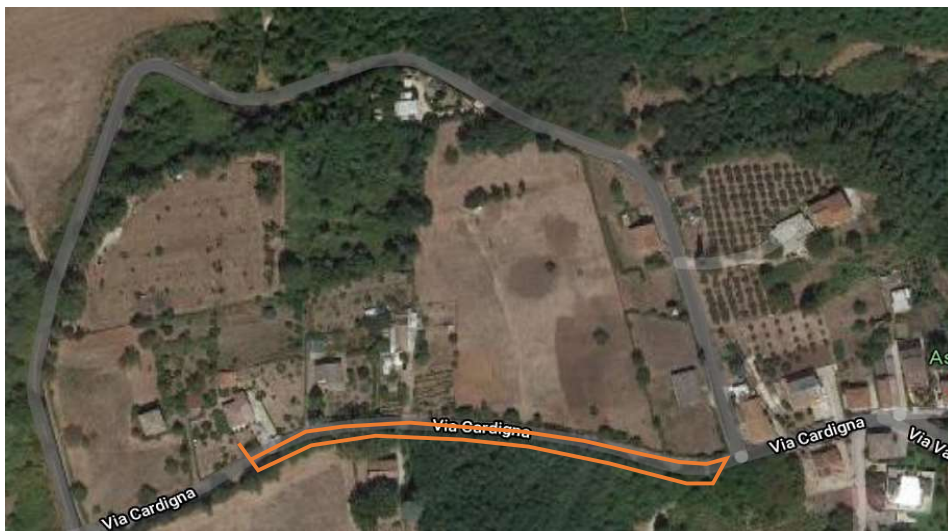


Piantina Gara 2° Duathlon Cross Sprint "Sentiero Natura" Patrica

11/12/2022

aggiornata al 27/06/2022



Riquadro arancione, parcheggio lungo strada comunale a senso unico a 200 metri dall'accesso alla segreteria e 400 dalla zona cambio

Parcheggio del campo sportivo a 800m dall'accesso alla segreteria e 1000m dalla zona cambio

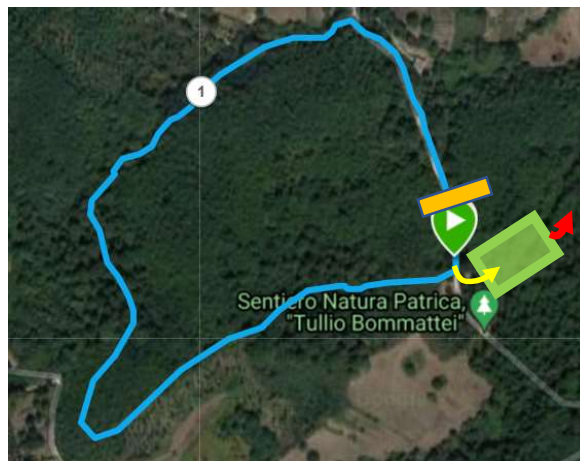


Linea verde entrata pedonale segreteria per ritiro pettorali.
Pallino rosso segreteria gara.
Linea blu uscita segreteria e percorso per entrare in zona cambio.
Pallini gialli zona bagni chimici.
Pallino blu area deposito borse



Linea blu entrata zona cambio per posizionare bici
 Rettangolo azzurro zona cambio
 Linea gialla, uscita zona cambio e percorso per arrivare alla partenza.

percorsi Duathlon Cross Sprint (da Juniores in poi)



1^Frazione corsa a piedi su sterrato, percorso di 1500m da ripetere 2 volte (3000m)
 Single track sottobosco con fondo compatto, fogliame e radici.
 rettangolo arancione arco di partenza, rettangolo verde zona cambio
 linea gialla accesso alla zona cambio dopo il secondo giro
 linea rossa uscita dalla zona cambio con la bici direzione percorso MTB



grafico elevazione singolo giro, ascesa totale 100m (2x50m)



