1° TRIATHLON GRUMELLO DEL MONTE 25/04/21

PROGRAMMA GARA

Ritrovo presso Aqvaclvb, via Don Pietro Belotti 26, Grumello del monte (BG)

ore 8:00 ritrovo e ritiro pacchi gara
ore 8:45 - 9:15 apertura/chiusura zona cambio JU F e YB F
ore 09:30 partenza JU F e YB F
ore 10:10 - 10:30 fine gara, svuotamento ZC e premiazioni

ore 10:30 - 10:50 apertura/chiusura zona cambio JU M e YB M
ore 11:05 partenza JU M e YB M
ore 12:10 - 12:30 fine gara, svuotamento ZC e premiazioni

ore 12:30 - 12:50 apertura/chiusura zona cambio YA F e YA M
ore 13:10 partenza YA F
ore 14:10 partenza YA M
ore 14:00 - 15:10 fine gara, svuotamento ZC e premiazioni

ore 15:10 - 15:30 apertura/chiusura zona cambio RAG F e RAG M
ore 15:45 partenza RAG F
ore 16:30 partenza RAG M
ore 17:15 - 17:30 fine gara, svuotamento ZC e premiazioni

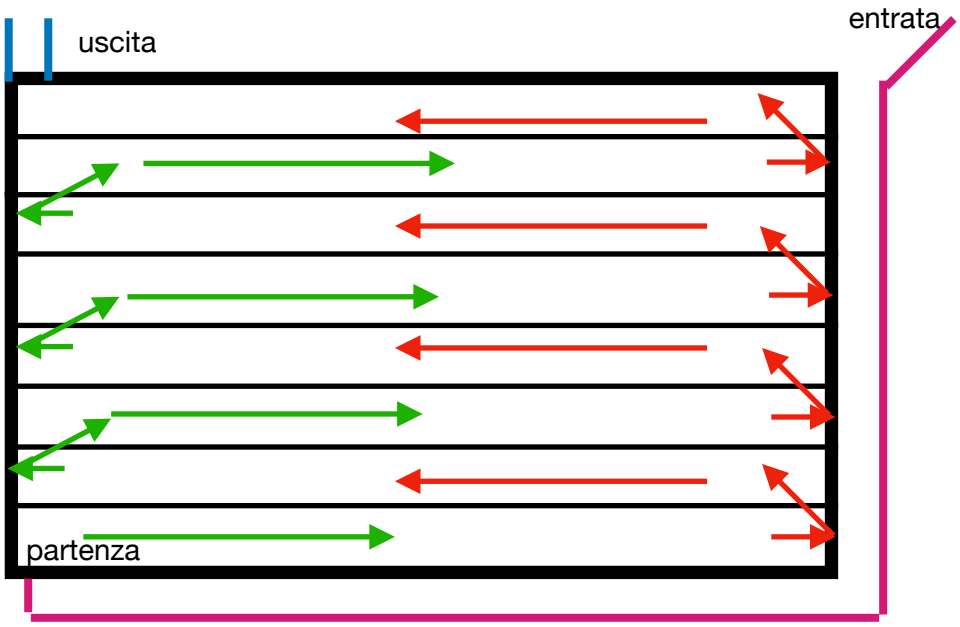
Distanze

Ragazzi	200 m - 3 km - 1 km
Youth A - Youth B - Junior	200 m - 8 km - 2 km

Prima frazione: piscina da 25m a 8 corsie
Seconda frazione: strada asfaltata chiusa al traffico
Terza frazione: strada asfaltata chiusa al traffico

PARTENZA e 1° FRAZIONE

La partenza si effettuerà in piscina un atleta ogni 10”.
La distanza verrà percorsa cambiando corsia ad ogni virata.
La distanza sarà per tutte le categorie 200 m.
La linea viola indica dove gli atleti aspetteranno il loro momento, per la partenza, distanziati a 1 m.
L’accesso alla piscina sarà dato dall’esterno attraverso una porta d’emergenza che da accesso diretto al piano vasca.
Le linee blu indicano l’uscita dall’acqua e l’uscita diretta dalla piscina sempre attraverso una porta d’emergenza

