

XXI Triathlon Olimpico Città di Pietra Ligure

8° Memorial Angelino Piccinini

Pietra Ligure, 26 maggio 2024 ore 13:00

Briefing Tecnico

CONSEGNA PETTORALI E PACCHI GARA

Si terrà nei seguenti orari presso il Caffè Flora Via Lungomare Don G. Bado 12:

sabato 25 maggio dalle ore 10 alle 19 – domenica 26 maggio dalle ore 8:30 alle ore 12

CONTENUTO DEL PACCO GARA

1 Pettorale – 1 Cuffia – 1 Numero bici – 1 Numero adesivo per il deposito borse – 1 Chip MySdam con cavigliera – 1 Copia del briefing tecnico – 1 Capo d'abbigliamento (Maglia tecnica personalizzata) – Prodotti alimentari ed integratori

ORARI ZONA CAMBIO E PARTENZA

Apertura ore 10:00 – Chiusura ore 12:30

La partenza della gara femminile è fissata alle ore 13:00 e quella maschile alle ore 13:15, in caso siano previste più batterie esse saranno distanziate di 3 minuti a discrezione del Giudice Arbitro.

Deposito borse custodito presso la zona pasta party.

1,5 KM NUOTO

Partenza davanti ai Bagni San Giovanni, in Via Lungomare Don G. Bado, percorso di un giro unico in senso antiorario. Mantenere le boe (tutte di colore giallo) alla propria sinistra, tranne quella posta al centro del lato lungo che è solamente direzionale. Gli atleti usciranno dall'acqua sulla spiaggia all'altezza del pontile di levante, e raggiungeranno la zona cambio percorrendo una breve scalinata ed un tratto del pontile stesso.

La sicurezza durante la frazione natatoria sarà garantita con le aquabike di K38 Italia ed unità cinofile da soccorso nautico di S.O.G.IT.

40,5 KM BICI

Il percorso ciclistico sarà indicato da frecce di colore bianco ed arancione e chiuso al traffico per 20' dal passaggio del primo concorrente, dopodiché sarà a traffico controllato. È fatto severamente obbligo, pena la squalifica immediata, di rispettare il codice della strada.

Dislivello positivo di c.ca 990 mt.

Usciti dalla zona cambio si imbecca Via Francesco Crispi procedendo per circa 3 km lungo il torrente Maremola fino a raggiungere Tovo San Giacomo dove ha inizio la prima salita, nella frazione di Bardino Vecchio si svolta a destra per la salita di Via Costino fino a raggiungere la SP 490 del Colle del Melogno, da prendere in discesa in direzione Finale Ligure; giunti alla nuova rotonda prima dell'abitato di Finalborgo si svolgerà a sinistra per oltrepassare il ponte sul torrente Pora, e quindi nuovamente a sinistra sulla Via Calice. Una volta percorso il falsopiano fino al centro di Calice Ligure, si svolgerà ancora a sinistra per riattraversare il torrente Pora ed immettersi nell'impegnativa salita di Eze fino ad incrociare nuovamente la SP 490, da prendere questa volta in

salita fino ad intersecare sulla sinistra prima di Canova la SP 4, che verrà percorsa in discesa fino all'abitato di Bardino Nuovo, dove si svolterà a sinistra per risalire Via Lavrio e ritornare a scendere lungo la SP 490, prima di riprendere nuovamente Via Costino in direzione Tovo San Giacomo, ripercorrendo lo stesso tratto dell'andata fino alla zona cambio.

10 KM CORSA

Il percorso podistico si svolgerà in tratto interamente pianeggiante, con 2 giri di un circuito di circa 4,8 km con un breve tratto di lancio in senso opposto all'uscita della zona cambio.

AREE RISTORO

4 ristori nella corsa (2 per ogni giro, 1 situato sul Lungomare Don G. Bado ed 1 in Via Francesco Crispi in prossimità del giro di boa) con acqua minerale e spugnaggio.

RISTORO POST GARA

Il ristoro post gara verrà offerto sul Lungomare Don G. Bado, per usufruirne è necessario presentare il pettorale.

SERVIZIO DOCCE

c/o Bagni Flora Via Lungomare Don G. Bado 12.

PARCHEGGI

Parcheggio riservati agli atleti in piazzale Geddo (ex campo sportivo) lato Nord.

ORGANIZZAZIONE

Maremola Triathlon ASD

Gianni Alliri T. +39/33356759395

MEDICO DI GARA

Dott.ssa Sara Carlevaro T. +39/3496035460

Per emergenze Erika Luzzo T. +39/3409599355

CENTRO OSPEDALIERO PIÙ VICINO:

Presidio ospedaliero di Pietra Ligure – Ospedale Santa Corona

Via XXV Aprile 38, Pietra Ligure SV – T.: +39/01962301

Per quanto non espresso si fa riferimento al Regolamento Tecnico.