

5 TRIATHLON OLIMPICO IN MTB "CITTA' DI VILLACIDRO"

Gara a staffetta promozionale

Villacidro 28/08/2011

Categorie: Elite - Age group (Junior, Senior, Master)

Rank: no

Premiazioni:

prime 3 staffette maschili

prime 3 staffette femminili

Pasta Party: si

Parcheggi a 50 metri dalla zona cambio

Assicurazione e responsabilità civile: si

Programma:

RITIRO PACCHI GARA (contenente: cuffia

nuoto, placca bici, pettorale corsa, n° casco, elastico, gadget, regolamento gara)

presso la Diga Sul Lago rio Leni

venerdì precedente la manifestazione dalle ore 17.00

alle ore 19.00

Sabato precedente la manifestazione dalle ore 13:30

alle ore 15:00

Domenica 28/08/2011

7.45 APERTURA ZONA CAMBIO

9.00 CHIUSURA ZONA CAMBIO

9,15 BRIEFING ATLETI

9.40 PARTENZA GARA

RISTORO ALL'ARRIVO

AL TERMINE DELLA GARA INIZIO PASTA PARTY E PREMIAZIONI

PERCORSO

NUOTO	BICI	CORSA
2 giri da 750 m ciascuno in acque chiuse	1 giro da 29 km interamente su sterrato - 2 ristori per giro	2 giri da 5000 m prevalentemente su sterrato - 2 ristori per giro + ristoro all'arrivo

Come raggiungere villacidro

Da **Cagliari** aeroporto di Elmas - (circa 45 km) All'uscita dall'aeroporto si prende la **SS. 130** verso **Decimomannu**, quindi il bivio per **Villasor** sulla **SS.196**, si attraversa l'abitato di Villasor e quindi si arriva a Villacidro

Da **Porto Torres** prendere la **SS. 131** fino a Sardara, quindi il bivio a destra per **San Gavino Monreale** e dopo 10 Km si arriva a Villacidro

Da **Olbia** prendere la **SS. 125** e immettersi successivamente sulla **SS.131** fino a Sardara, quindi il bivio a destra per **San Gavino Monreale** e dopo 10 Km si arriva a Villacidro

Da villacidro seguire le indicazioni per la foresta demaniale Monti Mannu

ALBERGHI

www.provincia.mediocampidano.it/mediocampidano/it/strutturericettive

Per ulteriori informazioni www.villacidrotriathlon.com

Iscrizioni:

Le iscrizioni dovranno pervenire entro 22/08/2011 tramite il sito www.villacidrotriathlon.com, iscrizione on line, per e-mail a villacidrotriathlon@tiscali.it o per fax al n. **1782740908** accompagnate da copia del bonifico bancario, complete dei dati anagrafici e numero tessera Fi.TRI.

Il bonifico dovrà essere indirizzato a:

ASD Villacidro Triathlon, via Vittorio Emanuele 81 09039 Villacidro

Coordinate bancarie: **BANCA DI CREDITO SARDO** IBAN IT26V0305944040625017274409

(causale iscrizione gara "5° triathlon OLIMPICO in MTB città di Villacidro" gara promozionale a staffetta)

Ambulanze 2

Ospedale San Gavino Monreale a 10 KM da villacidro

N° medici 2

Allestimento zona medica adiacente al campo gara

QUOTE D'ISCRIZIONE

Quota team € 60,00

Per le iscrizioni successive al 22/08/2011 è prevista una maggiorazione di € 10,00