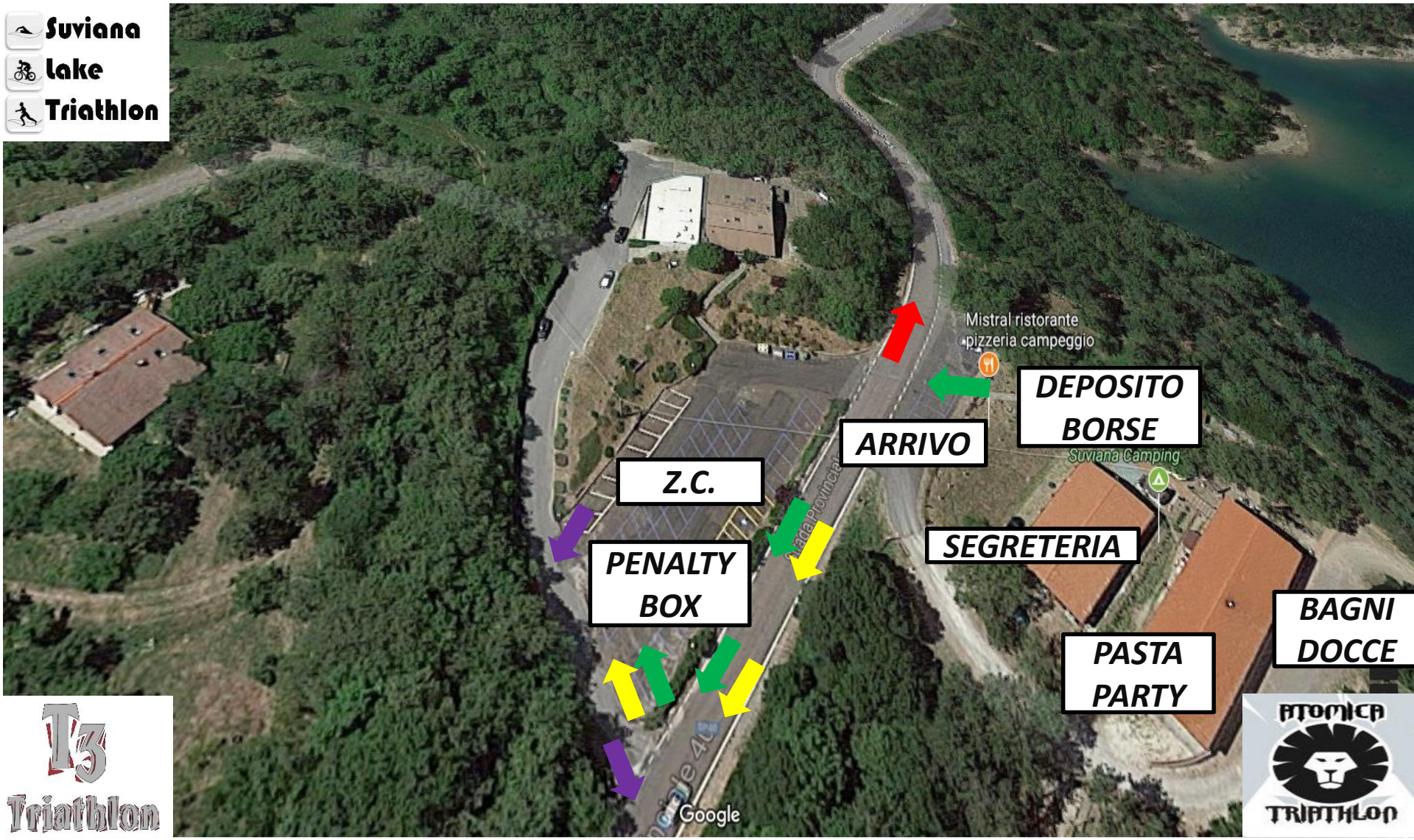
SUVIANA LAKE TRIATHLON

1 SETTEMBRE 2019

www.suvianalaketriathlon.it
www.facebook.com/SuvianaLakeTriathlon
www.instagram.com/suvianalaketriathlon/