2^ frazione MTB

Lunghezza percorso 3,75km, da ripetere 4 volte per un totale di 15km

Percorso scorrevole senza drop o ostacoli, fondo sterrato battuto e ampio

Freccia rossa uscita da zona cambio in bici ed entrata sul percorso

Freccia gialla rientro in zona cambio con bici dopo i 4 giri

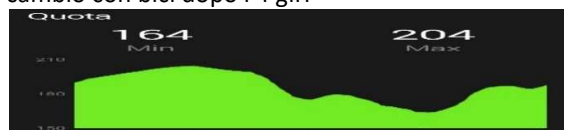
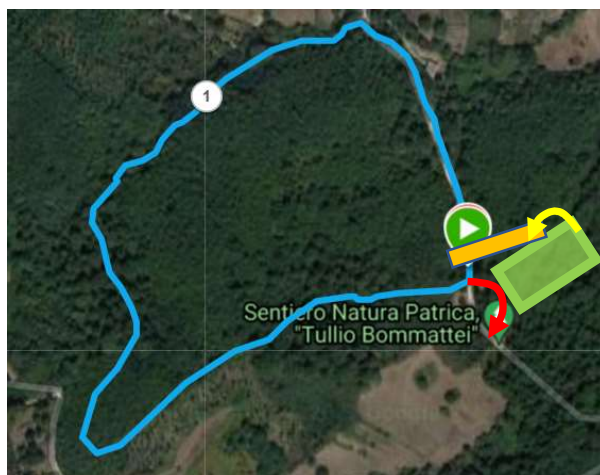


Grafico elevazione singolo giro, ascensione totale 500m (125x4)



3^ frazione, corsa su sentiero, come la prima solo un giro di 1500m

alla fine del giro si raggiunge l'arrivo

rettangolo verde zona cambio

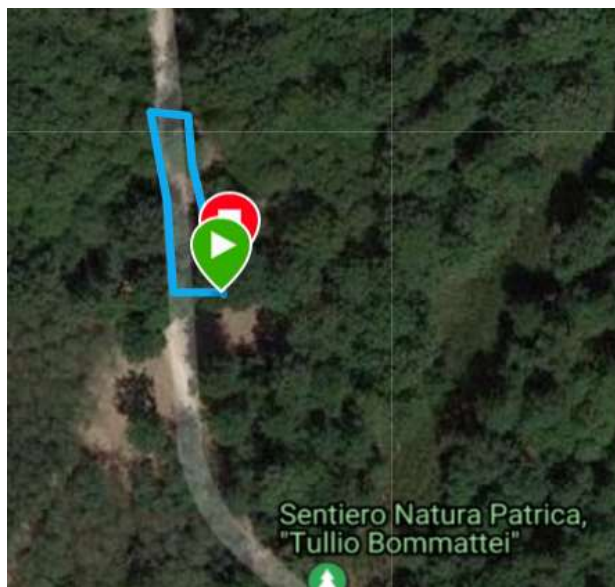
freccia gialla uscita da zona cambio per 3^ frazione run

rettangolo arancione arrivo

freccia rossa zona deflusso atleti per ristoro finale

l'accesso alla zona cambio per il recupero della bici sarà a discrezione dei giudici di gara

percorsi specifici per MiniCuccioli, Cuccioli, Esordienti e Ragazzi.



Frazioni corsa, giro da 50m, 100m, 200m e 400m, brecciolino battuto in leggera pendenza.

MiniCuccioli 1^frazione corsa 2 giri (100m) 3^frazione corsa 1 giro (50m)

Cuccioli 1^frazione corsa 2 giri (200m) 3^frazione corsa 1 giro (100m)

Esordienti 1^frazione corsa 2 giri (400m) 3^frazione corsa 1 giro (200m)

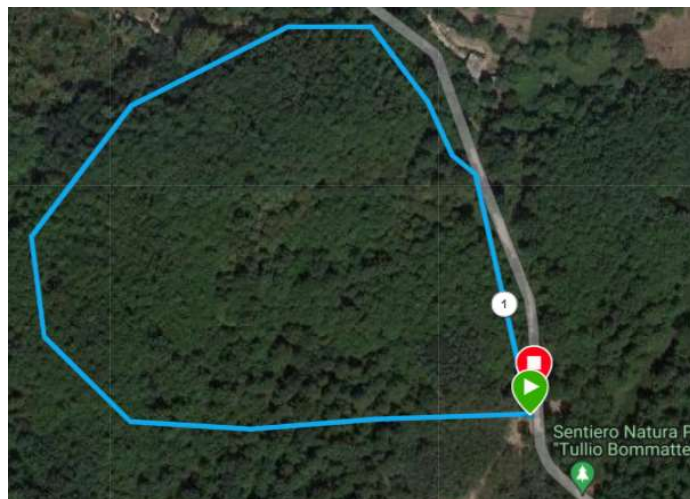
Ragazzi 1^frazione corsa 2 giri (800m) 3^frazione corsa 1 giro (400m)



