

# 1° LONABA CROSS DUATHLON

Sprint Silver e Categorie Kids e Young

DUATH  
LON  
ABA

GUIDA TECNICA

**TRIATHLON 7C**  
ASIAGO

**FITRI** Federazione  
Italiana Triathlon

5-6  
OTT  
2019  
ROANA

1. **ORGANIZZAZIONE** *Organisation*
  - 1.1 **Come raggiungere il Campo Gara** *How to reach the field of play*
2. **PROGRAMMA** *Program*
3. **DISTANZE, DESCRIZIONE E MAPPE PERCORSI**  
*Distances, courses' description and maps*
  - 3.1 **Distanze** *Distances*
  - 3.2 **Descrizione percorsi** *Courses' description*
  - 3.3 **Campo gara** *Field of play*
  - 3.4 **Mappe percorsi** *Courses' maps*
    - 3.4.1 **Mappe gare Supersprint (YA) e Sprint** *Supersprint (YA) & Sprint race maps*
      - 3.4.1.1 **Mappa percorsi RUN** *RUN courses' maps*
      - 3.4.1.2 **Mappa percorso MTB** *MTB courses' maps*
    - 3.4.2 **Mappe gare categorie Giovanissimi** *Race maps for Giovanissimi cat.*
      - 3.4.2.1 **Mappa percorsi categoria Minicuccioli** *Courses' map for Minicuccioli cat.*
      - 3.4.2.2 **Mappa percorsi categoria Cuccioli** *Courses' map for Cuccioli cat.*
      - 3.4.2.3 **Mappa percorsi categoria Esordienti** *Courses' map for Esordienti cat.*
      - 3.4.2.4 **Mappa Percorsi categoria Ragazzi** *Courses' map for Ragazzi cat.*
    - 3.5 **Zona cambio** *Transition area*
4. **ISCRIZIONE** *Registration*
  - 4.1 **Modalità di iscrizione** *Registration procedure*
  - 4.2 **Quote di iscrizione** *Registration fees*
  - 4.3 **Chiusura iscrizioni** *Registration deadline*
  - 4.4 **Promozioni** *Promotions*
5. **CONDIZIONI DI PARTECIPAZIONE** *Participating conditions*
  - 5.1 **Condizioni di partecipazione** *Participating conditions*
  - 5.2 **Tesseramento giornaliero** *One-day registrations*
6. **MONTEPREMI E PREMIAZIONI** *Prize awards and award ceremonies*
7. **INFORMAZIONI** *Information*
8. **ALBERGHI** *Accommodation*
9. **DISPOSIZIONI FINALI** *Final instructions*

# I. ORGANIZZAZIONE Organisation

**ORGANIZZATORE:**

*Local organizing committee:*

TRIATHLON 7C ASD  
Via Matteotti, 83  
36012 Asiago – VII4:  
P.I. e C.F. 04015320247

**REFERENTE:**

*Contact manager:*

Leonardo Franco  
tel. **+39 347 6898418**  
mail [triathlon7c@gmail.com](mailto:triathlon7c@gmail.com)  
pec [triathlon7c@pec.it](mailto:triathlon7c@pec.it)

**SITO WEB:**

*Website:*

[www.triathlon7c.it](http://www.triathlon7c.it)

**DIRETTORE DI GARA:**

*Race director:*

Leonardo Franco

**SEGRETERIA:**

*Office manager:*

Fabrizio Cunico  
tel. **+39 349 3788540**

**CAMPO GARA:**

*Venue:*

Località Laghetto Lonaba  
Via Laghetto  
36010 Roana  
Coordinate 45,8896 Nord – 11,4606 Est  
*Coordinates 45,8896 North – 11,4606 East*

**1.1 COME RAGGIUNGERE IL CAMPO GARA** *How to reach the venue*

È possibile raggiungere Roana in auto, in treno o in aereo.

*You can reach Roana by car, train and plane.*

**IN AUTO** *By car*

Da sud *From south*

Prendere l'autostrada A14 Bologna-Padova, uscire a Villamarzana-Rovigo Sud, percorrere la SS434 Transpolesana fino all'uscita per prendere l'Autostrada A31 della Valdastico. Percorrere tutta l'A31 uscendo a Piovene Rocchette, proseguite sulla SP349 del Costo fino ad arrivare a Canove. Alla seconda rotonda prendete la terza uscita

seguendo le indicazioni per Roana. Arrivati in centro a Roana prendete la strada sulla destra che sale in località Laghetto (seguite le indicazioni).

*Take the Bologna-Padova A14 highway . Take the Villamarzana-Rovigo South exit and drive along the Transpolesana SS434 to the junction with Valdastico A31 highway. Drive to the last exit of Piovene Rocchette and take the Costo SP349 and proceed to Canove. Take the third exit of the second roundabout and follow road signs to Roana. When in towncentre, take right uphill to Laghetto (follow road signs).*

Da ovest *From west*

Imboccare l'Autostrada A4 Milano Venezia in direzione Venezia percorrendola fino al raccordo con l'Autostrada A31 della Valdastico, in direzione Nord - Piovene Rocchette. Percorrere tutta l'A31 uscendo a Piovene Rocchette, proseguite sulla SP349 del Costo fino ad arrivare a Canove. Alla seconda rotonda prendete la terza uscita seguendo le indicazioni per Roana. Arrivati in centro a Roana prendete la strada sulla destra che sale in località Laghetto (seguite le indicazioni).

*Take the Milan-Venice A4 highway toward Venice and drive to the junction with Valdastico A31 highway . Proceed northward to the last exit of Piovene Rocchette and take the Costo SP349 and proceed to Canove. Take the third exit of the second roundabout and follow road signs to Roana. When in towncentre, take right uphill to Laghetto (follow road signs).*

Da est *From east*

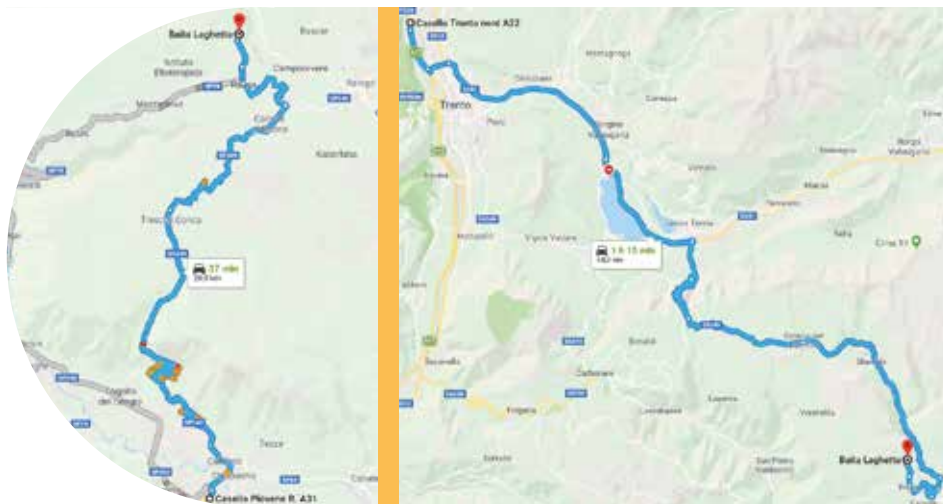
Imboccare l'Autostrada A4 Milano Venezia in direzione Milano percorrendola fino al raccordo con l'Autostrada A31 della Valdastico, in direzione Nord - Piovene Rocchette. Percorrere tutta l'A31 uscendo a Piovene Rocchette, proseguite sulla SP349 del Costo fino ad arrivare a Canove. Alla seconda rotonda prendete la terza uscita seguendo le indicazioni per Roana. Arrivati in centro a Roana prendete la strada sulla destra che sale in località Laghetto (seguite le indicazioni).

