



LONABA CROSS DUATHLON



## 2° LONABA CROSS DUATHLON 19/20 SETTEMBRE 2020

### BRIEFING

In accordo con il protocollo gare FITRI non si svolgeranno briefing tecnici in sede di gara. Tutti gli Atleti, i Tecnici ed i Dirigenti sono tenuti a conoscere quanto di seguito descritto.

#### SEGRETERIA ED ACCREDITAMENTO

La Segreteria sarà posizionata sotto alla tettoia dello Stadio del Ghiaccio di Roana, di fronte a primo parcheggio che troverete all'arrivo in località Lonaba sulla vostra sinistra. Un cartello indicherà la posizione della Segreteria.

#### GARA SPRINT

Per la gara Sprint di sabato gli Atleti dovranno recarsi personalmente per il ritiro di busta tecnica e pacco gara, non saranno consentiti ritiri con deleghe o a Tecnici/Dirigenti societari. Prima del ritiro della busta tecnica e del pacco gara effettueremo il controllo della temperatura corporea (che dovrà essere inferiore a 37,5°) e ritireremo la Vostra autodichiarazione "COVID" (scaricabile al seguente link o reperibile sulla nostra pagina Facebook). Vi consegneremo un braccialetto che dovrete indossare per tutta la durata dell'evento. Nelle file di attesa per le operazioni preliminari e per il ritiro pacco gara dovrete rispettare la distanza di almeno 1 m dagli altri Atleti e dovrete indossare correttamente la mascherina. Potranno mettersi in fila solamente gli Atleti. Eventuali accompagnatori non saranno ammessi.

I Tecnici ed i Dirigenti che chiederanno di accedere al Campo Gara dovranno preventivamente consegnare l'autodichiarazione "COVID" e sottoporsi al controllo della temperatura corporea. Sono ammessi ad accedere al Campo Gara un Tecnico ed un Dirigente per ogni Società partecipante. Saranno ammessi altri Tecnici e/o Dirigenti nel numero di uno (un Tecnico o un Dirigente) solo nel caso una Società avesse oltre 10 Atleti partecipanti.

#### GARE CATEGORIE GIOVANILI

Per le categorie giovanili di domenica è consigliabile che il ritiro delle buste tecniche, dei pacchi gara, e dei braccialetti, sia effettuata da un Tecnico o da un Dirigente della Società. Prima del ritiro delle buste tecniche e dei pacchi gara effettueremo il controllo della temperatura corporea (che dovrà essere inferiore a 37,5°) e ritireremo le autodichiarazioni "COVID" (scaricabile al seguente link o reperibile sulla nostra pagina Facebook) del gruppo di Atleti per il quale si effettua il ritiro. I braccialetti dovranno essere fatti subito indossare agli Atleti ed ai Tecnici e Dirigenti accreditati. Nelle

Triathlon 7C ASD

Via Giacomo Matteotti, 83 - 36012 Asiago (VI) - P.I. e C.F. 04015320247 - [triathlon7c@gmail.com](mailto:triathlon7c@gmail.com) [www.triathlon7c.it](http://www.triathlon7c.it)

file di attesa per le operazioni preliminari e per il ritiro pacco gara dovrete rispettare la distanza di almeno 1 m dagli altri Atleti e dovrete indossare correttamente la mascherina.

I Tecnici ed i Dirigenti che chiederanno di accedere al Campo Gara dovranno preventivamente consegnare l'autodichiarazione "COVID" e sottoporsi al controllo della temperatura corporea. Sono ammessi ad accedere al Campo Gara un Tecnico ed un Dirigente per ogni Società partecipante. Saranno ammessi altri Tecnici e/o Dirigenti nel numero di uno (un Tecnico o un Dirigente) per ogni 5 atleti partecipanti. Agli Atleti sarà controllata la temperatura corporea all'accesso alla Zona Cambio. E' comunque responsabilità dell'Atleta, dei Tecnici e dei Dirigenti verificare la propria temperatura corporea prima di sottoscrivere l'autodichiarazione.

#### CAMPO GARA – ZONA CAMBIO

L'accesso al campo gara è consentito ai soli Atleti, Tecnici e Dirigenti accreditati. L'evento è "a porte chiuse", non è pertanto prevista la presenza di pubblico.

Durante la permanenza all'interno del Campo Gara sarà sempre obbligatorio indossare la mascherina, ad eccezione del tempo di svolgimento della gara.

Gli addetti all'organizzazione dell'evento saranno riconoscibili dalla mantellina colore verde con la scritta "STAFF" ed il logo "Triathlon 7C" ed "Asiago Winter Triathlon". E' obbligatorio per tutti gli Atleti, Tecnici e Dirigenti osservare le disposizioni da loro impartite.

La zona cambio rispetterà le distanze previste nel "protocollo Ripartenza FITRI". Saranno presenti dei box di colore verde, con un adesivo riportante il numero di pettorale degli atleti, posizionate sotto alle linee di zona cambio. Tutto il materiale dell'atleta presente in zona cambio dovrà obbligatoriamente essere riposto all'interno delle cassette stesse. Non potranno essere lasciati oggetti e/o dotazioni sportive al di fuori di tali box.

