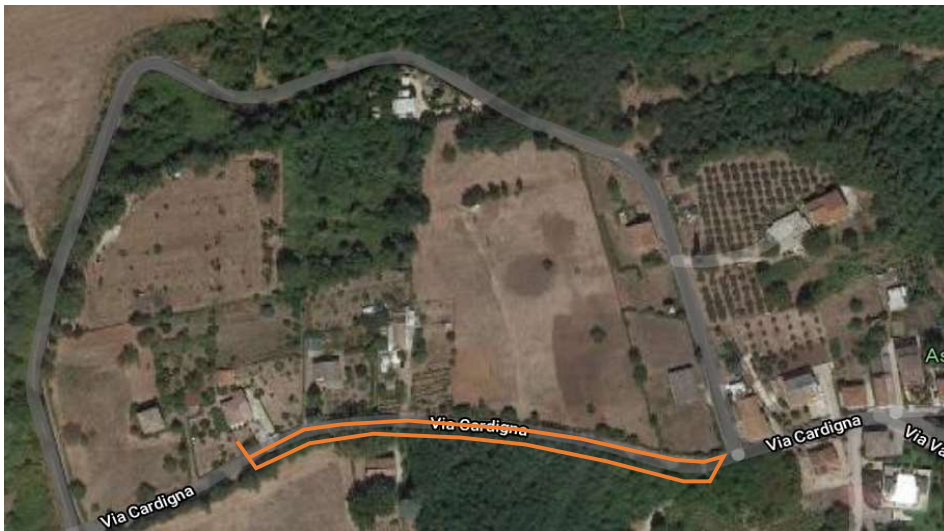


Piantina Gara 3° Duathlon Cross Sprint "Sentiero Natura" Patrica

19/11/2023

aggiornata al 18/07/2023



Riquadro arancione, parcheggio lungo strada comunale a senso unico a 200 metri dall'accesso alla segreteria e 400 dalla zona cambio

Parcheggio e **DOCCE** del campo sportivo a 800m dall'accesso alla segreteria e 1000m dalla zona cambio



Linea verde entrata pedonale segreteria per ritiro pettorali.

Pallino rosso segreteria gara.

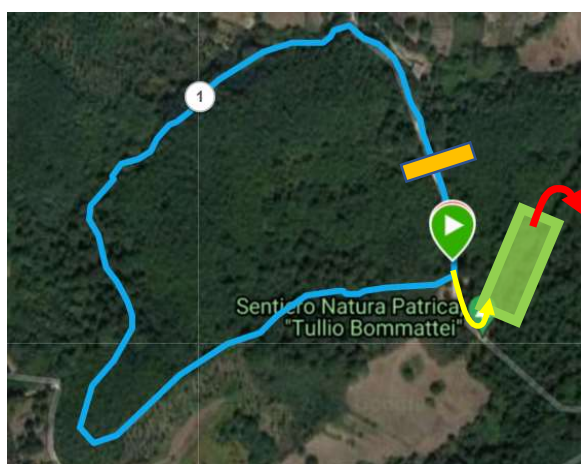
Linea blu uscita segreteria e percorso per entrare in zona cambio.

Pallino blu area deposito borse



Linea blu entrata zona cambio per posizionare bici
 Rettangolo azzurro zona cambio
 Linea gialla, uscita zona cambio e percorso per arrivare alla partenza.
 Pallini gialli zona bagni chimici.

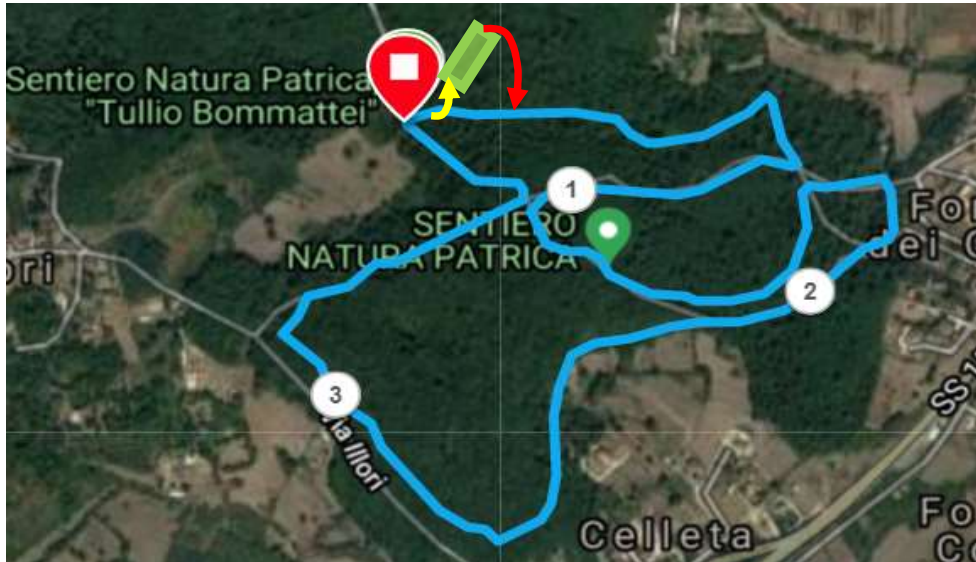
percorsi Duathlon Cross Sprint (da Youth B in poi)