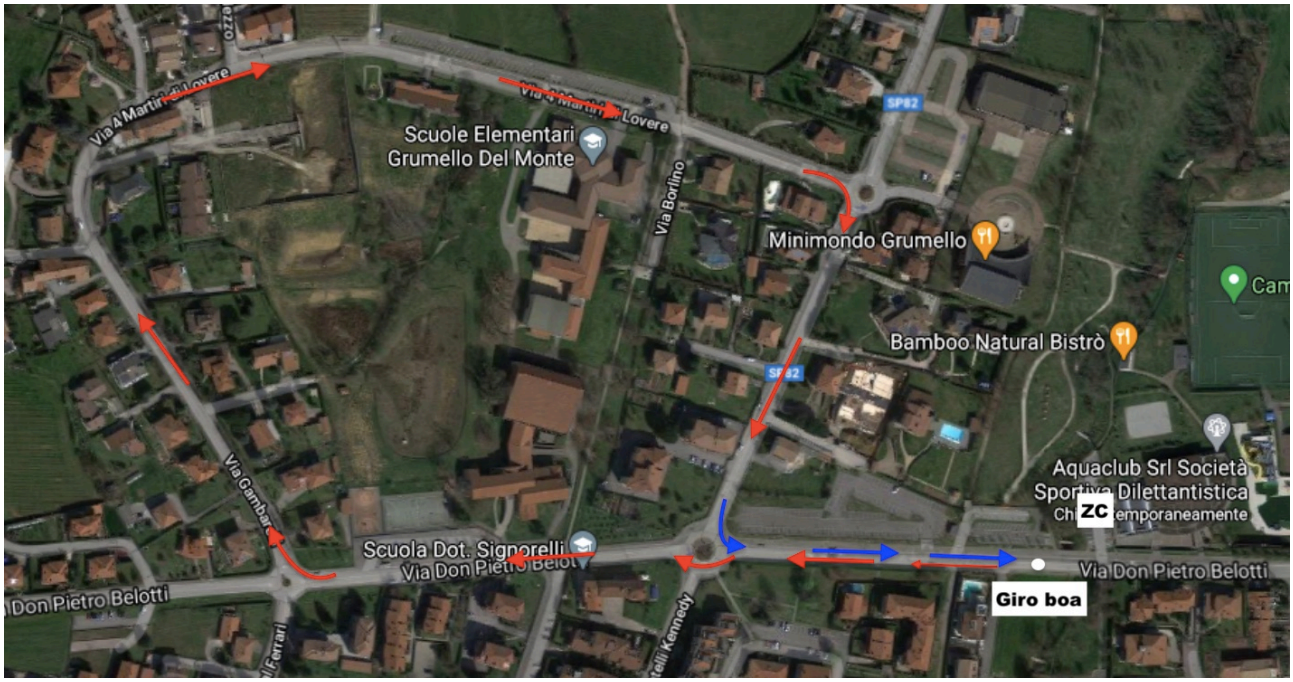


N.B. Gli atleti si dovranno presentare alla partenza con la mascherina che verrà tolta e gettata via prima della propria partenza.

2° FRAZIONE

La frazione bike prevede un multi-lap a seconda della distanza e del percorso.
Per ogni atleta ci sarà l'obbligo di condurre la gara senza scia.
La prima parte del percorso, frecce rosse e frecce blu contrapposte, sarà da eseguire in senso contrario di marcia.

Ciclismo YA - YB - JU: 5 giri da 1,6 km



Ciclismo RAG: rispettivamente 2 giri da 1,5 km
L'intero percorso sarà da eseguire in senso contrario di marcia.

3° FRAZIONE e ARRIVO

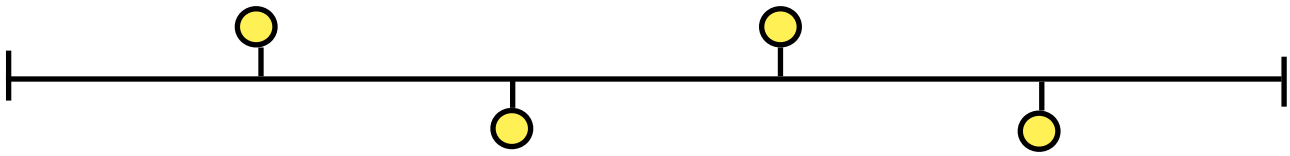
Per ogni atleta ci sarà l'obbligo di mantenere un distanziamento di 2 m da ogni atleta.