#### PROCEDURE DI PARTENZA ED ARRIVO E CONDOTTA DI GARA

##### GARA SPRINT

La partenza della gara Sprint sarà in griglie da 4-5 Atleti che partiranno ogni 10". Gli Atleti saranno invitati a disporsi in file, distanziati di almeno cm 100 tra uno e l'altro, con mascherina indossata. Quando si troveranno sulla Start Line potranno togliersi la mascherina e gettarla (non sarà poi recuperabile) negli appositi contenitori. Dovranno partire al segnale che il Giudice di Gara impartirà. Il tempo di gara sarà comunque effettivo, in quanto il passaggio sarà rilevato dal tappeto con il Vostro chip.

Durante la gara sarà obbligatorio mantenere le distanze interpersonali definite nel "Protocollo Ripartenza" FITRI, pertanto la frazione MTB sarà no draft, mentre nelle frazioni di corsa a piedi dovrà essere mantenuta una distanza indicativa di cm 200.

È previsto un ristoro nella terza frazione, con solo acqua in bottiglie, posizionata dopo l'uscita dalla Zona Cambio. Le bottiglie di acqua saranno disposte su un tavolo e l'Atleta dovrà prendere la propria bottiglia in autonomia.

Quando l'Atleta supererà la Finish Line troverà i volontari che gli consegneranno subito una mascherina del tipo chirurgico che dovrà subito indossare. Sarà invitato a disinfettarsi le mani con l'apposito gel e solo dopo tale operazione dovrà togliersi il chip e riporlo nell'apposito contenitore. All'uscita della zona arrivo gli verrà consegnato il sacchetto ristoro personale, che dovrà essere consumato al di fuori del campo gara. Dovrà essere evitata la permanenza degli Atleti nella zona arrivo.

##### GARE CATEGORIE GIOVANILI

**Triathlon 7C ASD**

Via Giacomo Matteotti, 83 - 36012 Asiago (VI) - P.I. e C.F. 04015320247 - [triathlon7c@gmail.com](mailto:triathlon7c@gmail.com) [www.triathlon7c.it](http://www.triathlon7c.it)

La partenza delle gare giovanili sarà individuale, con partenze scaglionate di 30". Gli Atleti saranno invitati a disporsi in file, distanziati di almeno cm 100 tra uno e l'altro, con mascherina indossata. Quando si troveranno sulla Start Line potranno togliersi la mascherina e gettarla (non sarà poi recuperabile) negli appositi contenitori. Dovranno partire al segnale che il Giudice di Gara impartirà. Il tempo di gara sarà comunque effettivo, in quanto il passaggio sarà rilevato dal tappeto con il Vostro chip.

Durante la gara sarà obbligatorio mantenere le distanze interpersonali definite nel "Protocollo Ripartenza" FITRI, pertanto la frazione MTB sarà no draft, mentre nelle frazioni di corsa a piedi dovrà essere mantenuta una distanza indicativa di cm 200.

Non sono previsti ristori durante le gare.

Quando l'Atleta supererà la Finish Line troverà i volontari che gli consegneranno subito una mascherina del tipo chirurgico che dovrà subito indossare. Sarà invitato a disinfettarsi le mani con l'apposito gel e solo dopo tale operazione dovrà togliersi il chip e riporlo nell'apposito contenitore. All'uscita della zona arrivo gli verrà consegnato il sacchetto ristoro personale, che dovrà essere consumato al di fuori del campo gara. Dovrà essere evitata la permanenza degli Atleti nella zona arrivo.

#### ALTRE DISPOSIZIONI E RACCOMANDAZIONI

Sul Campo Gara sarà vietato posizionare Gazebo Societari e/o altre installazioni che favoriscano assembramenti. L'area tra la Zona Cambio ed il vicino Acropark è in concessione all'Acropark stesso, pertanto su tale area è fatto divieto di passaggio e/o sosta, in quanto riservata esclusivamente alla clientela del parco. Tutti i percorsi di gara sono completamente chiusi al traffico ed ai pedoni. Si raccomanda comunque di prestare la massima attenzione per eventuali intrusioni, soprattutto per la parte di percorso su asfalto della gara su distanza Sprint.

I percorsi sono prevalentemente su fondo sterrato, pertanto per la frazione MTB è obbligatorio l'utilizzo di copertoncini con battistrada adeguato ed in buone condizioni. Per maggiori informazioni al riguardo consultate la Guida Atleti.

In accordo con il "protocollo ripartenza" FITRI, non sono previsti il deposito borse, il pasta party, e le premiazioni per le singole categorie. I primi classificati di ogni categoria (anche giovanili) saranno premiati con la gratuità per l'iscrizione al Lonaba Cross Duathlon edizione 2021. Il buono sarà recapitato per posta elettronica nei giorni successivi all'evento.

Sono a disposizione degli Atleti e degli altri accreditati all'ingresso al Campo Gara n. 3 bagni Chimici.

