



TRANI 10 SETTEMBRE 2023

PIAZZA MARINAI D'ITALIA

Triathlon Sprint Gold

(750 m. nuoto - 20 km bike - 5 km corsa)

GUIDA TECNICA E REGOLAMENTO



INDICE

1. Località
2. Come arrivare
3. Iscrizioni
4. Programma
5. Gara
6. Contatti
7. Assistenza medica
8. Note
9. Dove alloggiare
10. Mappe
11. Zona Cambio
12. Percorso
13. Info varie



1. LOCALITA': TRANI CITTA'

Alcuni ritrovamenti archeologici consistenti in tracce di insediamenti abitativi dell'Età del bronzo sul promontorio di Capo Colonna attestano le origini preistoriche della presenza umana nel territorio. Sono stati rinvenuti resti di capanne circolari e rettangolari, rispettivamente dell'età del bronzo e del bronzo finale, documentati d'oliva in argilla decorata con scanalature e segnalata ceramica micenea.

Per la genesi e lo sviluppo dell'attuale abitato, le caratteristiche del territorio dovettero essere condizioni favorevoli allo sviluppo di un insediamento: la presenza del porto di origine naturale determinava un approdo agevole e sicuro per le antiche imbarcazioni.

Le tracce più concrete di un insediamento urbano nel sito della città attuale rimandano a periodi non precedenti all'arrivo dei Romani.

Trani fu indicata con il nome di *Turenium* nella Tavola Peutingeriana, la copia medievale di uno stradario dell'antica Roma.

Sotto i romani, ai tempi dell'imperatore Marco Aurelio, Trani era un Municipio, come si rileva da un'antica iscrizione presente nel cortile di Palazzo Beltrani:

Trani fu sede di diocesi già in età tardoantica, il vescovo Eutichio appose la propria firma al Concilio Romano del 501 e a questo periodo appartengono i resti di un edificio di culto rinvenuto sotto il piano della cripta longitudinale della Cattedrale romanica.

Dopo la caduta dell'Impero romano d'Occidente iniziò in Puglia il periodo bizantino, caratterizzato da una pausa di dominazione longobarda e dalle minacce continue provenienti dal mare ad opera dei Saraceni. Fu comunque il Medioevo il periodo d'oro della città.

Le evidenze storiche ed archeologiche divengono più rilevanti a partire dal IX secolo d.C. Sotto la dominazione longobarda Trani fu sede di un gastaldato e qui fu trasferita la sede vescovile.



In seguito alla caduta dell'Emirato di Bari, i Bizantini ripresero il controllo di Trani, che da semplice vicus era ormai diventata una città fortificata, la città era infatti dotata di una cinta muraria con quattro porte, *Porta Aurea o Antica*, *Porta Nova*, *Porta Vetere* e *Porta Vassalla*. È attribuito a questo periodo un importante sviluppo del porto di Trani.

Durante il periodo di appartenenza all'Impero Bizantino la città godeva di un certo grado di prestigio ed autonomia come punto di incontro tra Oriente ed Occidente. Nel 1010 e nel 1018 Trani si unirà ai moti guidati da Melo di Bari contro i Bizantini, che reprimeranno la rivolta e riprenderanno il controllo della città fino all'arrivo dei Normanni.

Nel 1042 Trani venne scelta come sede di una delle dodici baronie in cui venne divisa la Contea di Puglia: assegnata al conte Pietro, venne espugnata solo diversi anni dopo. In questo periodo la città godette di un certo grado di autonomia, dovuto al controllo ormai formale da parte dei governatori bizantini e alle lotte di potere tra i diversi rami della famiglia Altavilla.

Trani cadde definitivamente sotto il dominio normanno nel 1073, dopo 50 giorni di assedio, per mano di Roberto il Guiscardo.

Fu in questo periodo, corrispondente alla prima crociata, precisamente nel 1099, che nella città si iniziarono i lavori per la costruzione della cattedrale in onore del santo patrono san Nicola pellegrino, un giovane greco in viaggio verso Roma che morì a Trani, dopo diversi giorni di malattia ed alcuni miracoli, e canonizzato subito dopo a furor di popolo. Già allora aveva grande importanza il porto, che sarà in seguito punto di partenza e di ritorno di diverse crociate.

Sotto il dominio normanno la città di Trani godette, insieme alle altre comunità pugliesi, di una maggiore autonomia rispetto al centralismo del governo Bizantino.

