ASD TRIATHLON SAVONA

Programma IN3PID Duathlon

dell'Altopiano Le Manie 2020

Ed.	Rev.	Data	Descrizione revisione	Stesura	Approvato
01	00	13/01/2019	Prima emissione	A. Braggio	A. Braggio

1 LA MANIFESTAZIONE

La manifestazione di Triathlon MTB denominata “IN3PID Duathlon dell’Altopiano Le Manie” si svolgerà il 22 marzo 2020 in località Le Manie di Finale Varigotti (SV) e nel suo entroterra.
La manifestazione è costituita da:

- Una gara di “Duathlon Sprint Cross” sulle distanze di 3Km corsa, 14 Km MTB e 1,5Km corsa per le categorie da Youth B a Master
- Una gara giovanile di duathlon MTB sulle distanze di 3Km corsa, 7 Km MTB e 1,5 Km corsa per la categoria da Youth A
- Una gara giovanile di duathlon MTB sulle distanze di 1,6Km corsa, 3 Km MTB e 800 m corsa per la categoria Ragazzi
- Una gara giovanile di duathlon MTB sulle distanze di 800 m corsa, 1,8 Km MTB e 400 m corsa per la categoria Esordienti

Le frazioni di corsa e MTB si svolgono su prati e sentieri completamente chiusi al traffico. La frazione MTB si svolgerà sul tracciato della 24H di MTB di Finale Ligure.

1.1 PARTECIPAZIONE

Alla gara possono partecipare gli atleti tesserati FITRI e tutti gli atleti liberi in accordo con le disposizioni del tesseramento sul campo valide per l’anno 2020.
Le categorie ammesse sono quelle definite dal Regolamento Tecnico della FITRI.

1.2 ISCRIZIONI

Le iscrizioni si accettano tramite iscrizione online sul sito www.triathlonsavona.it

Non c’è limite al numero di partecipanti.
Quote di iscrizione:

SENIOR2 – MASTER:	30 €
UNDER 23/S1:	25 €
JUNIOR:	15 €
GIOVANILI	8 €

Iscrizioni agevolate fino al “22 febbraio” SENIOR2 – MASTER: 25 €

1.3 ORARI

DOMENICA 22/03/2020

- Ore 8.30 – 11.30 consegna pacchi gara presso il ristorante Ferrin in località Le Manie xxx
- 10:00 apertura zona cambio per tutte le categorie
- 11:15 chiusura zona cambio categorie giovanili
- 11:20 briefing categorie giovanili
- 11.30 partenza gara giovanile categoria Esordienti
- 12.00 partenza gara giovanile categoria Ragazzi
- 12.30 partenza Duathlon Sprint (gli YouthA partono in questa gara ed effettuano un solo giro di MTB)
- 12.30 premiazioni gare giovanili
- 13:00 apertura pasta party
- 15:00 premiazioni

1.4 ASSISTENZA MEDICA

L'assistenza medica è assicurata dal Servizio di Pubblica Assistenza di Finale Ligure e da un dottore.

1.5 CRONOMETRAGGIO

Sarà gestito dalla Federazione Cronometristi di Savona.

1.6 RISTORI

È previsto un ristoro e un pasta party al termine della gara.

1.7 SICUREZZA SUI PERCORSI

La sicurezza sui percorsi è gestita dalla sezione Radioamatori di Savona e dal personale dell'organizzazione.

1.8 INFORMAZIONI TURISTICHE E PRENOTAZIONI ALBERGHIERE

Per tutte le informazioni sull'accoglienza visitare il sito http://www.24hfinale.com/mtb/it/ sezione ospitalità

1.9 PACCO GARA

È previsto un pacco gara contenente prodotti tipici locali e un premio tecnico che sarà consegnato all'atto dell'iscrizione.

1.10 INFORMAZIONI

L'altopiano delle Manie si raggiunge dall'Autostrada dei Fiori Savona-Ventimiglia:

- Da Savona prendere l'uscita di Spotorno girare a destra e superare le località: Tosse, Vezzi, Magnone, Voze dove si gira a destra e si raggiunge il ritrovo presso il ristorante Ferrin (circa 7 Km dal casello).
- Da Ventimiglia prendere l'uscita di Finale Ligure scendere fino alla cittadina, seguire l'SS1 Aurelia in direzione levante fino a Finalpia. Alla rotonda prendere la seconda uscita e dopo 100 m girare a destra seguendo le indicazioni per Le Manie (circa 8 Km dal casello).

