



Il Trent-O vi dà il benvenuto al weekend di gare del Monte Bondone

5[^] PROVA SPRINT RACE TOUR – sabato 28 settembre 2019

Tipo di gara: gara individuale a sequenza obbligata, distanza sprint.

Simbologia ISSprOM sprint

Carta di gara: la scala della carta è 1:4.000, equidistanza 2,5 m per tutte le categorie, formato A3 per tutte le categorie

La carta è di nuova realizzazione.

Le cartine sono imbustate in buste di plastica e **non** possono essere tolte dal sacchetto di plastica fino all'arrivo.

La partenza dista 1,5 km dall'arrivo con 100 metri di dislivello.

Prima partenza h 14.30. Non è previsto il trasporto indumenti in partenza.

La gara si svolge principalmente su sentieri e strade sterrate, parchi cittadini e prati con brevissime incursioni nel bosco. Solo una piccola percentuale del percorso sarà su terreno asfaltato.

Tutte le categorie in prossimità del punto n° 46 hanno un attraversamento stradale presidiato. Prestare attenzione. La categoria Élite avrà invece 2 attraversamenti con ampia visibilità. Non è possibile percorrere la strada provinciale, ma è possibile, come evidenziato in cartina percorrerne il marciapiede.

Le cartine saranno ritirate al termine della gara fino alla partenza dell'ultimo concorrente.

Sulla carta è stato indicato con il simbolo n° 710,0 (simbolo zona vietata - barrato incrociato magenta) zone di quasi impossibile transitabilità dovute ad alberi caduti. I simboli speciali utilizzati sono evidenziati in cartina.

Le cartine di gara saranno visibili in partenza al cancello -2

La descrizione punti è stampata in cartina e disponibile per gli atleti nei cancelli di partenza.

Le premiazioni si terranno al termine della gara indicativamente alle ore 17.00

Il Trent-O vi dà il benvenuto al weekend di gare del Monte Bondone

COPPA ITALIA LONG DISTANCE – domenica 29 settembre 2019

Tipo di gara: gara individuale a sequenza obbligata, distanza long

Simbologia ISOM Long

Carta di gara: la scala della carta è 1:10.000, equidistanza 5 m

Realizzazione 2013 e aggiornamento 2019.

Per tutte le categorie le cartine sono state imbustate e non possono essere tolte dal sacchetto fino all'arrivo.

Sono presenti due partenze:

PARTENZA ROSSA dista 1 km dall'arrivo con 20 metri di dislivello per le seguenti categorie:
ESORDIENTI / M-W12 / M-W14 / M-W16 / W35+ / W40+ / W45 + / M-W50+ / M-W55+ /
M-W60+ / M-W65+ / M-W70+ / M – W75+ / M-WB / M-WC / DIRECT

PARTENZA BLU dista 3 km dall'arrivo con 10 metri di dislivello per le seguenti categorie:
M-W18 / M-W20 / M-WE / M35+ / M40+ / M45+ / M-WA

Per raggiungere entrambe le partenze si lascia la zona arrivo nella medesima direzione. Prestare attenzione al bivio fra le due partenze. Per la partenza Blu seguire sempre la strada asfaltata.

Nel bosco ci sono delle torrette di recente costruzione non segnate in cartina nella zona della partenza blu

Prima partenza h 10.00

In partenza non è previsto un trasporto indumenti, tranne nel caso di forte pioggia

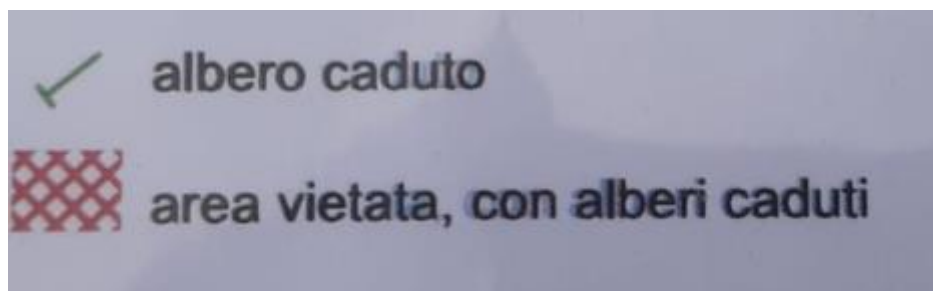
Le cartine saranno ritirate al termine della gara fino alla partenza dell'ultimo concorrente.

I concorrenti delle categorie Elite potrebbero avere il gps. Si invita i concorrenti Elite ad informarsi presso la segreteria di gara se hanno il gps e a ritirare eventualmente la pettorina.

La categoria ME ha 38 lanterne assicurarsi che la propria sicard sia capiente.

Sulla carta è stato indicato con il simbolo n° 710,0 (barrato incrociato magenta) zone di quasi impossibile transitabilità dovute ad alberi caduti.

I simboli speciali utilizzati sono evidenziati in cartina con:



Le cartine di gara saranno visibili al -2

La descrizione punti è stampata in cartina e disponibile per gli atleti nei cancelli di partenza

Le premiazioni si terranno al termine della gara indicativamente ad ore 14.00.

PASTI: Pranzo convenzionato presso Capanna Viote.

Sarà possibile acquistare i buoni pasto presso la segreteria scegliendo tra i seguenti menù:

Primo a scelta: € 8,00 da scegliere tra

Fusilli al ragù di porcini e salsiccia

Pasta al Pomodoro o Ragù

Canederli in Brodo

Gulaschsuppe

1/2 Litro acqua compreso

Secondo a scelta: € 12,00

da scegliere tra

Gulasch di manzo e polenta

Polenta con crauti e puntine affumicate

Salsiccia alla griglia e polenta

1/2 Litro acqua compreso

Menù completo Primo e Scondo: € 15,00

1/2 Litro acqua compreso

Caffè: € 1,00

Birra: € 3,00