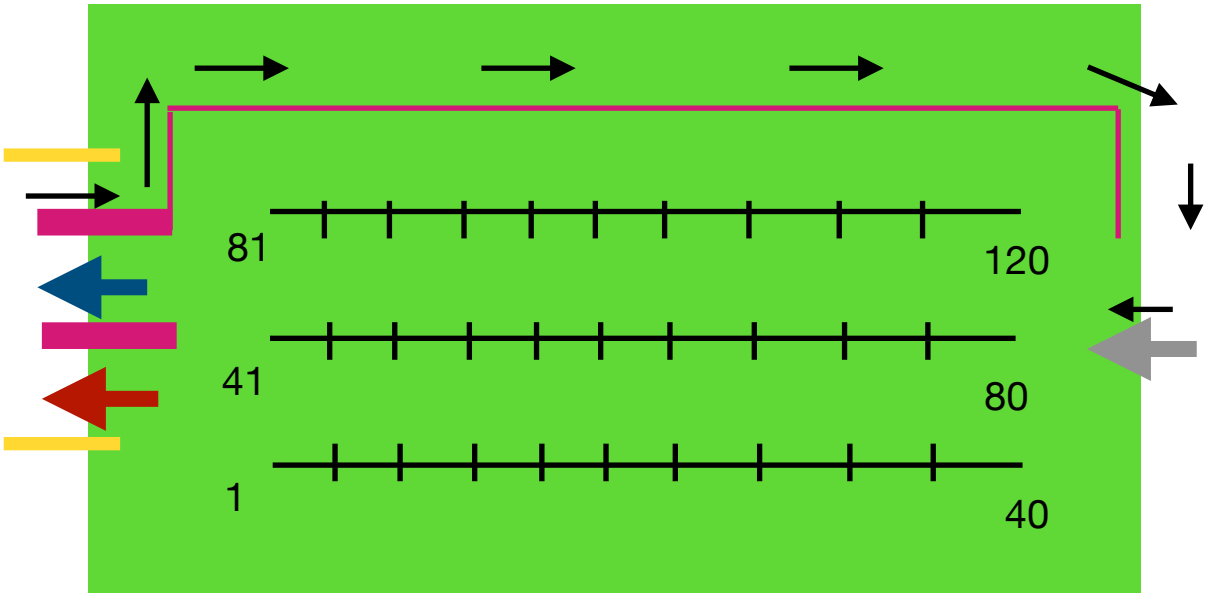
N.B. All'arrivo verrà rilasciata una nuova mascherina.

Corsa YA - YB - JU: 2 giri da 1 km
Corsa RAG: 1 giro da 1 km

ZONA CAMBIO
La zona cambio prevede 3 file composte da 10 tubi da 3 m per ogni fila, ognuna delle quali può contenere 40 bici distanziate a 75 cm.
La zona cambio ha la possibilità di contenere massimo 120 bici.

