try it, you'll like it

Montigglman

MTB Super Sprint Triathlon

MTB – Supersprinttriathlon - gara singola e gara staffetta
organizzato dal Läufer Club Bozen sezione triathlon

sabato 7 settembre 2019, inizio ore 14.00

lago piccolo di Monticolo - Appiano

Läufer Club
Bozen Raiffeisen

Luogo:
Lago piccolo di Monticolo – frazione Monticolo Appiano (BZ)

Categorie	nuoto	bicicletta	corsa
donne, uomini, singoli dai 14 anni in su	400 m	10.000 m	2.500 m
staffetta donne, staffetta uomini, staffetta mista,	400 m	10.000 m	2.500 m

Categorie:

- **Youth A, Youth B e Juniores, 14 a 19 anni, 2005 fino 2000**
- **donne 20- 29 anni, uomini 20-29 anni, 1999 fino 1990**
- **donne 30 – 39 anni, uomini 30 – 39 anni, 1989 fino 1980**
- **donne 40 – 49 anni, uomini 40 – 49 anni, 1979 fino 1970**
- **donne 50 – 59 anni, uomini 50 – 59 anni; 1969 fino 1958**
- **donne 60 +, uomini 60 plus, da 1959 e oltre**

Staffetta:

- **Staffetta donne, tutte le età da 14 anni**
- **Staffetta uomini, tutte le età da 14 anni**
- **Staffetta mista (donne e uomini), tutte le età da 14 anni**

Partecipazione:
La gara è aperta agli atleti tesserati Fitri o alla federazione straniera comprese nelle fasce di età indicate. Per i non tesserati Fitri sarà possibile esegiure il tesseramento giornaliero presentando al momento dell' iscrizione la copia di un **certificato medico sportivo italiano con la dicitura triathlon**.

Programma:

dalle ore 10.00 fino ore 12.45:	Iscrizioni ritardate e distribuzione dei pettorali - gara
ore 12.30 fino 13.30:	Ritrovo: apertura zona cambio soltanto per atleti ed organizzatori
ore 13.30:	Briefing dei partecipanti singoli f e m
ore 13.45:	Briefing staffette
ore 14.00:	**Partenza uomini singoli**
ore 14.10	**partenza donne singole e staffetta**
dalle ore 16:00:	Pasta Party
ore 16.30:	Premiazione

Premi:

Verranno premiati i primi tre classificati/e di ogni categoria. Sono unite le categorie Youth A, Youth B e Juniores.

Pernottamento:

Informazioni: azienda di soggiorno Appiano, Tel. +39 0471 662206 - Fax +39 0471 663546
E-Mail: info@eppan.com

Parcheggio:

Parcheggio grande nel bosco sulla rotonda di Monticolo.

Responsabilità:

L'organizzazione respinge ogni responsabilità per incidenti, danni ed oggetti smarriti di partecipanti o terzi.

Iscrizioni:

- Iscrizioni online **info@lcbozen.it** entro e non oltre 5 settembre 2019
- Quota d'iscrizione:

Quote d'iscrizione singoli:

categorie Youth A e Youth B (14-17 anni):	8,00 Euro
categorie Juniores (18-19 anni)	15,00 Euro
categorie S1(20-24 anni)	25,00 Euro
Seniores (25 anni -75 anni oltre)	35,00 Euro

La quota tesseramento di giornata è fissata a 8 euro; solo per le categorie YOUTH (fino anni 17) a 5 euro

Quote d'iscrizione staffetta:

categorie Youth A e Youth B (14-17 anni):	8,00 Euro cad.; 24 Euro la staffetta
categorie Juniores (18-19 anni)	15,00 Euro cad.; 45 Euro la staffetta
categorie U23 (20-23 anni):	25,00 Euro cad.; 75 Euro la staffetta
Seniores (24 anni -75 anni oltre)	25,00 Euro cad.; 75 Euro la staffetta

- La quota d`iscrizione è da versare sul nostro contocorrente della cassa rurale: IT 11 D 08081 11610 000306002340.
- Valgono solo le iscrizioni pagate.

Regolamento tecnico:

- Tutti gli atleti devono partecipare alla riunione tecnica – informativa che avrà luogo 15 minuti prima della partenza.
- Viene applicato il regolamento nazionale della Fitri.
- È obbligatorio l'utilizzo del casco rigido per il ciclismo, nonché l'uso del pettorale dell' organizzatore. (ben visibile).
- Il casco deve essere assolutamente chiuso.
- Sono ammessi alla gara solo mountain bike (controllo)
- La gara di nuoto si terrà la lago piccolo di Monticolo, acqua libera.
- Al termine della manifestazione i chip messi a disposizione dall'organizzazione dovranno essere restituiti all'ufficio gara.
- I percorsi per la gara ciclistica e corsa si svolgeranno su strade di bosco e sterrate e sentieri forestali. Multilap due giri, dislivello presente.
- Posto di ristoro 100 metri distante dalla zona cambio.
- 2 zone transizione: staffetta: 50 posti bici, singoli 150 posti bici

Organizzazione e informazioni:

Läufer Club Bozen Raiffeisen, Portici 46 - 39100 Bolzano, Margot Spinazzè
Tel. +39 0471/979901, Fax +39 0471 050238, E-Mail: **info@lcbozen.it**

10 Years

Montigglman

try it, you'll like it

MTB Super Sprint Triathlon

Ringraziamo:

ALTO ADIGE

Raiffeisen

Gartenhotel Moser Ramus

Life & Wellness-Resort

EXZELENT

Weihenstephan

KIKU

Fresh Apple Emotion

bio express BIO

zum Selber Packen

SPORTLER

- best in the alps!

eppan

Burgen Seen Wein

ATZWANGER

Anlagentechnik von A-Z: Umwelt, Energie, Wasser, Haus.

www.atzwanger.net

Pan

Quality Since 1888

seit 1981 Peter Paul

KONDITOREI • CAFÉ

europacco.com

da casa tua in tutto il mondo...

Meraner

PIZZERIA · RESTAURANT

sanvit

Bike & Fitness

FITRI Federazione Italiana Triathlon

Raiffeisen fördert den Sport.

www.raiffeisen.it