In città fiorì il commercio di frumento e di olio, destinato ai porti di tutto l'Adriatico, in particolar modo verso la costa dalmata e Venezia. A testimonianza della prosperità economica raggiunta tra l'XI e il XII secolo vi sono la costruzione della



maestosa Cattedrale e la promulgazione degli Ordinamenta Maris nel 1063, secondo la datazione tradizionale, i quali rappresenterebbero il primo esempio di codice marittimo nel Mediterraneo.

Il porto, la cui naturale insenatura lo rendeva un punto d'approdo strategico per la protezione delle navi, divenne uno dei principali punti d'imbarco per i crociati in partenza verso la Terrasanta. La città era sede di un "*ospitale*" dei cavalieri Templari, con annessi l'imbarcadero e la pregevole chiesa.

Federico II promosse il rafforzamento delle fortificazioni urbane, fondando nel 1233 il castello e realizzando la nuova cinta muraria.

Manfredi, figlio di Federico, continuò l'opera del padre, concedendo il permesso di aprire logge e fondaci alle principali città marinare, tra cui le repubbliche marinare di Amalfi, Genova, Venezia e Ragusa: le ultime due insediarono in città anche i loro consoli.

Trani ebbe lo stato di capoluogo della provincia di Terra di Bari fino all'era napoleonica, quando con Giuseppe Bonaparte e Gioacchino Murat si decretò che Bari (1808) dovesse assumere tale funzione: Trani perse così il suo ruolo di capoluogo mantenuto per più di due secoli.



2. COME ARRIVARE

IN AUTO

Percorrere l'autostrada A14, prendere l'uscita Trani, seguire le indicazioni per la Statale 16 bis, prendere l'entrata Trani Centro, direzione Bari ed uscire Trani Sud, girare a destra (direzione Trani) poi sempre dritto fino al secondo semaforo e girare a destra via Malcangi (direzione Bisceglie) dopo 500 metri parcheggio a sinistra.

IN AEREO

Destinazione Bari Palese (aeroporto Papa Wojtyła), seguire le indicazioni Statale 16 bis in auto o prendere bus navetta per stazione centrale Bari e proseguire in treno per Trani.

IN TRENO

Destinazione Stazione di Trani, proseguire con bus comunale per "colonna" piazzale Marinai d'Italia.



3. ISCRIZIONI

Scadenza iscrizioni il 5 settembre 2023

sul sito web: www.icron.it .

Quota d'iscrizione gara:

€ 8,00 Youth B

€ 15,00 Juniores

€ 25,00 U23/S1

Per gli atleti delle categorie S2, S3, S4 e Master:

€ 40,00 fino al 31 luglio;

€ 50,00 fino al 5 settembre 2023.

Tesseramento Giornaliero dovranno scaricare dalla pagina dedicata alla gara sul portale Icron Tempogara il modulo "tesseramento giornaliero" da compilare e inviare via mail a info@atleticatommasoassi.it insieme alla copia del certificato medico in corso di validità *per la pratica agonistica del TRIATHLON*.

La quota del tesseramento giornaliero FITRI va integrata con il pagamento della quota per la partecipazione alla gara.

Verrà consegnata la busta tecnica dove ci sarà il CHIP che dovrà essere indossato correttamente alla caviglia.



4. PROGRAMMA

DOMENICA 10 SETTEMBRE 2023

- TRANI Piazzale Marinai d'Italia

09.00 - 13.00 Consegna pacchi gara e chip

13.00 Apertura Zona Cambio

14.15 Chiusura Zona Cambio

14.20 Spunta

14.30 PARTENZA GARA Triathlon SPRINT GOLD femminile

15:00 PARTENZA GARA Triathlon SPRINT GOLD maschile

17.00 Premiazioni ed esposizione classifiche

Pasta party



5. GARA

Possono partecipare tutti i Tesserati F.I.Tri. con tessera valida per l'anno 2023 fino al numero massimo consentito di 400 atleti.

Categorie Youth B - Juniores - Senior – Master

Esclusivamente per i NON tesserati di nazionalità italiana, in possesso di **certificato medico agonistico per il TRIATHLON**, è possibile sottoscrivere il “TESSERAMENTO GIORNALIERO” al costo di 5,00 euro per la categoria Youth B e di 20,00 euro per le restanti Categorie secondo le norme della F.I.Tri.