#### PERCORSI GARA E DISTANZE EFFETTIVE

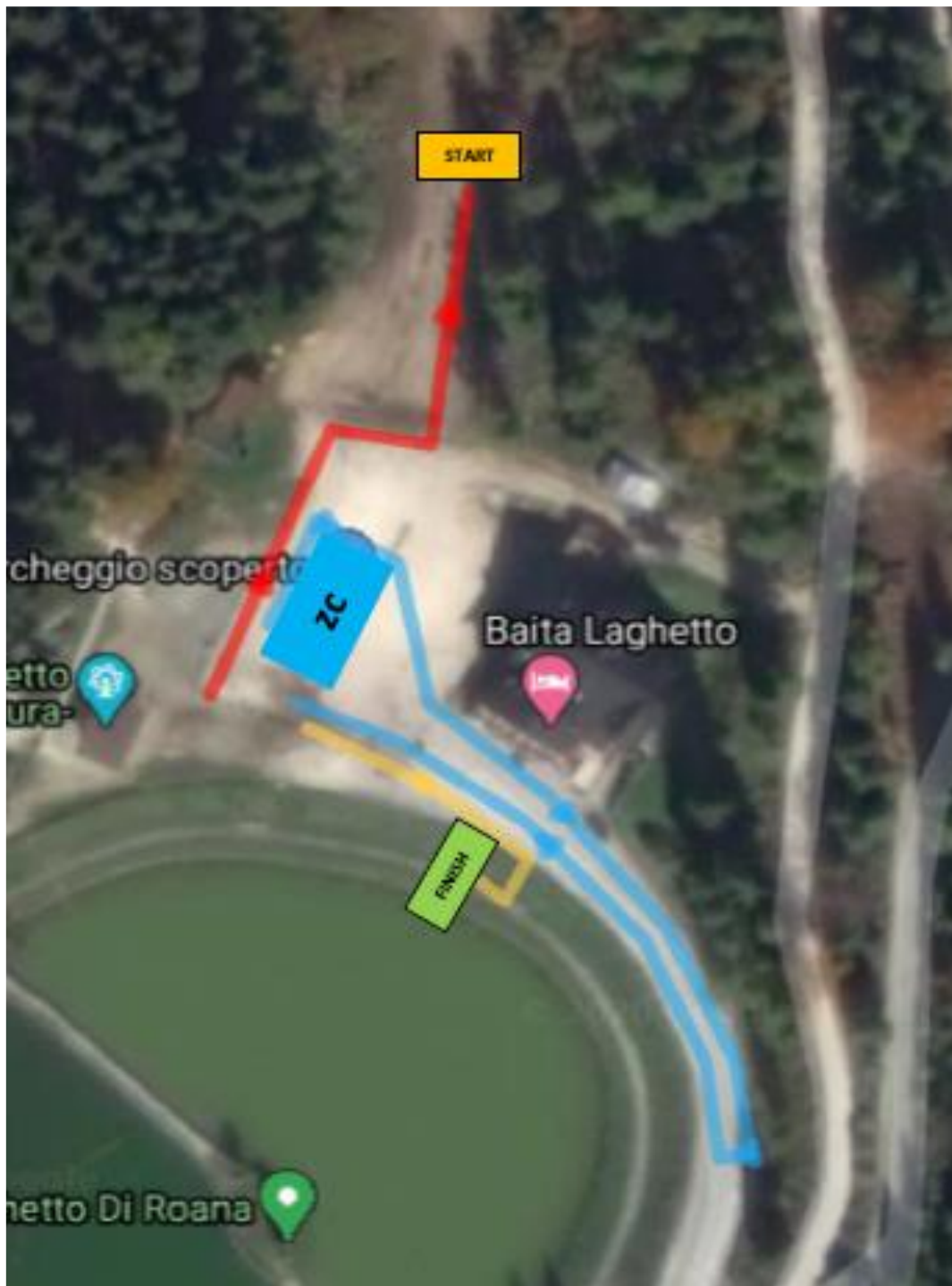
Di seguito le mappe e le tabelle con le distanze effettive delle gare previste nel week end. Tali mappe potrebbero differire da quanto riportato nella Guida Atleti.

DISTANZE (esprese in metri)			
	1ª RUN	2ª MTB	3ª RUN
Minicuccioli	100 (1)	250 (1)	50 (1)
Cuccioli	200 (1)	500 (1)	100 (1)
Esordienti	400 (1)	1100 (1)	200 (1)
Ragazzi	860 (2)	2.150 (2)	600 (1)
Gara Supersprint (YA-YB-J)	2.000 (4)	4.500 (3)	1.000 (2)
Gara Sprint – YB – J – U23 – A.G.	3.000 (2)	14.000 (2)	1.500 (1)