Suviana
lake
Triathlon

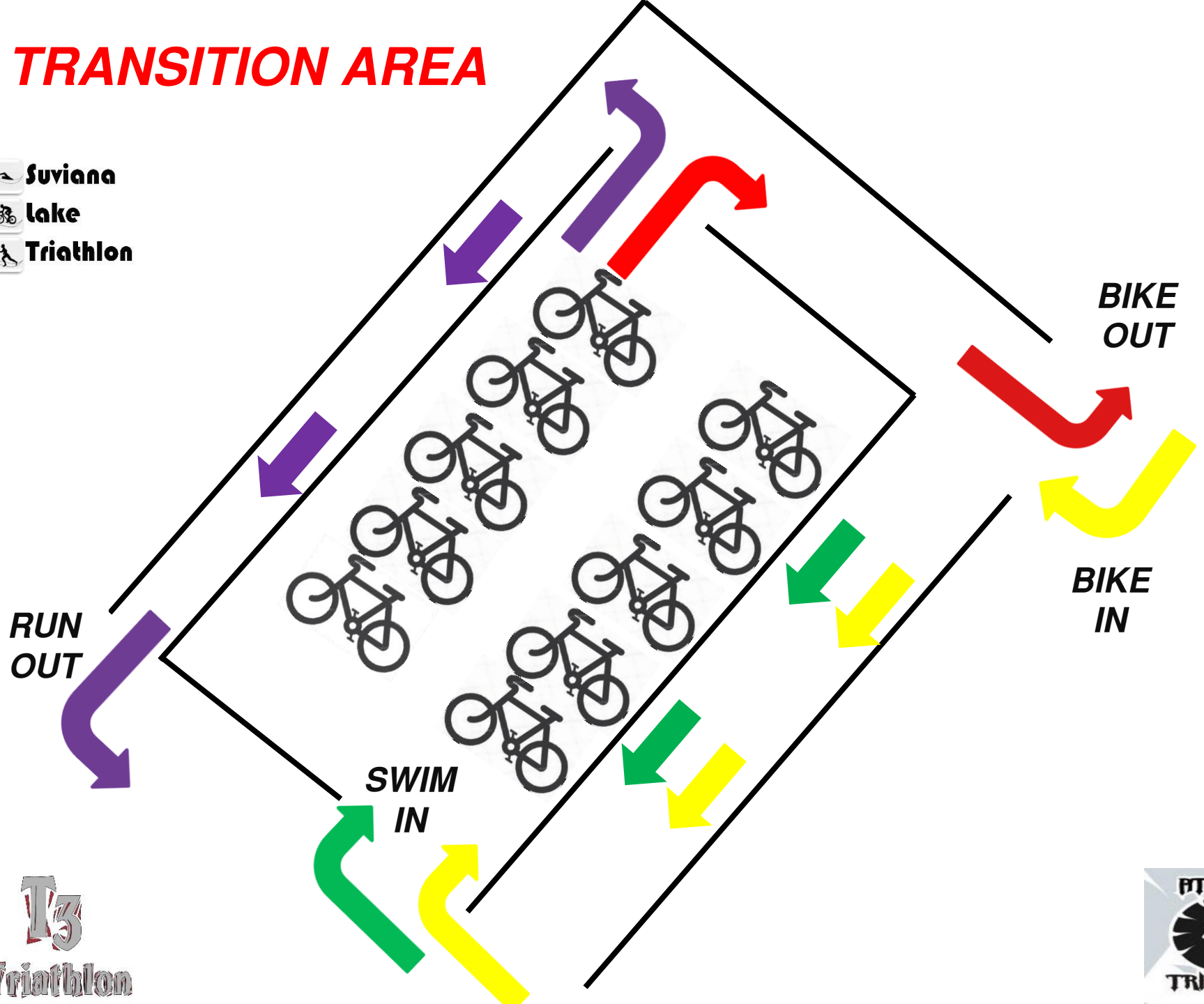
La Zona Cambio è situata nel parcheggio posto davanti al Camping Mistral, risulta molto ampia ed atta a contenere fino a 600 iscritti. La freccia di colore verde indica l'uscita dall'acqua e l'entrata in ZC, le frecce di colore rosso e giallo indicano rispettivamente l'uscita e il rientro bici, la viola quella relativa all'uscita dalla T2 per la frazione di corsa ed infine quella nera l'arrivo.



