

R O M A



Roma Triathlon a.s.d.
segreteria@romatriathlon.it
Tel. +39 3489895527
P.I. C.F. 11626901000

10 Luglio 2016 – Castel San Vincenzo

TRIATHLON DELL'ORSO

III° TRIATHLON DEL CIRCUITO DEL PARCO NAZIONALE
D'ABRUZZO, DEL LAZIO E DEL MOLISE



GARA RANK

DISTANZA TRIATHLON OLIMPICO

Valida per il CAMPIONATO ITALIANO VIGILI DEL FUOCO

INDICE

1. ORGANIZZAZIONE
2. PROGRAMMA GARA
3. DISTANZE, DESCRIZIONE PERCORSI, MAPPE PERCORSI
4. MODALITA' DI ISCRIZIONE
5. CONDIZIONI DI PARTECIPAZIONE
6. PREMIAZIONI E MONTEPREMI
7. INDIRIZZI UTILI
8. ALBERGHI CONVENZIONATI

SOCIETA' ORGANIZZATRICE:

- ROMA TRIATHLON ASD

REFERENTE:

- MARCO ORIONI
- Telefono +39 348895527
- Email direttivo@romatriathlon.it

DIRETTORE GARA:

- MARCO ORIONI
- Telefono +39 3489895527
- Email direttivo@romatriathlon.it

EMAIL SEGRETERIA:

- iscrizioni@triathlondellorso.it

SITO WEB:

- www.triathlondellorso.it

Località:

- CASTEL SAN VINCENZO (IS), alt. 749 m. slm.



CAMPIONATO ITALIANO VIGILI DEL FUOCO

Alla manifestazione è prevista la partecipazione di atleti appartenenti al Corpo Nazionale dei Vigili del Fuoco, infatti nell'ambito della stessa è previsto lo svolgimento del XIV Campionato Vigili del Fuoco di Triathlon.

L'organizzazione del campionato VF è a cura dell'Ufficio Attività Sportive del Dipartimento dei Vigili del Fuoco del Soccorso Pubblico e della Difesa Civile, sito a Roma, che si avvarrà della collaborazione del Comando Provinciale Vigili del Fuoco di Isernia.

Gli atleti VF si iscriveranno alla manifestazione secondo le direttive che saranno comunicate dall'Ufficio Attività Sportive consultabili sul sito www.vigilfuoco.it

È possibile anche l'iscrizione direttamente sul sito dell'evento: www.triathlondellorso.it specificando la volontà a partecipare al XIV campionato vigili del fuoco e indicando il comando di appartenenza.

Referente Organizzazione VF:

Ing. Luca Zotti 0865/26646

luca.zotti@vigilfuoco.it

Referente Tecnico VF:

Christian Giura 3394854175

christian.giura@email.it

Referente Comunicazioni VF:

Domenico D'Aquilante 0865/26646

domenico.daquilante@vigilfuoco.it

COME RAGGIUNGERE CASTEL SAN VINCENZO:

Da Nord

Prendere l'autostrada Adriatica A14, seguire la direzione Roma, prendere l'autostrada A 25, uscire in direzione Bussi/Popoli, seguire le indicazioni per L'Aquila (A 24), continuare sulla SS 17, attraversare Popoli, SS 652 in direzione di Venafro, proseguire sulla SS 158 in direzione di Castel San Vincenzo.

Da Sud

Autostrada Adriatica A14, seguire la direzione Pescara, continuare sull'autostrada A16, seguire la direzione Benevento, a Benevento continuare sulla SS 88, uscire a Campobasso, prendere la SS 87 (strada statale Bifernina) in direzione di Campobasso/Isernia, continuare sulla SS 17, prendere la SS 85 in direzione di Venafro, proseguire sulla SS 158 e seguire indicazioni per Castel San Vincenzo.

Da Isernia

Prendere la SS 85, proseguire sulla SS 158 seguendo le indicazioni per Castel San Vincenzo.

Da Campobasso

Prendere la SS 87 (strada statale Bifernina), proseguire sulla SS 17, continuare sulla SS85 in direzione di Venafro, svoltare sulla SS 158 in direzione di Castel San Vincenzo.

Da Napoli

Prendere l'autostrada del Sole A1 Roma - Napoli, uscire al casello di Caianello, seguire le indicazioni per Isernia, SS 85, seguire la direzione Montaquila/Roccaraso, svoltare sulla SS 158 in direzione di Castel San Vincenzo.

Da Roma

Dall'autostrada del Sole A1 uscire a San Vittore, seguire la direzione Venafro sulla SS 6, a Venafro continuare sulla SS 85, seguire la direzione Montaquila/Roccaraso, svoltare sulla SS 158 in direzione di Castel San Vincenzo.

In Treno

Si raggiunge la stazione ferroviaria di Isernia (distante 26 km circa): Collegamenti diretti con Roma e Napoli.

