



#we
are
cusparma
triathlon



19° DUATHLON GIOVANILE CONAD

Parma, Campus Universitario: 26 marzo 2023

CAMPIONATO REGIONALE DUATHLON GIOVANI E GIOVANISSIMI

1a Tappa " **NORD EST CUP**"

Tappa " **CIRCUITO REGIONALE TRIKIDS CUP**"

Tappa " **TROFEO ITALIA GIOVANISSIMI**"

REGOLAMENTO TECNICO

DOVE SIAMO



COME RAGGIUNGERE IL CAMPUS UNIVERSITARIO

Uscita Autostradale: Parma (non Parma Ovest!)

Proseguire in direzione tangenziale.

Prendere la tangenziale prima in direzione Fidenza-Milano-Piacenza poi seguire le indicazioni per Langhirano e percorrerla fino all'uscita 15.

Immettersi nella grande rotatoria, prendere subito la prima uscita (indicazioni Campus e/o Conad) e seguire le indicazioni sul posto.



#we
are
cusparma
triathlon



PROGRAMMA

Domenica 26 Marzo 2023:

Ritrovo presso il Campus Universitario V.le delle Scienze 105/a 43124 Parma

- 08,45: apertura Segreteria - Ritiro pacchi gara
- 09,45-10,15: Apertura zona cambio (MC, CU)
- 09,45-11,45: Apertura zona cambio (ES, RA)
- 10,30: Minicuccioli M/F (batteria unica, da decidere in base ai numeri)
- 10,45: Cuccioli Femminile
- 11,00: Cuccioli Maschile
- 12,00: Esordienti Femminile
- 12,25: Esordienti Maschile
- 12,50: Ragazzi Femmine
- 13,20: Ragazzi Maschi
- 14,00-14,20: Svuotamento zona cambio (ES, RA)
- 14,30-15,00: Apertura zona cambio (YA, YB, JU)
- 15,15: Youth A Femminile
- 16,00: Youth A Maschile
- 16,45: Youth B, Junior Femminile
- 17,30: Youth B, Junior Maschile
- 17,45: Premiazioni (YA, YB, JU)

L'ordine e gli orari di partenza sono indicativi e verranno comunicati dopo la chiusura delle iscrizioni.

PARTECIPAZIONE

Possono partecipare tutti i tesserati alla F.I.TRI. per il 2023 e gli atleti che richiederanno all'atto dell'iscrizione anche il TESSERAMENTO GIORNALIERO.

ISCRIZIONI

TERMINE ULTIMO PER LE ISCRIZIONI: 20/03 alle ore 23.59

Per gli atleti tesserati FITRI 2023

Le iscrizioni dovranno pervenire entro lunedì 20 marzo alle h.23:59 unicamente all'indirizzo mail **triathlon@cusparma.it** e dovranno riportare per ogni atleta: COGNOME, NOME, DATA DI NASCITA, NUMERO TESSERA FITRI 2023.

Le quote per gli atleti tesserati sono le seguenti:

- Nati tra il 2017 e il 2007: 8 euro
- Nati tra il 2005 e il 2004: 15 euro

La contabile del bonifico (IBAN: IT70G0313812700000013246335 BANCA REALE – SEDE DI PARMA; CAUSALE: "ISCRIZIONE DUATHLON KIDS PARMA NOME COGNOME/TEAM") dovrà essere allegata alla stessa mail.

Per gli atleti sprovvisti di tesseramento FITRI 2023

E' possibile iscriversi compilando la SCHEDA DI TESSERAMENTO GIORNALIERO

(<https://www.fitri.it/it/documenti/category/253-tesseramenti-2023.html>) e inviandola all'indirizzo email **triathlon@cusparma.it** unitamente alla contabile del bonifico

(IBAN: IT70G0313812700000013246335 BANCA REALE – SEDE DI PARMA; CAUSALE: "ISCRIZIONE DUATHLON KIDS PARMA NOME COGNOME") e al certificato medico agonistico riportante la dicitura



#we
are
cusparma
triathlon



“TRIATHLON” (per i nati tra il 2011 e il 2004) o non agonistico (solo per i nati tra il 2017 e il 2012) entro lunedì 20 marzo h.23:59.

