



TRIATHLON OLIMPICO CITTA' DI RECCO  
Domenica 11 Luglio 2021

BRIEFING TECNICO

PROGRAMMA

**SABATO 10 LUGLIO**

18:00 – Apertura Segreteria c/o Pro Loco Recco, via Ippolito d’Aste, 2 e distribuzione pacchi gara

20:00 – Chiusura Segreteria

**DOMENICA 11 LUGLIO**

09:00 – Apertura Segreteria e distribuzione pacchi gara

11.00 – Apertura zona cambio XV Triathlon Olimpico Internazionale

12:00 – Chiusura Segreteria

12.40 – Chiusura zona cambio

13.00 – Partenza prima batteria XV Triathlon Olimpico Internazionale

16.30 – Premiazione e Lotteria finale fra i presenti, con premi degli sponsor

**PARCHEGGI AUTO E CAMPER**

A Recco è possibile parcheggiare sulle blu in centro paese al costo di € 7,00 al giorno, oppure gratuitamente (solo la domenica) su quelle bianche, un po’ più decentrate verso l’interno.

Un ulteriore parcheggio gratuito è sito sotto i piloni dell’autostrada nei pressi dello Stadio San Rocco. E’ adatto ai camper ma anche alle auto. Il giorno della gara verrà istituito un servizio navetta gratuito dalle 8:30 alle 11:30 che lo collegherà con la segreteria di via Ippolito d’Aste 2.



### IN SEGRETERIA

Presentarsi con il modulo per l'autocertificazione sanitaria già compilato: [SCARICA IL MODULO](#)

Ogni concorrente riceverà:

Busta pettorale contenente: **Chip** (da apporre a una caviglia), **Pettorale** da fissare all'elastico, **Tattoo** con numero di gara da mettere a braccio e gamba, **Foglio adesivo** con codice PICA, numeri per bici, casco e deposito borse. Quest'ultimo da apporre al sacchetto di nylon fornito prima di consegnarlo alle addette.

Sarà possibile depositare le borse inserite nel sacchetto numerato in un locale sorvegliato. Sebbene ad esso non possa accedere nessun altro al di fuori del nostro personale, si sconsiglia lasciare valori al loro interno e comunque l'organizzazione non si assume alcuna responsabilità per eventuali ammanchi.

### PERCORSI E TEMPI GARA:

- Nuoto tempo massimo 45'
- Nuoto + Bici tempo massimo ore 15:52 (attenzione alla tabella dei tempi massimi presente nel percorso ciclistico!)
- Fine gara ore 16:30

### ZONA CAMBIO

La zona cambio si trova presso il Lungomare Bettolo



### IN GARA

Ricordiamo che il casco va tenuto allacciato dal momento in cui si ritira la bicicletta in T1 al momento in cui la si ripone in T2. E' vietato correre con il body aperto sul davanti e con il casco in testa. Per tutte le altre norme si rinvia al Regolamento Gara Fitri pubblicato su [www.quality.it](http://www.quality.it) in home page e attualmente in vigore.

Vigono le norme per le gare con scia libera durante la frazione cilistica.

## PERCORSI

La frazione di Nuoto prevede un giro unico di **1500 m** con partenza dalla spiaggia.



### Frazione Bicicletta | Giro di 44 km 1100 m D+

La frazione di bicicletta si svolge nell'entroterra toccando i comuni di Uscio , Gattorna , Lumarzo e Pannesi per un totale di 44 km e 1100 m di dislivello positivo divisi in 2 salite.



**ATTENZIONE:** questi i temi massimi per la frazione ciclistica, chi sarà superato dal carro scopa verrà considerato fuori gara e non sarà più sul percorso gara ufficiale con le strade controllate. Potrà togliersi il pettorale, segnalarlo al carro scopa e decidere in autonomia se finire il giro ciclistico o farsi caricare dal camion.