Si prosegue in autobus con le Autolinee "Lariviera" (Linea Campobasso - Isernia – Castel S.Vincenzo).

Per consultare gli orari dei treni visitare il sito web delle Ferrovie del Stato www.Ferroviedellostato.it

PROGRAMMA GARA:

Sabato 9 Luglio

16.00 – 19.00 consegna pettorali e pacchi gara presso:
Parco turistico “Oasi delle Mainarde” – Strada Circumlago

Domenica 19 Luglio

8.00 – 9.00 consegna pettorali e pacchi gara presso:
Parco turistico “Oasi delle Mainarde” – Strada Circumlago

9.00 apertura zona cambio

9.45 chiusura zona cambio

10.00 partenza gara uomini

10.05 partenza gara donne

14.00 apertura pasta party

15.00 premiazioni

RITROVO:



PARCO TURISTICO OASI DELLE MAINARDE – Strada Circumlago – 86071 Castel San Vincenzo (IS)
www.oasidellemainarde.com

DISTANZE

Triathlon Olimpico: Nuoto 1.500m / Bici 38.000 m. / Corsa 10.000 m.

DESCRIZIONE PERCORSI e MAPPE

- ZONA TRANSIZIONE

La zona cambio sarà posizionata all'interno del camping "Oasi Delle Mainarde", pertanto gli atleti percorreranno 200 m tra l'uscita nuoto e l'ingresso in zona di transizione.

Sono previste linee di stralli paralleli che ospiteranno fino a 250 atleti, occupando un'area di 100m di lunghezza

Il numero di atleti può essere esteso fino a 400 in caso di necessità.

L'ingresso al T1 e al T2 sono progettate per garantire la compensazione dei percorsi a tutti gli atleti:



- NUOTO

Partenza dall'acqua davanti alla spiaggia del parco turistico "Oasi delle Mainarde" in Via Circumlago. Giro unico in senso orario, delimitato da 4 boe per un totale da 1500 m.