MAPPA DELLA ZONA CAMBIO CON FLUSSI DI TRANSITO

TRANSITION AREA

Suviana
lake
Triathlon



T3 Triathlon

ATOMICA TRIATHLON

ZONA CAMBIO (Z.C)

L'Area dove verrà allestita la Zona Cambio sarà transennata con pavimentazione rivestita da moquette, nei corridoi di transito e relative aree di accesso. La stessa prevederà accessi opposti, entrata dal nuoto / entrata in bici – uscita in bici / uscita corsa.

I percorsi all'interno della zona cambio saranno compensati per evitare di favorire l'uno o l'altro atleta.

L'intera area sarà controllata da personale dell'organizzazione che darà le indicazioni delle linee di salita / discesa bici e quella relativa al Penalty Box.

PENALTY BOX

Vi sarà un unico penalty box posto all'inizio del percorso podistico, che verrà utilizzato per scontare tutte le infrazioni compiute nella gara, sarà responsabilità dell'atleta fermarsi per scontare la penalità.Le penalità potranno essere scontate, a discrezione degli atleti su uno dei due giri del percorso podistico.In caso in cui la penalità non venga scontata, l'atleta sarà automaticamente squalificato.

ARRIVO

L'area di arrivo verrà allestita con il viale d'arrivo transennato per circa 100 mt + arco di arrivo, con bottiglie d'acqua in prossimità dell'uscita, per situazioni di emergenza vi sarà inoltre una tenda Medica nelle immediate vicinanze della zona arrivo con accesso diretto.

DEPOSITO BORSE

L'area adibita al Deposito Borse degli atleti sarà prevista vicina alla Zona Cambio.

BRIEFING

Il Comitato Organizzatore si farà carico di inserire in ogni busta del pacco gara un briefing scritto e la mattina della gara verrà fatto un briefing tecnico sulla linea di partenza a tutti i partecipanti.

PASTA PARTY

L' Area Pasta sarà allestita all'interno del Camping Mistral posto davanti alla Zona Cambio.

SEGRETERIA

L' Area Segreteria sarà situata all'interno del Camping Mistral posto davanti alla Zona Cambio per offire ad ogni singolo atleta partecipante il pacco gara e tutte le informazioni necessarie.

BAGNI E DOCCE

Tutti gli atleti avranno a disposizione bagni e docce all'interno del Camping Mistral posto davanti alla Zona Cambio.

PROGRAMMA DI MASSIMA DELL'EVENTO

SABATO 31 Agosto 2019

Ore 17:00 – 19:00 Distribuzione *Pacchi gara, pettorali e Chip My Sdam* presso la segreteria gara all'interno del Camping Mistral posto davanti alla Zona Cambio.

Ore 19.30 Briefing Tecnico presso la segreteria gara all'interno del Camping Mistral posto davanti alla Zona Cambio.

DOMENICA 1 Settembre 2019

Ore 8.30 -12.00 Distribuzione *Pacchi gara, pettorali e Chip My Sdam* presso la segreteria gara all'interno del Camping Mistral posto davanti alla Zona Cambio.

ore 10.00 Apertura Zona Cambio
ore 12.30 Chiusura Zona Cambio
ore 12.45 Briefing Tecnico
ore 13.00 PARTENZA GARA OLIMPICO MASCHINE
ore 13.10 PARTENZA GARA OLIMPICO FEMMINILE
ore 15.00 Pasta Party
ore 16.30 Premiazione

PARTECIPAZIONE

La partecipazione al Suviana Lake Triathlon No Draft su distanza Olimpica è riservata a tutti gli Atleti Uomini e Donne FITRI (Federazione Italiana Triathlon) o di altra federazione straniera in regola con il tesseramento agonistico per l'anno in corso, a partire dall'età di 18 anni, ossia per le categorie Junior, Under 23 , Senior, Master, Elite. La partecipazione come "Tesserato Giornaliero", è prevista. Per i non tesserati, per validare e confermare il tesseramento giornaliero, è obbligatorio presentare in fase di ritiro pettorale il certificato medico sportivo per uso agonistico (copia) recante la dicitura "Triathlon" fra gli sport praticati.