1.11 Premi

Per la gara Sprint verranno premiati:

- I primi tre assoluti M/F
- I primi tre delle categorie FITRI M/F

Per le gare giovanili verranno premiati i primi tre assoluti M/F di ogni categoria e verrà consegnato un riconoscimento a tutti gli atleti.

1.12 PERCORSI GARA e DISTANZE

Categoria Esordienti (800m 1800m 400m)

Corsa: circuito da 400 m da ripetere due volte nella prima frazione ed una volta nella seconda frazione

MTB: andata e ritorno su un percorso di 900m su sentiero e strada sterrata

Categoria Ragazzi (1600m 3000m 800m)

Corsa: circuito da 800 m da ripetere due volte nella prima frazione ed una volta nella seconda frazione

Ciclismo: percorso di 3000m su sentiero single track e strada sterrata

Categoria YouthA (3000m 7000m 1500m)

Corsa: circuito da 1500 m da ripetere due volte nella prima frazione ed una volta nella seconda frazione

Ciclismo: percorso di 7 Km su sentiero single track e strada sterrata

NB: Gli YouthA partiranno con gli atleti della gara Sprint ed effettueranno un solo giro della frazione ciclistica

Categorie da YouthB a Master (3000m 14000m 1500m)

Corsa: circuito da 1500 m da ripetere due volte nella prima frazione ed una volta nella seconda frazione

Ciclismo: percorso di 7 Km su sentiero single track e strada sterrata da ripetere due volte

- Cartina del percorso di Corsa di 400m (circuito su prato pianeggiante)



- Cartina del percorso di Corsa di 800m (circuito su prato pianeggiante con due salitelle da 30m di lunghezza e 5m D+)



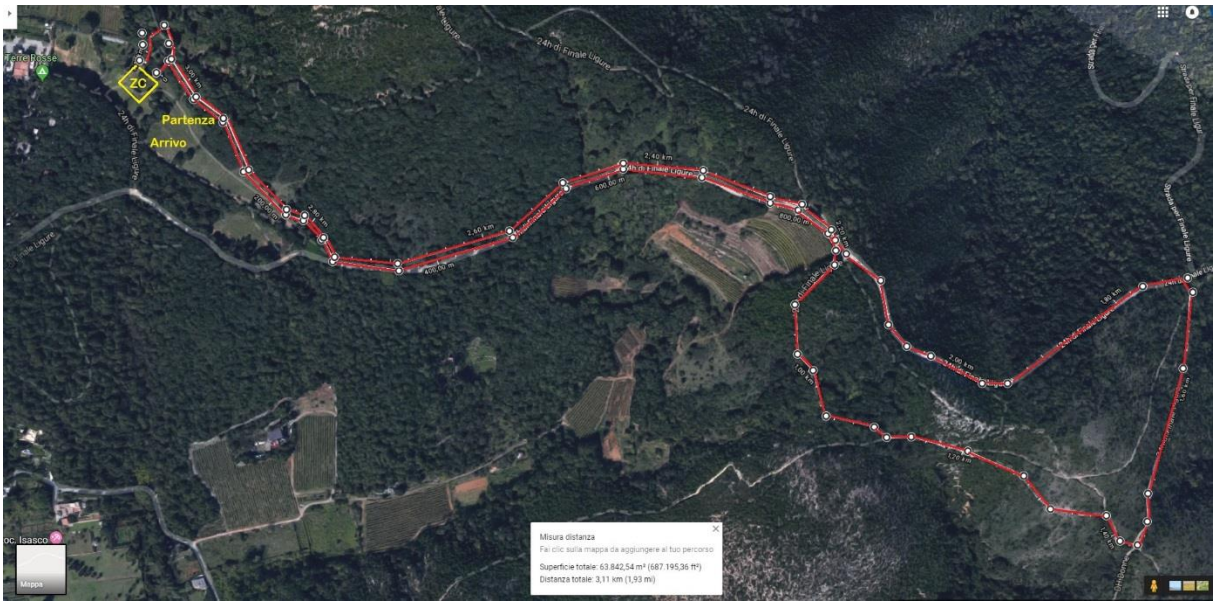
- Cartina del percorso di Corsa di 1500m (percorso misto prato e single track con 200 totali di salita e 20m D+)