1^Frazione corsa a piedi su sterrato, percorso di 1500m da ripetere 2 volte (3000m)
 Single track sottobosco con fondo compatto, fogliame e radici.
 rettangolo arancione arco di partenza, rettangolo verde zona cambio
 linea gialla accesso alla zona cambio dopo il secondo giro
 linea rossa uscita dalla zona cambio con la bici direzione percorso MTB



grafico elevazione singolo giro, ascesa totale 100m (2x50m)



2^ frazione MTB

Lunghezza percorso 3,5km, da ripetere 4 volte per un totale di 14km
 Percorso scorrevole senza drop o ostacoli, fondo sterrato battuto e ampio
 Freccia rossa uscita da zona cambio in bici ed entrata sul percorso
 Freccia gialla rientro in zona cambio con bici dopo i 4 giri

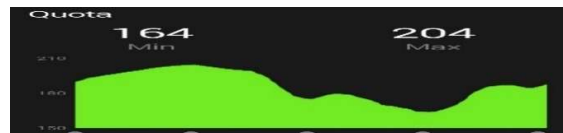
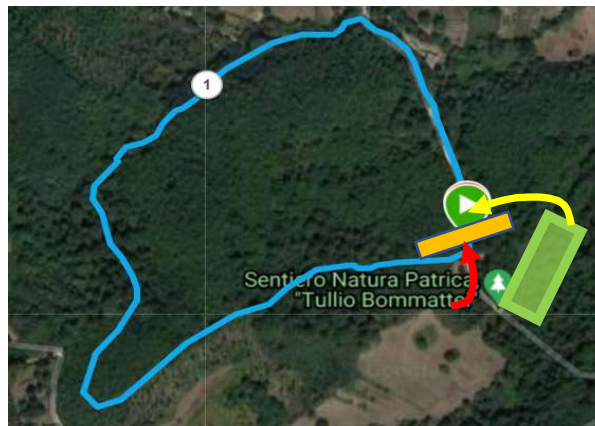


Grafico elevazione singolo giro, ascensione totale 360m (90x4)

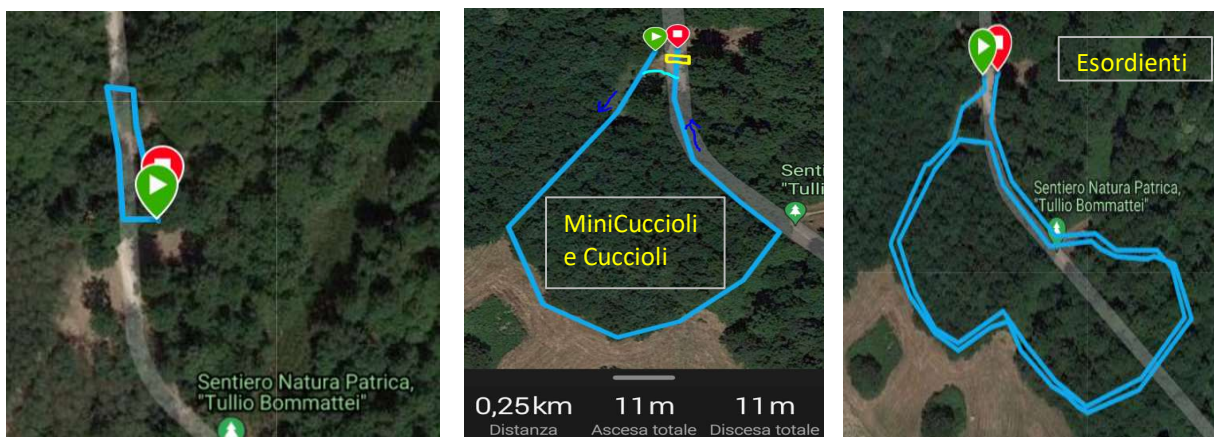


3^ frazione, corsa su sentiero, come la prima solo un giro di 1500m

alla fine del giro si raggiunge l'arrivo
 rettangolo verde zona cambio
 freccia gialla uscita da zona cambio per 3^ frazione run
 freccia rossa direzione arrivo fine giro
 rettangolo arancione arrivo