Alla manifestazione potranno partecipare anche gli atleti stranieri in possesso della **Tessera della loro Federazione di appartenenza**.

Per i tesseramenti giornalieri gli atleti dovranno presentare l'apposita scheda di tesseramento giornaliero 2023 compilata in ogni sua parte oltre a una copia del certificato medico agonistico in corso di validità specifico per il triathlon.

Non saranno accettate iscrizioni incomplete e/o senza ricevuta di pagamento.

Distanze La competizione di Triathlon Sprint si svolge sulle seguenti distanze: 750 m di nuoto, 20 km di ciclismo, 5 km di podismo. Per garantire la sicurezza dei partecipanti e il sereno svolgimento della manifestazione, il campo gara sarà chiuso al traffico. Norme comportamentali per i concorrenti. I concorrenti devono - rispettare le norme del Regolamento Tecnico - rispettare le norme del regolamento specifico della gara - seguire le istruzioni fornite da organizzatori e giudici di gara - osservare un comportamento corretto e leale - seguire i percorsi prestabiliti - fermarsi quando il medico di gara li ritiene non idonei a proseguire la competizione - in caso di ritiro, segnalare ai giudici di gara l'avvenuto ritiro (la mancata comunicazione dell'avvenuto ritiro potrà comportare la squalifica con deferimento). Gli atleti NON devono: - arrecare danno ad altri atleti - essere accompagnati o farsi seguire in bici o a piedi - ricevere aiuti tecnici - ricevere cibo o bevande al di fuori degli spazi predisposti dall'organizzazione.



ZONA CAMBIO

La Zona Cambio, interamente transennata e chiusa al pubblico, verrà allestita nell'area antistante al Village. Ogni concorrente all'entrata della zona cambio dovrà esibire, se richiesta dai giudici, la propria tessera FITRI corredata da valido documento di riconoscimento. L'accesso alla zona cambio è consentito solo: - ai concorrenti; - ai giudici; - alle persone esplicitamente autorizzate. Nell'area di transizione ogni atleta può introdurre solo il materiale strettamente necessario allo svolgimento della gara; tutto il materiale usato in gara dai concorrenti dovrà essere collocato, negli orari stabiliti, nei posti riservati e contrassegnati dai rispettivi numeri di gara. Gli atleti sono tenuti a riposizionare il materiale usato nelle varie frazioni al posto assegnato, pena ammonizioni o squalifica da parte dei Giudici di gara. Area di partenza La spunta degli atleti verrà effettuata in prossimità della partenza, successivamente gli stessi dovranno seguire le indicazioni dei Giudici per recarsi alla linea di partenza, senza più allontanarsi sino all'inizio della competizione, pena ammonizione e squalifica da parte dei Giudici di gara.

BRIEFING

Il Briefing si terrà alle 14.15 sul campo gara. La visione del Briefing è vivamente consigliata per poter comprendere a pieno tutte le procedure da seguire.

PACCHI GARA

I pacchi gara saranno consegnati agli atleti presso la segreteria, negli orari indicati nel programma di gara. Con il pacco gara saranno consegnati: il numero da applicare sulla bicicletta, il pettorale per la corsa, il timing chip e il gadget della gara. Il partecipante, in occasione dell'evento, dovrà tenere un comportamento adeguato nel rispetto dell'ambiente e senza arrecare alcun danno al paesaggio. I rifiuti (gel, bottiglie/borracce vuote ecc.) dovranno essere tenuti nella bici o potranno essere smaltiti nelle apposite aree in prossimità dei ristoranti presenti sui percorsi. La violazione di queste regole comporterà la squalifica dalla gara.



6. CONTATTI

SOCIETA' ORGANIZZATRICE:
A.S.D. Atletica Tommaso Assi

REFERENTE:

Paolo Manno
3473883438

EMAIL:

paolomanno68@libero.it

DIRETTORE DI GARA:

Giampiero Angelilli
3471203172

SEGRETERIA:

Vincenzo Introna
3332228608



7. ASSISTENZA MEDICA

L'assistenza medica è garantita da n. 3 ambulanze e presenza su barca di appoggio del medico di gara.