*Take the Milan-Venice A4 highway toward Milan and drive to the junction with Valdastico A31 highway . Proceed northward to the last exit of Piovene Rocchette and take the Costo SP349. Proceed to Canove. Take the third exit of the second roundabout and follow road signs to Roana. When in towncentre, take right uphill to Laghetto (follow road signs).*

Da nord *From north*

Prendere l'autostrada A22 del Brennero in direzione Verona. Uscire a Trento Nord-Interporto ed alla rotonda prendere la prima uscita direzione Padova. Seguire le indicazioni Padova e prendere la SS47 della Valsugana. Arrivati a Levico uscire a Levico Terme-S.Giuliana-Lochere-Quaere. Salire verso gli Altipiani di Folgaria-Lavarone per la SP133. Arrivati a Monterovere proseguire in direzione Asiago. Arrivati a Camporovere in corrispondenza della Chiesa girare a destra e scendere a Canove. Alla rotonda prendete la prima uscita seguendo le indicazioni per Roana. Arrivati in centro a Roana prendete la strada sulla destra che sale in località Laghetto (seguite le indicazioni).

Take Brennero A22 highway toward Verona. Take the exit of Trento North-Interporto. At the first roundabout take the first exit to Padova and soon after the Valsugana SS47. When in Levico take the exit to Levico Terme-S.Giuliana-Lochere-Quaere. When in Monterovere proceed toward Asiago and in Campoverve turn right opposite the Church to Canove. At the first roundabout take the first exit to Roana. When in towncentre, take right uphill to Laghetto (follow road signs).



#### IN TRENO *By train*

Le stazioni di riferimento sono Vicenza, Thiene o Bassano del Grappa. Dalle stazioni potete prendere un trasporto locale di linea o chiamare un Taxi.

*By train you may reach the following railway stations: Vicenza, Thiene or Bassano del Grappa. From there take a public bus or a taxi.*

#### IN AEREO *By plane*

Oltre agli aeroporti principali Veneti (Venezia, Verona, Treviso), dove potete noleggiare un'auto e raggiungere quindi l'Altopiano, ad Asiago c'è un Aeroporto Turistico, il più alto d'Italia. E' dotato di 2 piste, una in asfalto lunga 1.120 m larga 23 m ed una in erba lunga 1.100 m e larga 90 m. Per ulteriori informazioni potete contattare la segreteria dell'Aeroporto allo 0424 465845 – [info@aerportoasiago.it](mailto:info@aerportoasiago.it).

*The nearest airports are: Venice (km 110), Treviso (km 130), and Verona (km 105). From there you may rent a car and drive to the Altopiano di Asiago. In Asiago there's the Italian highest touristic airport a.s.l. It has a tarmac landing strip 120mt long and 23mt wide, and a grass one 100mt long and 90mt wide. For further information contact the airport office: 0424 465845 - [info@aerportoasiago.it](mailto:info@aerportoasiago.it).*

## 2. PROGRAMMA Program

SABATO	OTT 5 OCT	SATURDAY
15.00 - 16.30	Prove percorsi di gara con assistenza	<i>Race courses familiarization with assistance</i>
17.00 - 18.30	Ritiro pettorali e pacchi gara c/o Ufficio della Pro Loco di Roana	<i>Race packets and bibs withdrawal at the Pro Loco office in Roana</i> -> Piazza Santa Giustina n. 43
18.30	Briefing presso Stadio del Ghiaccio	<i>Briefing in the Ice Arena</i>
20.00	Podistica non competitiva "LONABA" su distanza 5000 m con partenza ed arrivo presso lo Stadio del Ghiaccio	<i>Podistica non competitiva "LONABA" su distanza 5000 m with start and finish at the Ice Arena</i>
	Non previsti spogliatoi e docce	<i>No showers and changing rooms provided</i>
	A seguire rinfresco presso Stadio del Ghiaccio	<i>Refreshments afterwards</i>
	"LONABA" non competitiva running race on a distance of mt 5000	<i>"LONABA" non competitive running race on a distance of mt 5000</i>
	Start and finish area beside the Ice Arena	<i>Start and finish area beside the Ice Arena</i>
	No showers and changing rooms provided	<i>No showers and changing rooms provided</i>
	Refreshments afterwards	<i>Refreshments afterwards</i>

DOMENICA	OTT 6 OCT	SUNDAY
7.30 - 12.00	Ritiro pettorali e pacchi gara presso la segreteria all'interno dello Stadio del Ghiaccio	<i>Race packets and bibs withdrawal at the race Office in the Ice Arena</i>
8.00	Apertura Zona Cambio per categorie Kids (da MC a YA)	<i>Transition Area opening for Kids categories (from MC to YA)</i>
9.15	Chiusura Zona Cambio per categorie Kids	<i>Transition Area closing for Kids cat.</i>
9.30 - 12.30	Gare categorie Kids	<i>Kids races</i>
12.45	Apertura Zona Cambio per categorie YB - Junior ed Age Group	<i>Transition Area opening for YB - Junior and Age Group</i>
13.45	Chiusura Zona Cambio per categorie YB - Junior ed Age Group	<i>Transition Area closing for YB - Junior and Age Group</i>
14.00	Partenza gara Sprint Silver	<i>Sprint Silver race start</i>
16.00	Premiazioni presso il Campo Gara o c/o lo Stadio del Ghiaccio in caso di maltempo.	<i>Award ceremony on the venue or in the Ice Arena in case of bad weather conditions</i>
	Si inizierà con le premiazioni delle categorie Giovanili	<i>The younger categories will be awarded first</i>

dalle 12:00  
pasta party  
presso lo  
Stadio del Ghiaccio  
Pasta Party open  
from noon in the  
Ice Arena

### 3.

## DISTANZE, DESCRIZIONE E MAPPE PERCORSI

### *Distances, courses' description and maps*

#### 3.1 DISTANZE *Distances*

Le distanze sono espresse in metri *Distances expressed in linear meters*

<b>Categoria</b>	<b>Run</b>	<b>MTB</b>	<b>Run</b>
Mini Cuccioli	200	450	100
Cuccioli	400	1.150	200
Esordienti	800	2.250	400
Ragazzi	2000	3.000	1000
Youth A	3000	7.500	1500
Youth B - Junior - Age Group	3000	14.000	1500

N.B.: le distanze e le mappe definitive saranno quelle che verranno comunicate al briefing pregara e che saranno esposte alla bacheca presso il campo gara e negli spogliatoi. *Please note: final distances and maps will be communicated during pre-race briefing and displayed on the notice board in the venue and in the changing rooms.*

#### 3.2 DESCRIZIONE PERCORSI (gara Supersprint e Sprint)

**Courses' description** (*Supersprint and Sprint race*)

Il percorso **Run**, sia per la prima che per l'ultima frazione si sviluppa interamente su fondo sterrato. Sulla parte iniziale sono presenti delle lunghe scalinate con le alzate costituite da tronchi. Il resto del percorso non presenta particolari difficoltà. La parte finale è sulle sponde del lago e sarà parzialmente su passeggiata in tavole di legno.

Il percorso **Bike** in MTB si sviluppa interamente su percorso sterrato, ad esclusione di un breve tratto asfaltato. Si percorre parte della ciclabile Asiago-Folgaria. Non presenta particolari difficoltà tecniche ed è di larghezza circa m 6,00 per quasi l'intera lunghezza del percorso.

La **Zona Cambio** situata lungo la strada di accesso alla Baita Laghetto, è su fondo completamente asfaltato, con moquette sotto alla linea di appoggio delle bici per una larghezza di m 2. La linea cambio è bifacciale con spazio distanza di interasse delle bici di circa cm 100. La zona cambio compensata è completamente recintata e sorvegliata fino a 15' dopo l'arrivo dell'ultimo concorrente. Dopo tale orario non sarà garantita la sorveglianza del materiale rimasto all'interno.