Tra parentesi il numero dei Lap

### Triathlon 7C ASD

## MINICUCCIOLI

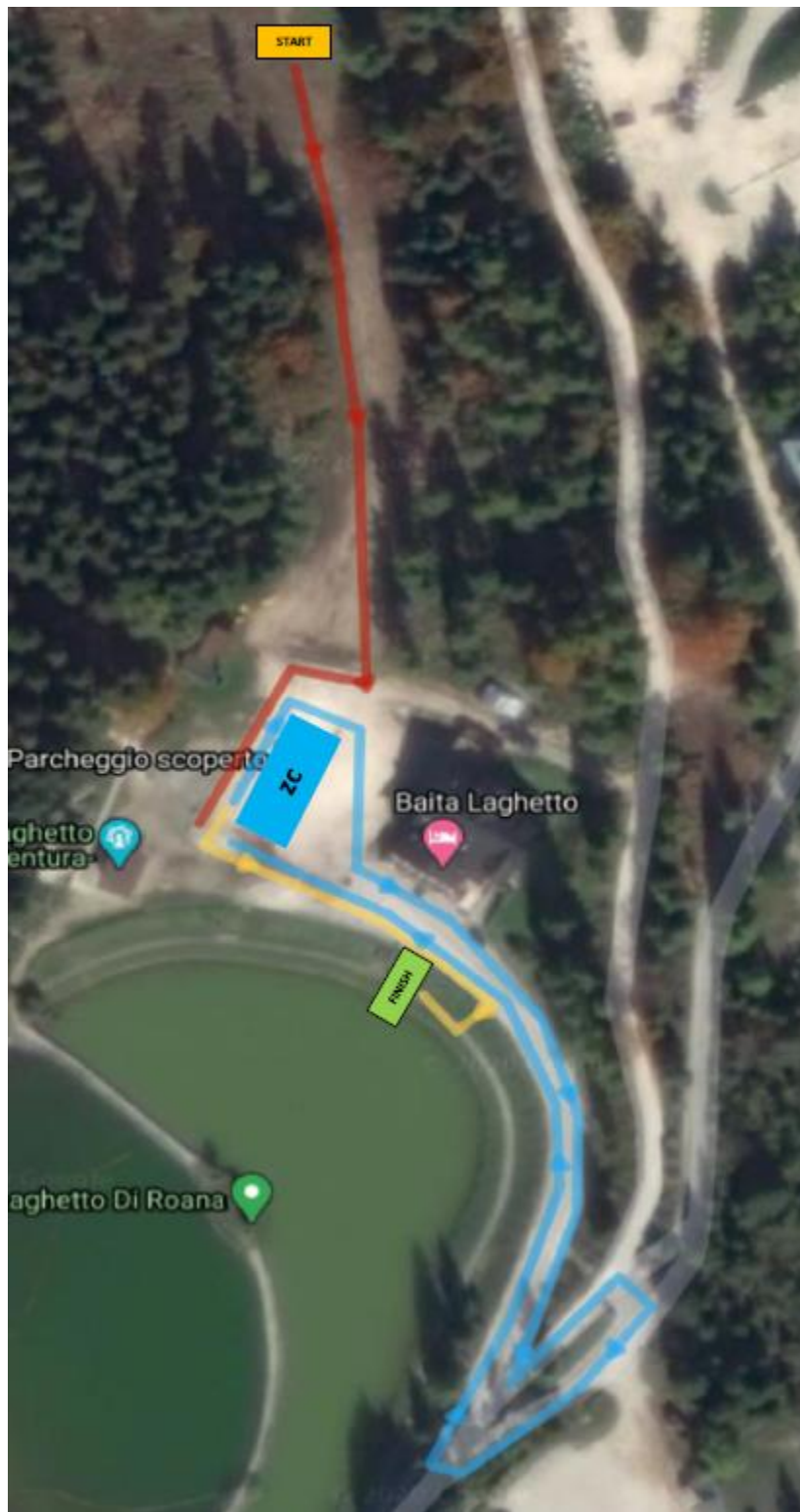


Rosso: 1ª RUN	100 m – 1 lap
Azzurro: 2ª MTB	250 m – 1 lap
Giallo: 3ª Run	50 m – 1 lap

Triathlon 7C ASD

Via Giacomo Matteotti, 83 - 36012 Asiago (VI) - P.I. e C.F. 04015320247 - [triathlon7c@gmail.com](mailto:triathlon7c@gmail.com) [www.triathlon7c.it](http://www.triathlon7c.it)

