

# **6° TRIATHLON GRUMELLO DEL MONTE -** **MEMORIAL NICHOLAS RUGGERI** **1/05/26**

## **PROGRAMMA GARA**

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

ore 7:30 ritrovo e ritiro pacchi gara

ore 8:00 - 8:45 apertura/chiusura zona cambio JU - YB - YA

ore 09:00 partenza JU F e YB F

ore 09:45 partenza JU M e YB M

ore 10:30 partenza YA F

ore 11:15 partenza YA M

ore 12:00 fine gara e svuotamento ZC e premiazioni

ore 12:00 ritrovo categorie giovanissimi

ore 12:30 - 13:15 apertura/chiusura zona cambio RA F-M e ES F-M

ore 13:30 partenza RA F e fine gara 14:00

ore 14:00 partenza RA M e fine gara 14:30

ore 14:30 partenza ES F e fine gara 14:50

ore 14:50 partenza ES M e fine gara 15:10

ore 15:10 fine gara e svuotamento ZC

ore 15:30 - 15:50 apertura/chiusura zona cambio Cuccioli e minicuccioli

ore 16:00 partenza CU F e a seguire CU M

ore 16:20 partenza MC F e MC M

ore 16:45 premiazioni

## Distanze

Minicuccioli 25 m - 250 m (1 giro) - 100 m

Cuccioli 50 m - 500 m (1 giro) - 250 m

Esordienti 100 m - 1,5 km (1 giro) - 500 m

Ragazzi 200 m - 3 km (2 giri) - 1000 m

Youth A - B - Junior 400 m (a/r stessa corsia) - 6 km (5 giri) - 2 km (2 giri)

Prima frazione: piscina da 25m a 8 corsie.

Seconda frazione: strada asfaltata chiusa al traffico

Terza frazione: strada asfaltata chiusa al traffico



### **3° FRAZIONE e ARRIVO**

L'arrivo sarà posizionato all'interno del parco della piscina.

YA - YB - JU: 2 giri da 1 km

RAG: 1 giro da 1 km

ESO: 1 giro da 500 m

CU: 1 giro da 250 m

MC: 1 giro da 100 m



### ZONA CAMBIO

La zona cambio prevede 3 file composte da 10 tubi da 3 m per ogni fila, ognuna delle quali può contenere 60 bici distanziate a 0.5 m.

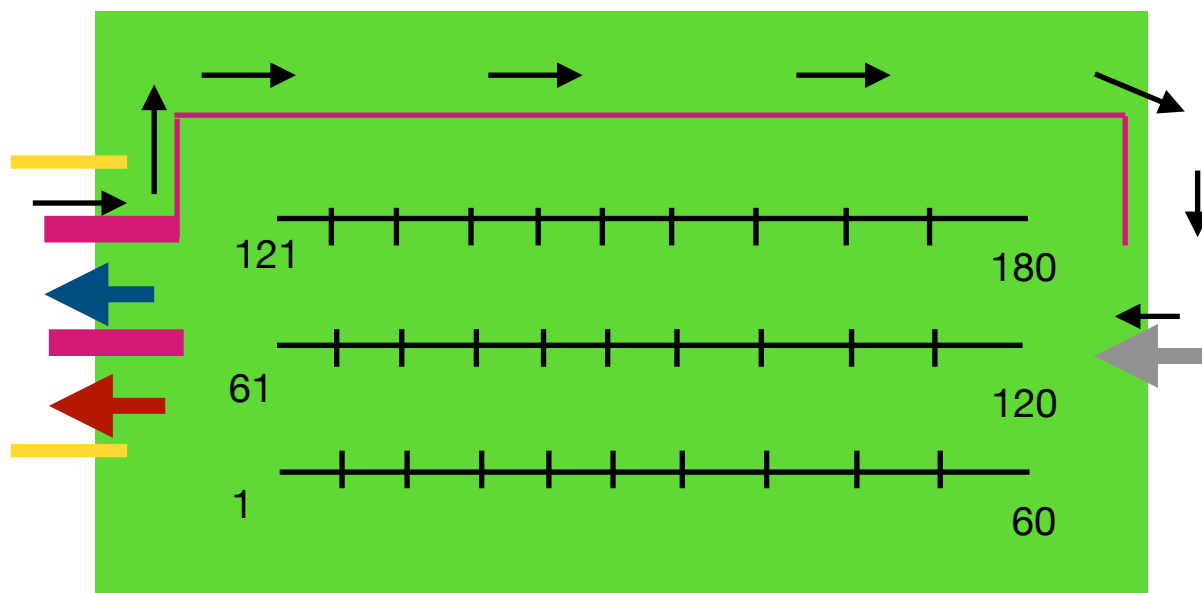
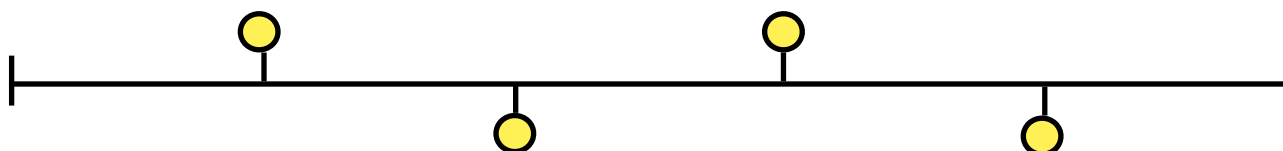
La zona cambio ha la possibilità di contenere massimo 180 bici.