*The Run track's first and last fractions develop entirely off road. On the first part of the trail there are tree trunk steps, but no other difficulties ahead. The last part runs along the lake bank and on boardwalks.*

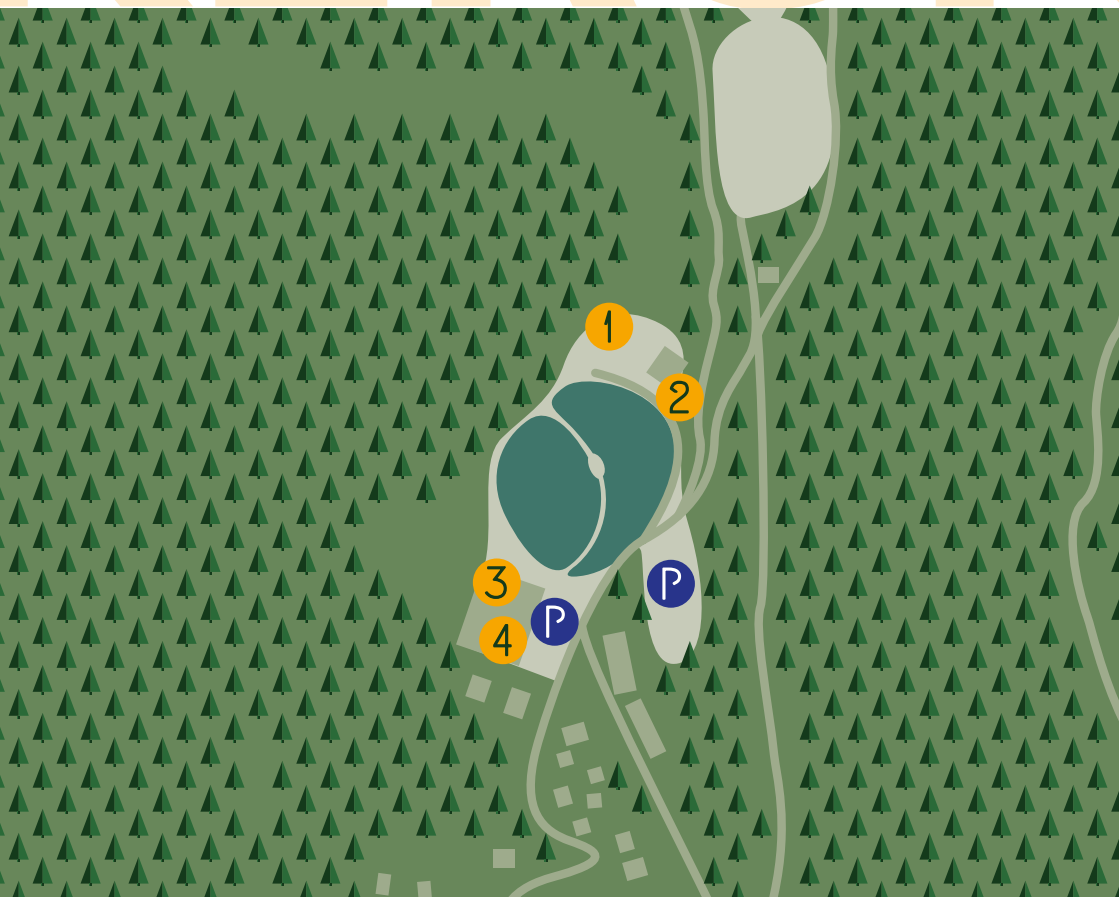
The **MTB** course is entirely off road, except for a short asphalt track. It develops along the Asiago-Folgaria bike trail. It's about 6 m wide and without technical difficulties.

The **Tarmacked Transition Area** is located on the access lane to the Baita Laghetto. The bike lane is carpeted for 2 m in width. It's double-sided and the bike interaxle spacing is about 80 cm. It will be fenced and watched all along until 15 minutes after the last athlete's arrival. Afterward, no security will be guaranteed.

### 3.3 CAMPO GARA *Field of play*

N.B.: le distanze e le mappe definitive saranno quelle che verranno comunicate al briefing pregara e che saranno esposte alla bacheca presso il campo gara e negli spogliatoi.

*Please note: final distances and maps will be communicated during pre-race briefing and displayed on the notice board in the venue and in the changing rooms.*

