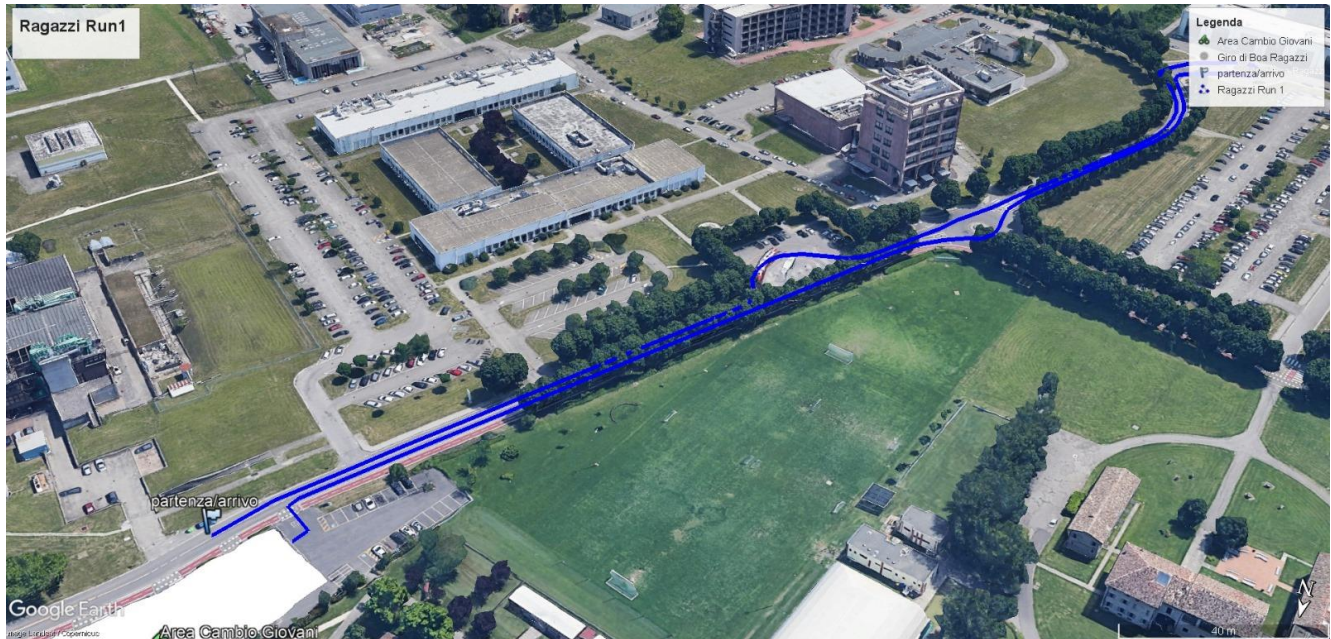


#we  
are  
cusparma  
triathlon



## RAGAZZI

La zona cambio RAGAZZI sarà ubicata su asfalto, provvisto di transenne per il supporto delle biciclette, di fasce colorate per la determinazione dell'area e di distinte vie di ingresso ed uscita dei concorrenti a piedi ed in bici. La zona cambio sarà compensata. Mappa a pagina 8.



Nota: chi volesse evitare il piccolo salto (“jump”) e la contropendenza può seguire il percorso più lungo alternativo “chicken line”.

