

LAKE VARANO CAMPIONATI ITALIANI SUPER LUNGO DI CATEGORIA AGE GROUP, LAKE VARANO 113, LAKE VARANO AS40 NO DRAFT- GARGANO, Comune di Ischitella (FG)

Varano, 18 ottobre 2026

Triathlon Super Lungo (3800m nuoto, 180km ciclismo, 42km corsa)

Triathlon Medio SILVER INTERNAZIONALE B (1900m nuoto, 90km ciclismo, 21km corsa)

Triathlon AS40 No Draft Atipico (950mt nuoto, 30km ciclismo, 6.6km corsa)

● **Partecipazioni**

Sono ammessi tutti i tesserati per la FITRI a partire dalla categoria S1 in poi. Al Campionati Italiani tutti gli atleti non tesserati FITRI che dovranno munirsi di Tesseramento Giornaliero (condizione necessaria alla partecipazione alla gara ai fini assicurativi), con certificazione medica in corso di validità il giorno della gara e con dicitura "Triathlon" fra gli sport praticati. Per la gara AS40, è ammessa la categoria Junior

● **Programma delle gare (provvisorio)**

Sabato 17 ottobre 2026

15:00 - 19:00 ritiro pettorali

19:00 Briefing Live On line

Domenica 18 ottobre 2026

Programma Campionati Italiani Super Lungo Age Group

05.45 – 06.45 Apertura Zona Cambio Triathlon Super Lungo e Medio c/o Via Rimini, Foce Varano ISCHITELLA (FG)

07.00 PARTENZA LAKE VARANO 226- GARGANO Triathlon Super Lungo

09.00 Cut Off nuoto 2h00'

14.30 Cut Off 3° giro bici km 135 7h30'

15.00 Arrivo primo concorrente Super Lungo

15.00 Apertura Pasta Party

16.30 Cut Off bici 9h30'

22.00 Tempo Massimo fine gara

dall'ingresso dell'ultimo atleta in T2 fino alle 22.15 bike check out (oltre le 22.15 non sarà più garantita la custodia delle bici)

Programma Triathlon Medio

06:30 - 09:30: ritiro pettorali c/o Piazza del Porto, Foce Varano ISCHITELLA (FG)

09.00 - 09.50: Apertura Zona Cambio Triathlon Medio c/o Via Rimini, Foce Varano ISCHITELLA (FG)

10.00: **PARTENZA LAKE VARANO 113 – GARGANO Triathlon Medio**

11.00: Cut Off nuoto 1h00'

13.00 Cut off nuoto + 1° giro bici

14.00: Arrivo primo concorrente Triathlon Medio

14.00: Apertura Pasta Party

16.30: Premiazioni Varano Lake 113

18.00: Tempo Massimo fine gara

Dalle ore 15:30 fino alle 18.00 bike check out (oltre le 18.00 non sarà più garantita la custodia delle bici)

Programma Triathlon AS40 NO DRAFT

06:30 - 09:30: ritiro pettorali c/o Piazza del Porto, Foce Varano ISCHITELLA (FG)

09.00 - 09.50: Apertura Zona Cambio Triathlon Medio c/o Via Rimini, Foce Varano ISCHITELLA (FG)

11.00: PARTENZA AS40

11:45: Cut Off nuoto

12:00: Arrivo primo concorrente AS40

14.00: Apertura Pasta Party

14.00: Premiazioni Varano Lake AS40

18.00: Tempo Massimo fine gara

Dalle ore 14:30 fino alle 16.00 bike check out (oltre le 16.00 non sarà più garantita la custodia delle bici)

Lunedì 19 ottobre 2026

10:00 - 11:30: Premiazioni Campionati Italiani Super Lungo Age Group

- **Iscrizioni Campionati Italiani Super Lungo**

Le iscrizioni per la gara lunga chiuderanno il 08/10/2026 alle ore 23:59 online sul sito Endu.

- **Iscrizioni Triathlon Medio**

Le iscrizioni per il medio chiuderanno il giorno 14/10/2026 alle ore 23:59 sul sito Adriatic Series

- **Iscrizioni Triathlon AS40**

Le iscrizioni per il medio chiuderanno il giorno 14/10/2026 alle ore 23:59 sul sito Adriatic Series

- **Costo di iscrizione Campionati Italiani Super Lungo**

Il costo d'iscrizione è fissato in:

€. 320,00 fino al 08.10.2026

- **Costo di iscrizione Triathlon Medio 113**

Il costo d'iscrizione è fissato in:

€. 115,00 fino al 03.04.2026

€. 140,00 fino al 03.06.2026

€. 165,00 fino al 03.10.2026

€. 190,00 fino al 14.10.2026

€. 180,00 iscrizione staffette

- **Costo di iscrizione AS40 No draft**

Il costo d'iscrizione è fissato in:

€. 50,00 fino al 14.10.2026

- **Assistenza Medica**

Prevista come da circolare gare

- **Ristori**

Sono previsti due ristori per ogni giro sul percorso ciclistico, e due ristori lungo il percorso podistico per ogni giro e un ristoro finale.

- **Sicurezza Stradale**

Il percorso si svolgerà su percorso chiuso al traffico veicolare.

- **Pacco Gara**

Il pacco gara sarà composto da gadget tecnico.