ASSISTENZA MEDICA

E' previsto l'impiego di N.3 autoambulanze con un medico ed infermieri, punti fissi di Pronto Soccorso (Postazione infermeria attrezzata) di cui uno permanente in zona arrivo, servizio mobile con moto e personale specializzato. Inoltre ci saranno Punti fissi e mobili di Radio Soccorso.

RISTORI

Saranno presente N.1 ristoro per la frazione ciclistica e N.2 per la frazione podistica con Acqua, Sali e ceste con acqua per lo spugnaggio. Sarà presente inoltre un ristoro adiacente la zona d'arrivo con Acqua , Sali e cibo solido (frutta / biscotti). Inoltre sarà presente un Pasta Party finale (pasta o riso, acqua, frutta , pane, Sali ecc.).

SICUREZZA STRADALE

La sicurezza sarà garantita dalla Polizia Municipale del Comune di Castel di Casio, Grizzana Morandi e Camugnano con la collaborazione dei Carabinieri.

Vi saranno un numero adeguato di volontari e forze dell'ordine che presidieranno gli incroci. Sarà inoltre presente un servizio scopa.

DOVE DORMIRE

Nel sito web dei **Comune di Castel di Casio, Grizzana Morandi e Camugnano** nella sezione **OSPITALITA'** troverete un'ampia offerta di strutture ricettive con alberghi, B&B, agriturismi e campeggi.

PACCO GARA

La composizione del pacco gara potrà subire delle variazioni i prossimi mesi.
Il pacco gara comprenderà: Pettorale - Numeri Casco, Bici - Cuffia – Spille – Elastico – Briefing dettagliato di gara – Materiale Promozionale - Gadget Tecnico.

INFORMAZIONI GARA

La gara si svolgerà sulla distanza olimpica di 1.5 Km a nuoto in acque libere, 40 Km in bici ed infine 10 Km di corsa.

La gara è No Draft, vietata quindi la scia tra gli atleti nel percorso bici secondo quanto previsto dal Regolamento Tecnico vigente.

Per tutto il percorso è comunque obbligatorio rispettare il codice della strada, mantenendo la destra senza superare la linea di mezzeria: pena squalifica! Come da articolo 113.04 del regolamento tecnico, per le gare no Draft, ogni atleta deve mantenersi a 10 m dall'atleta che lo precede (distanza misurata dalla intera ruota anteriore del concorrente che precede). Per eventuali sanzioni ciclistiche, è **prevista una penalità di 2'**, che dovrà essere scontata **nell'unico penalty box situato lungo il percorso podistico.**

PREMIAZIONI

Verranno premiati i primi tre classificati maschili e femminili assoluti e di categoria.

Il montepremi verrà distribuito in base al nuovo regolamento Fi.Tri.

NOLEGGIO MUTE

VUOI NOLEGGIARE LA MUTA? GUARDA QUI!!

Vuoi noleggiare la muta?
Ecco qui la soluzione per te!
Il nostro sponsor tecnico **PLANET MULTI SPORT** mette a disposizione un pratico servizio di noleggio mute.

Per info

ALESSIO
0574 23395

info@planetmultistore.com

Negozio: Via Simintendi 2-2A – 59100 Prato (PO) Italia – Tel. +39 0574 23395
Shop On Line: https://www.planetmultistore.com/

COME RAGGIUNGERE IL LAGO DI SUVIANA

Suviana Lake Triathlon

Come arrivare in auto

AUTOSTRADE:

La tratta autostradale Bologna – Firenze con l' inaugurazione della "Variante del Valico" è composta da una doppio tratto autostradale.

Sia che si provenga da Firenze o Bologna si consiglia di seguire le indicazioni per la "Variante del Valico" e uscire a **BADIA** , raggiungere Castiglione dei Pepoli - seguire le indicazioni per Lago di Suviana.

