

XXII Triathlon Olimpico Città di Pietra Ligure

Pietra Ligure, 7 giugno 2025 ore 13:00

Briefing Tecnico

CONSEGNA PETTORALI E PACCHI GARA

Si terrà nei seguenti orari presso il Caffè Flora Via Lungomare Don G. Bado 12:
venerdì 6 giugno dalle ore 16:00 alle 20:00 – sabato 7 giugno dalle ore 8:00 alle ore 12:00

CONTENUTO DEL PACCO GARA

1 Pettorale – 1 Numero bici – 1 Numero adesivo per il deposito borse – 1 Chip MySdam con cavigliera –
1 Copia del briefing tecnico – 1 Capo d'abbigliamento (maglia tecnica) – Prodotti alimentari

L'evento aderisce al progetto Plastic Free promosso dalla FITRI, gli atleti potranno utilizzare la propria cuffia o quella della propria Società, senza dover apporre sopra il numero, come concordato con i Giudici nazionali.

L'organizzatore renderà comunque disponibili un quantitativo di cuffie in silicone personalizzate TRIATHLONPIETRA, con libera donazione all'associazione "Runners for Autism".

ORARI ZONA CAMBIO E PARTENZA

Apertura ore 10:00 – Chiusura ore 12:30

La partenza della gara femminile è fissata alle ore 13:00 e quella maschile alle ore 13:15, in caso siano previste più batterie esse saranno distanziate di 3 minuti a discrezione del Giudice Arbitro.

Deposito borse custodito presso la zona partenza.

1,5 KM NUOTO

Partenza davanti ai Bagni San Giovanni, in Via Lungomare Don G. Bado, percorso di un giro unico in senso antiorario. Mantenere le boe (tutte di colore giallo) alla propria sinistra, tranne quella posta al centro del lato lungo che è solamente direzionale. Gli atleti usciranno dall'acqua sulla spiaggia all'altezza del pontile di levante, e raggiungeranno la zona cambio percorrendo una breve scalinata ed un tratto del pontile stesso.

La sicurezza durante la frazione natatoria sarà garantita con le aquabike di K38 Italia ed unità cinofile da soccorso nautico di S.O.G.IT.

39,7 KM BICI

Il percorso ciclistico sarà indicato da frecce di colore bianco ed arancione e chiuso al traffico per 20' dal passaggio del primo concorrente, dopodiché sarà a traffico controllato. È fatto severamente obbligo, pena la squalifica immediata, di rispettare il codice della strada e non superare la linea di mezzera.

Dislivello positivo di c.ca 850 mt.

Il percorso ciclistico si svolge su strade extraurbane nella Val Maremola, entroterra del Comune di Pietra Ligure; è caratterizzato da un dislivello positivo di mt. 820, dislivello negativo di mt. 820; nello specifico la tabella di marcia sarà la seguente:

Pietra Ligure, Giustenice (passando per Via della Cornice e Via Ranzi), San Michele, SP 4, Tovo San Giacomo, Bardino Vecchio, Bardino Nuovo, Lavrio, svolta a sinistra sulla SP 490 fino a riprendere a sinistra la SP 4 in discesa prima di Regione Ca' Nova, in prossimità della basilica Santi Cosma e Damiano svolta a destra verso

loc. Isallo, giro di boa, ritorno verso Magliolo, Bardino Nuovo, Bardino Vecchio, svolta a destra in Via Briffi per raggiungere il fondovalle e ritornare a Pietra Ligure.

IMPORTANTE: INCROCIO ATLETI! Il tratto stradale dal Santuario dei Santi Cosma e Damiano fino a località Isallo sarà a doppio senso di marcia e percorso dagli atleti in entrambe le direzioni. PRESTARE MASSIMA ATTENZIONE!

<https://www.komoot.it/tour/2126591152?ref=aso>

https://connect.garmin.com/modern/activity/18677695959?share_unique_id=27

10 KM CORSA

Il percorso podistico si svolgerà in tratto interamente pianeggiante, con 2 giri di un circuito di circa 4,8 km con un breve tratto di lancio in senso opposto all'uscita della zona cambio.

AREE RISTORO

4 ristori nella corsa (2 per ogni giro, 1 situato sul Lungomare Don G. Bado ed 1 in Via Francesco Crispi in prossimità del giro di boa) con acqua minerale e spugnaggio.

RISTORO POST GARA

Il ristoro post gara verrà offerto in Via Accame, per usufruirne è necessario presentare il pettorale.

AREA MASSAGGI

Nel post gara sarà disponibile un servizio massaggi gratuito.

SERVIZIO DOCCE

c/o Bagni Flora Via Lungomare Don G. Bado 12.

FOTO

Le foto dell'evento saranno disponibili sulle pagine Facebook Triathlonpietra Maremola ed Instagram @triathlonpietra.

PARCHEGGI

Parcheggio riservati agli atleti in piazzale Geddo (ex campo sportivo) lato Nord.

ORGANIZZAZIONE

Maremola Triathlon ASD – Gianni Alliri T. +39/33356759395

MEDICO DI GARA

Dott.ssa Sara Carlevaro T. +39/3496035460

Per emergenze Erika Luzzo T. +39/3409599355

CENTRO OSPEDALIERO PIÙ VICINO:

Presidio ospedaliero di Pietra Ligure – Ospedale Santa Corona

Via XXV Aprile 38, Pietra Ligure SV – T.: +39/01962301

Per quanto non espresso si fa riferimento al Regolamento Tecnico.