



TRIATHLON ELEGANCE TERRE DI MAREMMA



ORGANIZZATORE:

SBR3 ASD

REFERENTE:

MARCO BALDO

TELEFONO:

348 1026 978

E-MAIL:

sbr3triathlon@gmail.com



COME RAGGIUNGERE MARINA DI GROSSETO

Da Milano: Prendere l'autostrada del Sole e proseguire fino alle indicazioni per La Spezia, quindi imboccare l'autostrada della Cisa. Seguire poi per Livorno fino al Casello di Rosignano. Usciti dall'autostrada prendere la S.S. Aurelia in direzione Roma e proseguire fino a Follonica Nord, uscire e seguire le indicazioni per Castiglione della Pescaia, passato il quale imboccare la S.S. 322 e seguire i cartelli per Marina di Grosseto.

Da Torino: Prendere l'autostrada A6 in direzione Alessandria, quindi imboccare l'A21 in direzione Genova. Arrivati a Genova Est, proseguire per Livorno e arrivare fino al Casello di Rosignano. Usciti proseguire fino a Follonica Nord, uscire e seguire le indicazioni per Castiglione della Pescaia, passato il quale imboccare la S.S. 322 e seguire i cartelli per Marina di Grosseto.

Da Firenze: Prendere la Superstrada Firenze-Siena e arrivati a Siena prendere la E78 in direzione Grosseto. Arrivati a Grosseto seguire le indicazioni per Marina (sulla S.S. 322).

Da Roma: Prendere l'autostrada A12 in direzione Civitavecchia, dopo la quale prendere la S.S. Aurelia in direzione Grosseto. Proseguire fino a Grosseto Sud, uscire e quindi seguire le indicazioni per Marina (sulla S.S.322).

Autobus: Flixbus, Tiemme e RAMA

Treno: Stazione di Grosseto

Aeroporto: da Roma, Firenze, Pisa

I nostri luoghi

*«Non han sì aspri sterpi ne sì folti
quelle fiere selvagge che 'n odio hanno
tra Cecina e Corneto i luoghi còliti»*

Dante Alighieri, Inferno, XIII canto

La vasta **regione storica della Maremma** si estende per circa 5000km² tra Toscana e Lazio e nell'immaginario collettivo è fatta di grandi stagni, mandrie di cavalli sui quali i butteri cavalcano saldi e spiagge lunate davanti alla pineta; e poi il corbezzolo, il mirto, il lentisco nella macchia mediterranea e i suoi sentieri sui promontori. E ancora l'ulivo, il leccio e il cipresso, il segno etrusco, i borghi murati e le rocche medievali.

Il toponimo "Maremma" ha due possibili origini: secondo alcuni storici deriva dal latino maritima, secondo altri dal castigliano marismas che significa "palude".

E proprio nell'Alto Medioevo il ristagno delle acque dei fiumi conseguente all'innalzamento dei tomboli (i cordoni d'acqua costieri) provocò l'impaludamento della parte bassa del territorio, con conseguente spopolamento: questo territorio, talmente florido in epoca etrusca e romana da poter essere definito "pingue granaio d'Etruria", entrò in crisi.

Dalla palude la Maremma fu liberata a partire dal 27 aprile 1828, quando il **Granduca di Toscana Leopoldo II** emanò l'editto per la bonificazione della Maremma a spese dello stato. I lavori cominciarono alla fine del 1829 e vi furono impiegati circa 5.000 operai arrivati da varie parti della Toscana, da altri stati italiani e dall'estero, sotto la direzione del cavaliere Alessandro Manetti.

L'opera fu poi conclusa da Benito Mussolini che restituì una terra florida ai suoi abitanti.

Oggi la Maremma è luogo di turismo con mete attrattive per tutti i gusti: dalle **splendide spiagge** al **Parco della Maremma**, un autentico gioiello naturalistico, dal promontorio dell'**Argentario** con i suoi panorami mozzafiato, alle **Terme di Saturnia**, dal favoloso **Giardino dei Tarocchi**, alla pittoresca **Isola del Giglio**; senza dimenticare **le città del tufo** di Sorano, Sovana e Pitigliano con le misteriose Vie Cave e necropoli etrusche ed il caratteristico borgo marinaro di **Castiglione della Pescaia**. Infine l'affascinante cittadina medievale di **Massa Marittima e Orbetello con l'oasi WWF della Laguna** e la **Riserva Duna Feniglia**.