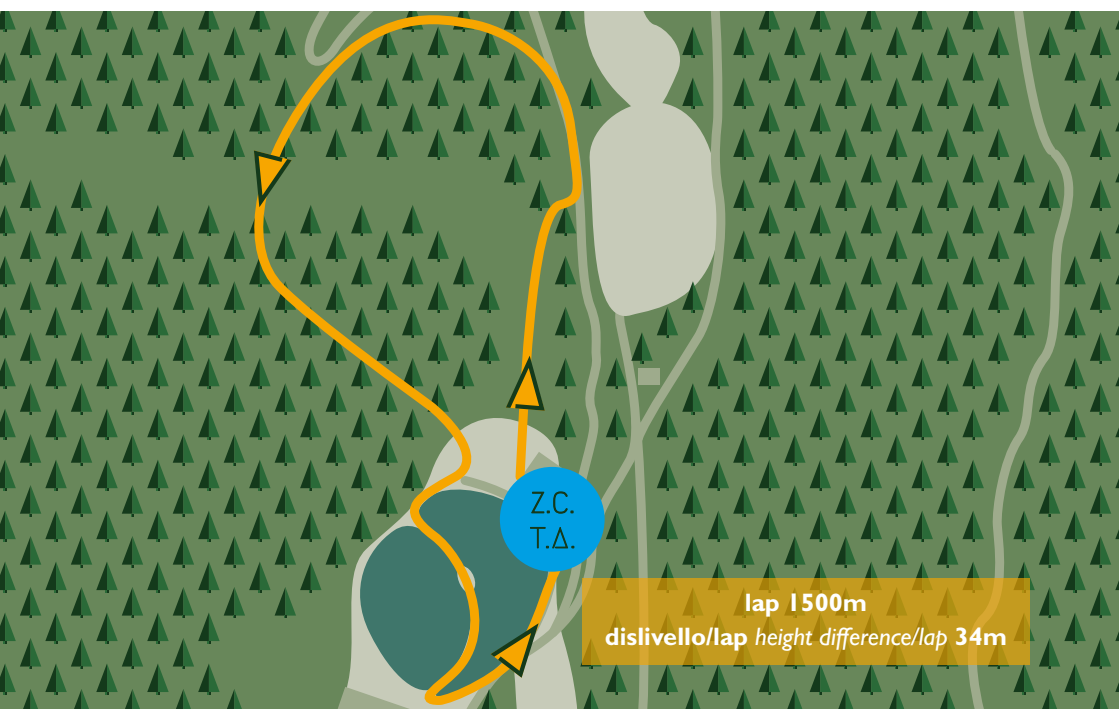




### 3.4 MAPPE PERCORSI Courses' maps

#### 3.4.1 MAPPE GARE SUPERSPRINT E SPRINT Supersprint and sprint race maps

##### 3.4.1.1 MAPPA PERCORSI RUN Run courses map



#### PERCORSO RUN 1ª frazione run course first fraction

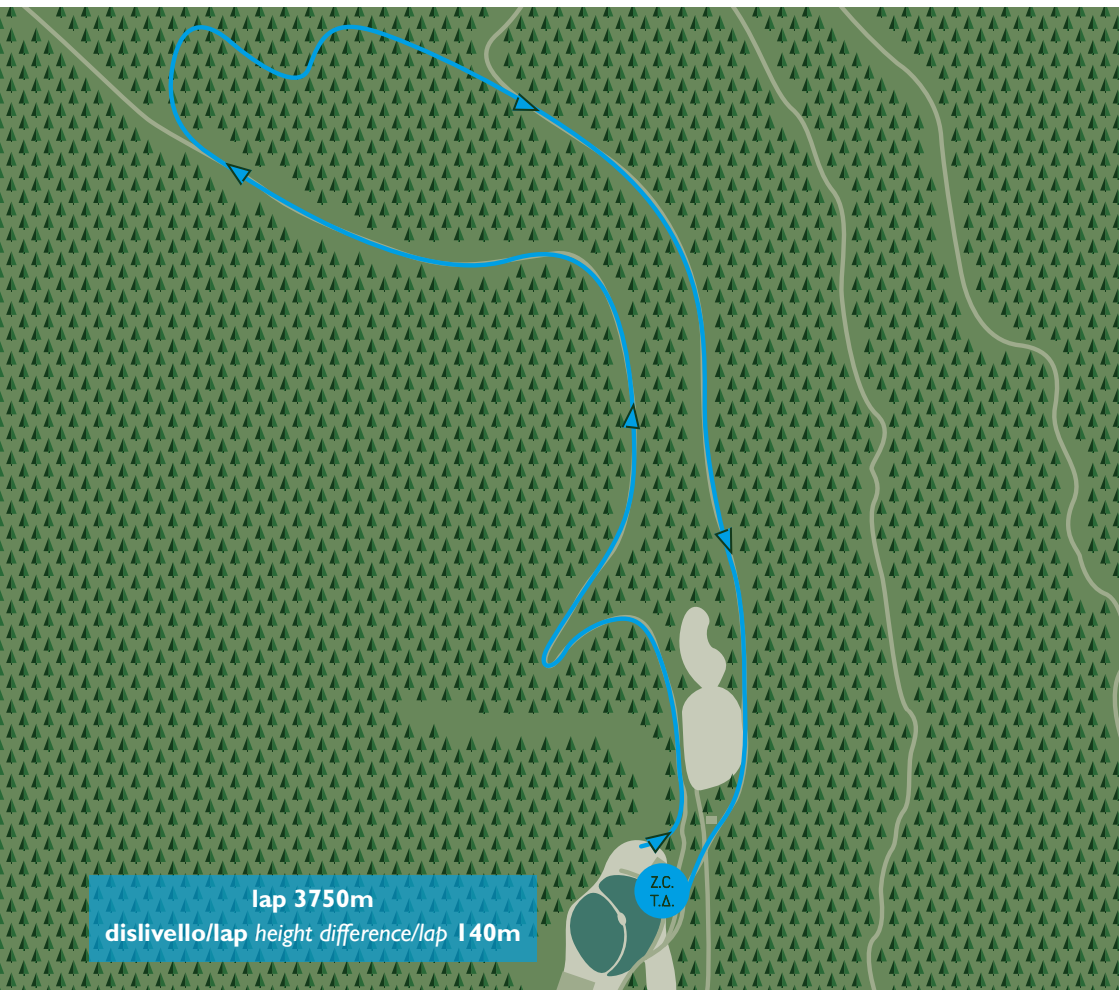
Gara race	Categorie categories	Giri laps	Dist. tot.	Disl. tot. tot. height diff.
Supersprint	YA	2	3000	68
Sprint	YB-J-U23-AG	2	3000	68

#### PERCORSO RUN 3ª frazione run course third fraction

Gara race	Categorie categories	Giri laps	Dist. tot.	Disl. tot. tot. height diff.
Supersprint	YA	1	1500	34
Sprint	YB-J-U23-AG	1	1500	34

N.B.: le distanze e le mappe definitive saranno quelle che verranno comunicate al briefing pregara e che saranno esposte alla bacheca presso il campo gara e negli spogliatoi.  
Please note: final distances and maps will be communicated during pre-race briefing and displayed on the notice board in the venue and in the changing rooms.

### 3.4.1.2 MAPPA PERCORSO MTB *Mtb courses map*



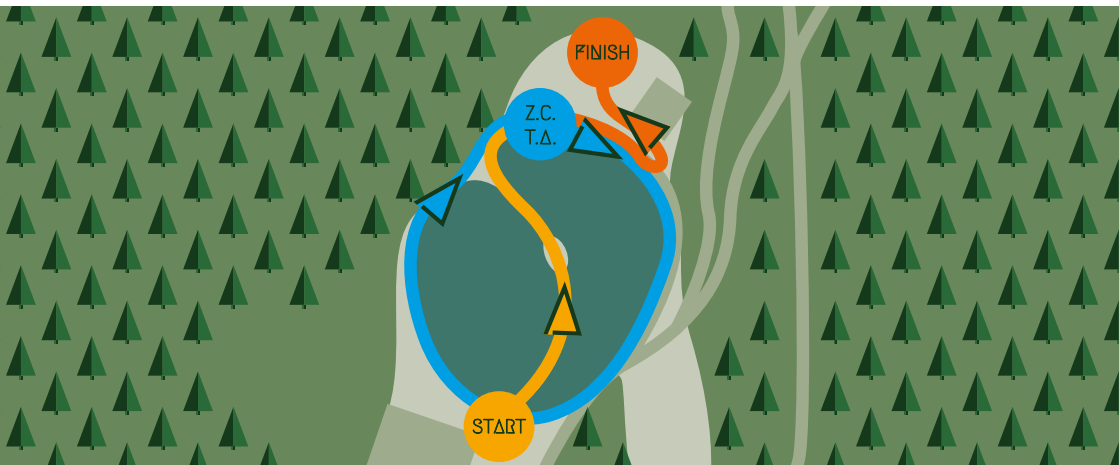
#### **PERCORSO MTB 2<sup>a</sup> frazione** *MTB course second fraction*

Gara race	Categorie categories	Giri laps	Dist. tot.	Disl. tot. tot. height diff.
Supersprint	YA	2	7.500	280
Sprint	YB-J-U23-AG	4	15.000	560

N.B.: le distanze e le mappe definitive saranno quelle che verranno comunicate al briefing pregara e che saranno esposte alla bacheca presso il campo gara e negli spogliatoi.  
*Please note: final distances and maps will be communicated during pre-race briefing and displayed on the notice board in the venue and in the changing rooms.*

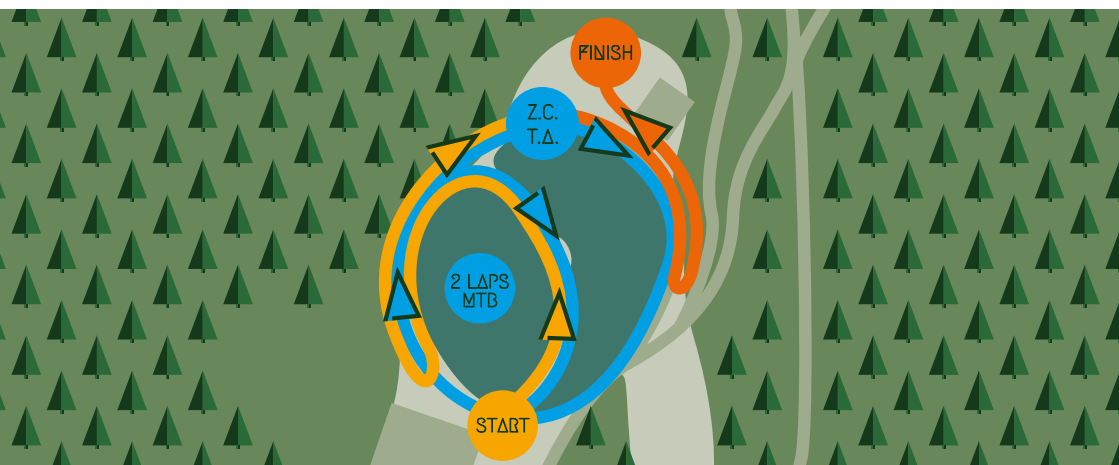
### 3.4.2 MAPPE GARE CATEGORIE GIOVANISSIMI *Giovanissimi race maps*