CUCCIOLI

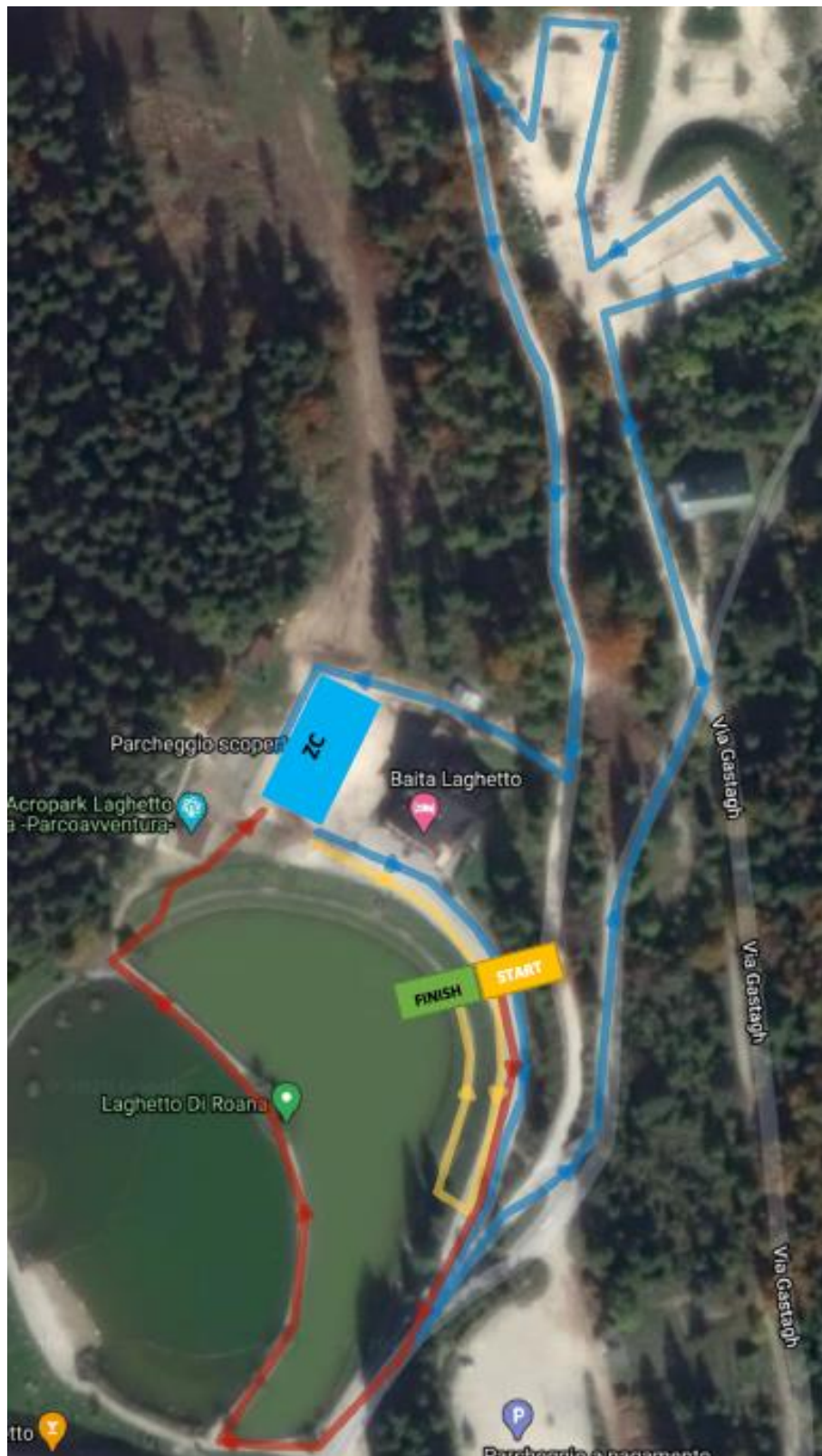


Rosso: 1ª RUN	200 m – 1 lap
Azzurro: 2ª MTB	500 m – 1 lap
Giallo: 3ª Run	100 m – 1 lap

Triathlon 7C ASD

Via Giacomo Matteotti, 83 - 36012 Asiago (VI) - P.I. e C.F. 04015320247 - [triathlon7c@gmail.com](mailto:triathlon7c@gmail.com) [www.triathlon7c.it](http://www.triathlon7c.it)

