



XVI RECCO INTERNATIONAL OLYMPIC DISTANCE TRIATHLON

Sunday, 10th of July, 2022

BRIEFING TECNICO

Ritrovo c/o Proloco, via Ippolito d'Aste, 2 - RECCO

SABATO 9 LUGLIO

18:00 – Apertura Segreteria e inizio distribuzione pacchi gara

20:00 – Chiusura Segreteria

DOMENICA 10 LUGLIO

09:00 – Apertura Segreteria e prosecuzione distribuzione pacchi gara

11.00 – Apertura zona cambio e **area massaggi ASOMI**

12:00 – Chiusura distribuzione pacchi gara

12.30 – Chiusura zona cambio

13.00 – Partenza prima batteria donne + cat. M5 e oltre, a seguire batteria con altre cat. maschili

17.00 – Premiazione (termine fine gara)

BUSTA PETTORALE (cosa contiene)

- Pettorale Gara con codice PICA per fotografie
- Numero bici adesivo per sottosella
- Numeri da applicare al casco con codici PICA per fotografie
- Numero da apporre sulla borsa prima di consegnarla al Deposito
- Tattoos da applicare esterno polpaccio sinistro ed esterno braccio destro
- Chip MySdaM da allacciare alla caviglia e rendere al traguardo

DEPOSITO BORSE

E' situato negli stessi locali della distribuzione pacchi gara, presso la Proloco.

INFO GARA su www.quality.it/recco-triathlon-olimpico

Per quanto qui non menzionato, fa fede il Regolamento Tecnico Fitri, che trovate sul ns. sito.

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 esso.

PARCHEGGI

Quelli su strisce bianche sono a disco orario, mentre quelli sulle blu a pagamento; il costo per l'intera giornata è di € 7,00.

Abbiamo predisposto un **parcheggio gratuito** riservato agli atleti, anche in camper, presso lo Stadio San Rocco. All'uscita dell'autostrada troverete i cartelli che vi indicano la sua posizione,



AREA MASSAGGI

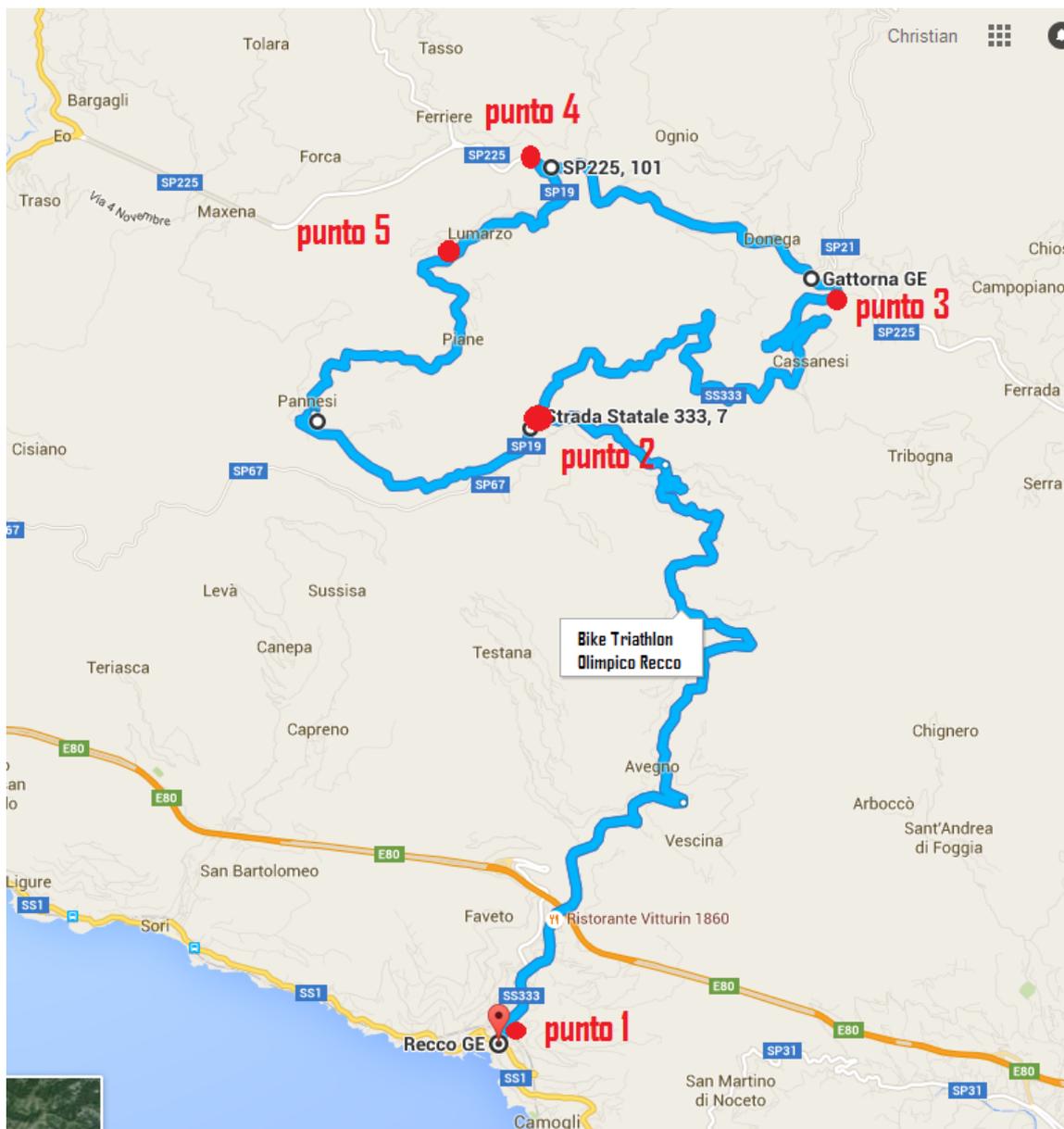
Prima e dopo la gara, è disponibile l'area massaggi gratuita con gli osteopati dell'ASOMI, Accademia di Osteopatia di Torino.

