

INFORMAZIONI GARA

Scritto da Administrator
Domenica 30 Giugno 2019 15:28 -

INFORMAZIONI GARA

INFORMAZIONI SANITARIE: Saranno presenti durante la manifestazione medici, 4 ambulanze, 1 auto medica, 1 auto medica a disposizione, 2 gommoni con OPSA della Croce Rossa Italiana sez. di Arona, 1 ospedale da campo in zona arrivo ed a 50 metri zona cambio. Sono stati allertati gli ospedali di Borgomanero (Viale Zoppis 10, tel 03228481) oltre ai centri del 118 di Novara e Verbania. Il telefono del responsabile dei soccorsi è 3938267194.

NASTRINI DI RICONOSCIMENTO: in ogni busta per ogni concorrente ci sarà un nastrino di riconoscimento con il quale si potrà entrare in zona cambio, nella zona deposito borse, partecipare al pasta party di fine gara dalle 13.30 alle 16 (presso il WOOD, via Roma 80 a pochi passi dall'Oratorio Ca' Giò dove si potranno fare le docce) e ai massaggi gratuiti in zona cambio

INFORMAZIONI TECNICHE: il briefing sarà effettuato sabato 6 alle 18.00 presso Piazza del Popolo in Arona (in caso di brutto tempo sarà effettuato un briefing tecnico veloce prima della partenza). Le biciclette potranno essere posizionate nella mattinata di domenica dalle ore 5.30 alle 6.30; **ATTENZIONE:** con l'arrivo dell'ultimo atleta dalla frazione bike gli atleti potranno ritirare le proprie biciclette

Dopo 15 minuti dall'arrivo dell'ultimo concorrente all'arrivo, la zona cambio sarà dichiarata NON PIU' SOTTO CONTROLLO da parte DEI RESPONSABILI, e verrà COMPLETAMENTE SMANTELLATA ed APERTA!!!!

Grazie per la collaborazione.

PARTENZA ore 6.50 UOMINI PRIMA BATTERIA, ore 6.55 SECONDA BATTERIA UOMINI, ore 7.00 DONNE, ore 7.05 STAFFETTE.

NUOTO: 2 giri con uscita dall'acqua con passaggio su tappeto per rilevamento. Le boe devono essere sempre lasciate alla propria destra. Attenzione al rientro per non prendere il pontile di

INFORMAZIONI GARA

Scritto da Administrator
Domenica 30 Giugno 2019 15:28 -

pietra con la testa! Entrata in zona cambio dal fondo della zona cambio stessa ed uscita dalla zona cambio all'inizio del parcheggio (zona sbarre).

CICLISMO: la frazione ciclistica è A TRAFFICO CONTROLLATO; vige il normale regolamento del codice stradale. Ogni incrocio è presidiato dai nostri volontari e/o dalle forze dell'ordine, per favorire il passaggio degli atleti. Su tutto il percorso bisogna mantenere sempre la destra. In fase di rientro sulla SS33 alla fine della discesa dal San Carlone troverete dei divisorii, messi per favorire la circolazione, fare attenzione; alla fine dei divisorii troverete lo spazio libero per effettuare la svolta a sinistra e scendere in zona cambio.

TIME PENALTY NELLA FRAZIONE CICLISTICA: Gli atleti a cui sarà mostrato il cartellino BLU da parte dei Giudici dovranno fermarsi al penalty box e seguire le iscrizioni del Giudice. E' responsabilità dell'atleta fermarsi dopo avere ricevuto la penalità.

TIME PENALTY NELLA FRAZIONE PODISTICA: I numeri degli atleti sanzionati saranno chiaramente esposti sul cartellone presso il penalty box. L'atleta dovrà fermarsi e comunicare il proprio pettorale che sarà rimosso dal registro una volta scontata la penalità in qualsiasi giro della frazione podistica.

PODISMO: 4 GIRI: andata lungolago COMPLETAMENTE IN SENSO ORARIO sulla nuova pista ciclabile poi sulla pedonale sempre lungolago con un rientro e uscita sempre sulla pedonale. Il giro di boa è previsto alla fine del piazzale del supermercato Conad. Ritorno sulla ciclabile (quella nuova e di COLORE ROSSO!) lungo lago con il medesimo rientro e la medesima uscita sempre sulla ciclabile. Il marciapiede del ritorno sarà quello che divide il corso con i parcheggi e poi si entrerà direttamente sulla strada poiché la medesima sarà chiusa al traffico. In Piazza del Popolo ad ogni giro si raggiungerà l'altezza del palco per fare una curva ad U, finito il rettilineo alla fine della piazza si potrà rientrare nel percorso podistico per completare i 4 GIRI, oppure ALLA FINE DEL QUARTO GIRO, prendere la finish line che condurrà all'arrivo.

Le DOCCE sono presso Ca' Gio' in via Don Giovanni Minzoni 12.

MASSAGGI: i massaggi saranno sia per uomini sia per donne presso la zona cambio e SONO COMPLETAMENTE GRATUITI

INFORMAZIONI GARA

Scritto da Administrator
Domenica 30 Giugno 2019 15:28 -

PREMIAZIONE: Piazza del Popolo

MEDAGLIA FINISHER: tutti gli atleti sia individuali sia a staffetta se termineranno regolarmente la gara riceveranno la medaglia finisher.