Nel caso si utilizzi il vecchio percorso dell' Autostrada A1 se si proviene da Bologna uscire a Pian del Voglio , raggiungere Castiglione dei Pepoli - seguire le indicazioni per Lago di Suviana.

Se si arriva da Firenze: Autostrada A1 - uscire a Roncobilaccio - raggiungere Castiglione dei Pepoli - seguire le indicazioni per Lago di Suviana.

Viabilità ordinaria:

SS 64 Porrettana - a Riola imboccare la strada per Camugnano e seguire le indicazioni per Lago di Suviana.

SS 325 - direzione Prato - raggiungere Castiglione dei Pepoli e seguire le indicazioni per Lago di Suviana.

Da Pistoia: SS 64 Porrettana - bivio a Taviano - strada per Suviana – Bargi.

Treno :

Le stazioni ferroviarie più vicine sono :

San Benedetto Val di Sambro (Linea Bologna- Firenze)- 20 km dalla zona di partenza.

Riola di Vergato (Linea Bologna Porretta Pistoia)- 20 km dalla zona di partenza.

Autobus :

Da Bologna utilizzare il servizio Atc (http://www.tper.it/orari/linee?style=list)

Da Prato utilizzare il servizio Cap (http://www.capautolinee.it/Linee_Ed_Orari/P/167)

Aereo :

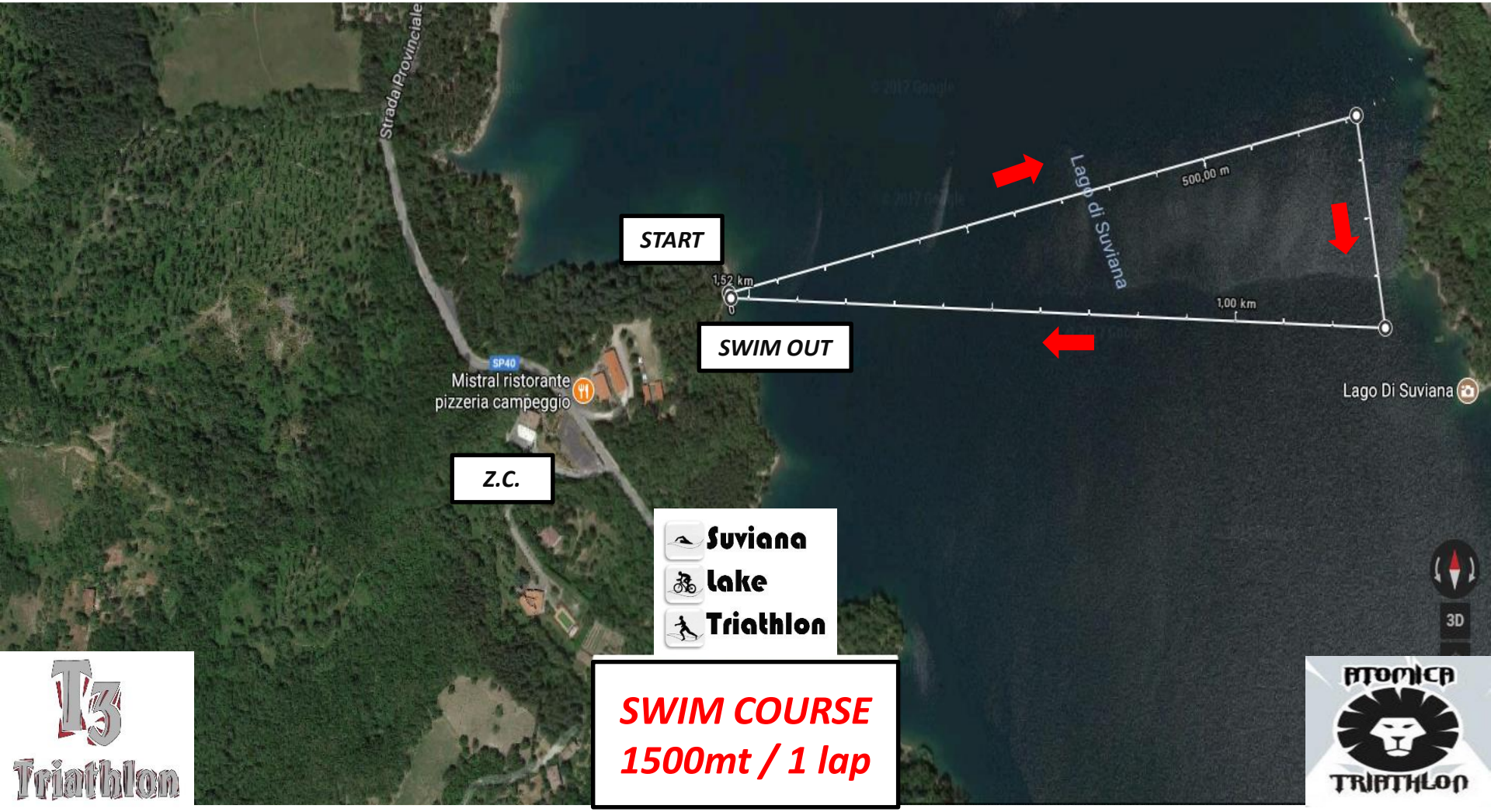
Entrambe gli aereoporti di Bologna e Firenze distano circa 60 km dalla zono di partenza.

