

IL COMITATO REGIONALE FITRI PUGLIA
in collaborazione
con la Proloco di Nardò e Terra d'Arneo,
e l'Associazione Sportivo-dilettantistica Messapiae
organizza
domenica 3 aprile 2016 a Nardò, in località Porto Selvaggio-Palude del Capitano,

il 2° duathlon off road mtb supersprint di Porto Selvaggio
(2.5 Km di corsa a piedi – 10 km di ciclismo - 1 km di corsa a piedi)

2° duathlon kids mtb di Porto Selvaggio

REGOLAMENTO DUATHLON SUPERSPRINT MTB

La manifestazione è riservata a tutti gli Atleti M/F tesserati F.I.Tri. (Fed.It.Triathlon) per l'anno 2016, a partire dall'età di 14 anni (anno di nascita '02), ossia per le categorie Youth A (nati 01-02), Youth B (nati 99-00), Juniores (97-98) Seniores, Masters.

Tutti gli Atleti tesserati per altre Federazioni, o non tesserati per alcuna Federazione, per la stessa fascia di età, possono partecipare con il tesseramento giornaliero se in possesso del certificato medico di idoneità alla pratica sportiva agonistica o del certificato medico per attività sportiva non agonistica, da consegnarsi all'atto dell'iscrizione.

E' fatto obbligo di uso del casco rigido omologato nella prova ciclistica.

E' ammesso esclusivamente l'uso della mountain bike.

Tutti i partecipanti sono tenuti al rispetto delle norme del regolamento della Federazione Italiana Triathlon disponibile sul sito internet www.fitri.it

Distanze

-Podismo: Percorso di 2,5 km in 2 giri, off road

-Ciclismo MTB: Percorso di 10 km in 3 giri, off road

-Podismo: Percorso di 1 km in 1 giro, off road

REGOLAMENTO DUATHLON KIDS MTB

La manifestazione è riservata a tutti gli Atleti M/F tesserati F.I.Tri. (Fed.It.Triathlon) per l'anno 2016, a partire dall'età di **8 anni** (anno di nascita '08), ossia per le categorie Cuccioli (nati 07-08), Esordienti (nati 05-06), Ragazzi (nati 03-04).

Tutti gli Atleti tesserati per altre Federazioni, o non tesserati per alcuna Federazione, per la stesse fasce di età, possono partecipare con il tesseramento giornaliero se in possesso del certificato medico di idoneità alla pratica sportiva.

E' fatto obbligo di uso del casco rigido omologato nella prova ciclistica.

E' ammesso esclusivamente l'uso della mountain bike.

Tutti i partecipanti sono tenuti al rispetto delle norme del regolamento della Federazione Italiana Triathlon disponibile sul sito internet www.fitri.it

Distanze

- Cuccioli: 200 mt corsa - 1 km MTB - 100 mt corsa

- Esordienti 400 mt corsa - 2 km MTB - 200 mt corsa

- Ragazzi : 800 mt corsa - 3 km MTB - 400 mt corsa

Programma (domenica 3 aprile 2016)

- dalle ore 08.30 alle ore 10.45 : Raduno atleti e consegna pettorali (i pacchi saranno consegnati ad un solo rappresentante per squadra)
- ore 09.30 Apertura zona cambio gara kids (tutte le categorie)
- ore 09.45 Chiusura zona cambio gara kids (tutte le categorie)
- ore 10.00 Partenza gara kids
- ore 11.00 Apertura zona cambio gara adulti
- ore 11.20 Chiusura zona cambio gara adulti e briefing
- ore 11.30 Partenza gara adulti

Premiazioni

Duathlon supersprint: saranno premiati i primi 3 atleti M/F della classifica assoluta, ed i primi di ciascuna categoria M/F

Duathlon kids: saranno premiati i primi 3 atleti M/F della classifica assoluta per ciascuna categoria. Una medaglia ricordo sarà donata a tutti i partecipanti.