Le quote per gli atleti NON tesserati sono le seguenti:

- Nati tra il 2017 e il 2007: 13 euro
- Nati tra il 2005 e il 2004: 18 euro

PAGAMENTO: ESCLUSIVAMENTE TRAMITE BONIFICO BANCARIO.

PERCORSI E DISTANZE

CATEGORIE	ANNO	CORSA1	BICI	CORSA2
MINICUCCIOLI	2017/2016	200mt	500mt	100mt
CUCCIOLI	2015/2014	200mt	1km	100mt
ESORDIENTI	2013/2012	400mt	1,5km	200mt
RAGAZZI	2011/2010	800mt	3km	400mt
YOUTH A	2009/2008	2000mt	6km	1000mt
YOUTH B	2007/2006	3000mt	10km	1500mt
JUNIOR	2005/2004	3000mt	10km	1500mt

TIMING

Elettronico a cura di SDAM. A tutti gli atleti sarà consegnato un Chip che dovrà essere riconsegnato al termine della gara. Agli atleti che non riconsegneranno il Chip saranno addebitati € 25.

ACCESSI CAMPUS E PARCHEGGI





#we
are
cusparma
triathlon



INFORMAZIONI

PARK 1 - PARK 2 - PARK 4 - PARK 5: sono parcheggi sempre raggiungibili anche durante la gara. Ingresso e uscita permessi durante tutta la giornata.

PARK3: è un parcheggio da cui si potrà entrare e uscire SOLO prima dell'inizio e a conclusione della manifestazione.

I **PARCHEGGI NON SONO CUSTODITI**. L'organizzazione non si assume responsabilità in merito.

I PARCHEGGI NON SONO CUSTODITI

L'organizzazione non si assume alcuna responsabilità per eventuali furti.

SPOGLIATOI – DOCCE - SERVIZI IGIENICI sono ubicati nei pressi della zona Expo (vedi mappa).

MAPPA ATTIVITA'



RITIRO PETTORALI

Il ritiro pettorali deve essere effettuato presso la **SEGRETARIA** che sarà operativa fino alla chiusura della zona cambio YA/YB/JU. Per le gare giovanili è caldamente consigliato il ritiro di tutti i pettorali da parte di un unico referente per ogni società sportiva. Ogni busta conterrà il chip (da fissare alla caviglia), il pettorale e il numero bici.

ZONA CAMBIO MC-CU

La zona cambio sarà ubicata su terreno sterrato, provvisto di transenne per il supporto delle biciclette, di fasce colorate per la determinazione dell'area e di distinte vie di ingresso ed uscita dei concorrenti a piedi ed in bici. La zona cambio sarà compensata.

ZONA CAMBIO ES-RA-YA-YB-JU

La zona cambio sarà ubicata su asfalto, provvisto di transenne per il supporto delle biciclette, di fasce



colorate per la determinazione dell'area e di distinte vie di ingresso ed uscita dei concorrenti a piedi ed in bici. La zona cambio sarà compensata.

MODALITÀ DI PARTENZA

Tutte le partenze avverranno in modalità mass-start.

In caso di ritardi sul programma orario le partenze avverranno comunque a seguire la gara precedente.

OPERAZIONI PRELIMINARI

- Prendere visione della Zona Cambio e della disposizione di ingressi e uscite.
- Posizionare il numero per il ciclismo, indifferentemente dietro la sella o nell'intersezione tra il tubo orizzontale ed il tubo forcella sul telaio della bici.
- Attaccare il numero pettorale all'elastico.
- Entrare in area cambio con bici e casco regolamentare allacciato (reg. FITRI).

CORSA

- Percorsi pianeggianti misto tra asfalto, terreno erboso e ghiaietto battuto.
- Non sono previsti Ristori e spugnaggi in gara.

CICLISMO MC-CU

- Percorso ondulato e tutto su terreno sterrato, controllato e chiuso al traffico all'interno del Campus Universitario. Scia consentita.

CICLISMO ES-RA-YA-YB-JU

- Percorso pianeggiante controllato e chiuso al traffico all'interno del Campus Universitario. Scia consentita. **Prestare comunque la massima attenzione e rispettare il codice della strada.**

REGOLAMENTO TECNICO BICI

Le categorie MC/CU/ES/RA utilizzeranno **OBBLIGATORIAMENTE** la MTB.