l'accesso alla zona cambio per il recupero della bici sarà a discrezione dei giudici di gara

percorsi specifici per MiniCuccioli, Cuccioli e Esordienti

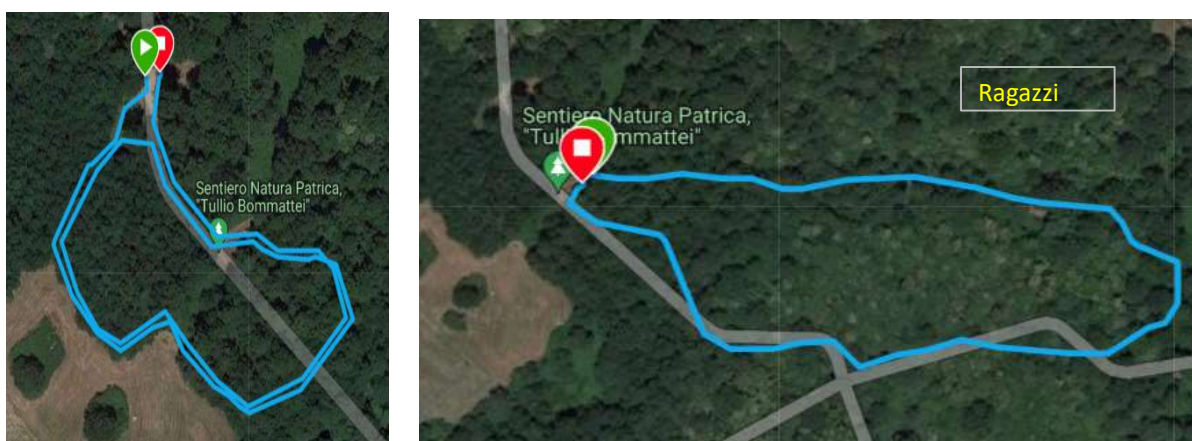


Frazioni corsa , giro di boa da 50m, 100m e 200m brecciolino battuto in leggera pendenza.	Frazione MTB , prato e sentiero
MiniCuccioli 1^frazione corsa 2 giri (100m) 3^frazione corsa 1 giro (50m)	MiniCuccioli 2^frazione MTB 1 giro (250m) elevazione 10m - rettangolo giallo zona cambio
Cuccioli 1^frazione corsa 2 giri (200m) 3^frazione corsa 1 giro (100m)	Cuccioli 2^frazione MTB 2 giri (500m) elevazione 20m rettangolo giallo arrivo linea azzurra raccordo 2° giro
Esordienti 1^frazione corsa 2 giri (400m) 3^frazione corsa 1 giro (200m)	Esordienti 2^frazione MTB 2 giri da 400m (800m) elevazione 40m

percorsi specifici per Ragazzi.

Frazione **corsa**, giro da 400m, brecciolino battuto e sentiero

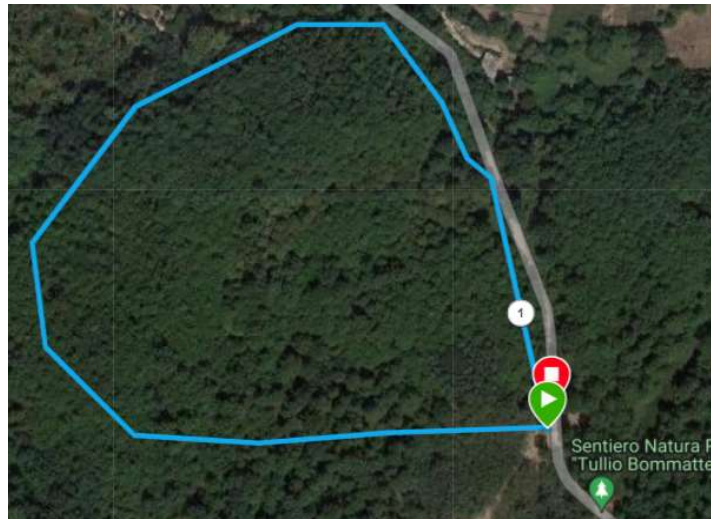
Frazione **MTB**, sentiero. Zona cambio rettangolo giallo, partenza blu e arrivo verde



1^frazione corsa 2 giri (800m) 3^frazione corsa 1 giro (400m)	2^frazione MTB lunghezza percorso 600m 2 giri (1200m) elevazione 45m
--	--

percorsi specifici per Youth A Single track sottobosco con fondo compatto, foglie e radici.