## ESORDIENTI

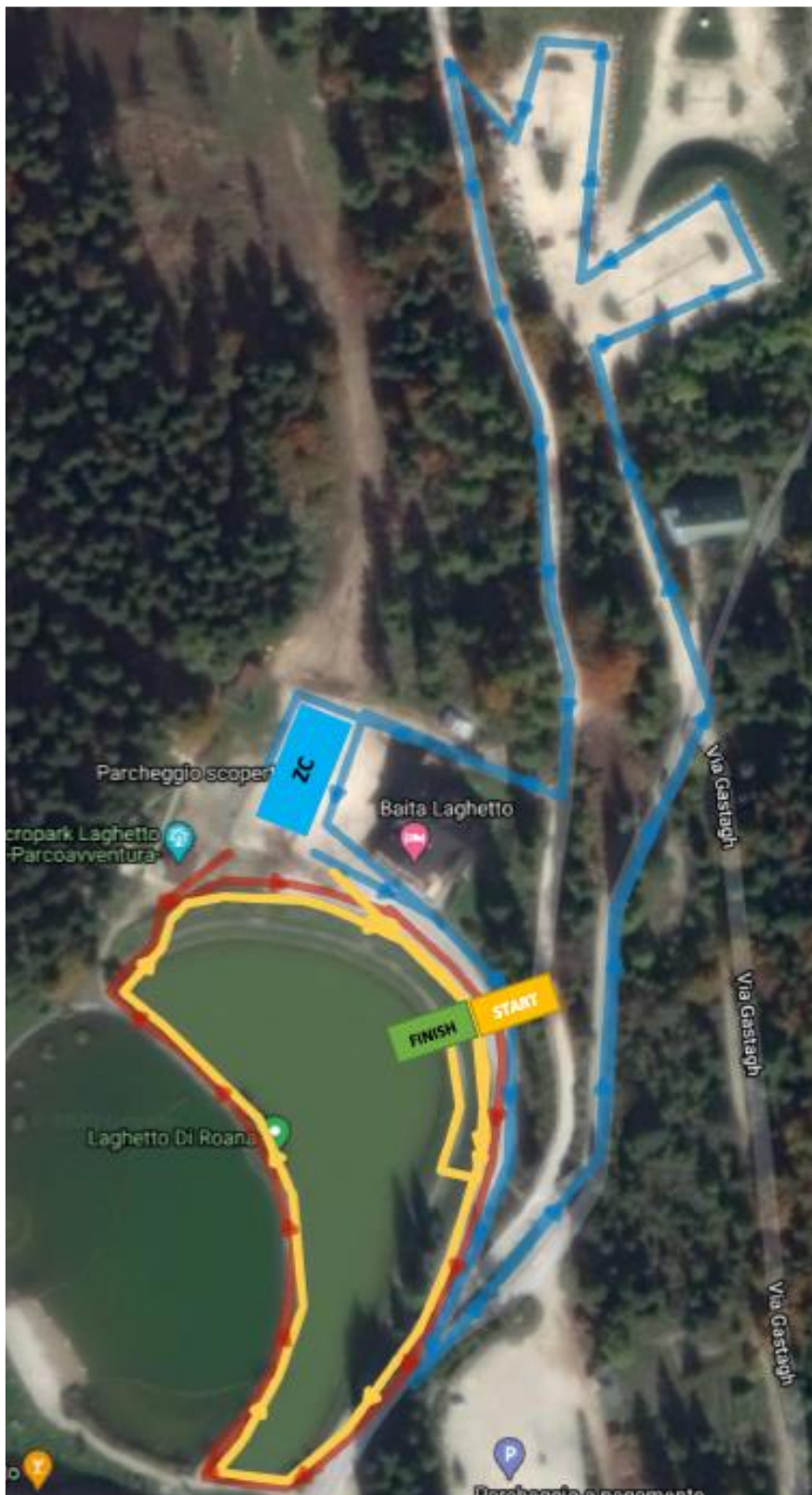


Rosso: 1ª RUN	400 m – 1 lap
Azzurro: 2ª MTB	1.100 m – 1 lap
Giallo: 3ª Run	200 m – 1 lap

### Triathlon 7C ASD

Via Giacomo Matteotti, 83 - 36012 Asiago (VI) - P.I. e C.F. 04015320247 - [triathlon7c@gmail.com](mailto:triathlon7c@gmail.com) [www.triathlon7c.it](http://www.triathlon7c.it)

RAGAZZI

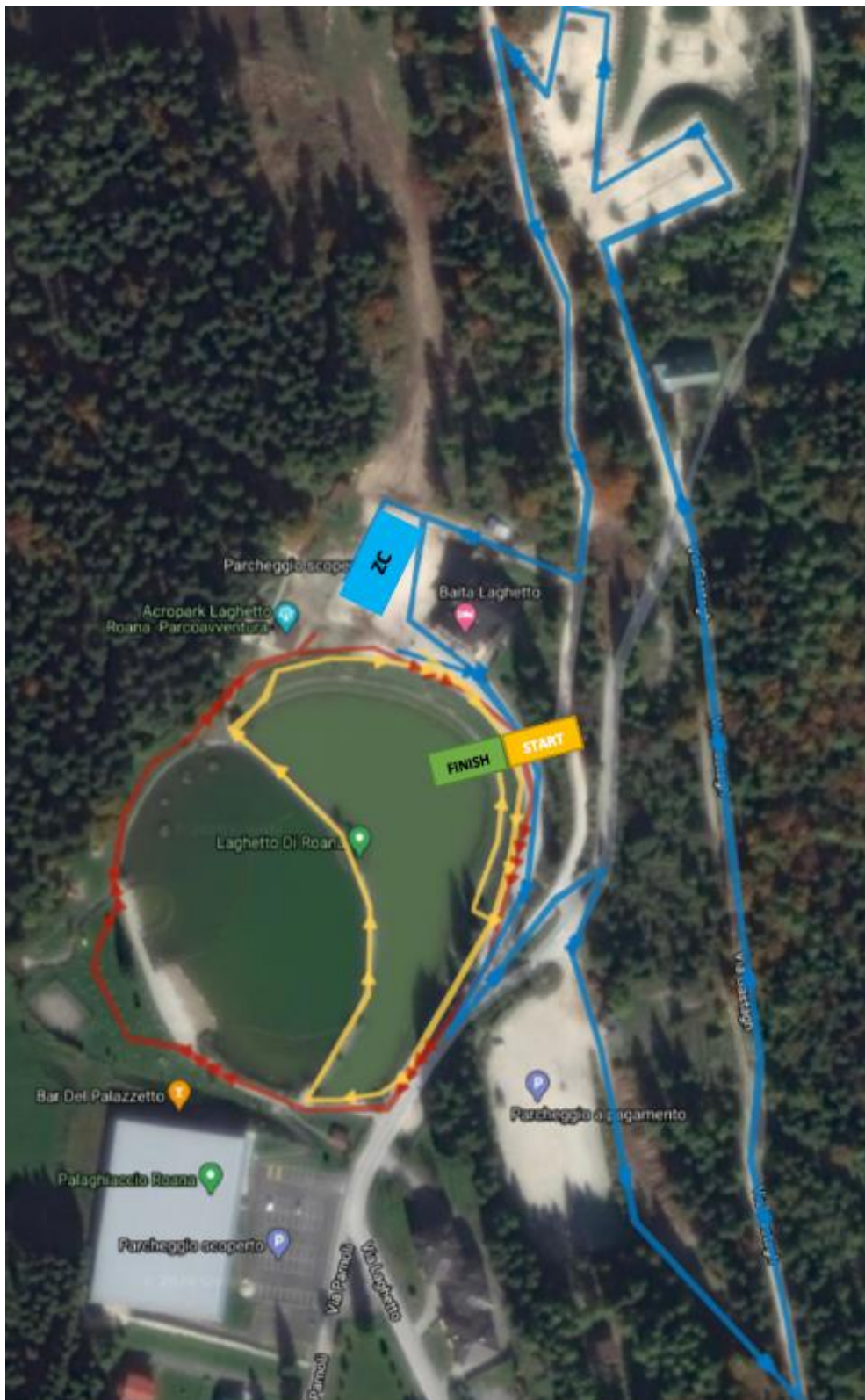


Rosso: 1ª RUN	860 m – 2 lap
Azzurro: 2ª MTB	2.150 m – 2 lap
Giallo: 3ª Run	600 m – 1 lap