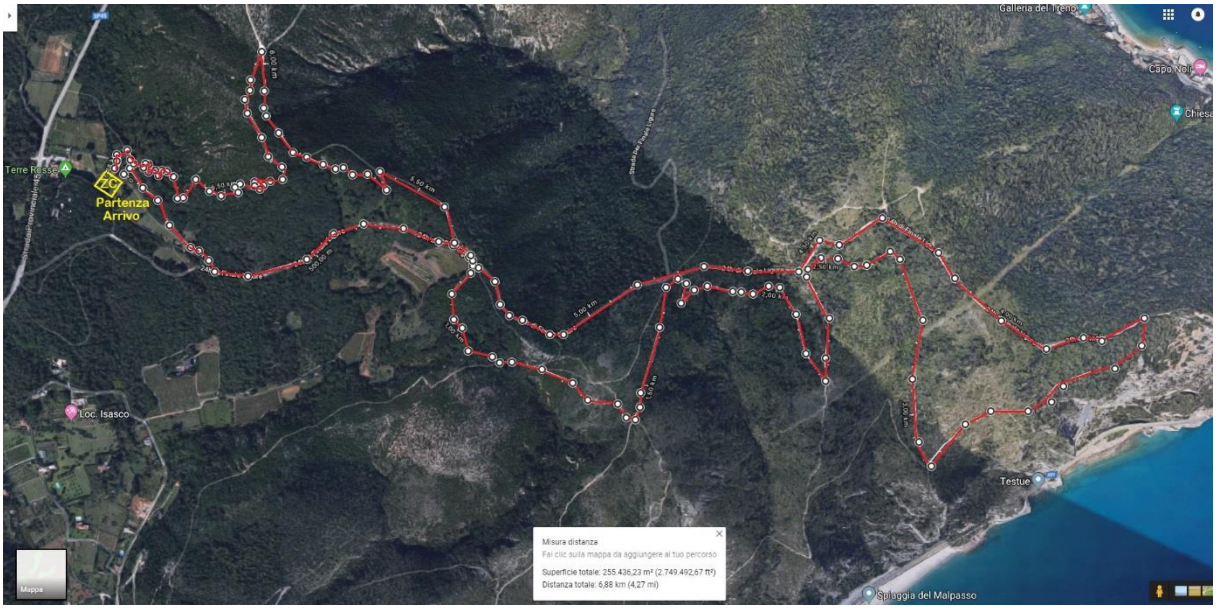
- Cartina del percorso di MTB di 1,8 km (percorso misto single track e strada bianca con circa 15m D+)



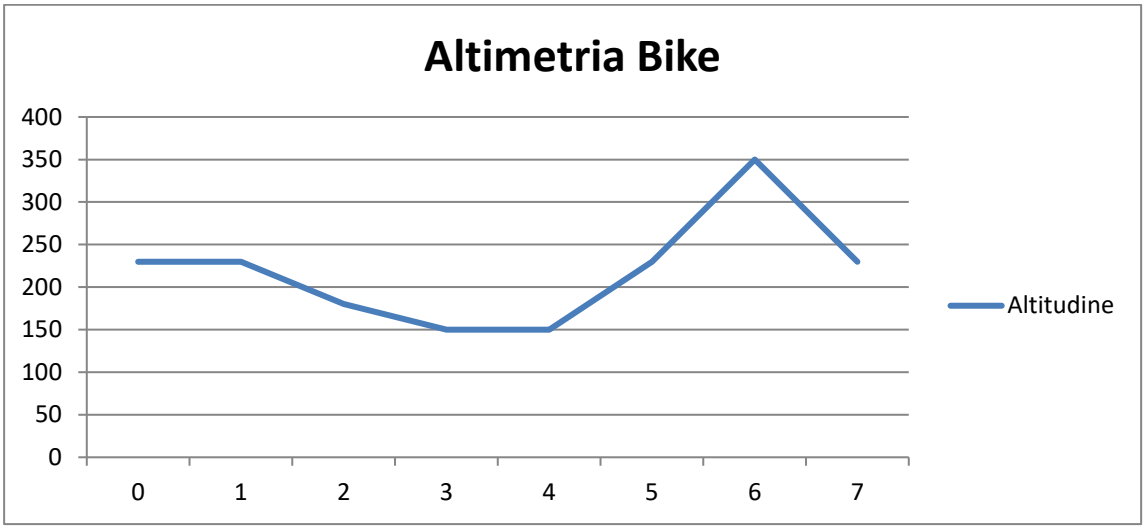
- Cartina del percorso di MTB di 3 km(percorso misto single track e strada bianca con circa 60m D+)



