

# INDICE

- **Organizzazione**
  - ✓ Contatti
  - ✓ Località
  - ✓ Come Arrivare
- **Regole generali per l'iscrizione**
- **Regolamento di gara**
  - ✓ Informazioni Generali
  - ✓ Chiusura al traffico e parcheggio
  - ✓ Norme comportamentali per i concorrenti
  - ✓ Descrizione campo gara
  - ✓ Mappa generale
- **Informazioni**
  - ✓ Programma della gara
  - ✓ Distanze
- **Percorso Nuoto**
  - ✓ Percorso Nuoto
  - ✓ Transizione T1
- **Percorso Ciclistico**
  - ✓ Percorso Ciclistico
  - ✓ Transizione T2
- **Percorso Corsa**
  - ✓ Percorso Corsa
- **Dove dormire**

# ORGANIZZAZIONE

## CONTATTI

**ORGANIZZAZIONE GENERALE  
TRIATHLON TEAM SASSARI  
C/O Training Pro  
Via Pietro Marogna, 16  
07100 Sassari  
tel. 0794120691  
fax 0794120691**

**MAIL [triathlonsassari@tiscali.it](mailto:triathlonsassari@tiscali.it)  
WEB [www.triathlonsassari.it](http://www.triathlonsassari.it)**

**REFERENTE PERCORSI  
FABRIZIO BARALLA  
TEL. 3294316747  
MAIL [fabribaralla@hotmail.com](mailto:fabribaralla@hotmail.com)**

**SEGRETERIA GARA E ATLETI  
BARBARA DEMARTIS  
TEL0794120691  
mob. 3288496946  
MAIL [demartis.barbara@gmail.com](mailto:demartis.barbara@gmail.com)**

## Porto Torres vista dal satellite



## Località-Informazioni turistiche

Situato a ovest della costa settentrionale della Sardegna, Porto Torres rappresenta uno dei principali nodi di comunicazione via mare del isola.

Sorge davanti alla famosa Asinara, isola incastonata al margine occidentale dell'omonimo golfo, a circa 20 Km dall'aeroporto "Riviera del Corallo" e 18 Km da Sassari.

Porto Torres è situata in una posizione strategica (considerando che è l'unico porto sardo ad avere collegamenti con la [Francia](#)) al centro del [Golfo dell'Asinara](#). Il suo territorio ha un'area di 10.200 [ettari](#), buona parte dei quali è costituita dall'Isola dell'[Asinara](#) e dalla più piccola [Isola Piana](#). L'area è prevalentemente pianeggiante (si trova nella pianura della [Nurra](#)), ad eccezione di alcuni colli, il più alto dei quali è Monte Alvaro (342 m). In questo territorio scorrono due fiumi, il Riu Mannu ed il meno conosciuto e più piccolo [Fiume Santo](#), che traccia il confine tra il comune di Sassari ad ovest e quello di Porto Torres ad est.

[Turrìs Lybissonis](#) (il nome romano dell'odierna Porto Torres) è nata nel 46 a.C. come colonia iulia del periodo imperiale romano ed era la seconda città in grandezza e ricchezza in Sardegna dopo Calaris ([Cagliari](#)). Inoltre aveva buoni rapporti con [Roma](#) e [Ostia](#) ed era una città ricca e popolosa come attestato dai resti di sontuose terme e altri monumenti ormai sepolti sotto la nuova città. Tracce ulteriori si ritrovano presso la zona di Monte [Angellu](#) (Angellum = *lat.* cimitero). Nel periodo medievale la città divenne capoluogo del Giudicato di Torres-Logudoro, ma con l'assalto del popolo dei [Vandali](#) prima, e dei [Saraceni](#) poi, la popolazione si spostò verso l'entroterra verso gli insediamenti più sicuri quali Thathari, Kitarone, Silki. Dopo l'anno Mille, la costa, grazie all'avvento dei [Pisani](#), riprese vita. In quell'epoca fu edificata la Basilica romanico-pisana di [San Gavino](#). Dopo il periodo pisano la città passò in mano agli [Aragonesi](#) che costruirono avamposti e torri per controllare la costa; in quell'epoca Porto Torres si chiamava Torres ed insieme ai vicini centri di [Sassari](#), della [Romangia](#) e dell'[Anglona](#)

Seguendo la litoranea che attraversa la città si possono raggiungere diverse spiagge: Platamona, la Riviera di Sorso e Lu Bagnu verso est; Le Saline, Le Tonnare e la bianchissima spiaggia de La Pelosa in direzione ovest. Dal porto partono periodicamente i battelli per la visita del parco naturale dell'Asinara e delle incontaminate spiagge e scogliere dell'ex colonia penale (Cala Reale, Fornelli, per citarne solo alcune...)