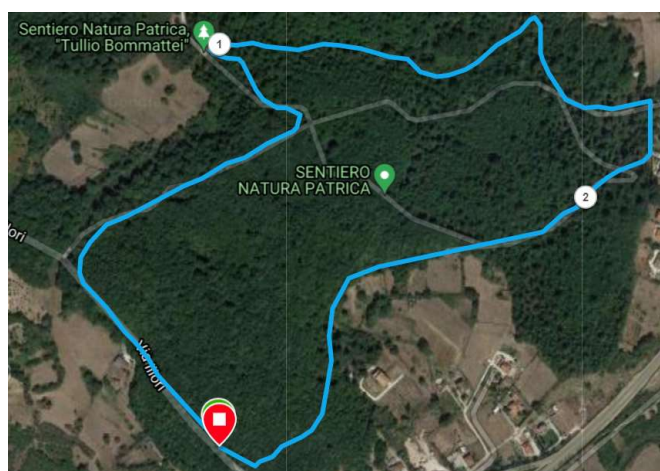
Frazione MTB prato campestre

MiniCuccioli 2^frazione MTB 1 giro (250m) elevazione 10m	Cuccioli 2^frazione MTB 1 giro (500m) elevazione 20m	Esordienti 2^frazione MTB 1 giro (800m) elevazione 25m	Ragazzi 2^frazione MTB 1 giro (1200m) elevazione 35m
--	--	--	--

percorsi specifici per Youth A+B

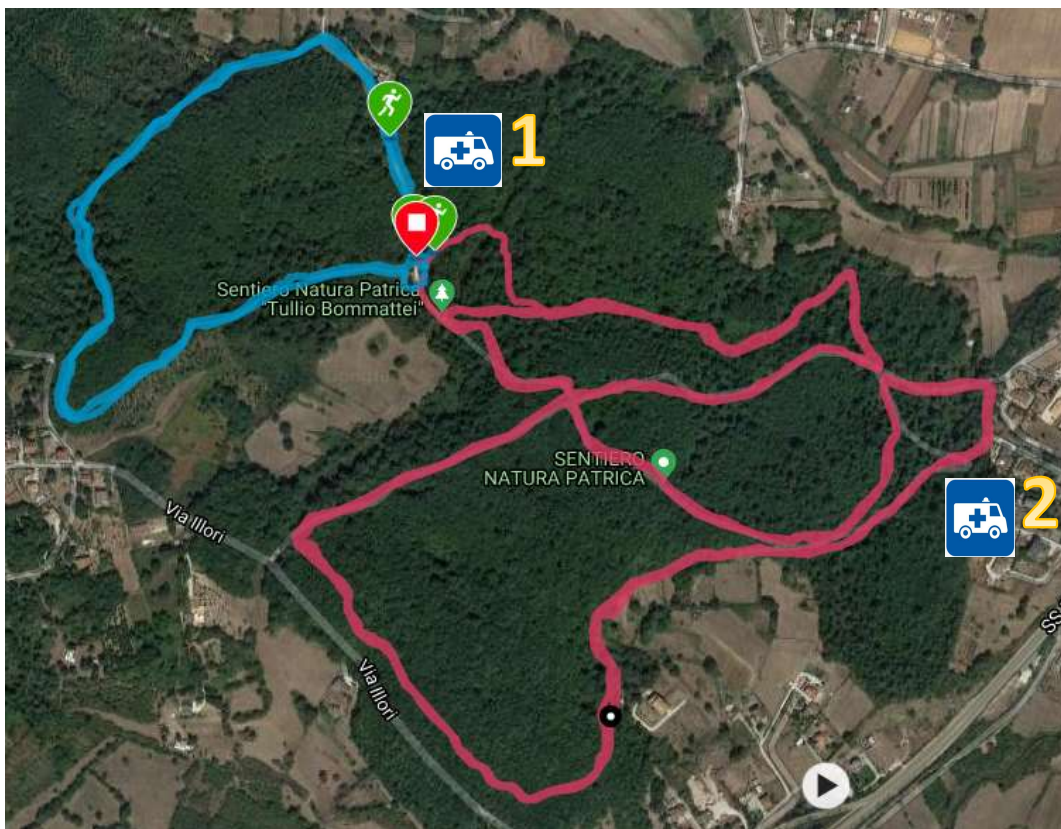


Single track sottobosco con fondo compatto, fogliame e radici.
1^Frazione corsa, percorso di 1000m da ripetere 2 volte (2000m)
3^Frazione corsa, percorso di 1000m singolo giro




2^ frazione MTB
Lunghezza percorso 2,8km, elevazione 50m
Percorso scorrevole senza drop o ostacoli, fondo sterrato battuto e ampio

Posizionamento ambulanze e postazione medica



postazione medica 1, Ambulanza e Medico
postazione medica 2, Ambulanza

 linea blu percorsi Run
linea rossa percorsi MTB