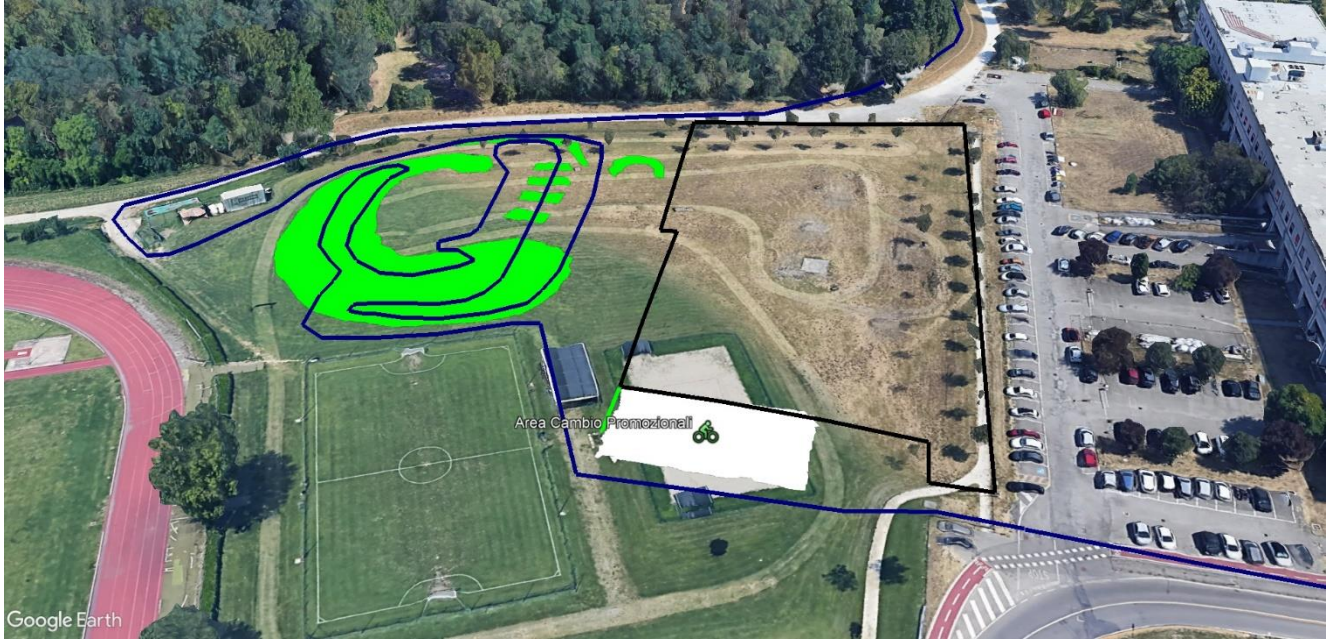




#we  
are  
cusparma  
triathlon



Dettaglio percorso bike:



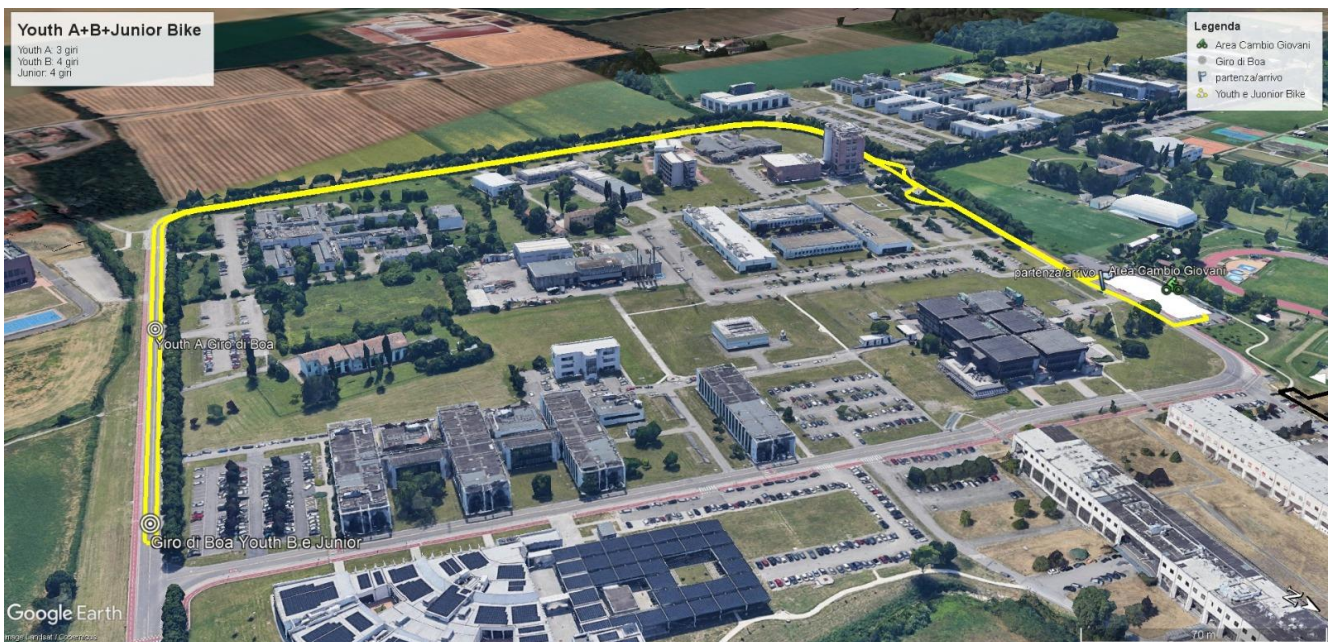
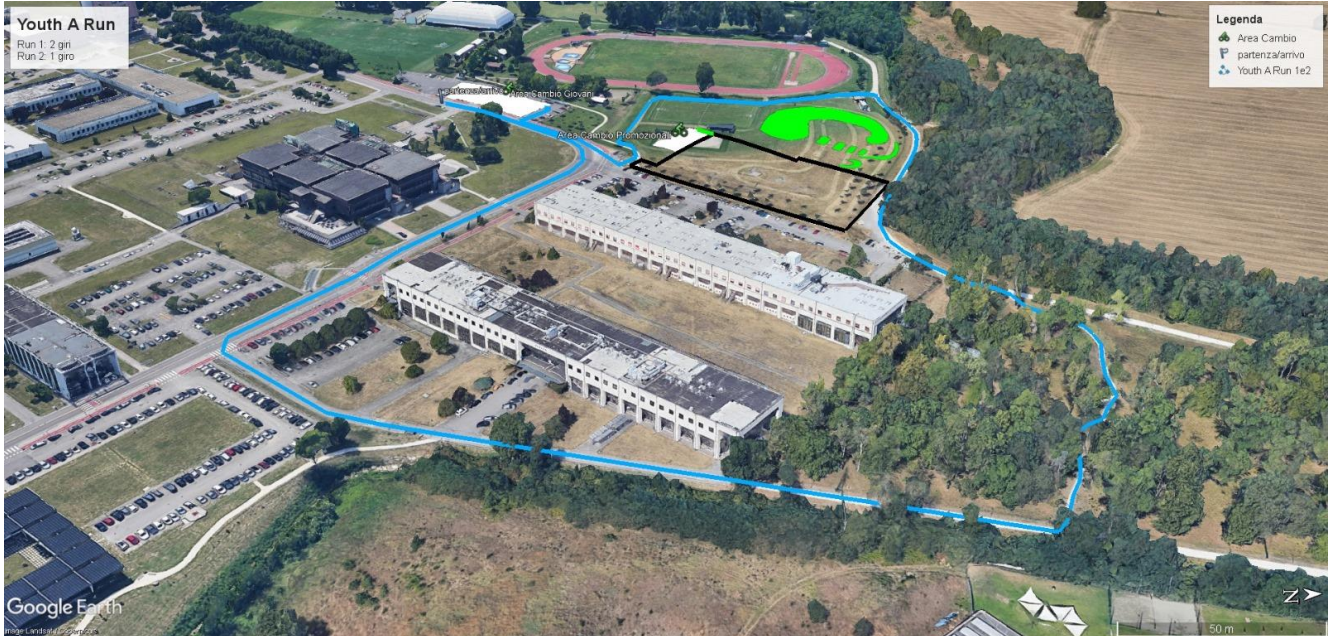




#we  
are  
cusparma  
triathlon



## YOUTH A



Percorso pianeggiante asfaltato, controllato e chiuso al traffico all'interno del Campus Universitario. Scia consentita. **Prestare comunque la massima attenzione e rispettare il codice della strada.** Si ricorda che il superamento della linea di mezzogiorno prevede la squalifica diretta.