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.



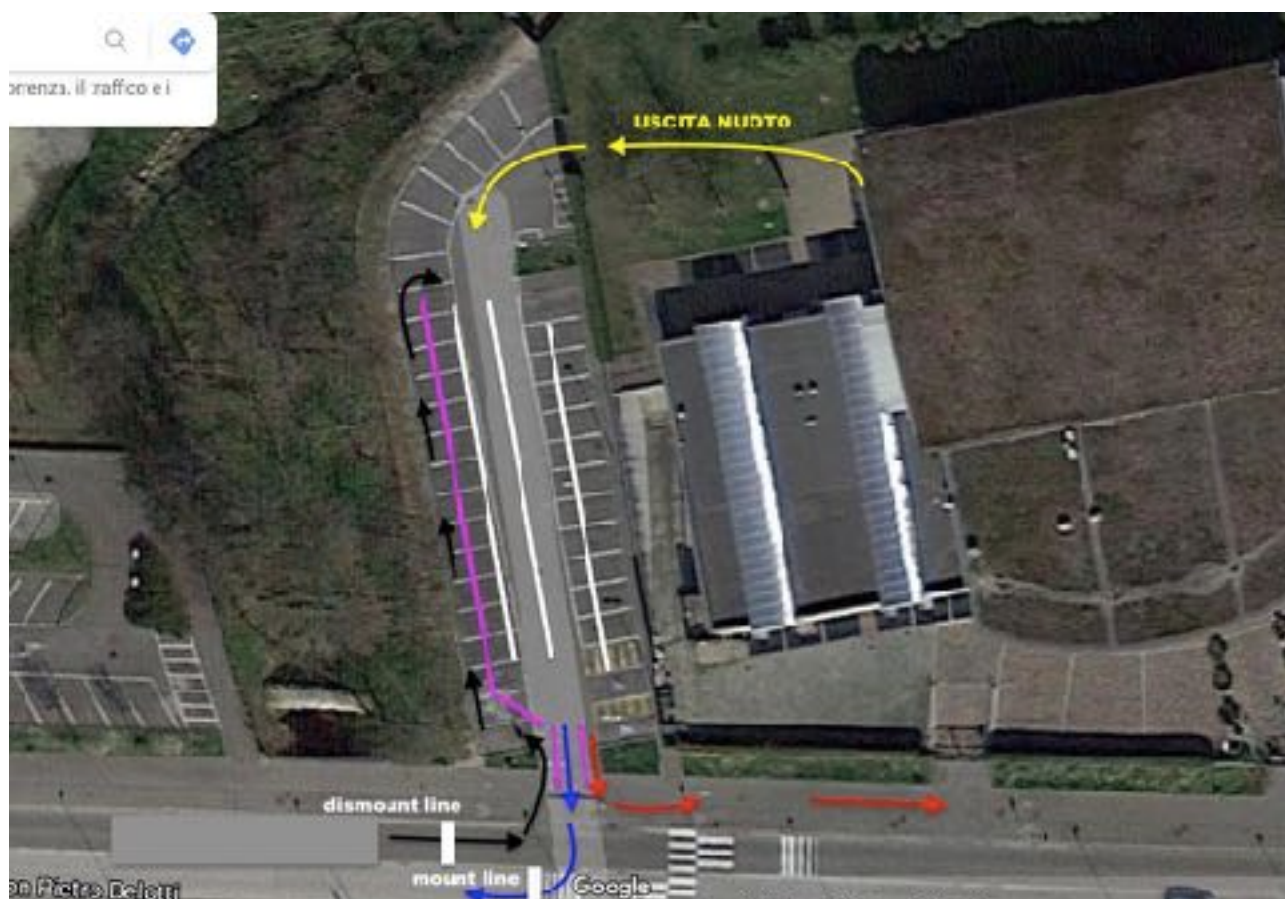
## FLUSSI ZONA CAMBIO

1° flusso: Uscita dalla piscina fino all'ingresso della zona cambio (freccia gialla)