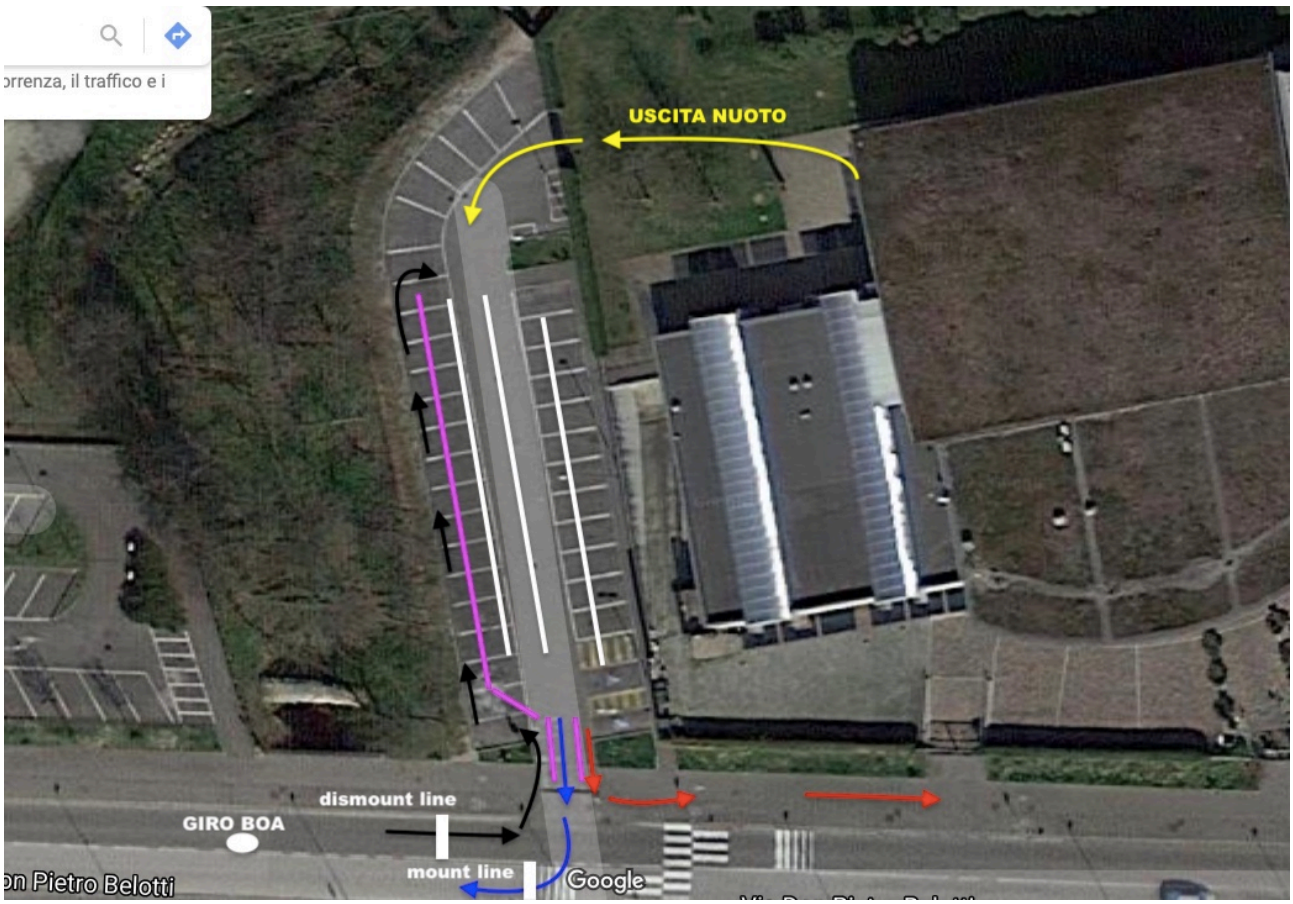
La linea viola rappresenta la linea di coni che delimitano la zona di compensazione a fine della frazione bici.
La freccia blu indica l'uscita per la frazione di ciclismo.
La freccia rossa indica l'uscita della corsa.
La freccia grigia indica l'entrata in zona cambio dalla frazione nuoto.