- Cartina del percorso di MTB di 7 km (percorso misto single track e strada bianca con circa 200m D+)



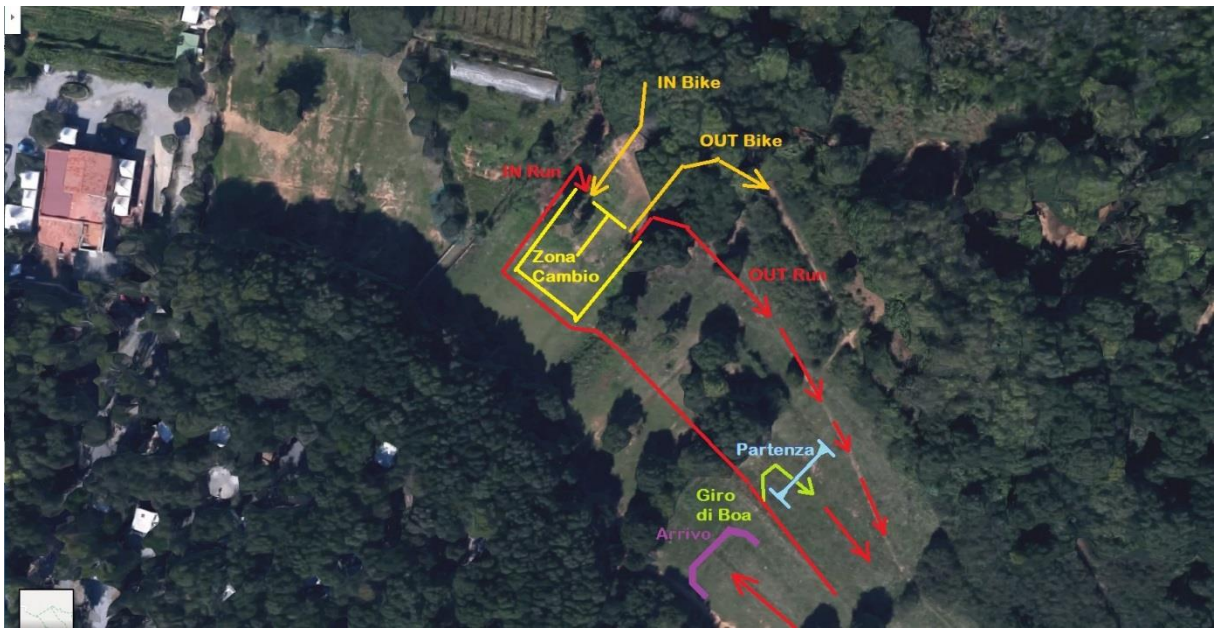
Altimetria Bike 700m



ZC, Partenza ed Arrivo

La Zona Cambio con i supporti bici è compensata e si trova lato monte nei prati di località Terre Rosse.

La Partenza e l'Arrivo si trovano nei prati di località Terre Rosse lato mare a 30 m dalla ZC.



Segreteria, Ristoro, Docce, Servizi e Pasta Party

La segreteria della gara per la consegna dei pettorali ed il Pasta Party si trovano presso il ristorante Ferrin.

I servizi igienici si trovano in parte presso il ristorante Ferrin e presso il Campeggio Terre Rosse le docce si trovano presso il Campeggio Terre Rosse.

Possibilità di lavaggio bici.