# Il Campo Gara

La spiaggia di Balai si trova all'inizio del Lungomare della città e presenta una spiaggia bianca non troppo sottile.

Servizi:

- bar
- ristorante
- servizi alla balneazione
- servizi igienici
- docce

Il tratto di strada che unisce la via Lungomare - Via Balai alla S.P. 81 verrà chiuso al traffico ma sarà consentito l'accesso agli atleti per raggiungere il parcheggio a loro riservato.

## **COME RAGGIUNGERE IL CAMPO GARA (Spiaggia di Balai )**

**Dalla S.S. 131:** al semaforo prima di entrare a Porto Torres svoltare a dx in direzione del campo sportivo e proseguire sempre dritto per circa 2 Km sino all'incrocio con la SP 81.

**Dalla S.P. 42 "Due Mari": attraversata la zona industriale si raggiunge la rotatoria del ponte romano, prendere la prima a dx in direzione di Sassari e proseguire sino ad immettersi sulla S.S. 131 (a quattro corsie), al primo semaforo svoltare a sx in direzione del campo sportivo e proseguire per circa 2 Km sino all'incrocio con la SP 81**

## REGOLE GENERALI PER L'ISCRIZIONE

# Aquathlon Golfo dell'Asinara Città di Porto Torres

30 Settembre 2023

Alla manifestazione potranno partecipare tutti gli atleti regolarmente tesserati alla FITRI per la stagione 2023, i non tesserati potranno effettuare il Tesseramento giornaliero, previa presentazione di idoneo certificato medico\* (vedi specifiche sotto) e sottoscrizione del modulo adatto, reperibile al seguente link

<https://www.fitri.it/it/component/phocadownload/category/253-tesseramenti-2023.html?download=2098:scheda-tesseramento-giornaliero>

il costo del Tesseramento giornaliero è di:

€ 5,00: Youth/Kids

€ 10,00: Tutte le categorie;

### QUOTE ISCRIZIONE INDIVIDUALE AQUATHLON

SENIOR 2-MASTER € 30,00 entro le h. 24:00 del 18/09/2023

SENIOR 1 € 25,00 entro le h. 24:00 del 18/09/2023

JUONIOR € 15,00 entro le h. 24:00 del 18/09/2023

STAFFETTE € 30,00 entro le h. 24:00 del 18/09/2023

### QUOTE ISCRIZIONE INDIVIDUALE TRIATHLON YOUTH E KIDS

Youth A €8,00 entro le h. 24:00 del 18/09/2023

Kids €5,00 entro le h. 24:00 del 18/09/2023

### Le adesioni si ricevono:



inviando una mail a: [triathlonsassari@tiscali.it](mailto:triathlonsassari@tiscali.it), inviare i propri dati anagrafici, società di appartenenza, categoria, numero di tessera FITRI, ricevuta di avvenuto pagamento iscrizione.

**N.B. l'iscrizione sarà effettiva solo dopo l'invio della ricevuta di pagamento.**

Coordinate Bancarie per effettuare il bonifico :

BANCO di SARDEGNA – Agenzia numero 5 di V. Luna e Sole

C/C numero 70087632 intestato a TRIATHLON TEAM SASSARI ASD

Codice IBAN : IT 78 D 01015 17209 0000 70087632

\*Certificazioni mediche previste:

- tutti gli atleti dai 12 anni in su (anno solare) devono essere in possesso di idoneo certificato medico agonistico specifico per il triathlon;
- tutti gli atleti appartenenti alle categorie Giovanissimi devono essere in possesso di idoneo certificato medico di idoneità alla pratica sportiva non agonistica, valido un anno solare;
- gli atleti stranieri dai 12 anni in su (anno solare), non tesserati con la federazione nazionale del Paese di appartenenza, devono essere in possesso di idoneo certificato medico agonistico specifico per il triathlon rilasciato da Medico Italiano;
- gli atleti stranieri appartenenti alle categorie Giovanissimi, non tesserati con la federazione nazionale del Paese di appartenenza, devono essere in possesso di idoneo certificato medico di idoneità alla pratica sportiva non agonistica, valido un anno solare;
- gli atleti stranieri, tutte le categorie, tesserati per il proprio Paese di appartenenza sono tenuti a presentare copia della tessera federale valida per l'anno 2023 o attestato di tesseramento rilasciato dalla propria Federazione che attesta il tesseramento per l'anno 2023

# REGOLAMENTO GARA

## INFORMAZIONI GENERALI

### CHIUSURA TRAFFICO E PARCHEGGIO

Per garantire la sicurezza dei partecipanti e il sereno svolgimento della manifestazione, il campo gara sarà chiuso al traffico

Lo staff provvederà ad indirizzare gli atleti verso l'area di parcheggio a loro riservata, posta in prossimità del campo gara.

### NORME COMPONIMENTALI PER I CONCORRENTI

Dal Regolamento Tecnico Fitri art.56

I concorrenti devono rispettare:

- le norme del Regolamento Tecnico
- le norme del regolamento specifico della gara
- seguire le istruzioni fornite da organizzatori e giudici di gara
- osservare un comportamento corretto e leale
- fermarsi quando il medico di gara li ritiene non idonei a proseguire la competizione
- in caso di ritiro, togliersi il numero di gara e consegnarlo ai giudici di gara

I concorrenti non devono:

- arrecare danno ad altri atleti
- accorciare le distanze
- essere accompagnati o farsi seguire in bici o a piedi
- ricevere aiuti tecnici
- ricevere cibo o bevande al di fuori degli spazi predisposti dall'organizzazione

### DESCRIZIONE CAMPO GARA

La **Zona Cambio**, interamente transennata e chiusa al pubblico, verrà allestita nella strada asfaltata antistante la Spiaggia di Balai

Ogni concorrente all'entrata della zona cambio dovrà esibire, se richiesta dai giudici, la propria tessera FITRI corredata da valido documento di riconoscimento.

- L'accesso alla zona cambio è consentito solo:
  - ai concorrenti;
  - ai giudici;
  - alle persone autorizzate.

Nell'area di transizione ogni atleta può introdurre solo il materiale strettamente necessario allo svolgimento della gara; tutto il materiale usato in gara dai concorrenti: scarpe, maglie, cuffia, occhialini, ecc., dovrà essere collocato, negli orari stabiliti, nei posti riservati e contrassegnati dai rispettivi numeri di gara.

Gli atleti sono tenuti a riposizionare il materiale usato nella varie frazioni al posto assegnato, pena ammonizioni o squalifica da parte dei Giudici di gara.

Nella Zona di Partenza verrà effettuata la spunta degli atleti, successivamente gli stessi non potranno più allontanarsi dalla suddetta zona sino all'inizio della competizione, pena ammonizione e squalifica da parte dei Giudici di gara.