SBR3

SBR3 Sport & Events, impegnata nel settore della Triathlon, del Ciclismo e dell'organizzazione di Eventi, ed il Comune di Grosseto, in co-organizzazione, presentano una due giorni dedicata al Triathlon per i giorni 11 e 12 maggio 2024.

Il calendario propone due gare di Triathlon **Rank Nazionale** su distanza Sprint e Olimpico valide come **prova di Coppa Toscana** e **una prova giovanile** valida come Circuito Interregionale Centro e Trofeo Italia CONI.

La manifestazione si svolge con il patrocinio del Comune di Grosseto e le *joint venture* con nomi importanti dell'imprenditoria maremmana e nazionale.

Il *concept* studiato dagli organizzatori è quello di coinvolgere il territorio in più giorni di attività.



PROGRAMMA EVENTI TRIATHLON

RITROVO, CONSEGNA PACCHI GARA, E PREMIAZIONI ASSOLUTI

presso Bagno Rosmarina, via Eritrea, Lungomare nord Marina di Grosseto (Zona Rosmarina).

La Zona Cambio verrà allestita nel parcheggio comunale davanti al Bagno Rosmarina di Via Eritrea.

Le Docce ed i servizi igienici saranno messi a disposizione dallo e nello stabilimento.

SABATO 11 MAGGIO

10.30-11.30	Ospitality - Consegna Pacchi gara presso Bagno Rosmarina
11.30-12.30	Apertura/Chiusura Zona Cambio TRIATHLON OLIMPICO
12.30-12.55	Operazioni di allineamento atleti
13.00	Inizio Gare
16.00	Termine previsto gare Triathlon Olimpico
16.00	Premiazioni Assolute presso Bagno Rosmarina

DOMENICA 12 MAGGIO

10.00-11.00	Ospitality - Consegna Pacchi gara presso Bagno Rosmarina
11.00-11.45	Apertura/Chiusura Zona Cambio TRIATHLON SPRINT
11.45-12.00	Breafing e operazioni di preparazione atleti per la partenza
12.00	Inizio Gare
13.30	Termine previsto gare Triathlon Sprint
14.00	Premiazioni Assolute presso Bagno Rosmarina

** La partenza potrà essere leggermente anticipata se le operazioni di preparazione si mostreranno più celeri e la giuria di gara avallerà.

DOMENICA 12 MAGGIO – POMERIGGIO – GARE GIOVANILI

15.00 – 18.30 Gare Giovanili solo su Via delle Colonie ad intervalli.

Orari partenze vedi dettaglio sotto.

AREE MEDICHE E SICUREZZA

Nell'ambito del processo di sicurezza che la Federazione persegue per garantire i propri atleti, oltre alle procedure applicate sul Campo Gara, si prega di prendere nota delle seguenti informazioni: Ospedali allertati: OSPEDALE MISERICORDIA DI GROSSETO – 0564 485111

INFO TECNICHE E REGOLAMENTARI

DISTANZE

nuoto+bici+corsa

Age Group

TRIATHLON SPRINT
TRIATHLON OLIMPICO

750+20 KM+5 KM
1.500+40 KM+10 KM

** NUOTO: 1 Giro Sprint, 2 Giri Olimpico
BICI: 1 Giro Sprint, 2 Giri Olimpico
CORSA: 2 Giri Sprint, 4 Giri Olimpico

TEMPO MASSIMO E CANCELLI TEMPORALI

Il **Triathlon Olimpico** prevede un **tempo massimo** per il nuoto di 40 minuti da inizio gara, per la bici di 2 ore da inizio gara, ed il tempo totale concesso è di 3 ore da inizio gara. Gli atleti fuori tempo massimo non verranno fermati ma considerati fuori gara, non inseriti in classifica ma potranno terminare la prova.

Il Triathlon Sprint non prevede un tempo massimo.

IMPORTANTE: La zona cambio della gara Sprint, la Domenica, **dovrà essere immediatamente sgombrata al termine della propria gara** per consentire lo sviluppo delle gare giovanili.

Presentarsi con pettorale per il ritiro bici. I chip dovranno essere resi immediatamente dopo il traguardo e riposti negli appositi contenitori all'arrivo.