Triathlon 7C ASD

Via Giacomo Matteotti, 83 - 36012 Asiago (VI) - P.I. e C.F. 04015320247 - [triathlon7c@gmail.com](mailto:triathlon7c@gmail.com) [www.triathlon7c.it](http://www.triathlon7c.it)

GARA SUPERSPRINT (YA – YB – J)



Rosso: 1ª RUN	2.000 m – 4 lap
Azzurro: 2ª MTB	4.500 m – 3 lap
Giallo: 3ª Run	1.000 m – 2 lap

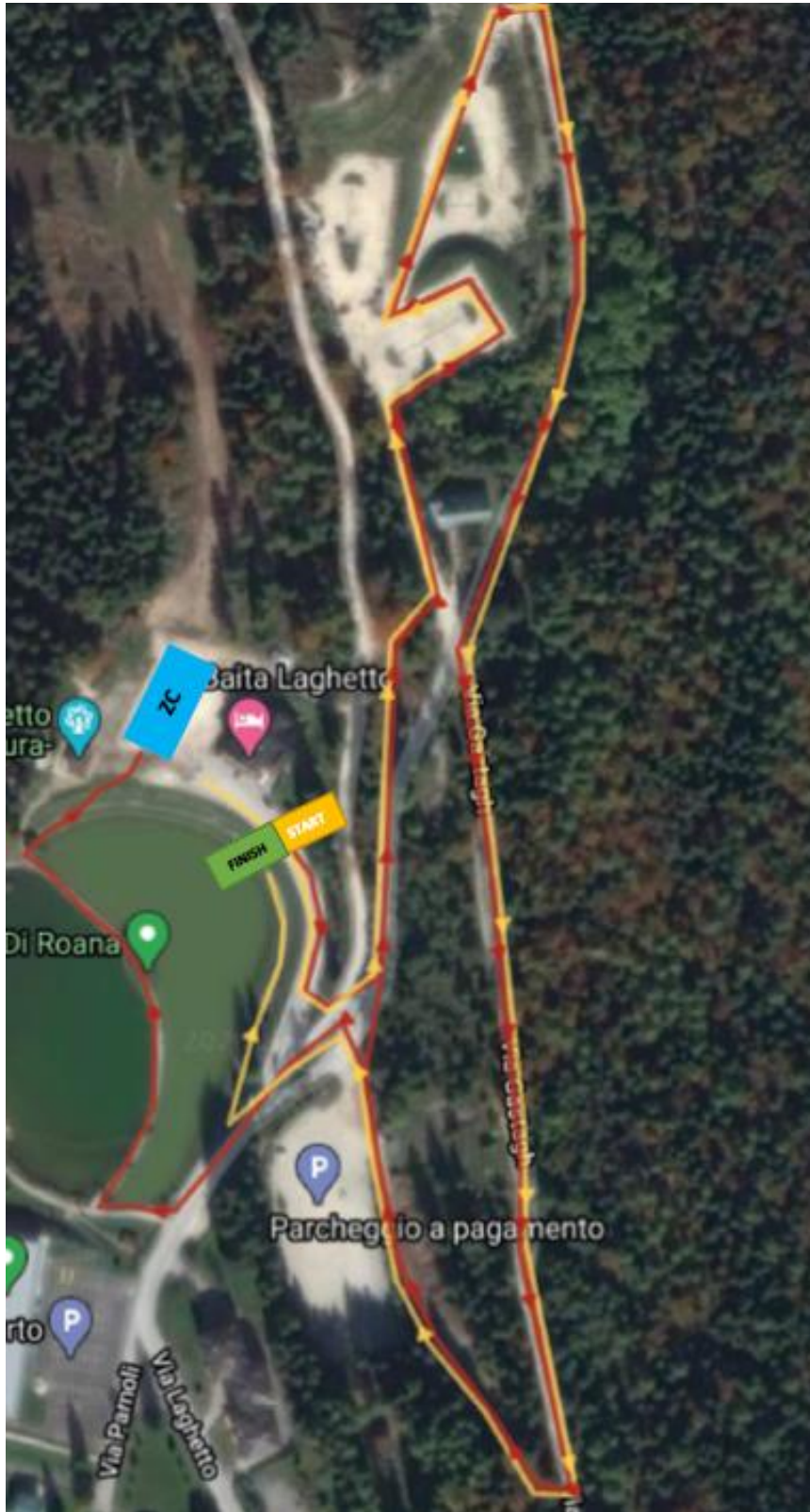
Triathlon 7C ASD

Via Giacomo Matteotti, 83 - 36012 Asiago (VI) - P.I. e C.F. 04015320247 - [triathlon7c@gmail.com](mailto:triathlon7c@gmail.com) [www.triathlon7c.it](http://www.triathlon7c.it)



GARA SPRINT (YB – J – U23 – A.G.)