STRADA	cancello
Strada Provinciale 333 <b>Avegno GE</b>	14:08
Strada Provinciale 333 <b>Uscio GE</b>	14:25
Strada Provinciale 225 <b>Moconesi GE</b> (Fraz. Gattorna)	14:46
Strada Provinciale 19 <b>Lumarzo GE</b>	15:05
Strada Provinciale 19 <b>Pannesi GE</b>	15:19
Strada Provinciale 19 <b>Colle Caprile GE</b>	15:27
Strada Provinciale 333 <b>Uscio GE</b>	15:33
Strada Provinciale 333 <b>Avegno GE</b>	15:49
Fine frazione ciclistica <b>Recco GE</b>	15:52

**ATTENZIONE:**

- il tratto ciclistico si svolge a traffico chiuso regolamentato da più di 50 addetti. Essi non sono segnalatori, perciò i concorrenti dovranno seguire le frecce rosse dei cartelli indicatori.

**Frazione Corsa | Giro di 2,5 km x 4 Lap**

La frazione di corsa si snoda su un anello di 2,5 km da ripetere x 4 volte.



**ATTENZIONE**

- All'arrivo dovrà essere riconsegnato il chip SDAM posandolo negli appositi contenitori. In caso di smarrimento del chip, oltre a non poter avvalersi degli intertempi, il concorrente si vedrà addebitati € 10,00

**DOPO GARA**

Purtroppo l'emergenza sanitaria non ci consente fornire il tradizionale Pasta Party.

All'arrivo gli atleti riceveranno un sacchetto con prodotti per il ristoro post gara.

**SERVIZI:**

Assistenza ciclistica

Per qualsiasi problema meccanico della bicicletta, per tutta la mattina di domenica sarà aperto il Centro Bici Recco, in via San Rocco 101 – Tel. 0185 75679 – [centrobicirecco98@gmail.com](mailto:centrobicirecco98@gmail.com) a circa 2,5 km da Recco, lungo il percorso ciclistico, ma a poche centinaia di metri dal parcheggio gratuito servito dalla navetta.

## SICUREZZA

Sul percorso bike garantita dai Volontari di Protezione Civile del comune di Recco e limitrofi.

## ALBERGHI

Prenotazioni con Agente dedicato su <http://www.lifelandtravel.it/booking-on-line/>

## PACCHI GARA

Prodotto tecnico e prodotti alimentari

## SERVIZIO SANITARIO

Ambulanze, personale medico e paramedico della Croce Verde di Recco.

## VOLONTARI PER LA VOSTRA SICUREZZA

I volontari impiegati da Quality, saranno anche impegnati a mantenere in atto tutte le misure antiCOVID19 previste dal Protocollo di Sicurezza Fitri. Li troverete all'esterno della Segreteria, all'ingresso della Zona Cambio, ad agevolare le procedure di partenza, all'arrivo e alle premiazioni. Siete pregati di collaborare con loro nel vostro stesso interesse.

## RISULTATI

Le classifiche, come le starting list, non verranno affisse ma saranno disponibili dopo pochi minuti dall'arrivo dell'ultimo concorrente sul sito di [www.endu.net](http://www.endu.net).

## FOTO

Applicate l'adesivo PICA sul fronte del vostro casco e seguite le seguenti istruzioni.

Con PHOTOTODAY le foto della tua gara subito sul tuo smartphone



Con il servizio Pica, tutti i partecipanti potranno ricevere le proprie foto direttamente su smartphone, subito dopo la gara e nel pieno rispetto della privacy.

Le foto saranno disponibili durante e nell'immediato dopogara, una volta fatto l'accesso all'app (o al sito [getpica.com](http://getpica.com)) e aver inserito il codice riportato sul pettorale, si potranno vedere e si potranno acquistare.

Le foto acquistate saranno inizialmente in risoluzione più bassa per avere la possibilità di condividerle subito online con i propri amici e parenti (comunque in una risoluzione buona e ben visibile), nel giorno successivo le foto saranno disponibili ad alta risoluzione (ovviamente senza alcun costo aggiuntivo). Durante l'evento Phototoday fotograferà tutti i runner lungo il percorso diverse volte e all'arrivo. Con la partecipazione, i concorrenti accettano di concedere all'organizzazione l'uso della propria immagine foto/video e rinunciano sin d'ora a rivendicare qualsiasi diritto su di essi.



WWW.PASTAINTEGRA.COM

INTEGRA

BUONO  
REGALO  
€15

INTEGRA

CODICE SCONTO  
QUALITRY15

UTILIZZALO ORA E RICEVI LA PASTA  
DIRETTAMENTE A CASA TUA

*Il buono scade il 31/12/2021 su acquisto minimo di €45,00*