CONDIZIONI DI AMMISSIONE e TESSERAMENTO GIORNALIERO

Sono ammessi SOLO coloro che abbiano una licenza valida nella nazione di appartenenza e siano in regola con la Federazione Italiana Triathlon e la normativa sanitaria. In base a circolare tesseramenti FITRI **gli atleti con tessera straniera** ma residenti in Italia dovranno tesserarsi per società italiana.

Il tesseramento giornaliero è consentito alle condizioni del Regolamento FITRI.

Chi volesse tesserarsi per la società organizzatrice dell'evento può chiedere informazioni scrivendo a sbr3triathlon@gmail.com

ANNULLAMENTO E MANCATA PARTECIPAZIONE

Gli atleti che per qualsiasi motivo (infortuni, malattia *et similia*) non potranno partecipare non avranno diritto al rimborso della quota.

Analogamente, in caso di annullamento imposto dalle autorità locali sarà praticato il trasferimento dell'iscrizione all'edizione successiva di una gara della stessa organizzazione ma non il rimborso.

PERCORSI

Nuoto: Bacino antistante al Bagno Rosmarina. Il percorso sarà di lunghezza pari a 750 mt, giro unico (2 giri la distanza Olimpico) su un triangolo equilatero ideale delimitato da boe.

Ciclismo: Frazione Ciclismo: Partenza dal parcheggio davanti al Bagno Rosmarina, attraverso la Via Eritrea in senso contrario a quello di marcia i corridori si immetteranno sulla Via Elba per poi imboccare la Via delle Colonie da percorrere integralmente fino alla svolta a destra su SP158 per poi girare a sinistra sulla SP del Pollino da percorrere sino a 200 mt prima dell'intersezione con la SP del Poggiale dove sarà posto il giro di boa (presidiato) con i corridori che torneranno indietro sulla carreggiata di fianco lungo la medesima strada per poi rientrare, passando da Via Elba e Via Eritrea nel parcheggio del Bagno Rosmarina (SABATO 24 DUE GIRI – GIRO BOA 2 a 200 MT PRIMA DELL'INTERSEZIONE CON SP158, DOMENICA 25 UN SOLO GIRO).

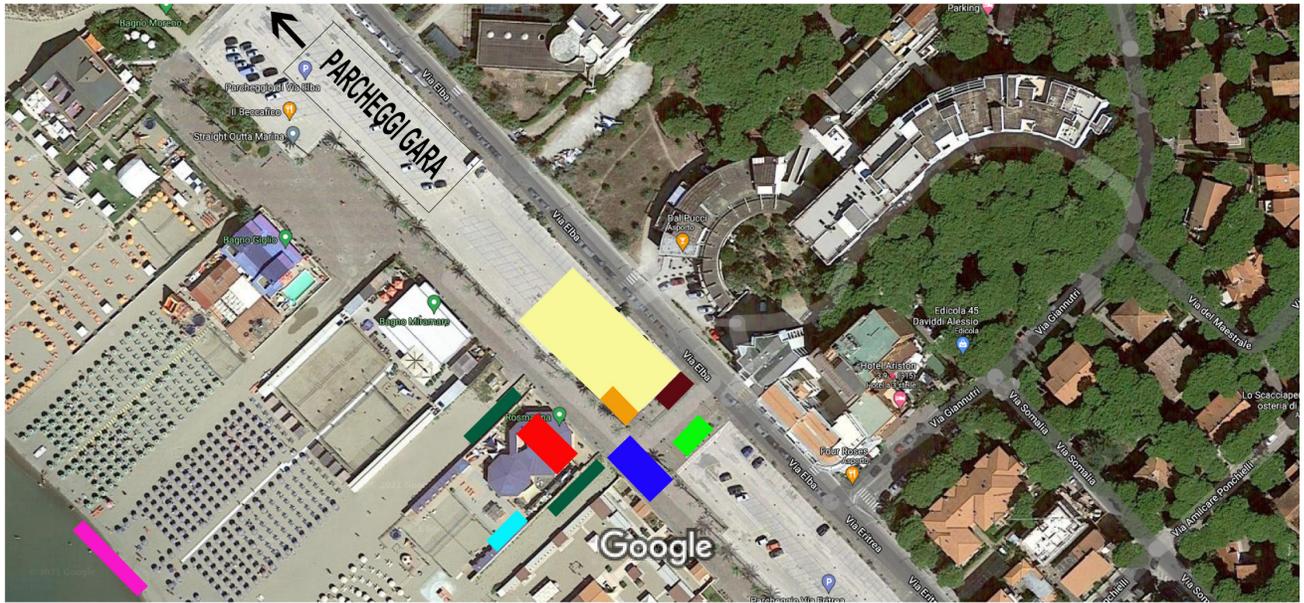
Il tracciato è completamente pianeggiante e molto veloce (altimetria 0).