NUOTO: Giro unico di 1.500 mt. Occorre portarsi in partenza 15 minuti prima dello start. Spiaggia dei Frati, a sinistra della Zona Cambio guardando il mare.

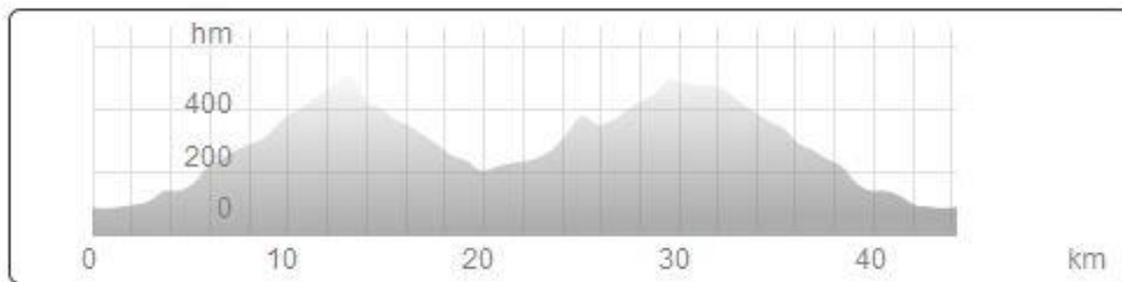


PERCORSO BIKE E PUNTI DI INTERESSE BIKE

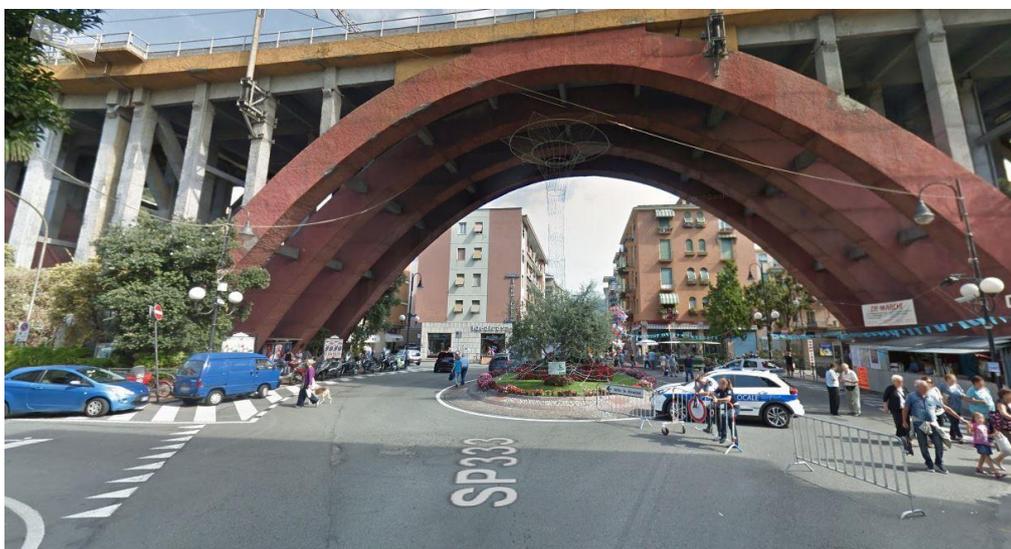
Giro unico di 44 km. Gli atleti sono tenuti a rispettare il codice della strada. Troverete un rifornimento con bottiglie d'acqua da ml 500 al km 25 circa (1,5 km dopo l'inizio della seconda salita). ATTENZIONE all'asfalto irregolare con qualche buca nella prima discesa da Colle Caprile a Gattorna.



