



## BRIEFING TRIATHLON TRANI 2022 SPRINT SILVER

PIAZZA MARINAI D'ITALIA TRANI 10 E 11 SETTEMBRE 2022

### PROGRAMMA 10 SETTEMBRE 2022 KIDS

- 14:00 – 15:00 Consegna pacchi gara e chip
- 15:30 Apertura zona cambio
- 15:45 Chiusura zona cambio, a seguire, Briefing e spunta atleti presso Lido Colonna
- 15:50 Breafing
- 16.00 PARTENZA GARA Triathlon Ragazzi
- 17.00 PARTENZA GARA Triathlon Esordienti
- 17.30 PARTENZA GARA Triathlon Cuccioli e Mini Cuccioli
- 18.00 Premiazioni
- 18:30 Fine manifestazione

### PROGRAMMA 11 SETTEMBRE 2022 SPRINT SILVER E GIOVANILE

- 07.00 - 09.00 Consegna pacchi gara e chip
- 08.30 Apertura Zona Cambio
- 08.45 Chiusura Zona Cambio**
- 08.50 Spunta & Briefing**
- 09.00 Partenza Triathlon Giovanile**
- 10.00 Apertura zona cambio
- 10:30 Chiusura zona cambio, a seguire, Briefing
- 10:45 Spunta atleti presso Lido Colonna
- 11:00 Partenza uomini **Triathlon SPRINT SILVER**
- 11:05 Partenza donne **Triathlon SPRINT SILVER**
- 13.00 Premiazioni e classifiche
- 13:30 Chiusura fine manifestazione.

#### **IL CORREDO GARA NUMERATO CONTIENE:**

- . Pettorale – Doppi Chip elettronico da applicare alle caviglie – numero sottosella della bici – numero adesivo da applicare al casco rigido da bici – cuffia – numero adesivo per il deposito borsa atleta presso area adibita.
- . I Chip elettronici dovranno essere restituiti **OBBLIGATORIAMENTE** a fine gara, dopo l'arco di arrivo.
- . I presidi ANTICOIDVID19 gel mani saranno posti nelle zone di cambio, segreteria e passaggi obbligatori.

#### **ZONA CAMBIO – presidiata fino al ritiro delle biciclette a fine gara**

- . Indossare la mascherina
- . Segnalarsi su polpaccio e spalla la propria categoria, ai fini del campionato regionale di specialità
- . Segnalarsi numero pettorale sul braccio e sulla coscia per la fase nuoto
- . Ritiro materiale dalla Zona Cambio è consentito **SOLO** al termine della gara mostrando il pettorale di gara
- . Non sono ammessi aiuti esterni di qualsiasi genere lungo tutto il percorso e nella zona cambio

#### **1^ FRAZIONE NUOTO – PARTENZA**

- . Togliere la mascherina sulla linea di partenza negli appositi contenitori
- . Partenza dall'acqua, con spunta **OBBLIGATORIA** - entrata da Lido Colonna
- . Gli atleti fermi sulla battigia in attesa del segnale del giudice
- . Le boe saranno mantenute sempre sulla sinistra del senso di nuotata su un percorso da svolgere antiorario
- . L'uscita dall'acqua sarà indicata da un arco gonfiabile. Gli atleti salite le scalette gireranno a sinistra correndo fino alla zona cambio ed entrandovi frontalmente.

#### **1° CAMBIO (T1)**

- . Ingresso in Zona Cambio, dall'uscita del nuoto dopo la salita scalette girare sulla sinistra per circa 100 metri e poi frontalmente indossare pettorale rivolto all'indietro e casco bici **ALLACCIATO**.
- . Uscita dal fondo della zona cambio con bici a mano, mantenendo la corsia sulla propria destra.
- . All'esterno si sale sulla bici dopo la linea indicata e girare a destra salita di via Amalfi.

#### **2^ FRAZIONE BICI**

- . Pettorale rivolto all'indietro
- . Obbligo di utilizzo nella prova del casco rigido omologato
- . Inforcata la bicicletta, dopo la linea di salita, percorrere a destra via Amalfi e dopo 100 metri immettersi a destra sulla strada statale 16, verso Trani Centro, sino al semaforo e girare a destra scendendo via De Gemmis
- . Percorrere per due volte un anello di 10 km in senso antiorario, parzialmente chiuso al traffico e pianeggiante. Piccola salita andando verso Bisceglie prima del giro di Boa che si effettuerà nei pressi del Ponte Lama. Nessun borracciamiento
- . Prestare la massima attenzione, di rispettare il codice della strada mantenendosi obbligatoriamente nella corsia di marcia.
- . Sono previsti controlli fissi lungo il percorso; i concorrenti che non transiteranno a tutti i controlli saranno squalificati
- . Alla fine del secondo giro, si ripercorre via De Gemmis arrivando al piazzale Marinai d'Italia mantenendo la destra si scende dalla bici prima della apposita linea e si rientra nella zona cambio girando a destra.

## **2° CAMBIO (T2)**

. Lasciata la bicicletta nella propria postazione, si esce dal fondo della zona cambio e si percorre in senso inverso la zona cambio mantenendo la destra costeggiando il Lido Colonna e Stabilimento Balneare Militare per poi prendere la pista ciclabile tenendo il senso di corso a sinistra.

## **3^ FRAZIONE CORSA**

Pettorale rivolto in avanti.

Usciti dalla piazza Marinai d'Italia si sale a destra verso il Monastero per la stradina pedonale belvedere, scesi dal monastero si prosegue sulla pista ciclabile rimanendo sulla corsia di destra in quanto il giro è in senso antiorario.

Finita la pista ciclabile ci sarà il ristoro con postazione acqua, poi si gira a destra e si entra nella Villa Comunale e uscendo dall'ingresso sul porto, si gira a sinistra e si riprende la pista ciclabile sempre nella corsia di destra.

Ritornando, alla fine della pista ciclabile, c'è l'arrivo.

Rispettare eventuali persone lungo il percorso anche se saranno avvisati di non passare nel tempo della gara o di rimanere a lato destro dalla parte dove ci sono le scale.

Verrà data una nuova mascherina da indossare a fine gara e per le premiazioni.

## **RISTORI**

Sarà previsto il ristoro acqua a metà della frazione di corsa e il ristoro finale all'arrivo presentando il ticket che troverete nel pacco gara.