MAGLIA ARONAMEN FINISHER: tutti gli atleti sia individuali sia a staffetta se termineranno regolarmente la gara riceveranno la t-shirt tecnica AronaMen finisher. La **MAGLIA** si potrà ritirare presso la **SEGRETERIA** consegnando il chip.

TEMPO LIMITE NUOTO: 1 ora e 10 minuti (entrata in zona cambio) 1 ora e 15 minuti (per uscire dalla zona cambio); tempo dall'effettiva partenza.

TEMPO LIMITE CICLISMO: 5 ore e 45 minuti dall'inizio della gara. La gara è NO DRAFT.

TEMPO LIMITE PODISMO: 8 ore dall'inizio della gara.

SPUGNAGGIO: nel pacco gara ci sarà una spugna che servirà per gli spugnaggi. Ai ristori troverete solamente le bacinelle con l'acqua.

Il Giudice mostrerà il cartellino blu in caso di ammonizione, si potrà continuerà a gareggiare ma nel caso si dovesse prendere un altro cartellino giallo si sarà SQUALIFICATI.

La fermata al PENALTY BOX se si è preso il cartellino BLU, è OBBLIGATORIA! Il Penalty box è un gazebo blu all'uscita della zona cambio bike-run .

Per somma di ammonizioni si viene automaticamente SQUALIFICATI. Nel caso il Giudice

INFORMAZIONI GARA

Scritto da Administrator
Domenica 30 Giugno 2019 15:28 -

mostrì il cartellino ROSSO si sar  automaticamente
SQUALIFICATI

SQUALIFICA: sar  possibile buttare a terra il materiale usato al rifornimento sino al cartello "fine lancio", oltre a questo cartello chiunque butter  materiale sar  SQUALIFICATO! Siamo sportivi ed amiamo la natura anche in gara! Grazie per la collaborazione e sensibilit  ambientale.

SQUALIFICA:   severamente vietato buttare la propria cuffia lungo il percorso per entrare in zona cambio, essendo le cuffie numerate i Giudici faranno in fretta a capire chi ha buttato o fatto cadere la propria cuffia.

SQUALIFICA:   severamente vietato coprire il nome dello sponsor del pettorale,   vietato piegare o ritagliare sempre il medesimo pettorale, il pettorale deve essere posizionato dietro nella prova in bike e davanti per la prova run.

Per qualsiasi chiarimento si prega di chiedere delucidazioni al briefing

W.C.: 6 sulla piazzetta sopra la zona cambio; 2 in zona ristoro frazione podistica, 2 al giro di boa davanti alla Lega Navale

PETTORALI e NUMERI il pettorale non pu  essere utilizzato e tenuto addosso durante la prova di nuoto! Il pettorale deve essere messo sulla schiena nella frazione ciclistica mentre nella frazione podistica deve essere messo davanti. Il numero adesivo grosso in pvc   il numero bici da mettere sotto la sella visibile da ambo le parti. Il numero adesivo pi  piccolo sempre in pvc deve essere messo ai manici della borsa consegnata in zona cambio. I due numeri semplici sempre in pvc devono essere messi sul casco, uno frontale e l'altro lato sinistro.

DEPOSITO BAGAGLI ATTENZIONE!!!! Il deposito bagagli   di fronte alla zona cambio. I bagagli dovranno essere depositati **apponendo**
l'apposito adesivo indicante il proprio numero di pettorale

INFORMAZIONI GARA

Scritto da Administrator
Domenica 30 Giugno 2019 15:28 -

. Per il

RITIRO

degli stessi bisognerà presentarsi muniti di

pettorale

se partecipanti della gara individuale o se ciclisti o podisti della gara a staffetta. I

nuotatori della staffetta

invece dovranno presentare la

CUFFIA.

Si ricorda che i bagagli depositati verranno consegnati solo al legittimo proprietario munito di pettorale e/o cuffia di riconoscimento come sopra specificato. Il deposito bagagli sarà smontato 10 minuti dopo l'arrivo dell'ultimo concorrente. **NON SI RISPONDE DI FURTI E/O SMARRIMENTI DI PARTICOLARE VALORE.** Si prega pertanto di non lasciare valori nelle borse.

TEAM-STAFFETTE

ZONA CAMBIO: POTRA' stare in zona cambio solo l'atleta che deve dare il cambio, **NON TUTTO IL TEAM**, per evitare confusione e problematiche varie. Il ciclista del TEAM uscirà e si immetterà nella salita che apre il percorso ciclistico.

TESTIMONE STAFFETTE: il testimone per le staffette sarà il chip! **ATTENZIONE A CHIUDERE BENE IL VELCRO!**

Nella zona cambio potranno stare solo gli atleti in "cambio".

FINISH LINE STAFFETTE: tutti i componenti della staffetta potranno tagliare il traguardo insieme, gli altri due atleti potranno inserirsi all'inizio della finish line, la classifica sarà ovviamente effettuata quando il podista farà registrare il proprio passaggio all'arrivo.