ISCRIZIONI

Le iscrizioni chiuderanno improrogabilmente alle ore **24.00 di giovedì 31 marzo 2016**

Quote di iscrizione:

Tesserati Fitri

Seniores e Master € 15 entro le ore 24.00 di domenica 27 marzo, e successivamente di € 20 entro le ore 24.00 di giovedì **31 marzo**

Juniores € 10 entro le ore 24.00 di giovedì **31 marzo**

Youth A e B € 8 entro le ore 24.00 di giovedì **31 marzo**

Kids (cuccioli-esordienti-ragazzi) € 5 entro le ore 24.00 di giovedì **31 marzo**

Tesseramento giornaliero (atleti non tesserati Fitri)

Seniores e Master € 20 entro le ore 24.00 di **31 marzo**

Juniores € 15 entro le ore 24.00 di giovedì **31 marzo**

Youth A e B € 10 entro le ore 24.00 di giovedì **31 marzo**

Kids (cuccioli-esordienti-ragazzi) € 5 entro le ore 24.00 di giovedì **31 marzo**

Per tutti gli atleti non in possesso della tessera Fi.Tri. saranno necessari i relativi dati anagrafici, ossia nome, cognome, luogo e data di nascita, città ed indirizzo di residenza con cap, codice fiscale da inviare a: fitripuglia@libero.it entro il termine previsto per le iscrizioni. Si prega allegare certificato medico per attività sportiva per uso agonistico.

Modalità d'iscrizione

La richiesta di iscrizione dovrà pervenire:

- **tramite e-mail**, inviata a: fitripuglia@libero.it, comunicando il numero di tessera ed i dati dell'atleta, completa di copia della ricevuta di bonifico bancario, e/o postale, e del certificato medico (ove richiesto dal presente regolamento); per i non tesserati fitri vanno comunicati i seguenti dati: nome, cognome, luogo e data di nascita, residenza e codice fiscale.

La quota di iscrizione dovrà essere versata sul seguente conto corrente bancario, intestato a: MESSAPIAE Associazione Sportiva Dilettantistica – Banca Fineco - Iban: IT40L0301503200000003426964

Non saranno accettate iscrizioni, e/o pagamenti, in occasione della manifestazione.

Termine ultimo per tutte le iscrizioni è giovedì 31 marzo alle ore 24.00

Informazioni

Claudio Meliota : e-mail fitripuglia@libero.it Tel: 348 6038596 www.puglia.fitri.it

Giovanni Montinaro: Tel. 338 3482696

Gianni Casaluce: Tel. 320 4277300

Luogo:

La manifestazione si svolgerà nel Parco Naturale Regionale di Porto Selvaggio e Palude del Capitano – Comune di Nardò (Le), in un percorso interamente chiuso al traffico.

Il Parco ricade interamente nel territorio del Comune di Nardò, da cui dista circa 6 km.

Zona cambio – Masseria Torre Nova (punto di ritrovo)

Alla zona cambio si arriva superando il cancello posto lungo strada Brusca.

La zona cambio è situata nei pressi della Masseria Torre Nova.

L'ingresso alla Masseria Torre Nova avviene dalla SP 286 (litoranea Santa Caterina – Sant'Isidoro)

All'interno, nei pressi della zona cambio, ampio parcheggio gratuito.

Per chi ha il navigatore, queste sono le coordinate della Masseria di Torre Nova:

N 40° 10' 13,54" – E 17° 57' 27,83"

Come raggiungere Porto Selvaggio?

- *Per chi proviene da Porto Cesareo*, seguire le indicazioni per S.Isidoro e percorrere la litoranea (SP 286) in direzione Nardò: si incontrano nell'ordine la palude del Capitano, poi la Baia di Uluzzo e la pineta di Porto Selvaggio.

- *Per chi proviene da Gallipoli*, seguire le indicazioni per S.Caterina e poi per la litoranea Nardò – S.Isidoro – Porto Cesareo (SP 286).

- *Per chi proviene da Lecce*, arrivati a Nardò, prendere la strada per S.Caterina e seguire le indicazioni per la litoranea Nardò – S. Isidoro – Porto Cesareo (SP 286).