

1° Olimpico ROWATHLON

5Km Row + 38Km Bike + 10Km Run

Domenica 17 settembre 2006 - ore 9.00

**TRENTO (loc. Mattarello)
Centro Sportivo - via del Castel n. 3**



Categorie: MASCHILE e FEMMINILE

PARTENZE OGNI 1'

REGOLAMENTO ed ISCRIZIONI

Il "1° OLIMPICO ROWATHLON 2006" è una gara che prevede tre prove in successione una all'altra: una frazione remiera su indoor rower C2 mod. D (canottaggio a secco) di 5 Km., una in bicicletta (la scelta della bike è libera con obbligo di casco rigido omologato) su un percorso stradale di 38 Km. e per finire una frazione di corsa di 10 Km. Vincitore sarà chi percorre le tre prove in sequenza nel minor tempo possibile. Il tempo viene conteggiato dall'inizio della prima prova fino al termine dell'ultima e viene rilevato manualmente con cronometro.

La quota d'iscrizione è di € 10. L'iscrizione è aperta a tutti (età minima 16 anni).

Sono richiesti certificato medico sportivo, documento d'identità e sottoscrizione del regolamento. Le prove si svolgono domenica 17 settembre 2006 a Trento (loc. Mattarello) a partire dalle ore 09.00. Sono previsti trofei per i primi 6 classificati delle categorie maschile e femminile. **ISCRIZIONI: entro il 02 settembre 2006** c/o ProSport 38100 Trento-telefono/fax 0461985399 - L'iscrizione viene formalizzata mediante l'invio di fax in cui dovrà apparire cognome, nome, data di nascita, club di appartenenza, recapito telefonico ed eventuale e-mail.

DESCRIZIONE DEL PERCORSO.

Dopo aver effettuato la 1^ prova di 5 Km su indoor rower si passa alla frazione in bicicletta di 38 Km: il percorso, in prevalenza pianeggiante e su strada aperta al traffico (bassa frequenza di autoveicoli), si snoda a partire dal Complesso Sportivo di Mattarello attraverso il centro del sobborgo per 1,2 Km per poi imboccare un "anello" di circa 6 Km (da percorrere per 6 volte in senso orario) a profilo pianeggiante caratterizzato da una leggera e progressiva salita di 400 metri dopo circa 4 Km dall'imbocco dell'"anello". Il rientro avviene al termine dei 6 giri previsti ripercorrendo il tratto di 1,2 Km fino al Complesso Sportivo da dove parte la prova finale di 10 Km di corsa che viene svolta su pista ciclabile, al giro di boa dei 5 Km si ripercorre la strada a ritroso per arrivare sempre presso il Complesso Sportivo di Mattarello dove è situato il traguardo.

N.B. Nel tratto in bicicletta è fatto obbligo a tutti i partecipanti il rispetto e l'osservanza delle norme del codice della strada. Alle ore 8.30 del giorno della gara è prevista una ricognizione del percorso. Viene prevista altresì una "zona cambio" di circa 50 metri fra gli indoor rowers e le biciclette.