FRAZIONI RUN

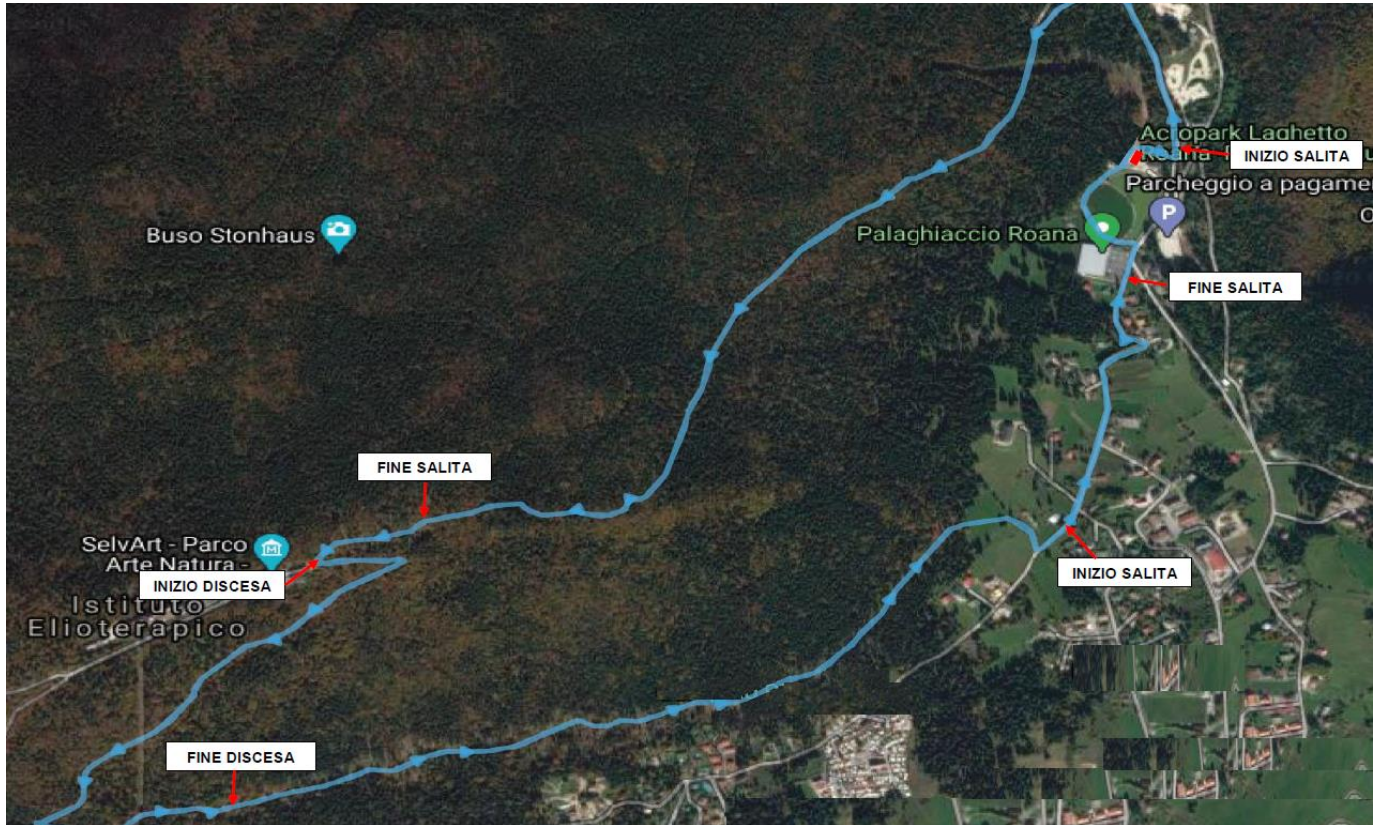


Rosso: 1ª RUN            3.000 m – 2 lap  
Giallo: 3ª Run            1.500 m – 1 lap

Triathlon 7C ASD

Via Giacomo Matteotti, 83 - 36012 Asiago (VI) - P.I. e C.F. 04015320247 - [triathlon7c@gmail.com](mailto:triathlon7c@gmail.com) [www.triathlon7c.it](http://www.triathlon7c.it)

## 2ª FRAZIONE MTB (2 LAP)



Azzurro: 2ª MTB            14.000 m – 2 lap

Rosso: 1ª RUN            3.000 m – 2 lap  
Azzurro: 2ª MTB            14.000 m – 2 lap  
Giallo: 3ª Run            1.500 m – 1 lap

Triathlon 7C ASD

Via Giacomo Matteotti, 83 - 36012 Asiago (VI) - P.I. e C.F. 04015320247 - [triathlon7c@gmail.com](mailto:triathlon7c@gmail.com) [www.triathlon7c.it](http://www.triathlon7c.it)

Per ogni altra informazione e/o comunicazione urgente durante l'evento potete contattare i seguenti numeri:

Leonardo Franco	Presidente triathlon 7C	Tel. 347 6898418
Fabrizio Cunico	Responsabile Segreteria	Tel. 349 3788540
Mario Palano	Responsabile Piano Sanitario	Tel. 345 7006380

Triathlon 7C ASD

Via Giacomo Matteotti, 83 - 36012 Asiago (VI) - P.I. e C.F. 04015320247 - [triathlon7c@gmail.com](mailto:triathlon7c@gmail.com) [www.triathlon7c.it](http://www.triathlon7c.it)