L'INTERO PERCORSO CICLISTICO SARA' A TRAFFICO CONTROLLATO (NON CHIUSO).

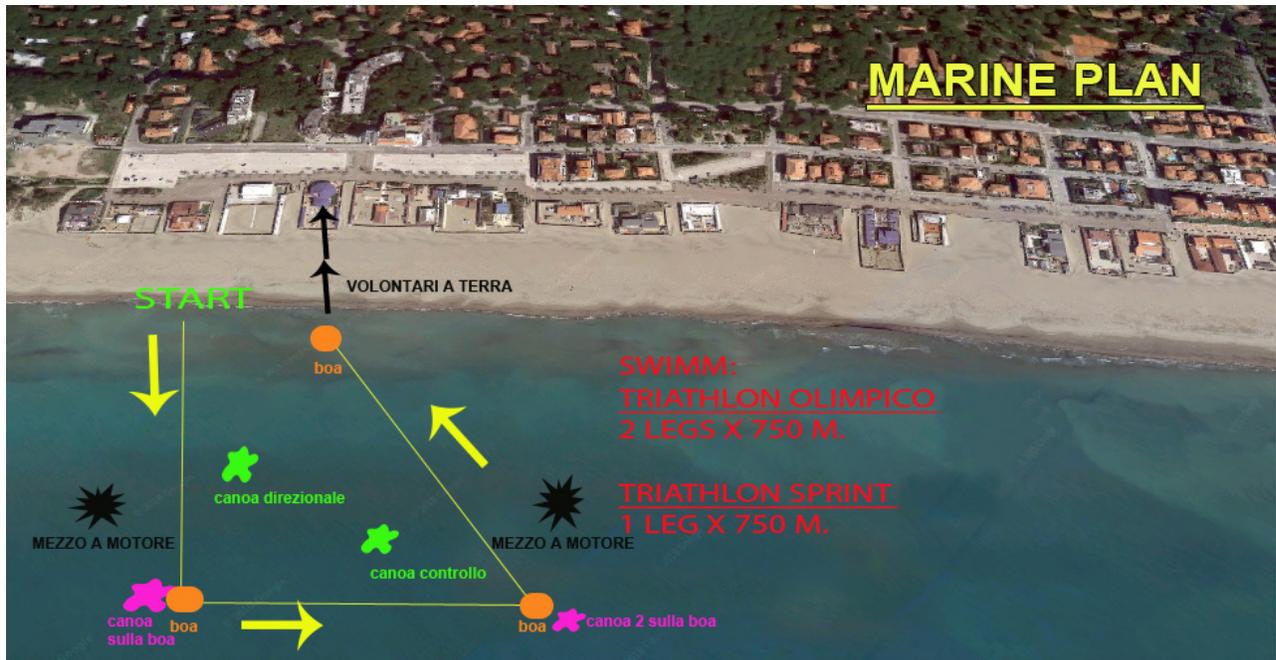
Podismo: gli atleti, nella frazione podistica, correranno interamente sul lungo mare, su di un 'bastone' di lunghezza pari a 2,5 km. completamente pianeggiante e molto veloce (2 giri distanza Sprint, 4 giri distanza Olimpico).