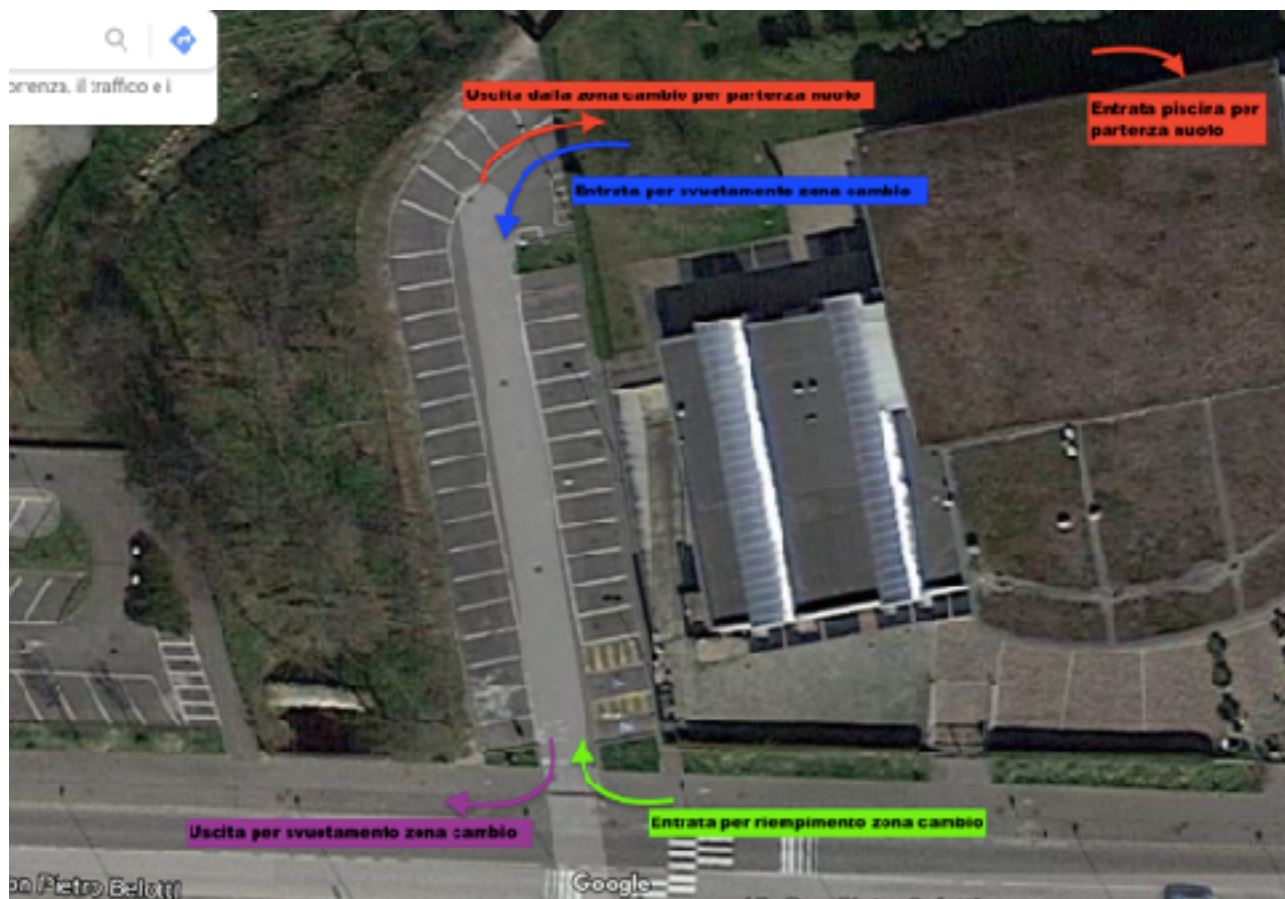
2° flusso: Uscita dalla zona cambio verso destra e entrata nel percorso ciclistico (freccia blu)

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 all'interno del centro sportivo.

### **AREA GAZEBI**

Sarà predisposta all'interno del centro sportivo in apposita area. Sarà di accesso solo per atleti e tecnici, no per i genitori che avranno l'accesso al centro sportivo fino alla zona bar.

### **SPOGLIATOI**

Gli spogliatoi sono presenti dietro ai campi da beach volley e potranno essere utilizzati per i bagni ed eventualmente per cambiarsi.

### **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.

Iscrizioni:

Evodata

[www.endu.net](http://www.endu.net)

Giovanissimi - Youth A - Youth B 8 euro

Juniors 15 euro