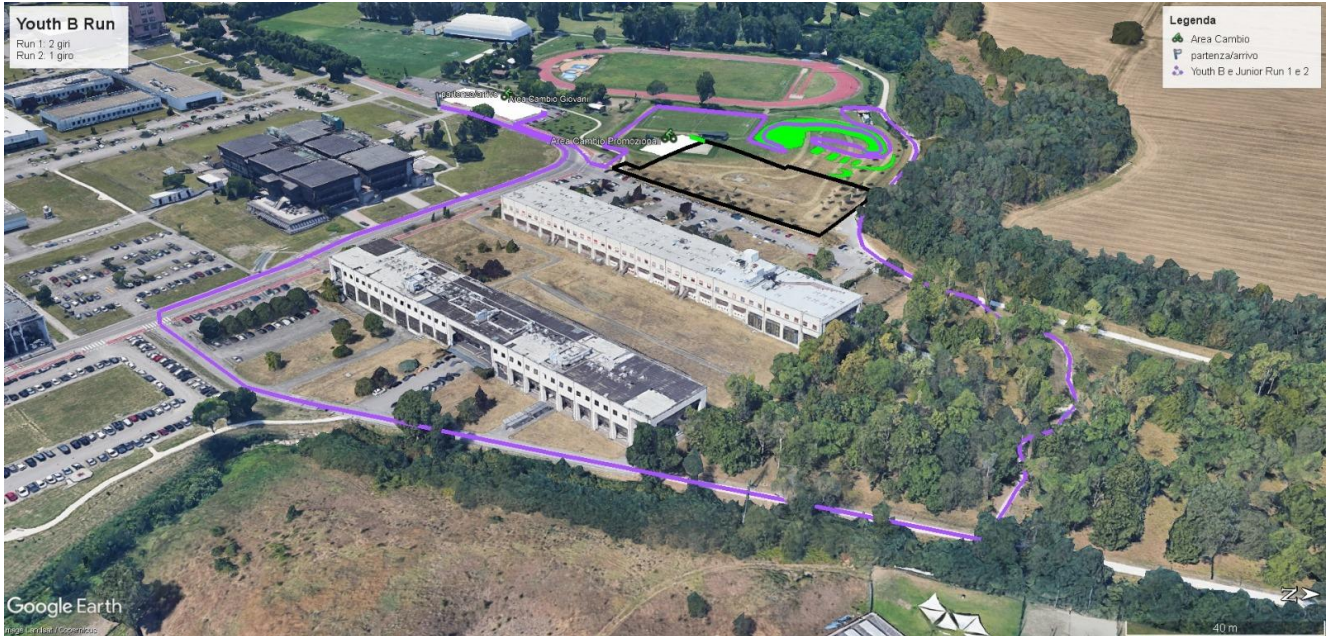




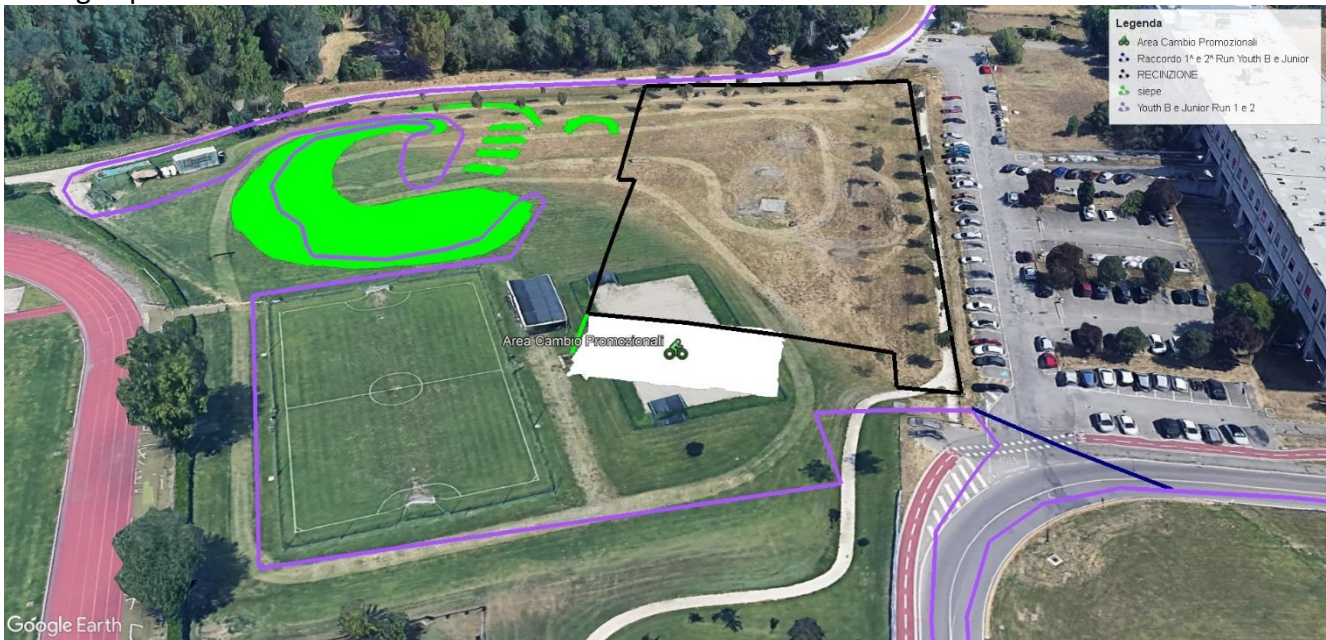
#we  
are  
cusparma  
triathlon



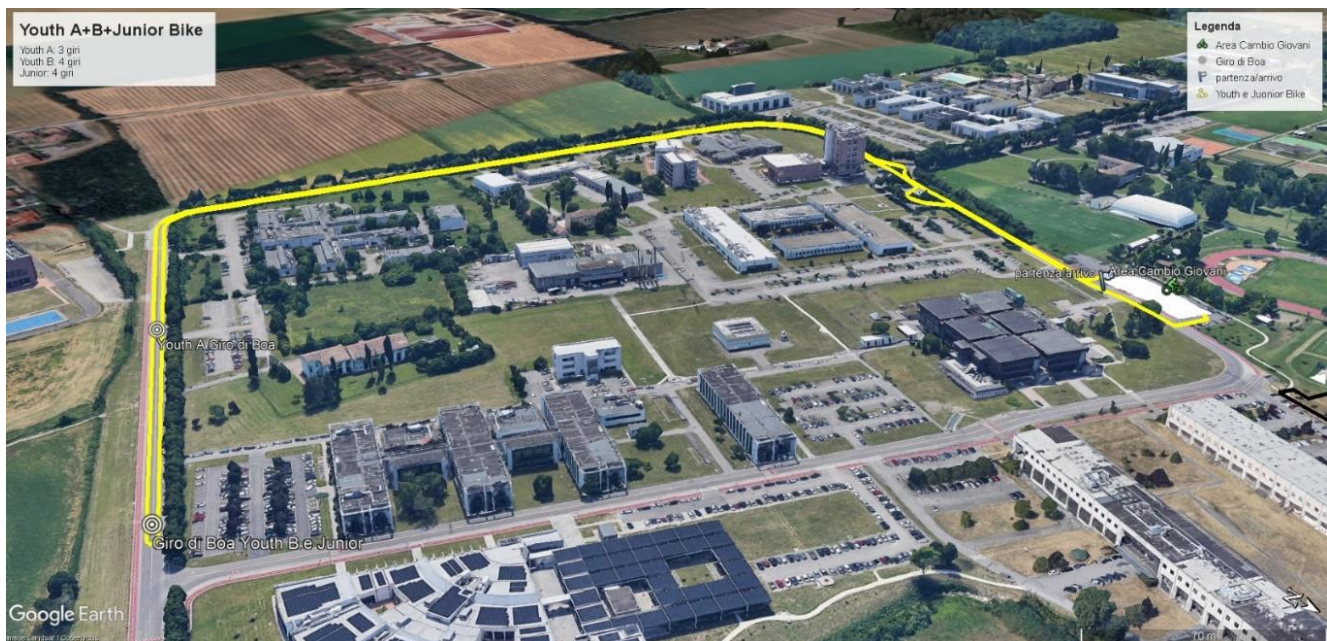
## YOUTH B – JUNIOR



Dettaglio percorso run:







Percorso pianeggiante asfaltato, controllato e chiuso al traffico all'interno del Campus Universitario. Scia consentita. **Prestare comunque la massima attenzione e rispettare il codice della strada.** Si ricorda che il superamento della linea di mezzeria prevede la squalifica diretta.

## DETTAGLIO ZONA CAMBIO ESORDIENTI - RAGAZZI

La zona cambio sarà ubicata su asfalto, provvisto di transenne per il supporto delle biciclette, di fasce colorate per la determinazione dell'area e di distinte vie di ingresso ed uscita dei concorrenti a piedi ed in bici. La zona cambio sarà compensata.





## DETTAGLIO ZONA CAMBIO YOUTH A – YOUTH B - JUNIOR

La zona cambio sarà ubicata su asfalto, provvisto di transenne per il supporto delle biciclette, di fasce colorate per la determinazione dell'area e di distinte vie di ingresso ed uscita dei concorrenti a piedi ed in bici. La zona cambio sarà compensata.



## NOTE

### OPERAZIONI PRELIMINARI

- Prendere visione della Zona Cambio e della disposizione di ingressi e uscite.
- Posizionare il numero per il ciclismo, indifferentemente dietro la sella o nell'intersezione tra il tubo orizzontale ed il tubo forcella sul telaio della bici.
- Attaccare il numero pettorale all'elastico.
- Entrare in area cambio con bici e casco regolamentare allacciato (reg. FITRI).

### MODALITA' DI PARTENZA

Tutte le partenze avverranno in modalità mass-start. In caso di ritardi sul programma orario le partenze avverranno comunque a seguire la gara precedente.