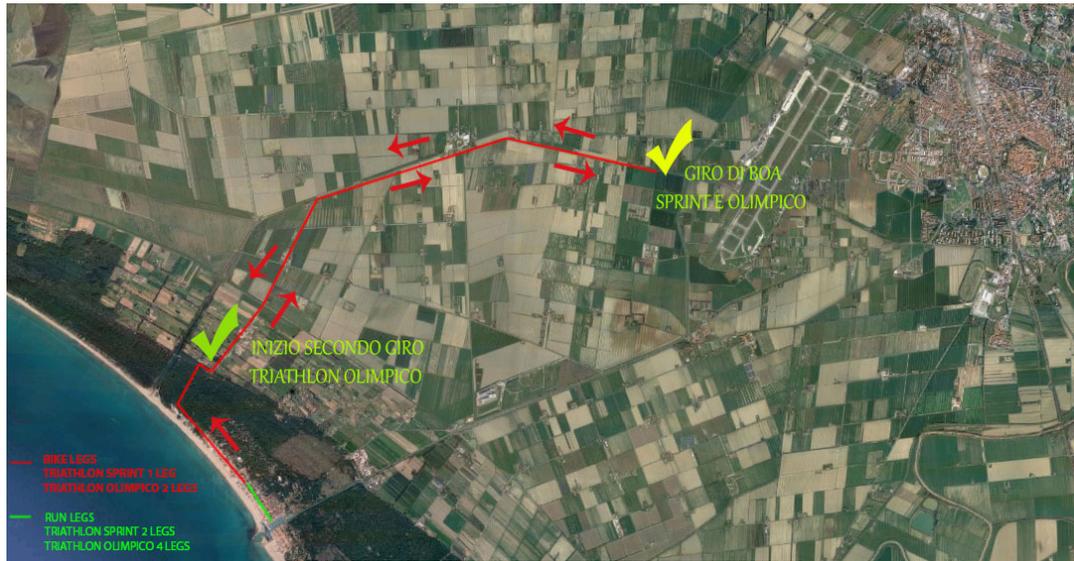


Planimetria completa del campo gara

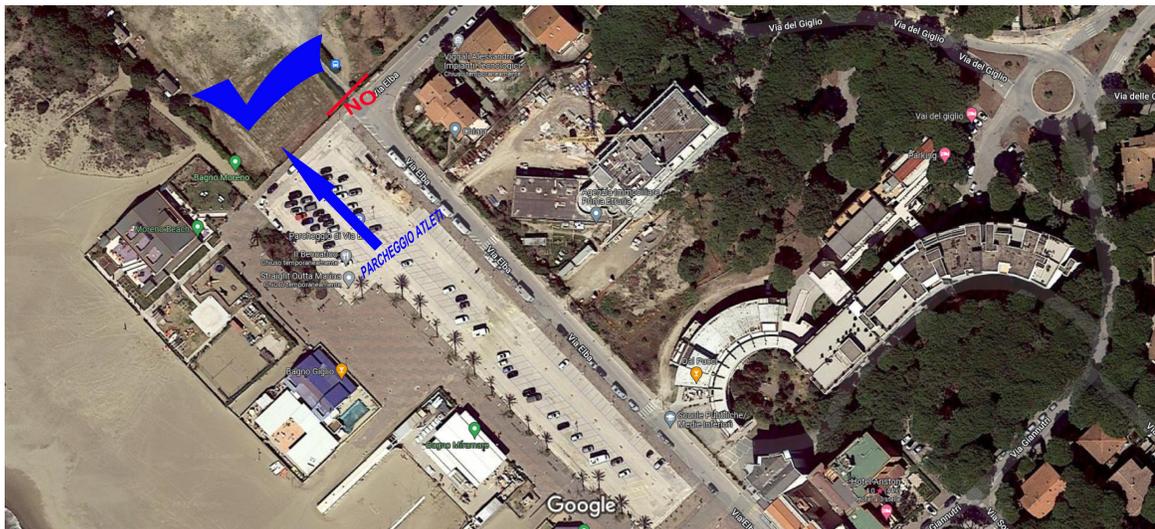


- | | | |
|---------------|-------------------------|-------------|
| ZONA CAMBIO | DEPOSITO BORSE | PENALTY BOX |
| UFFICIO GARA | AREA MEDICA | AREA GAZEBO |
| AREA PARTENZA | AREA PARCHEGGIO GARA | |
| AREA ARRIVO | ANTIDOPING-SERV.IGENICI | |





BIKE 1 giro Sprint, 2 giri Olimpico
Il tracciato è completamente pianeggiante e molto veloce (altimetria 0)



GARE GIOVANILI

DOMENICA 12 MAGGIO GIOVANILE

15.00 – 18.30 Gare Giovanili solo su Via delle Colonie ad intervalli:

13.00 - 14.00 Consegna pettorali

(RITIRO DA PARTE DI UN SOLO RESPONSABILE PER OGNI SOCIETA')