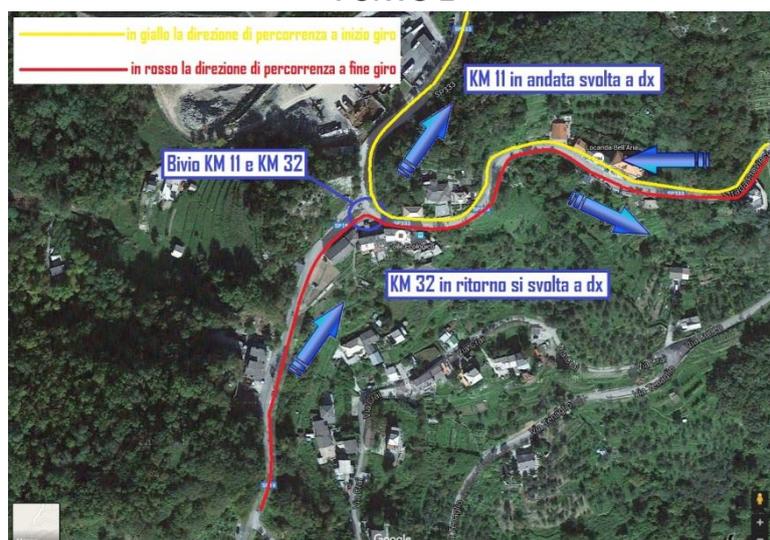
ALTIMETRIA



PUNTO 1



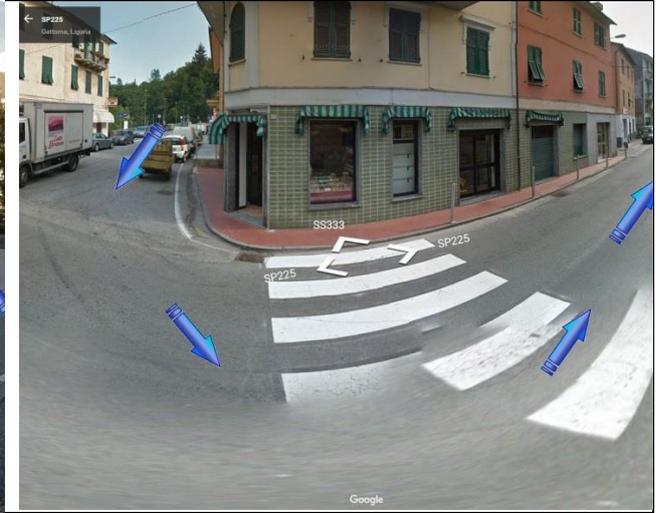
PUNTO 2





PUNTO 3





PUNTO 4

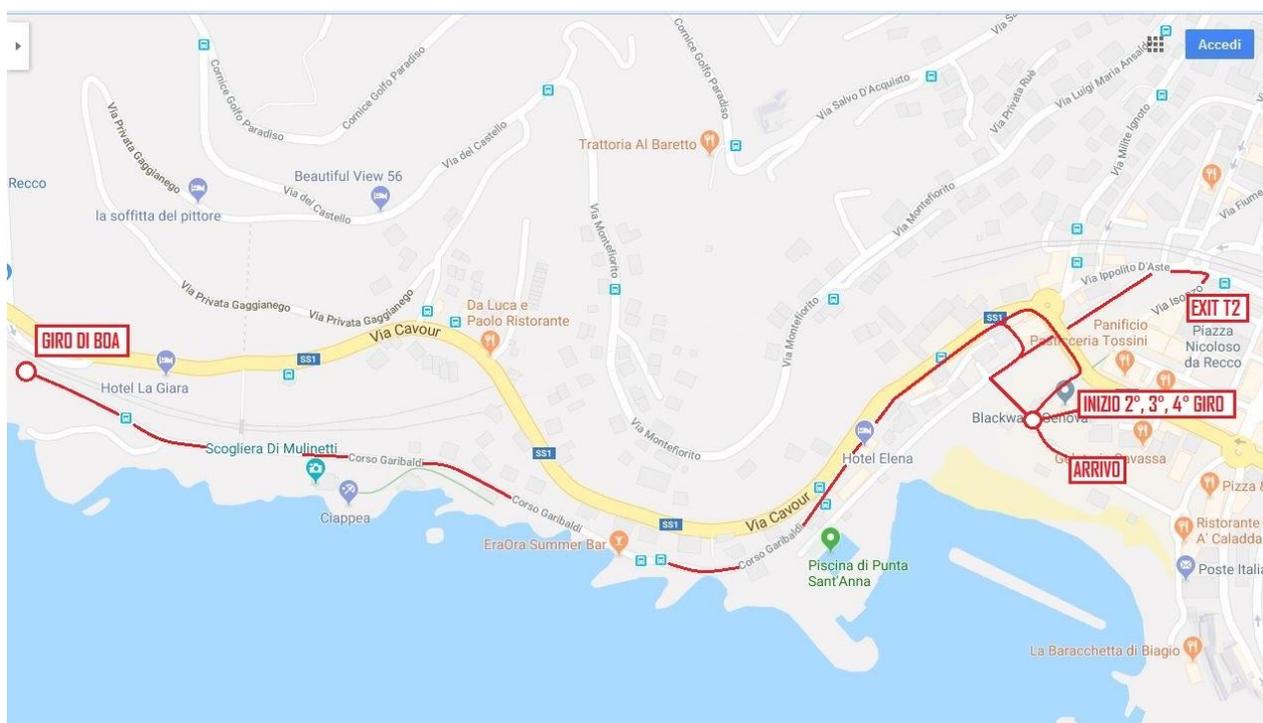


PUNTO 5



RUN

CORSA: 10 km, su 4 giri da 2,5 km. Dovrete raggiungere il giro di boa più lontano 4 volte. Ogni atleta è responsabile del conto dei propri giri. Ci sarà un rifornimento all'inizio di ogni giro, questo potrà aiutarvi a tenere ulteriormente i conti, dopo il quarto passaggio al rifornimento dovrete percorrere l'ultimo giro e arrivare al traguardo. Presso il rifornimento ci saranno acqua o sali e una doccia operata da un volontario. All'arrivo dovrà essere riconsegnato il chip SDAM; in caso di smarrimento, oltre a non poter avvalersi degli intertempi, il concorrente si vedrà addebitati € 10,00





PASTA PARTY

Il Pasta Party sarà in prossimità della Zona Cambio e potrete accedervi utilizzando il pettorale di gara. Riservato ai soli atleti e composto da Trofie al pesto Novella, Focaccia ligure al formaggio e Crostata Tossini, Vino bianco del "Signor Gottu" e acqua minerale.

PREMIAZIONI

Verranno premiati i primi assoluti in base alla CIRCOLARE GARE FITRI 2022 più i primi tre di ogni categoria maschile e femminile.

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) 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.