#### 3.4.2.1 MAPPA PERCORSI MINICUCCIOLI *Minicuccioli course map*



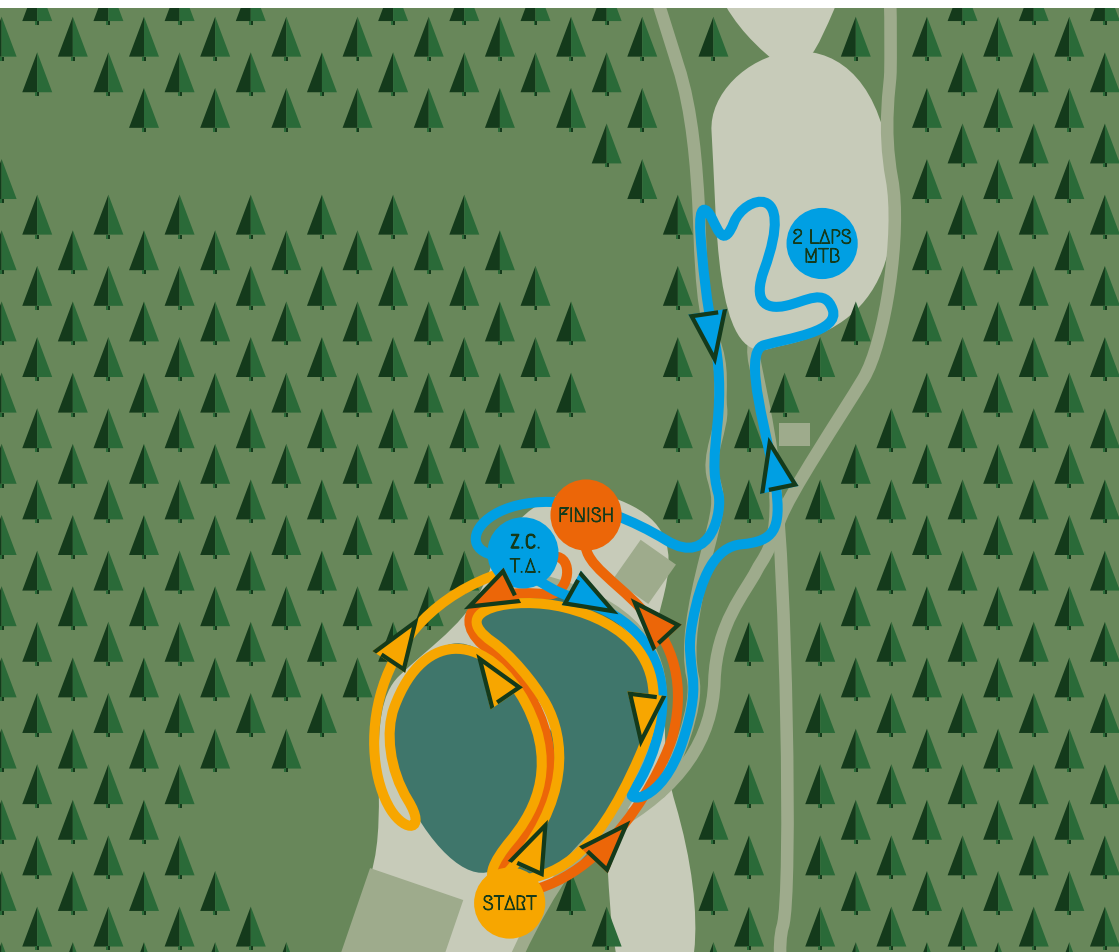
Giallo yellow	1 <sup>a</sup> frazione 1 <sup>st</sup> fraction	RUN	200 m
Azzurro blue	2 <sup>a</sup> frazione 2 <sup>nd</sup> fraction	MTB	450 m
Arancione orange	3 <sup>a</sup> frazione 3 <sup>rd</sup> fraction	RUN	100 m

#### 3.4.2.2 MAPPA PERCORSI CUCCIOLI *Cuccioli courses' map*



Giallo yellow	1 <sup>a</sup> frazione 1 <sup>st</sup> fraction	RUN	400 m
Azzurro blue	2 <sup>a</sup> frazione 2 <sup>nd</sup> fraction	MTB	1.150 m
Arancione orange	3 <sup>a</sup> frazione 3 <sup>rd</sup> fraction	RUN	200 m

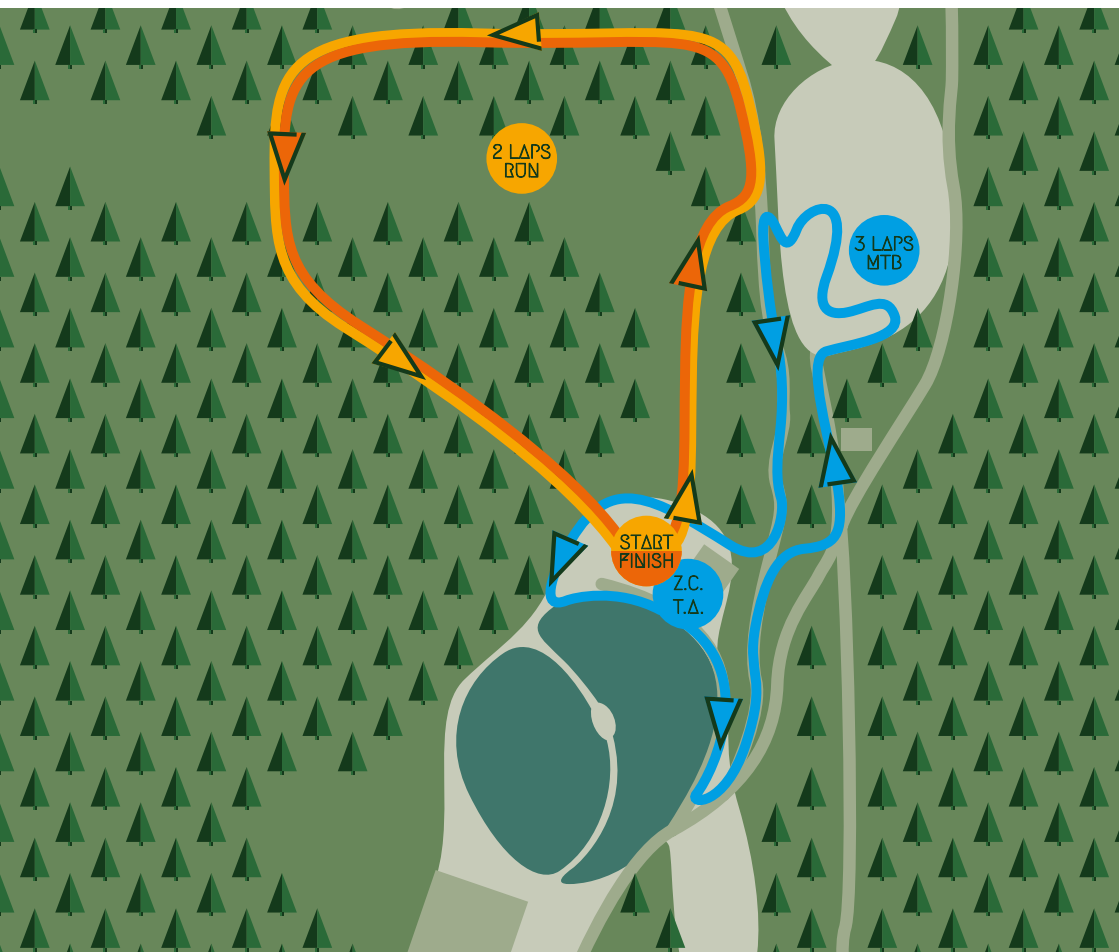
### 3.4.2.3 MAPPA PERCORSI ESORDIENTI *Esordienti courses map*



Giallo yellow	1 <sup>a</sup> frazione 1 <sup>st</sup> fraction	RUN	800 m
Azzurro blue	2 <sup>a</sup> frazione 2 <sup>nd</sup> fraction	MTB	2250 m
Arancione orange	3 <sup>a</sup> frazione 3 <sup>rd</sup> fraction	RUN	400 m

N.B.: le distanze e le mappe definitive saranno quelle che verranno comunicate al briefing pregara e che saranno esposte alla bacheca presso il campo gara e negli spogliatoi.  
*Please note: final distances and maps will be communicated during pre-race briefing and displayed on the notice board in the venue and in the changing rooms.*