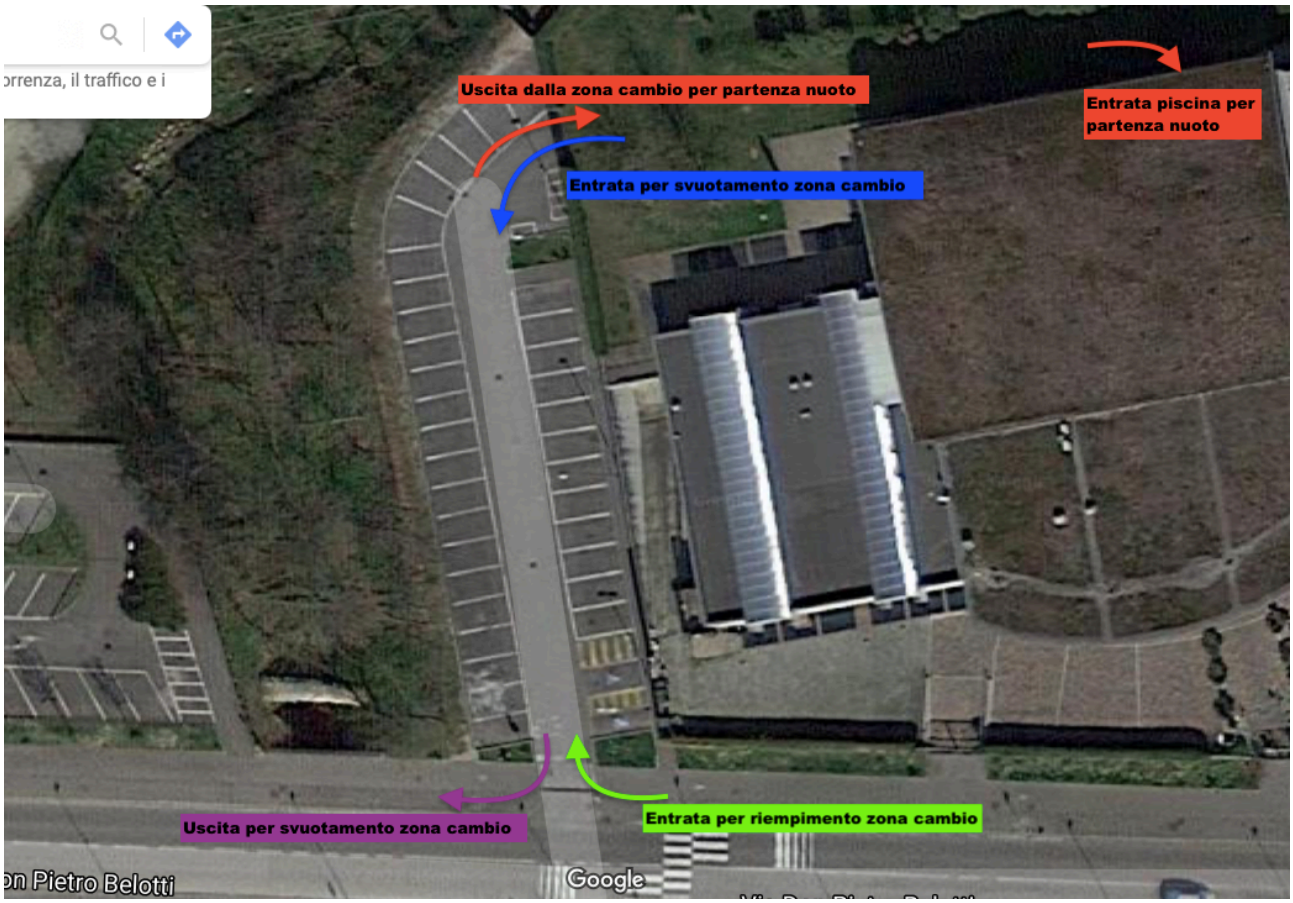


FLUSSI ZONA CAMBIO

1° flusso: Uscita dalla piscina fino all'ingresso della zona cambio (freccia gialla)
2° flusso: Uscita dalla zona cambio verso destra e entrata nel percorso ciclistico (freccia blu)
3° flusso: Uscita dal percorso ciclistico e entrata nella zona cambio con compensazione a sinistra (freccia nera)
4° flusso: Uscita dalla zona cambio verso sinistra nel percorso di corsa (freccia rossa)



FLUSSO RIEMPIMENTO E SVUOTAMENTO ZONA CAMBIO



TRAGUARDO

Il traguardo sarà posizionato sulla strada davanti all'ingresso del centro sportivo. Al traguardo, gli atleti dovranno indossare la propria mascherina che sarà consegnata dal personale addetto.

AREA GAZEBI

All'interno del centro sportivo e nell'area gazebi, che sarà predisposta con appositi spazi per ogni squadra, sarà obbligatorio l'uso della mascherina. Per ogni squadra dovrà essere indicato un tecnico referente, responsabile del comportamento dei propri atleti all'interno del centro sportivo e nei spazi indirizzati.
All'interno dell'area gazebo avranno accesso solo gli atleti e i tecnici.

SPOGLIATOI

Gli spogliatoi sono presenti dietro ai campi da beach volley e potranno essere utilizzati per i bagni ed eventualmente per cambiarsi. Il flusso di persone entranti sarà regolato dal personale addetto. Non potrà essere depositato nessun materiale all'interno.

ACCOMPAGNATORI

Gli accompagnatori non potranno sostare all'interno dei parcheggi, ma solo esternamente al percorso di gara di ciclismo e corsa.
Sarà vietato fare assembramenti.
Non potranno accedere alla zona cambio, alla piscina e all'area gazebi.

INGRESSO ATLETI E TECNICI

L'ingresso degli atleti e tecnici al centro sportivo e quindi al percorso di gara avverrà attraverso la segreteria predisposta davanti all'ingresso della piscina dove verrà rilevata la temperatura corporea e consegnato il pacco gara con il ristoro attraverso busta individuale. La comunicazione dei tecnici/presidenti che accederanno alla struttura deve avvenire tramite mail a serra_91@hotmail.it

REGISTRAZIONE

All'ingresso ci saranno due aree, la prima per la misurazione della temperatura e la seconda per il ritiro pacco gara e busta ristoro.

RISTORO

Il ristoro verrà fornito al ritiro pacco gara con una busta personale con il ristoro individuale.

PARCHEGGI

Saranno presenti due ampi parcheggi per atleti e accompagnatori.
Non sarà possibile entrare/uscire durante le competizioni.
Durante l'entrata e uscita dal parcheggio bisogna prestare massima attenzione ai possibili atleti che potranno provare il percorso ciclistico nel normale senso di marcia.

AUTOCERTIFICAZIONE

Per ogni atleta e tecnico accreditato sarà obbligatorio presentare l'autocertificazione in segreteria al momento del ritiro pacco gara.