La struttura ospedaliera di riferimento è l'Ospedale Civile Vittorio Emanuele II, Via G. Bovio 279/a
76011 Bisceglie (BT)

Telefono: 080 336 3111



8. NOTE

L'atleta iscritto alla gara TRANI IN TRIATHLON - TOMMASO ASSI 2023 – SPRINT GOLD autorizza espressamente la Atletica Tommaso Assi A.S.D. ed altre entità terze partner, unitamente a sponsor e media partner, all'acquisizione del diritto di utilizzare le immagini fisse o in movimento sulle quali potrà apparire, su tutti i supporti visivi nonché sui materiali promozionali e/o pubblicitari, prodotti e diffusi in tutto il mondo e per tutto il tempo massimo previsto dalle leggi, dai regolamenti e dai trattati in vigore, compresa eventuale proroga che potrà essere apportata al periodo previsto. L'atleta concede a Atletica Tommaso Assi A.S.D. ed a altre entità terze partner il diritto al pieno utilizzo della sua immagine senza limiti di tempo, luogo e modalità rinunciando ad avanzare qualunque pretesa, anche economica.

Responsabilità e privacy.

Con l'iscrizione alla gara TRANI IN TRIATHLON - TOMMASO ASSI 2023 – SPRINT GOLD l'atleta dichiara di conoscere nell'interezza di accettare il regolamento FiTri e il presente regolamento ufficiale. Ai sensi del D.lgs. n°196 del 30/6/2003 e seguenti, e in ottemperanza del Regolamento Europeo n.679/2016 - GDPR-, prima dell'iscrizione l'atleta è tenuto a prendere visione della documentazione in materia di tutela della privacy ed a esprimere il proprio consenso al trattamento dei dati personali. Per tutto quanto non previsto nella presente guida si rimanda ai regolamenti specifici e alle leggi vigenti in materia. L'organizzatore si riserva di variare in qualunque momento ogni norma del presente regolamento per motivi di forza maggiore.

Il tempo massimo per effettuare tutte e tre le frazioni di gara sarà di 2h per la gara Sprint Gold, dopo non sarà più garantita la chiusura totale delle strade pertanto ci si dovrà attenere alle regole della normale circolazione stradale.

Per quanto non contemplato nel presente regolamento vale il regolamento tecnico F.I.Tri. vigente.

Tutti i concorrenti devono obbligatoriamente osservare le norme stabilite dal Codice della Strada.

Nelle frazioni bici e corsa le strade saranno chiuse al traffico veicolare.



9. DOVE ALLOGGIARE

In città ci sono moltissimi hotel e appartamenti in affitto: trovare quindi un posto in cui soggiornare non sarà difficile ed il bello è che i prezzi non sono nemmeno esagerati come ci si aspetterebbe. Naturalmente però, il consiglio è sempre quello di prenotare online su un sito affidabile come Booking: in questo modo potrete approfittare di promozioni e sconti sicuramente molto convenienti e potrete stare tranquilli. Su Booking potete anche leggere le recensioni di coloro che sono già stati nelle varie strutture, in modo da farvi un'idea e vedere con i vostri occhi le foto scattate dai clienti. Di certo per stare tranquilli e andare sul sicuro questa è la soluzione migliore e più consigliata!

Le strutture ricettive vicino al Village sono le seguenti:

- Bed & Breakfast IL SOLE
- Colonna Rooms
- Gioia Rooms
- Suite Room Trani
- Golden Bay
- Bed & Breakfast La Bella Trani
- B&B MilleVoglie
- Suite210
- Villa Ascosa Trani
- Trani Rent Rooms
- Hotel Riviera
- Villa Mary
- Galileo Suite Trani
- Maremaris B&B