Le categorie YA/YB/JU/ASSOLUTI utilizzeranno **OBBLIGATORIAMENTE** la bici da corsa tradizionale.

Per le gare in MTB è vietato il cerchio utilizzato nelle bici da corsa e la sezione minima dello pneumatico e di 1,5 pollici. Le coperture delle ruote delle MTB devono essere tacchettate, in modo conforme agli esempi proposti. Casi limite verranno valutati e giudicati idonei o meno dal Giudice Arbitro sul posto. L'atleta che monta coperture che possano mettere in dubbio la tenuta, perché tacchettate ma eccessivamente consumate o dal profilo non conforme a quanto indicato, si espone alla valutazione del Giudice Arbitro che può bloccare l'entrata in Zona Cambio e la partecipazione alla gara.

In linea con il Regolamento Tecnico World Triathlon e con quelli della maggior parte delle federazioni nazionali europee a partire dalla stagione agonistica 2022 vengono rimossi i limiti ai rapporti utilizzabili dalle categorie giovanili ed ai conseguenti sviluppi metrici di cambio e ruota.

È vietata l'applicazione di qualsiasi tipo di appendici (prolunghe o clip on) sui manubri dritti da MTB.

Tutti i manubri nella parte terminale devono essere chiusi.

Nelle gare con scia consentita le appendici sono ammesse solo per la categoria Junior e non devono superare la linea frontale più esterna delle leve dei freni; le appendici, nella parte terminale, devono essere chiuse e unite con materiale solido fissato in modo permanente.

Sono pertanto escluse le chiusure con gomma, altri materiali flessibili o fissaggi con nastro.

Per approfondimenti consultare LINEE GUIDA ATTIVITÀ GIOVANILE 2023 (FITRI).

RISTORI

Fine gara: acqua + succhi di frutta + merendine (distribuiti singolarmente)



#we
are
cusparma
triathlon



CLASSIFICHE e PREMIAZIONI

Le classifiche, come le starting list, non verranno affisse ma saranno disponibili dopo pochi minuti dall'arrivo dell'ultimo concorrente sul sito <https://www.endu.net/results>.

Saranno premiati con medaglie i primi 3 classificati della gara di **ogni categoria giovanile** e i primi 3 atleti maschili e femminili che gareggeranno per il Campionato Regionale Individuale di Duathlon.

A tutti i finisher delle categorie MINICUCCIOLI e CUCCIOLI verrà data la medaglia di partecipazione.

DIVISE GARA

E' obbligatorio l'utilizzo del body ufficiale della società per tutte le categorie.

Per situazioni particolari, può essere concessa esenzione dai Giudici Fitri previa richiesta dettagliata inviata alla società organizzatrice entro il termine della chiusura iscrizioni (triathlon@cusparma.it).

BAR

Sarà disponibile in zona gara un servizio per caffè, acqua, bibite e panini. Nelle vicinanze (ingresso Campus) c'è il Centro Commerciale Campus (Conad).

ASSISTENZA MEDICA

L'assistenza sanitaria sarà a cura della locale sezione del Seirs Parma, composta da un Pronto Soccorso mobile, da due ambulanze e un medico; la prima ambulanza stazionerà nei pressi dell'area cambio insieme al medico mentre la seconda ambulanza seguirà parte della manifestazione.

Pronto soccorso in gara: 347.7132390

PRONTO SOCCORSO OSPEDALE DI PARMA: Via Abbeveratoia, 2 TEL: 0521.703111

Distanza dalla sede di gara: 12 minuti

SICUREZZA STRADALE

Tutto il percorso sarà controllato dagli addetti all'organizzazione. La frazione podistica, svolgendosi interamente all'interno del Campus Universitario, non sarà interessata da alcun traffico nè di tipo automobilistico nè ciclopedonale.

CONVENZIONE PERNOTTAMENTO

INCHOTEL: <https://www.inchotels.com/offerte-hotel/ET73Y24002/>

INFORMAZIONI

SEGRETERIA CUS PARMA: tel.0521/905532-1; e-mail: segreteria@cusparma.it

REFERENTE ORGANIZZATIVO: Luigi Passerini - mail: triathlon@cusparma.it

NON SARÀ POSSIBILE CON I CAMPER PERNOTTARE ALL'INTERNO DEL CAMPUS UNIVERSITARIO.