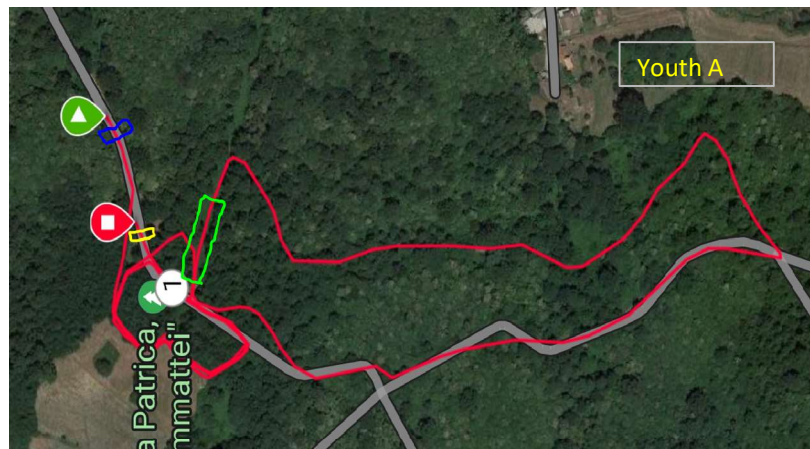
Single track sottobosco con fondo compatto, foglie e radici.



1^Frazione corsa, percorso di 1000m da ripetere 2 volte (2000m)

3^Frazione corsa, percorso di 1000m singolo giro

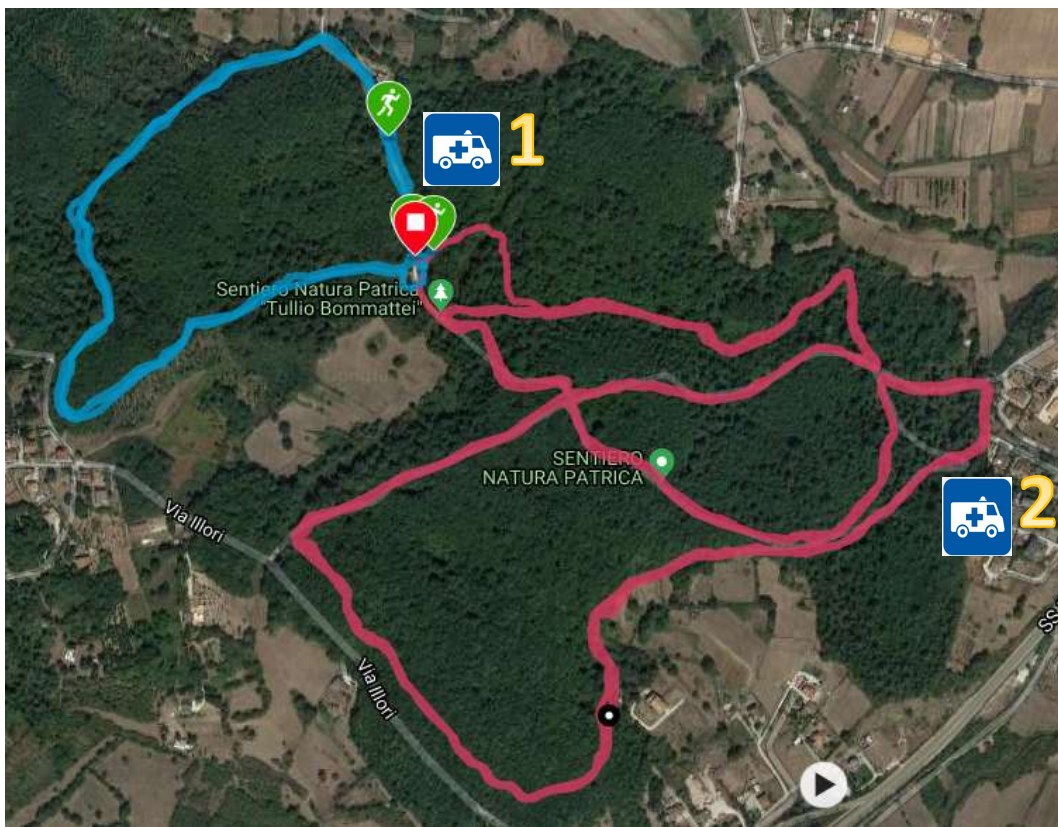
Percorso scorrevole senza drop o ostacoli, fondo sterrato battuto e ampio



2^ frazione MTB

Lunghezza percorso 1km da ripetere 4 volte (4km) 90 metri di ascensione

Posizionamento ambulanze e postazione medica



postazione medica 1, Ambulanza e Medico
postazione medica 2, Ambulanza

- linea blu percorsi Run
- linea rossa percorsi MTB