### 3.4.2.4 MAPPA PERCORSI RAGAZZI *Ragazzi courses' map*

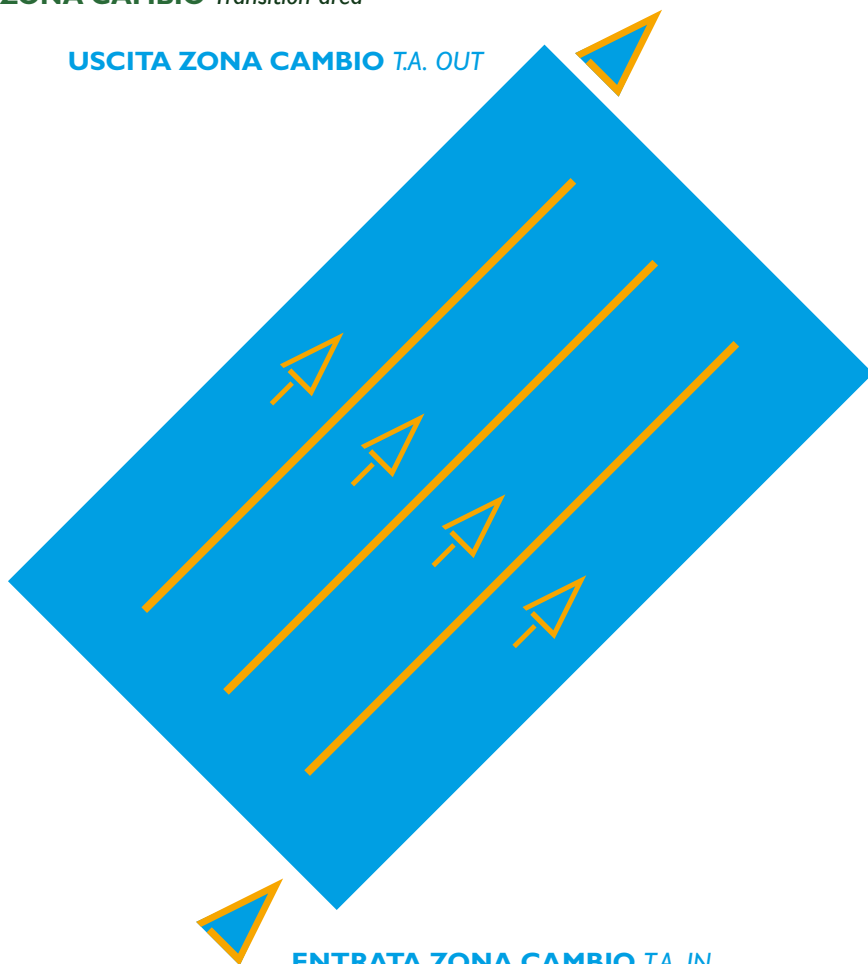


Giallo yellow	1 <sup>a</sup> frazione 1 <sup>st</sup> fraction	RUN - 2 laps	2000 m
Azzurro blue	2 <sup>a</sup> frazione 2 <sup>nd</sup> fraction	MTB - 3 laps	3300 m
Arancione orange	3 <sup>a</sup> frazione 3 <sup>rd</sup> fraction	RUN - 1 lap	1000 m

N.B.: le distanze e le mappe definitive saranno quelle che verranno comunicate al briefing pregara e che saranno esposte alla bacheca presso il campo gara e negli spogliatoi.  
*Please note: final distances and maps will be communicated during pre-race briefing and displayed on the notice board in the venue and in the changing rooms.*

### 3.5 ZONA CAMBIO *Transition area*

USCITA ZONA CAMBIO T.A. OUT



ENTRATA ZONA CAMBIO T.A. IN

**ZONA CAMBIO** compensata e con supporti bici bifacciali. Interasse bici circa cm 100

**NUMERO MASSIMO DI BICI** (per gara Sprint): 400 bici

**TRANSITION AREA** with compensation and double-sided racks. Bike interaxle spacing of about 100 cm

**BIKES MAXIMUM CAPACITY** (for the sprint race): 400 bikes

N.B.: Le categorie Minicuccioli, Cuccioli, Esordienti e Ragazzi avranno una Zona Cambio a loro dedicata, situata sulla sponda nord del lago

*Please note: the transition area for Minicuccioli, Cuccioli, Esordienti and Ragazzi will be located on the lake's north shore*

## 4. ISCRIZIONE *Registration*

### 4.1 MODALITÀ DI ISCRIZIONE *Registration procedure*

Le iscrizioni possono essere effettuate tramite il portale MySdam ([www.mysdam.net](http://www.mysdam.net)) o tramite richiesta scritta via mail a [triathlon7c@gmail.com](mailto:triathlon7c@gmail.com)

Per iscrizione tramite mail indicare:

- nome e cognome
- società di appartenenza e numero di tessera FITRI
- contatti (telefono e mail)
- copia della ricevuta del pagamento

Per l'eventuale tesseramento giornaliero consultare la Circolare FITRI prot. 123/eb, di cui pubblichiamo un estratto al successivo punto n. 5.

Pagamento on line con MySdam (carta di credito o Paypal con addebito dei costi di gestione) a mezzo Bonifico a:

Triathlon 7C asd - via Matteotti n. 83 - 36012 Asiago

Banca Altovicentino - Agenzia di Asiago

IBAN IT12J 08669 60130 01900 4007773

BIC/SWIFT CCRIT2TF01

*Registrations can be made through MySdam ([www.mysdam.net](http://www.mysdam.net))*

*or emailed to [triathlon7c@gmail.com](mailto:triathlon7c@gmail.com)*

*When emailing please communicate:*

- *name and surname*
- *Team and FITRI card number*
- *contacts (Phone number and e-mail address)*
- *Payment confirmation*

*In case of one-day registration, please read Fitri's newsletter prot. 123/eb at following point 5*

*On line payment through MySdam (credit card or o Paypal plus bank charges)*

*Bank transfer to:*

*Triathlon 7C asd - via Matteotti n. 83 - 36012 Asiago*

*Banca Altovicentino - Agenzia di Asiago*

*IBAN IT12J 08669 60130 01900 4007773*

*BIC/SWIFT CCRIT2TF01*



## 4.2 QUOTE DI ISCRIZIONE *Registration fees*

MC – CU – ES – RA – YA – YB	€	8,00
Junior	€	15,00
U23 e cat. S1	€	25,00
Age Group	€	30,00

## 4.3 CHIUSURA ISCRIZIONI *Registrations' deadline*

Le iscrizioni saranno accettate fino alla data del 1 ottobre 2019. Per essere ritenute valide dovranno essere complete del pagamento della quota di iscrizione.

Pubblicazione elenco iscritti entro il 2 ottobre 2019.

Pubblicazione start list definitiva entro il 4 ottobre 2019

Dopo la pubblicazione della Start List ufficiale non saranno possibili altre iscrizioni, salvo inserimento mediante utilizzo delle Wild Card della Federazione secondo le modalità previste dal Regolamento tecnico.

Saranno possibili eventuali richieste di sostituzione di Atleti fino alla data del 3 ottobre, nel numero massimo di n. 1 Atleta per ogni Società, indistintamente se uomo o donna, a condizione che il sostituto possieda un tesseramento valido alla data di scadenza delle iscrizioni.

*Registrations will be accepted until 2019, October 1st, payment included.*

*The registrations' list will be published by 2019 October 2nd.*

*The start list will be published by 2019, October 4th*

*After the start list's publication, no registrations will be accepted except via Federation's Wild Card, according to the Technical Rules.*

*Within the 1st of October, one athlete per team can be changed, both male and female, only if regularly registered within deadline.*

## 4.4 PROMOZIONI *Promotions*

Sono previste le seguenti promozioni e scontistiche:

- Per iscrizioni regolarizzate, compreso il pagamento della quota, entro il 30 giugno 2019 sconto di € 5,00 per le sole categorie Age Group, compresi U23 ed S1;
- Per iscrizioni cumulative di Atleti della stessa Società, effettuate nello stesso momento e regolarizzate, compreso il pagamento della quota, è prevista una gratuità ogni 10 Atleti paganti (10 iscritti, 1 gratis).

*Promotions and reductions:*

- *A 5,00 Euro discount will be applied to registrations regularly paid within 2019, June 30th only for Age Group, U23 and S1.*
- *Every 10 athletes' collective registration of the same team, one is free (10+1).*



## 5. CONDIZIONI DI PARTECIPAZIONE

### Participating conditions

#### 5.1 CONDIZIONI DI PARTECIPAZIONE *Participating conditions*

Possono iscriversi alla gara tutti gli Atleti in regola con il tesseramento alla Federazione Italiana Triathlon per tramite della propria Società di appartenenza, ed in possesso di regolare Certificato Medico di Idoneità Agonistica per il Triathlon valido alla data di svolgimento della gara.