14.00 – 14.45 Apertura-Chiusura Zona Cambio tutte le categorie

15.00 Kids MiniCuccioli M + F

15.15 Kids Cuccioli M + F

15.30 Start SuperSprint Youth B + Junior Donne

16.00 Start SuperSprint Youth B + Junior Uomini

16.30 Youth A F

17.00 Youth A M

17.30 Ragazzi F

17.50 Ragazzi M

18.10 Esordienti F

18.25 Esordienti M

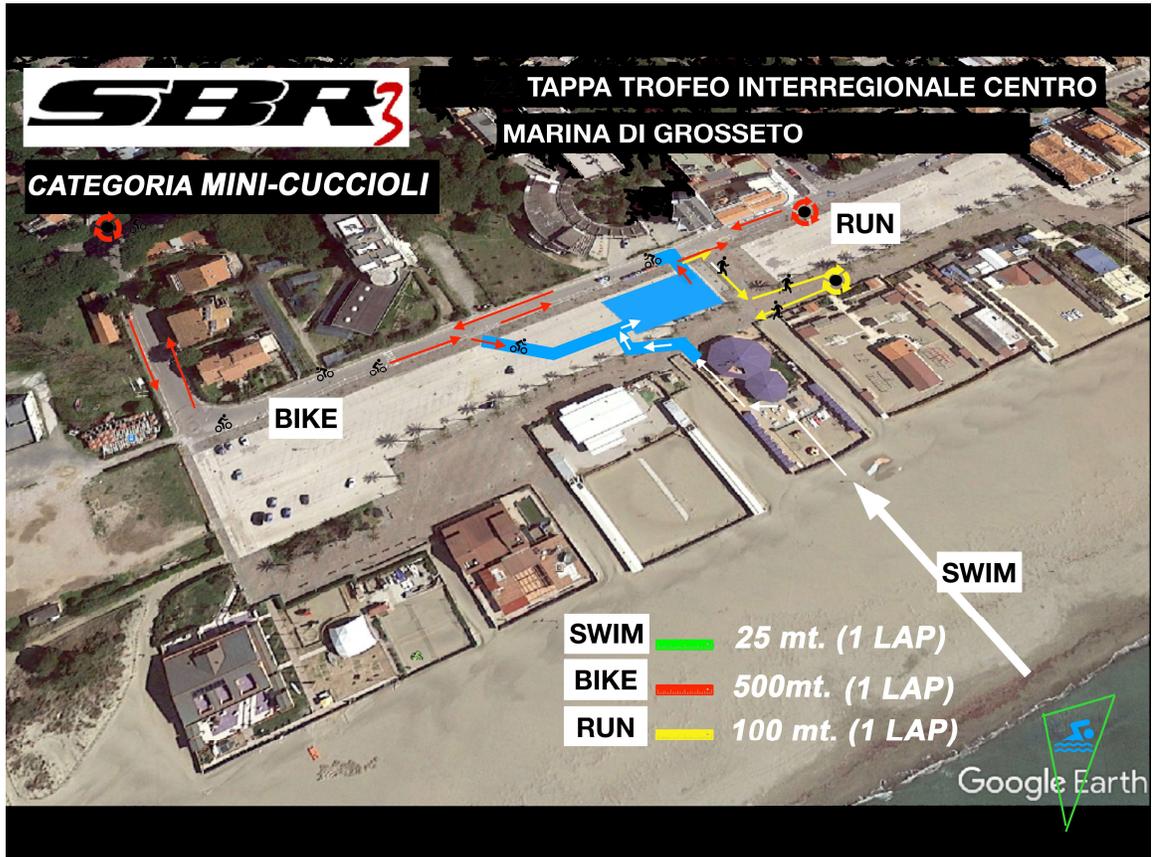
18.30 Termine gare, chek out zona cambio e premiazioni

** Potrá essere permesso il ritiro bici di MCU,CU,YA,YB e JU dopo la fine della prova Youth

*** Il pacco gara conterrà chip, pettorale e gli ADESIVI per Casco e Bicicletta (da posizionare correttamente a cura dell'atleta, prima di entrare in ZC)

Distanze per categoria:

MINICUCCIOLI: 25/500/100 mt	<u>1 GIRO NUOTO, 1 GIRO BICI, 1 GIRO CORSA</u>
CUCCIOLI: 50/500/200 mt	<u>1 GIRO NUOTO, 1 GIRO BICI, 1 GIRO CORSA</u>
ESORDIENTI: 100/2KM mtb/500 mt	<u>1 GIRO NUOTO, 1 GIRO BICI, 1 GIRO CORSA</u>
RAGAZZI: 200M/3KM mtb/1KM	<u>1 GIRO NUOTO, 2 GIRO BICI, 1 GIRO CORSA</u>
YA: 300M/6KM/2KM	<u>1 GIRO NUOTO, 2 GIRO BICI, 1 GIRO CORSA</u>
YB: 300M/6KM/2KM	<u>1 GIRO NUOTO, 2 GIRO BICI, 1 GIRO CORSA</u>
JUNIOR: 300M/6KM/2KM	<u>1 GIRO NUOTO, 2 GIRO BICI, 1 GIRO CORSA</u>