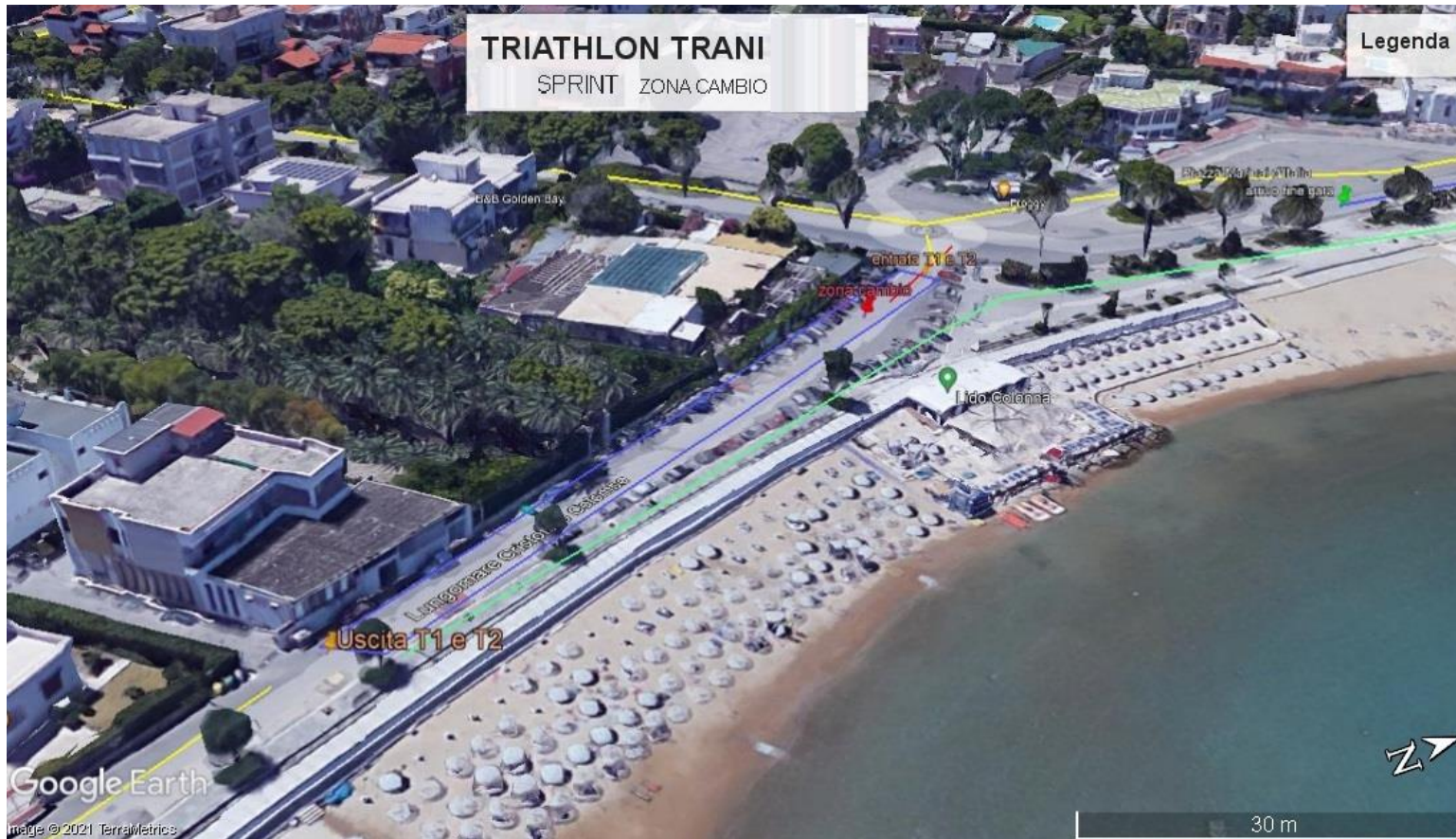


10. MAPPE





11.ZONA CAMBIO





12. PERCORSO

Prima frazione swim: è un giro unico in senso antiorario con due boe di riferimento, per un totale di 750 metri