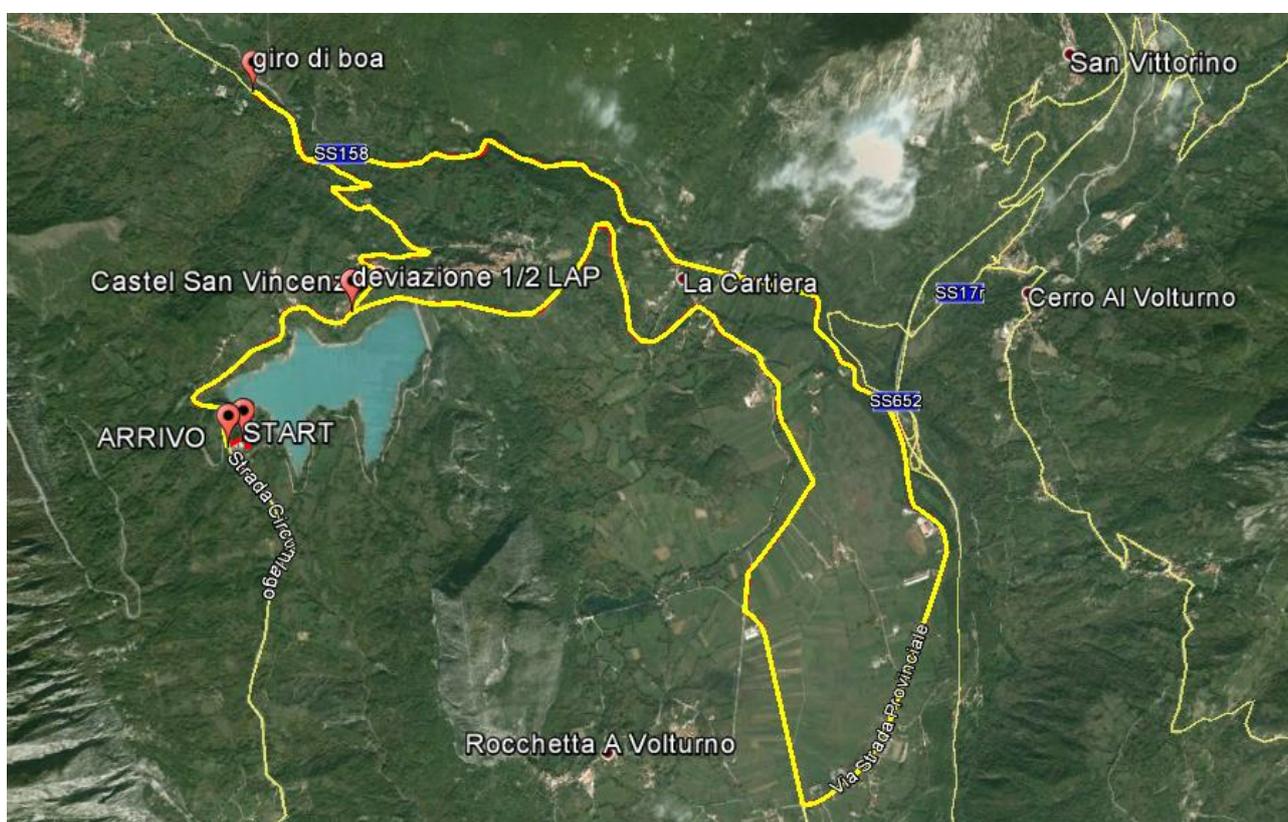


• CICLISMO

Circuito ad anello da ripetersi 2 volte totalmente su strada asfaltata, si parte da strada circumlago e quindi Viale Mainarde verso Cerro a Voltorno, giunti al primo bivio si svolta a dx verso Rocchetta passando Via Abbazia fino al bivo della sorgente, quindi si gira a sx verso Rocchetta e nuovamente a sx per via strada provinciale verso Cerro Al Voltorno.

Si percorre a questo punto la SS158 verso Alfedena, superando lo svincolo per La Cartiera, fino al bivio per Castel San Vincenzo che si supera di circa 500m per effettuare il giro di boa e ritornare verso Castelnuovo al Voltorno attraversando Viale Europa si giunge nuovamente a viale Mainarde sul lungolago.

Finito il primo giro si svolta a sx e si effettua lo stesso percorso, mentre nel secondo lap, giunti sul lungolago si gira a dx e si arriva alla zona cambio, pedalando in senso opposto sul tratto di strada percorso all'inizio della frazione di bici.



Profilo altimetrico interessante con una discesa tecnica iniziale e una salita finale impegnativa di 2 km, da ripetersi due volte:



E' previsto, come da regolamento fitri per distanza olimpica, un rifornimento di acqua al 18 km.

- CORSA

Due giri di 4,9 km intorno al lago leggermente ondulato con la prima metà di gara su strada sterrata e seconda parte su strada asfaltata.



Sono previsti due ristori con acqua al km 2 e al km 7, in caso di caldo eccessivo saranno collocati ulteriori due ristori al km 4 e al km 9.

Come da regolamento Fitri per gare rank, è prevista la consegna di acqua al traguardo.

MODALITA' DI ISCRIZIONE

Le iscrizioni possono essere effettuate collegandosi al sito www.triathlondellorso.it.

La quota di iscrizione è fissata in:

- 15 euro per Junior
- 50 euro per i Senior-Master

Le quote devono essere necessariamente accompagnate da bonifico bancario su c/c presso Banca Popolare Etica, intestato a:

ROMA TRIATHLON ASD

IBAN: IT57Y0501803200000000164836

Nella causale del bonifico si deve indicare nome, cognome e società dell'atleta; la ricevuta del bonifico dovrà essere inviata all'indirizzo mail iscrizioni@triathlondellorso.it

Il termine ultimo per le iscrizioni è fissato improrogabilmente alle ore 20:00 del 1 Luglio 2016.

CONDIZIONI DI PARTECIPAZIONE

Potranno partecipare alla manifestazione tutti gli atleti regolarmente iscritti ad un club, in regola con le iscrizioni alla FITRI e quindi con regolare certificato medico agonistico per il triathlon in vigore. E' consentito il tesseramento giornaliero alla Federazione, per tutti gli atleti non iscritti già ad un club, attraverso una quota di sottoscrizione di € 15 e mediante la consegna di una copia del certificato medico agonistico in corso di validità.

L'Atleta dovrà in ogni caso esibire l'originale del certificato medico al momento del ritiro del pettorale.

Per ogni chiarimento potete visitare il sito della FiTri:

<http://www.fitri.it/download/regolamenti.html> nella sezione tesseramento giornaliero.

PREMIAZIONI E MONTEPREMI

Riceveranno premi in denaro i primi 3 classificati assoluti, maschili e femminili, nelle seguenti proporzioni:

1° classificato: 500€

2° classificato: 300€

3° classificato: 200€

Riceveranno, inoltre, premi in natura i primi 3 classificati di ogni categoria.

Si precisa che il montepremi e la ripartizione delle quote potrebbero subire variazioni nel rispetto del regolamento federale.

al momento del ritiro del pettorale.

INDIRIZZI UTILI

Carabinieri: Via Colle - 86071 Castel San Vincenzo (IS) tel: 0865 951132

Polizia Stradale Isernia: via Palatucci 86170 (ISERNIA - IS) tel : 0865.473600

Pronto Soccorso: Ospedale "Ferdinando Veneziale" Via Sant'Ippolito 1 - Isernia (Is) Tel: 0865442039

ALBERGHI CONVENZIONATI:

- Camping Parco Turistico OASI DELLE MAINARDE
CASTEL SAN VINCENZO Strada Circumlago
Telefono: 329 9494994
Mail: mainardeturismo@gmail.com
- Referente responsabile della ricettività:
PIO GIANNINI +39 389 109 3933
Vi darà supporto per la ricerca della disponibilità degli alloggi in zona