### REGOLAMENTO TECNICO BICI

Le categorie MC/CU/ES/RA utilizzeranno **OBBLIGATORIAMENTE** la MTB.

Le categorie YA/YB/JU utilizzeranno **OBBLIGATORIAMENTE** la bici da corsa tradizionale.

Per le gare in MTB è vietato il cerchio utilizzato nelle bici da corsa e la sezione minima dello pneumatico è di 1,5 pollici. Le coperture delle ruote delle MTB devono essere tacchettate, in modo conforme agli esempi proposti. Casi limite verranno valutati e giudicati idonei o meno dal Giudice Arbitro sul posto. L'atleta che monta coperture che possano mettere in dubbio la tenuta, perché tacchettate ma eccessivamente consumate o dal profilo non conforme a quanto indicato, si espone alla valutazione del Giudice Arbitro che può bloccare l'entrata in Zona Cambio e la partecipazione alla gara. In linea con il Regolamento Tecnico World Triathlon e con quelli della maggior parte delle federazioni nazionali europee a partire dalla stagione agonistica 2022 vengono rimossi i limiti ai rapporti utilizzabili dalle categorie giovanili ed ai conseguenti sviluppi metrici di cambio e ruota.

**È vietata l'applicazione di qualsiasi tipo di appendici** (prolunghe o clip on) sia su MTB che su BICI DA STRADA. Tutti i manubri nella parte terminale devono essere chiusi.

Per approfondimenti consultare LINEE GUIDA ATTIVITA GIOVANILE 2025 (FITRI).





#we  
are  
cusparma  
triathlon



## RISTORI

**Fine gara:** acqua + succhi di frutta + panino a cura CONSORZIO COPPA DI PARMA e CONSORZIO SALAME DI FELINO (distribuiti singolarmente all'arrivo).

## CLASSIFICHE e PREMIAZIONI

Le classifiche, come le starting list, non verranno affisse ma saranno disponibili dopo pochi minuti dall'arrivo dell'ultimo concorrente sul sito <https://www.endu.net/results>.

A tutti i finisher delle categorie Minicuccioli e Cuccioli verrà data la medaglia di partecipazione direttamente all'arrivo.

Per le categorie Esordienti, Ragazzi, Youth A, Youth B, Junior saranno premiati con medaglie i primi 6 classificati assoluti maschili e femminili della gara e i primi 3 atleti maschili e femminili che gareggeranno per il Campionato Regionale Individuale di Duathlon (tesserati per società della regione Emilia-Romagna).

Sono previste anche premiazioni per la società più numerosa, per le prime 3 società regionali Giovanissimi (Esordienti e Ragazzi) e per le prime 3 società regionali Giovani (Youth A, Youth B, Junior)

## BAR

Sarà disponibile in zona gara un servizio bar per colazioni e pranzo, con panini a cura del CONSORZIO COPPA DI PARMA e CONSORZIO SALAME DI FELINO. E ancora acqua, bibite, birra e vini ARIOLA.

## ASSISTENZA MEDICA

L'assistenza sanitaria sarà a cura della locale sezione del Seirs Parma, composta da un Pronto Soccorso mobile, da due ambulanze e un medico; la prima ambulanza stazionerà nei pressi dell'area cambio insieme al medico mentre la seconda ambulanza seguirà parte della manifestazione.

Pronto soccorso in gara: 347.7132390

**PRONTO SOCCORSO OSPEDALE DI PARMA: Via Abbeveratoia, 2 TEL: 0521.703111**

Distanza dalla sede di gara: 12 minuti

## SICUREZZA STRADALE

Tutto il percorso sarà controllato dagli addetti all'organizzazione. La frazione podistica, svolgendosi interamente all'interno del Campus Universitario, non sarà interessata da alcun traffico nè di tipo automobilistico nè ciclopeditone.

## CONVENZIONE PERNOTTAMENTO

INCHOTEL: <https://www.inchotels.com/offerte-hotel/QA63E28082/INC/>

## INFORMAZIONI

**SEGRETERIA CUS PARMA:** tel.0521/905532-1; e-mail: triathlon@cusparma.it

**REFERENTE ORGANIZZATIVO:** Luigi Passerini - mail: triathlon@cusparma.it

**NON SARÀ POSSIBILE CON I CAMPER PERNOTTARE ALL'INTERNO DEL CAMPUS UNIVERSITARIO.**





#we  
are  
cusparma  
triathlon



## MAIN SPONSOR



## SPONSOR GOLD



## SPONSOR SILVER