È inoltre prevista la possibilità del tesseramento giornaliero come previsto dalla Circolare FITRI prot. N. 123/eb di cui pubblichiamo un estratto:

**<https://www.fitri.it/it/documenti/circolari.html?download=1282:circolare-tesseramenti-giornalieri-2019>**

*Participants must be regularly registered with both their own Team and the Italian Triathlon Federation. They must have a regular medical certificate for triathlon suitability, valid on the race day. Daily registrations are admitted according to the Fitri newsletter prot. N. 123/eb. Check newsletter on the following link: <https://www.fitri.it/it/documenti/circolari.html?download=1282:circolare-tesseramenti-giornalieri-2019>*

#### 5.2 TESSERAMENTO GIORNALIERO *One-day registration*

È consentito il tesseramento giornaliero degli Atleti, ai sensi dell'art. 9.03 dello Statuto, solo per le singole gare. Il tesseramento giornaliero cessa alle ore 24 del giorno in cui si conclude la gara per il quale è stato accettato.

Il tesseramento giornaliero, ancorché richiesto ed ottenuto più volte nel corso dell'anno agonistico, determina il carattere non continuativo dell'attività sportiva, con ogni effetto a ciò conseguente.

Dovrà essere compilato e sottoscritto l'apposito modulo di richiesta di tesseramento giornaliero, copia del Certificato Medico di Idoneità Agonistica per Triathlon, il pagamento della quota secondo la tabella di seguito pubblicata. L'Atleta dovrà avere con sé il giorno della gara l'originale del Certificato di cui sopra da esibire su richiesta all'organizzatore o a suo preposto.

*Athletes can apply for a one-day registration according to art. 9.03 of the Rules for a single race only. The one-day registration is valid until 12,00 pm of the race day. The one-day registration may be applied for several times in a season, nonetheless, it determines the non continuative characteristic of the sport activity.*

*Please fill in and sign the one-day registration form, provide a medical certificate for triathlon races suitability and pay the registration fee as shown hereafter. Don't forget to bring along your original medical certificate on the race day, as you may be asked to show it.*

**TESSERAMENTO GIORNALIERO ATLETI TRIATHLON****QUOTA****One-day registration fees****Fee**

Minicuccioli, Cuccioli, Esordienti, Ragazzi, Youth A e Youth B

€ 5,00

Age group per gare Sprint

€ 20,00

Certificazioni mediche previste:

- per tutti gli Atleti da 12 anni in su (anno solare) certificato medico agonistico per il triathlon;
- per tutti gli Atleti delle categorie Giovanissimi certificato medico di idoneità alla pratica sportiva non agonistica, valido un anno solare;

*Required medical certificates:*

- *From 12 years over (calendar year): medical certificate for triathlon races suitability.*
- *Under 12 years (Giovanissimi): medical certificate for sport suitability. Validity: one year.*



## 6. MONTEPREMI E PREMIAZIONI

### Prize awards and award ceremonies

#### 6.1 MONTEPREMI *Prize awards*

Per la gara Sprint Silver il montepremi è fissato in € 1.000,00 e sarà così suddiviso:

*Sprint Silver races will get a € 1.000,00 prize award to be divided as follows:*

Posizione place	%	Uomini men	Donne women
1°	50	250,00	250,00
2°	30	150,00	150,00
3°	20	100,00	100,00
Totale	100	500,00	500,00

Salvo adeguamento in base al numero degli iscritti come previsto dalla Circolare Gare in vigore.

Saranno premiati con montepremi in natura i primi 3 classificati di ogni categoria, con esclusione degli Elite.

Per le categorie giovanili sono previste medaglie per i primi 3 classificati di ogni categoria.

*Prize awards can be adjusted to the final number of participants according to the current Fitri Race Newsletter.*

*The first 3 places of each category will receive prizes in local produce, except the Elite Category.*

*The first 3 places of each Young category will be awarded with medals.*

#### 6.2 PREMIAZIONI *Award ceremony*

Le premiazioni sono previste a partire dalle ore 16:00 presso il Campo Gara o presso il vicino Stadio del Ghiaccio in caso di maltempo. Si inizierà con le categorie giovanili.

*Award ceremonies will take place at 4,00 pm on the venue or in the Ice Arena in case of bad weather. Younger categories will be awarded first.*



*General information***OSPEDALE** *Hospital*

Ospedale di Asiago *Hospital of Asiago*  
via Martiri di Granezza n. 42 - 36012 Asiago (VI)

**CARABINIERI**

Comando Stazione Carabinieri di Canove di Roana *Chief Carabinieri Station of Canove*  
via Bettinadi n. 2, 36010 Canove di Roana (VI) - telefono *phone* **0424 692034**

**POLIZIA MUNICIPALE** *Town police*

Polizia Locale del Comune di Roana *Town Police Station of Roana*  
via Milano n. 32, 36010 Canove di Roana (VI) - telefono *phone* **0424 692490**

**ASSISTENZA SANITARIA** *Medical assistance*

È prevista idonea assistenza sanitaria come da Piano predisposto dall'Associazione Nazionale Carabinieri 82° Nucleo ed approvato dall'ASL competente.  
*Medical Assistance will be guaranteed by the 82° Unit of the National Carabinieri Association, and by the National Health Assistance.*

**CRONOMETRAGGIO** *Timing*

Cronometraggio elettronico a cura di MySdam. La mancata restituzione del Chip comporterà per tutte le categorie un addebito di € 12,00. La restituzione del Chip dovrà avvenire all'uscita della Zona Cambio al termine della gara.  
Le classifiche saranno consultabili on line sul sito web MySdam.

*Timing chips by MySdam. Athletes must return their timing bands in order to collect their bikes from the transition area after the race. In the event that a timing chip is not returned, a fee of € 12,00 will be charged.*

*Rankings will be published on line on MySdam website.*

**RISTORI** *Aid stations*

Sono previsti i ristori durante le tre frazioni di gara ed un ristoro finale post gara. Ai ristori lungo i percorsi saranno forniti acqua, sali, frutta ed integratori, al ristoro finale acqua, sali, frutta, dolci, frutta secca.

I ristori, compreso quello post gara, sono riservati esclusivamente agli Atleti.  
*Aid stations will be located along the courses and after the finish line and provided with water, salts, fruits and energy bars. The finish line aid station will also offer sweets and dried fruits. For athletes only.*

### **ASSISTENZA BICI** *Bike assistance*

È prevista l'assistenza bici da parte di Advanced Europe di Emilio Gherpelli.

Advanced Europe di Emilio Gherpelli & C. - tel. 0522 627083 - [info@advancedeurope.com](mailto:info@advancedeurope.com)

*Advanced Europe di Emilio Gherpelli will provide bike assistance.*

*Advanced Europe di Emilio Gherpelli & C. - phone: 0522 627083 - [info@advancedeurope.com](mailto:info@advancedeurope.com)*

### **SPOGLIATOI/DOCCE** *Changing rooms/showers*

Gli spogliatoi, i servizi e le docce per gli Atleti sono previsti all'interno dello Stadio del Ghiaccio in località Lonaba. I servizi per il pubblico sono previsti presso lo Stadio del Ghiaccio in località Lonaba.

*Changing rooms, showers and toilets for athletes are located in the ice arena.*

*Public toilets in the ice arena.*

### **PASTA PARTY**

Il Pasta Party sarà presso lo Stadio del Ghiaccio Lonaba. La capienza della sala è limitata, pertanto si prega di non occupare i tavoli oltre il tempo necessario per consumare il pasto. Sono disponibili buoni per gli accompagnatori al costo di € 8,50 cad..

Per acquistarli è necessario rivolgersi alla Segreteria di gara.

Il Pasta Party sarà attivo a partire dalle ore 12:00 e fino alle ore 16:00.