# INFORMAZIONI

## PROGRAMMA DELLA GARA

**SABATO 30 SETTEMBRE**

**14:00-16:00**

**Consegna pacchi gara**

**15:30**

**Apertura zona cambio- Giovanissimi e Youth**

**16:00**

**Chiusura zona cambio**

**16:00**

**START TRIATHLON KIDS**

**Minicuccioli**

**Cuccioli**

**Esordienti**

**Ragazzi**

**a seguire**

**START TRIATHLON YOUTH**

**AL TERMINE DELLA GARA YOUTH VERRA' APERTA LA ZONA CAMBIO PER L'AQUATHLON**

**18:00**

**START AQUATHLON**

**A SEGUIRE**

**PREMIAZIONI**

## DISTANZE

### TRIATHLON KIDS

**mini cuccioli**

Nuoto	Ciclismo	Corsa
25 mt	500 mt	100 mt

**Cuccioli**

Nuoto	Ciclismo	Corsa
50 mt	1 Km	250 mt

**Esordienti**

Nuoto	Ciclismo	Corsa
100 mt	2 Km	500 mt

**Ragazzi**

Nuoto	Ciclismo	Corsa
200 mt	4 Km	1000 mt

### TRIATHLON YOUTH

Nuoto	Ciclismo	Corsa
250 mt	5 km	1250 mt

### AQUATHLON ATIPICO

Nuoto	Corsa
1300 mt	6800 mt

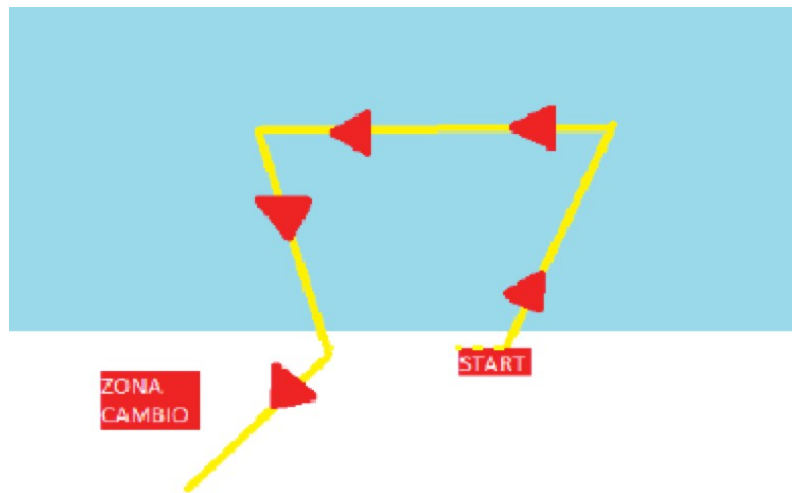
**I PERCORSI DEL TRIATHLON KIDS SARANNO TRACCIATI IN BASE ALLE DISTANZE STABILITE DA REGOLAMENTO PER OGNI CATEGORIA, NELLA ZONA ASFALTATA ANTISTANTE LA SPIAGGIA DOVE VERRA' EFFETTUATA LA FRAZIONE DI NUOTO**

## **PERCORSI TRIATHLON YOUTH**

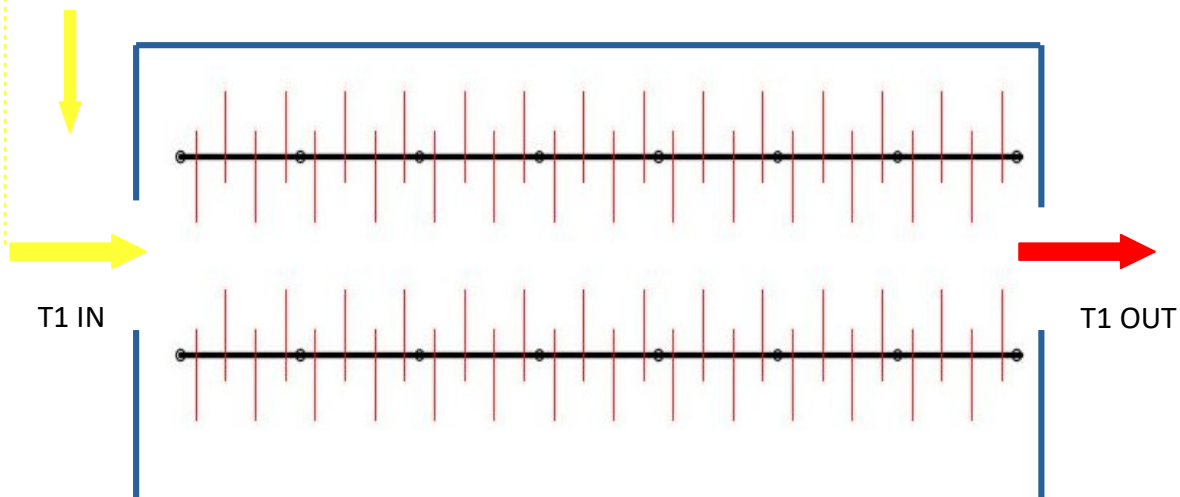
### **-PERCORSO NUOTO TRIATHLON PROMO**

**NUOTO: 1 giri da 250 m**

**Il percorso nuoto è composto da 1 giri da 250 metri da percorrere in senso antiorario. I cambi di direzione sono segnati dalle boe.**