Se utilizzate lo scalo di Bologna contattateci in anticipo che possiamo aiutarvi a raggiungere la zona di partenza

T3 Triathlon

Atomica Triathlon

La frazione di nuoto si presenta con un giro unico da compiere in senso orario che non presenta particolari difficoltà.Il tracciato è triangolare con N.3 boe nautiche di segnalazione.
E' prevista un'imbarcazione per ogni boa posizionata sul percorso natatorio per il controllo, da parte dei giudici Fi.Tri. della regolarità della prova, oltre ai mezzi di soccorso previsti dal vigente regolamento tecnico.La partenza verrà data dall'acqua.



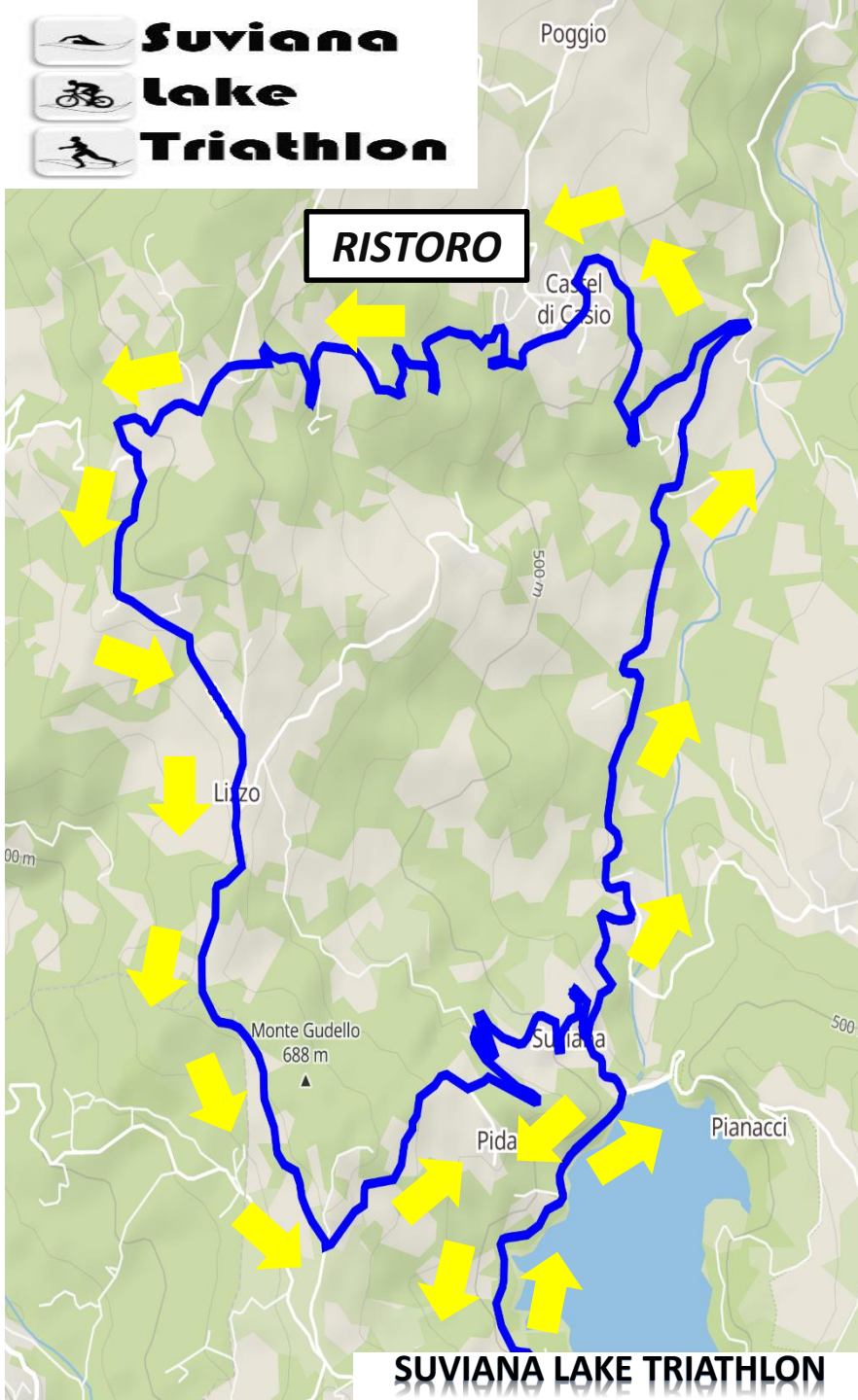
FRAZIONE NATATORIA

FRAZIONE CICLISTICA

La frazione ciclistica è costituita da due giri di circa 20 Km tutti all'interno del Comune di Castel di Casio.
Sarà predisposto un adeguato servizio motociclistico per i giudici da adibire al controllo del no draft: Pena sanzione!
Tutto il percorso sarà segnalato da frecce.
Usciti dalla Zona Cambio antistante il Camping Mistral si percorre il lungolago in direzione Suviana sino al bivio a sinistra con la SP23. Si procede in dissa sulla SP23 sino al bivio a sinistra con la SP52. Svolta a sinistra sulla SP52 si entra nel centro abitato di Castel di Casio. Qui si imbocca la SP63 sino al bivio con la SP40. Si procede sulla SP40 in direzione Badi sino al bivio a sinistra con la SC Cavanna di Suviana, che si percorre in discesa sino al bivio con la SP23. Qui al primo passaggio si svolta a sinistra per