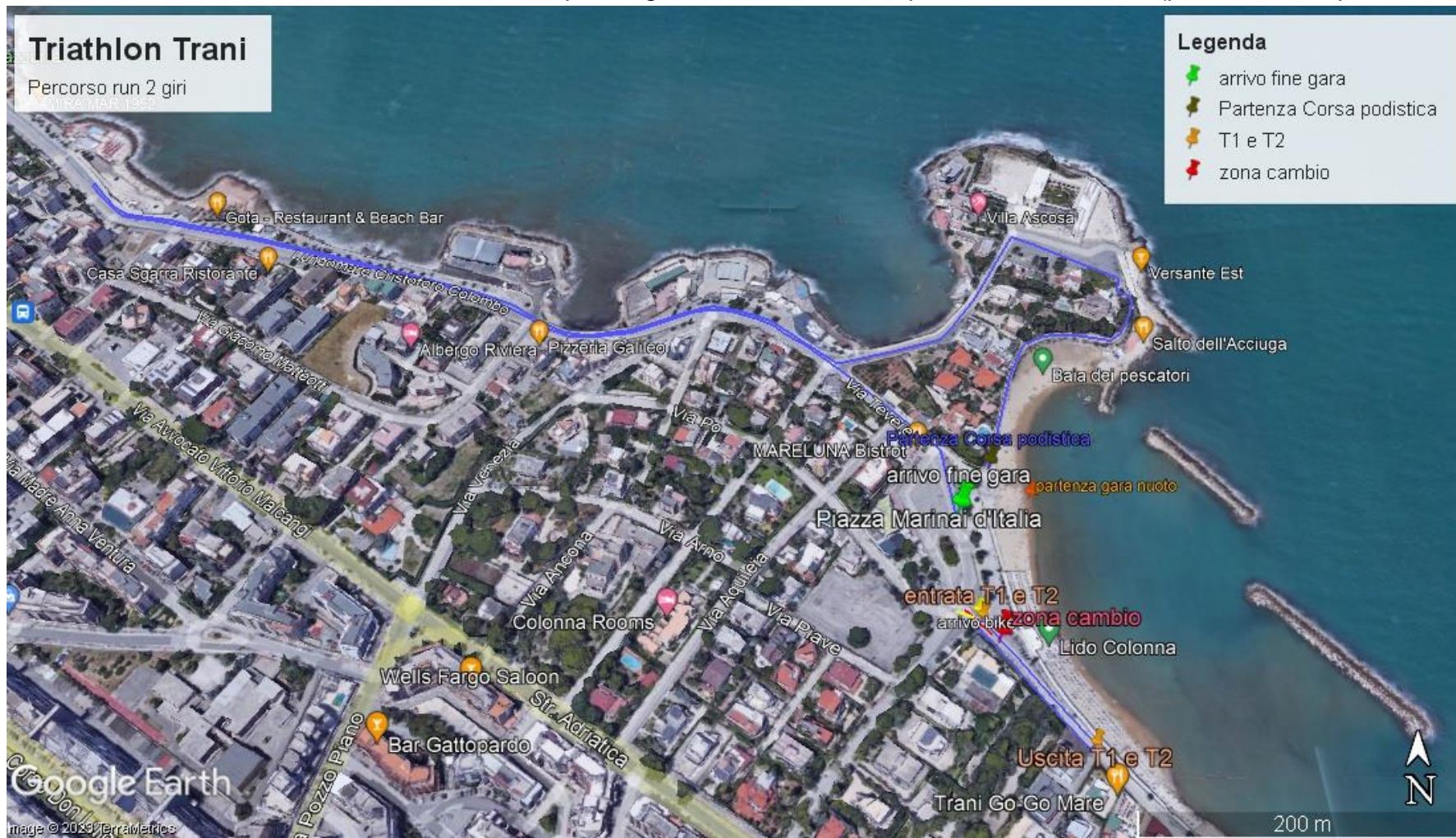


Seconda frazione bike: è un circuito cittadino Multilap di 2 giri in senso antiorario per un totale di 20 Km





Terza frazione run: è un circuito cittadino Multilap, di 2 giri in senso antiorario per un totale di 5 Km (percorso sulla pista ciclabile).





13.INFO VARIE

In caso di rinuncia dell'atleta, per qualsiasi motivo, **fino a 30gg prima della gara** e previa comunicazione email a info@atleticatommassoassi.it verrà restituito il 50% della quota di iscrizione o sarà rilasciato un buono di iscrizione per l'edizione successiva; **oltre tale termine la quota non sarà restituita.**

In caso di annullamento prima dell'inizio dell'evento o durante lo stesso, causa negligenza e provata responsabilità oggettiva dell'organizzatore, comprovata dal Delegato Tecnico/Giudice Arbitro o dal Giudice Sportivo, all'atleta va rimborsata il 100% della quota di iscrizione.

In caso di annullamento prima dell'inizio dell'evento o durante l'evento stesso, causa disposizioni delle Autorità competenti per cause naturali certificate e/o cause non dipendenti da responsabilità oggettiva dell'organizzatore, l'atleta non va rimborsato.

La consegna dei pacchi gara e delle buste contenenti Briefing, Pettorale e Chip avverrà:

Domenica 10 settembre dalle 09:00 alle 13:00 presso il gazebo allestito in Piazza Marinai d'Italia nel *village* della manifestazione.

La gara TRIATHLON TRANI "TOMMASO ASSI" 2023 – SPRINT GOLD si svolgerà secondo le norme contenute nel Regolamento Tecnico della F.I.Tri..

GRAZIE

Tommaso Assi Triathlon Team