## **TRANSIZIONE T1**





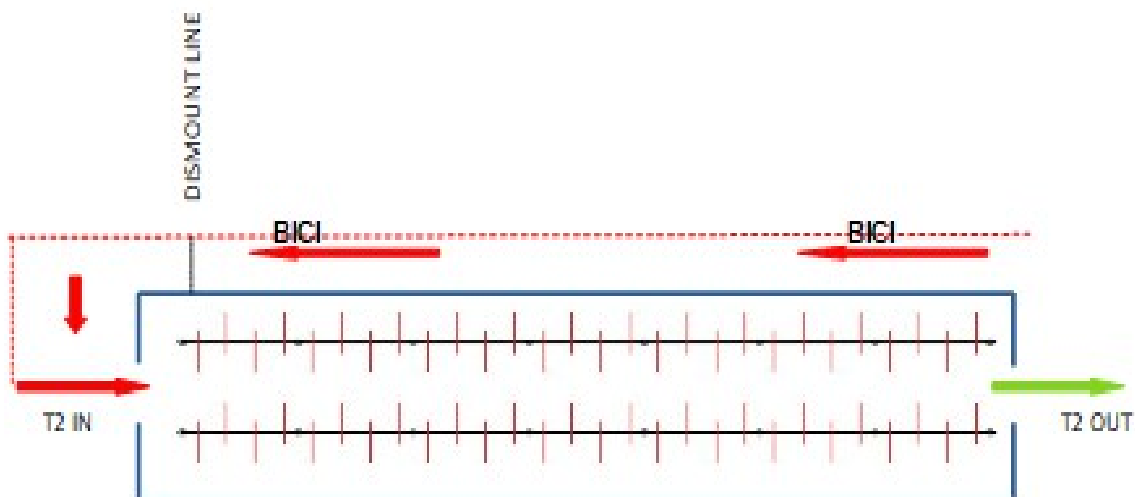
## PERCORSO BICI

**BICI: 2 giri da 2,5km-Tot 5 Km**

**Il Percorso è strutturato in un bastone che da Balai conduce verso la rotatoria posta all'incrocio tra la SP81 e via Libero Grassi, da ripetere 2 volte**



## TRANSIZIONE T2



## PERCORSO CORSA

### PERCORSO CORSA

**CORSA: 1 giro da 1,250 km**

**Il Percorso Corsa si sviluppa a bastone lungo la sp8181, dopo aver percorso 650 mt sarà posizionato il giro di boa che condurrà all'arrivo.**