ripercorrere l'anello già descritto, mentre al termine del secondo giro si svolta a destra sulla SP23, che si percorre per un breve tratto sino ad incrociare la SP40. Da qui si svolta a destra sulla SP40 per ripercorre il lungolago che riporterà gli atleti alla ZC posta davanti al Camping Mistral.
Il dislivello altimetrico è circa di 400 mt a singolo giro.

Per tutto il percorso è obbligatorio rispettare il Codice della Strada, mantenendo la destra senza superare la mezzeria: Pena squalifica!

BIKE COURSE
40 Km / 2 lap



FRAZIONE PODISTICA

La frazione podistica prevede un multilap di N.3 giri (circa 3.3 Km a giro) per un totale di circa 10 Km totali composto da 55% asfalto e 45% sterrato. Tutto il percorso sarà segnalato da frecce e fettucce.
Appena usciti dalla ZC posta davanti al Camping Mistral si va in direzione Badi sino al primo tornante su strada asfaltata dove avviene un giro di boa, per poi ritornare in direzione Camping Mistral. 200 mt prima del Camping si imbocca a destra il sentiero sterrato che porta sino al sentiero CAI 155bo lungolago che si percorre in direzione della diga sino all'altezza del Bar Pineta Camping del Lago Suviana.
Qui si riprende la SP40 su asfalto in direzione Badi sino all'altezza del Camping Mistral per poi percorrere gli altri N.2 giri rimanenti.
La frazione run è più scorrevole e spettacolare rispetto alla scorsa edizione, vi farà correre tra il pubblico e lungo il meraviglioso lago di Suviana.

RUN COURSE
10 Km / 3 lap