NORME COMPORTAMENTALI

Ciclismo - Allo scopo di tutelare la sicurezza dei giovani è fatto divieto di condurre la bicicletta senza mani, impugnando saldamente il manubrio e non assumendo posizioni vietate, causando pericolo per se e per gli altri. Così come il superamento della mezzera. Questi comportamenti, comportano squalifica diretta.

Comportamento etico e fair play - Gli atleti in zona gara, devono tenere sempre un comportamento etico e adeguato ai principi di sportività, rispetto degli avversari, dei giudici, dei tecnici e del pubblico. Gli stessi principi sono ritenuti validi anche per accompagnatori, invitati a dare l'esempio con un comportamento corretto.

Coaching, aiuto esterno - E' vietato qualsiasi aiuto esterno da persone che non siano Ufficiali di Gara o dell'Organizzazione. Questa infrazione, se non emendata, per impossibilità di farlo, porta alla squalifica diretta.

Briefing tecnico atleti (in presenza)

Direttore di Gara: Marco Baldo
sbr3triathlon@gmail.com

Delegato Tecnico Federazione Martino Colosi
martinotre@gmail.com

BICICLETTE/RUOTE/APPENDICI/DIVISA REG. 5.1/5.2/5.3/5.4/5.5

RAPPORTO DI TRASMISSIONE In linea con il regolamento tecnico World Triathlon e con quelli della maggior parte delle federazioni nazionali europee a partire dalla stagione agonistica 2022 sono stati rimossi i limiti ai rapporti utilizzabili dalle categorie giovanili ed ai conseguenti sviluppi metrici di cambio e ruota.

BICICLETTE Per tutte le categorie Youth A, Youth B e Junior è ammesso l'uso esclusivo di biciclette da corsa con telai a geometria tradizionale e conformi alle Norme U.C.I. relative all'anno in corso. Per le gare delle categorie Giovanissimi non è ammesso l'uso di biciclette da strada. Gli atleti delle categorie Youth e Junior non possono gareggiare con la MTB nelle prove di Campionato Italiano,.

RUOTE L'UCI aggiorna costantemente l'elenco delle ruote definite STANDARD o non STANDARD. Non è mai permesso l'uso di: a.) ruote del tipo lenticolare o a razze b.) ruote con un numero di raggi inferiore a 12. Per le gare in MTB è vietato il cerchio utilizzato nelle bici da corsa e la sezione minima del pneumatico e di 1,5 pollici. Le coperture delle ruote delle MTB devono essere tacchettate, in modo conforme agli esempi proposti.

APPENDICI E MANUBRI In linea con il Regolamento Tecnico nazionale e di World Triathlon (01/01/23) non sono ammesse in nessun caso, per nessuna categoria e nessuna tipologia di gara, le prolunghe/appendici da applicare al manubrio. 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.

DIVISA La divisa di gara deve rispondere alle regole definite nel Regolamento Tecnico corrente. Per le gare di Campionato Italiano e per i Circuiti Federali è obbligatoria la divisa di gara in un unico pezzo (body) tranne che per le gare su distanze superiori all'Olimpico, ove è consentita anche la divisa di gara in più parti. Per tutte le altre, è preferita la divisa di gara in un unico pezzo, ma nel caso di più parti entrambe devono sovrapporsi senza scoprire alcuna parte del torso.

LE LOCATIONS CHE CI OSPITANO



Lo stabilimento balneare **Rosmarina**, che sarà il fulcro delle gare di Triathlon e sede dell'Ospitality Area, è uno dei più rinomati della costa. Una struttura accogliente e all'avanguardia che è attiva 365 giorni all'anno con iniziative trasversali che ne fanno un punto di riferimento non solo per i turisti.

Il ristorante dello stabilimento serve piatti locali cucinati con maestria dalla proprietaria Frida che gestisce la struttura insieme al compagno Giulio.

Lo stabilimento offre ampi spazi coperti e non per rispondere alle esigenze dei suoi clienti.