*The Pasta Party will take place in the Lonaba ice arena from 12,00 to 16,00. Seats are limited, so please do not stay longer than needed. Meal vouchers can be bought at the race office. The cost is € 8,50.*

### **POSTAZIONE PULIZIA BICI** *Bike wash*

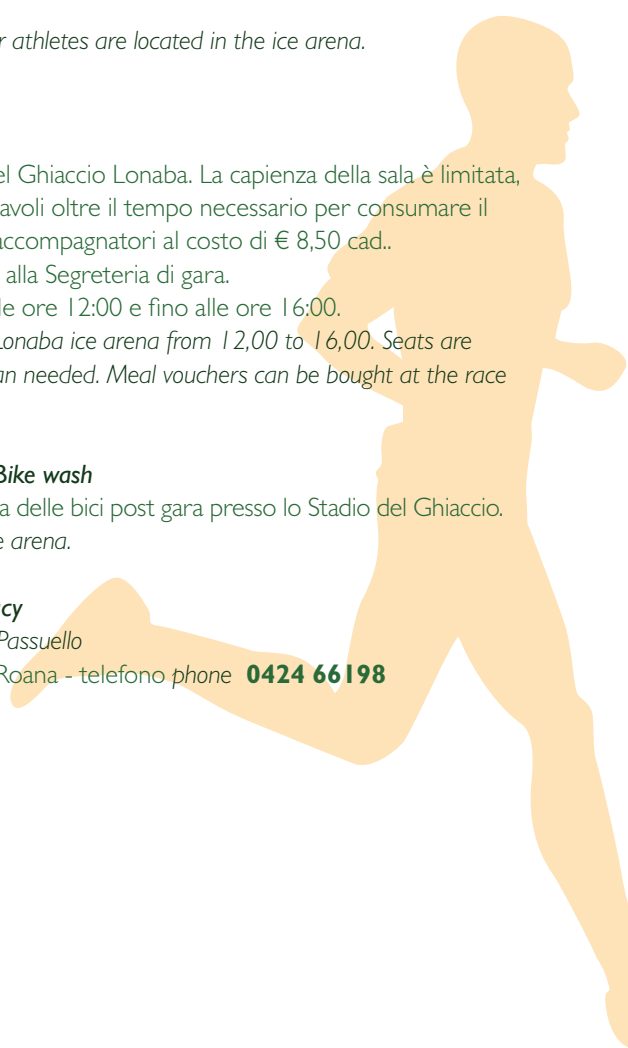
È prevista una postazione per la pulizia delle bici post gara presso lo Stadio del Ghiaccio.

*There's a bike wash station near the ice arena.*

### **FARMACIA DI TURNO** *Pharmacy*

Farmacia Dr. Passuello *Pharmacy Dr. Passuello*

Piazza Santa Giustina n. 23 – 36010 Roana - telefono **phone 0424 66198**



## 8. ALBERGHI Accommodation

### CONVENZIONI *Special hotel rates*

#### Hotel Al Bosco

telefono *phone* +39 0424 467066

[www.albergoalbosco.it](http://www.albergoalbosco.it)

Via R. Sartori, 28 - 36010 Roana - VI

Pernottamento con colazione in doppia *double room with breakfast included* €/notte *night* 34,00

Pernottamento e mezza pensione in doppia *double room h/b* 49,00

Supplemento singola *single room supplement* € 10,00

#### Hotel Baita Laghetto

telefono *phone* +39 0424 66062

[www.spillek.com](http://www.spillek.com)

Via Laghetto, 69 - 36010 Roana - VI

Pernottamento con colazione in doppia *double room with breakfast included* €/notte *night* 40,00

Pernottamento e mezza pensione in doppia *double room h/b* 60,00

#### B&B Monte Verena

telefono *phone* +39 347 1126050

[www.bbverena.it](http://www.bbverena.it)

Via R. Sartori, 1 - 36010 Roana - VI

Pernottamento con colazione in doppia/tripla/quadrupla €/notte *night* 32,00

*bed & breakfast in double/three/four beds rooms*

#### B&B Hemmara

telefono *phone* +39 327 3556369

[www.bbhemmara.it](http://www.bbhemmara.it)

Via Albaredo, 54 - 36010 Rotzo - VI

Pernottamento con colazione in doppia/tripla/quadrupla €/notte *night* 35,00

*bed & breakfast in double/three/four beds rooms*

#### B&B Happy Days

telefono *phone* +39 347 5796283

[info@bbhappydays.it](mailto:info@bbhappydays.it)

Via IV Novembre, 22 - 36010 Mezzaselva di Roana - VI €/notte *night*

Pernottamento con colazione in doppia *double room with breakfast included* 37,50

Pernottamento con colazione in tripla *3 beds room with breakfast included* 28,50

Pernottamento con colazione in quadrupla *4 beds room with breakfast included* 24,00

### **Hotel Alla Vecchia Stazione**

telefono *phone* +39 0424 692009

[www.allavecchiastazione.it](http://www.allavecchiastazione.it)

Via Roma, 147 - 36010 Canove di Roana - VI

€/notte *night*

Pernottamento con colazione in doppia *double room with breakfast included* 50,00

Pernottamento e mezza pensione in doppia *double room h/b* 70,00

Supplemento singola *single room supplement* € 20,00

### **B&B Antico Binario**

telefono *phone* +39 347 3669156

via Villaggio Stella Alpina, 19 - 36010 Canove di Roana - VI

€/notte *night*

Pernottamento con colazione in singola *single room with breakfast included* 52,00

Pernottamento con colazione in doppia *double room with breakfast included* 37,50

Pernottamento con colazione in tripla *3 beds room with breakfast included* 35,00

Pernottamento con colazione in quadrupla *4 beds room with breakfast included* 32,00

N.B: I prezzi indicati sono sempre a persona

*Please note: prices for a single person*

La Società Organizzatrice è regolarmente affiliata alla Federazione Italiana Triathlon per il 2019 al n. 2155.

Tutti gli Atleti partecipanti, compresi i tesseramenti giornalieri, godono della copertura assicurativa della polizza stipulata dalla Federazione Italiana Triathlon con UnipolSai, Agenzia di Arzignano. Potete consultare le condizioni di polizza sul sito **www.fitri.it**, sezione Documenti, Assicurazione, oppure contattare l'Agenzia ArziSai srl - Michele Mimmo - tel. 0444 671863 - 339 4341084 - [www.michelemimmo.com/#!/fitri](http://www.michelemimmo.com/#!/fitri)

I percorsi di gara sono prevalentemente su sentiero o su strade sterrate. Si tratta di una gara di Triathlon Cross, pertanto è necessario che l'Atleta partecipante, per qualunque categoria, sia adeguatamente attrezzato. Si consigliano calzature per trail running e mtb con pneumatici in buono stato.

La Società organizzatrice si riserva in qualunque momento di modificare i tracciati dei percorsi di gara, la posizione delle Zone Cambio, ed ogni altro aspetto tecnico della gara, senza doverne giustificare i motivi e senza che alcuno possa sollevare obiezioni e/o richieste di rimborso. Tutto nel rispetto del Regolamento Tecnico, della Circolare Gare 2019 e del Programma Attività Giovanile FITRI e degli altri regolamenti applicabili.

Asiago, 8 marzo 2019

*The Local Organizing Team is a regular 2019 member of the Italian Triathlon Federation, registration number 2155.*

*An insurance coverage of the Italian National Federation is guaranteed to all participants, one-day registered athletes included. The insurance company is UnipolSai, Agency of Arzignano. Please check policy at **www.fitri.it**, section: Documents, Insurance, or contact the Agency ArziSai srl - Michele Mimmo - ph. 0444 671863 – 339 4341084 - [www.michelemimmo.com/#!/fitri](http://www.michelemimmo.com/#!/fitri)*

*Race courses develop mainly on trails and off road. As the race is a cross triathlon, all participants must be aware that a good equipment is necessary. We recommend trail running shoes and mtb with good quality tyres.*

*If necessary the organizing team has the right to modify courses, transition areas and other technical aspects if in full accordance with the Technical Rules, the 2019 races newsletter and the FITRI program for the young sport activities. No refund will be granted.*

Asiago, 2019, March the 8th



# GUIDATE TECNICA



design mattia pivetti

design mattia pivetti