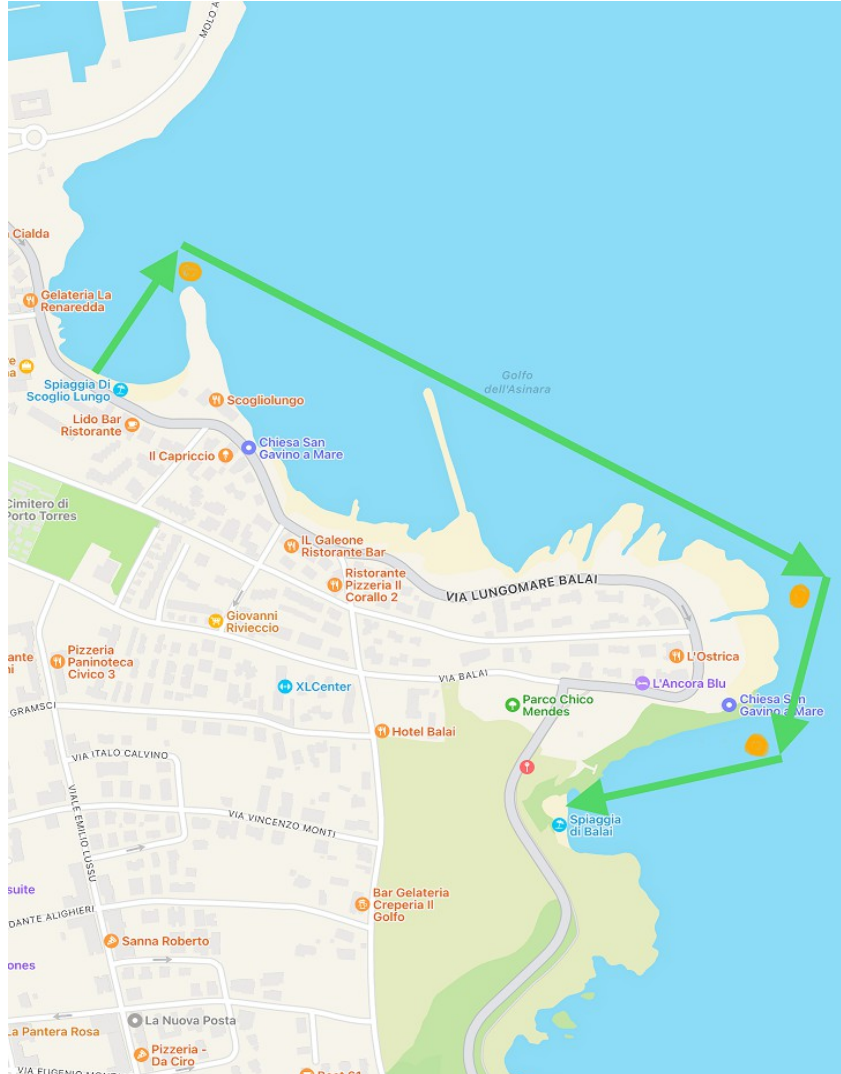


# PERCORSI AQUATHLON

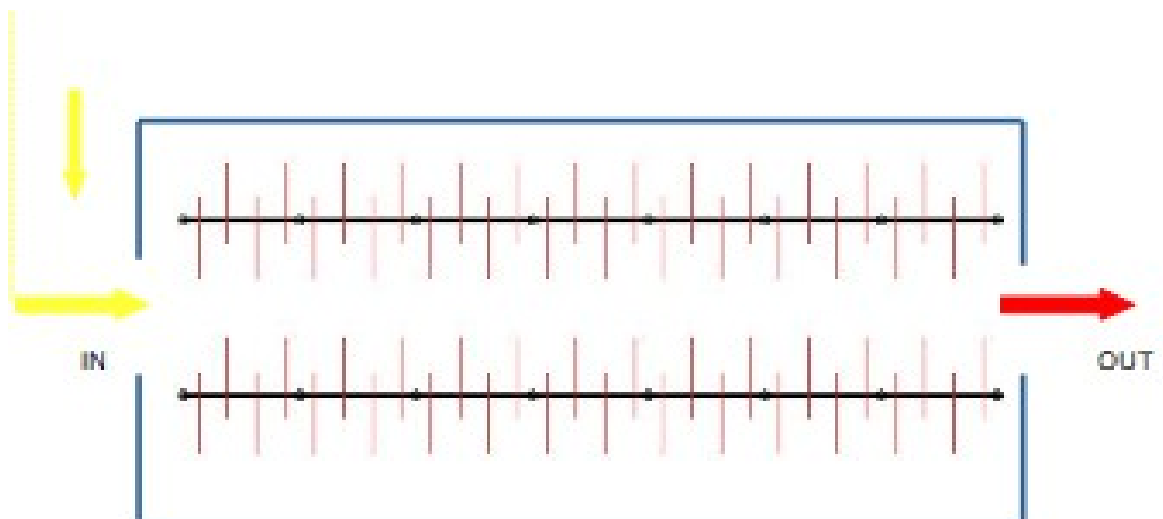
## -PERCORSO NUOTO AQUATHLON

**NUOTO: 1GIRO DA 1300MT**

**Il percorso nuoto è composto da 1 giro di 1300 metri, ingresso in acqua dalla spiaggetta dello Scoglio Lungo ed uscita a Balai. I cambi di direzione sono segnati dalle boe.**



## TRANSIZIONE T1



# PERCORSO CORSA

## PERCORSO CORSA

### CORSA:

Il Percorso Corsa si sviluppa in un circuito lungo la sp81, si percorrerà in andata la pista ciclabile fino alla Chiesetta di Balai lontano, si ritonerà verso Balai sul tratto di strada asfaltata, in prossimità dell'ingresso in zona cambio sara' posizionato il giro di boa , svoltadolo dal lato sinistro, si procedera' a ritroso fino alla rotatoria con Via Tramontana, qui ci si immeterà in via Tramontana e si percorrerà fino ad arrivare in Via Balai, all'intersezione si svolta a destra fino all'incrocio con la SP 81 si girerà nuovamente a destra per arrivare al traguardo.

