



L'INUIT Triathlon e la MTB Jolly Gym organizzano

# Duathlon Sprint MTB Città di Palombaro

sabato, 31 luglio 2010  
ore 16:00



Triathlon



Comune di Palombaro



Ass. Cavallo Pazzo

REGIONE ABRUZZO

Provincia di Chieti



## PERCORSO

Esordienti e ragazzi:

- 1 km di corsa , 5 Km di mountain bike, 1 km di corsa
- Youth A e B:
- 2 km di corsa , 10 Km di mountain bike, 2 km di corsa
- Junior, Senior e Master:
- 4 km di corsa , 15 Km di mountain bike, 2 km di corsa

## CATEGORIE

MASCHILE E FEMMINILE

10-11 anni (esordienti)	35-39 anni (senior 4)
12-13 anni (ragazzi)	40-44 anni (master 1)
14-15 anni (youth A)	45-49 anni (master 2)
16-17 anni (youth B)	50-54 anni (master 3)
18-19 anni (juniores)	55-59 anni (master 4)
20-24 anni (senior 1)	60-64 anni (master 5)
25-29 anni (senior 2)	65-69 anni (master 6)
30-34 anni (senior 3)	70-74 anni (master 7)
	75-oltre (master 8)

## PREMI

- I primi 3 assoluti/e
  - I primi 3 di ogni categoria
  - I primi 3 gruppi più numerosi (min. 5 atleti)
- I premi non sono cumulabili  
RICCO PACCÒ GARA A TUTTI I PARTECIPANTI

## INFORMAZIONI ED ISCRIZIONI

Quota d'iscrizione:

- Junior, senior e master: 12,00 €
  - esordienti, ragazzi, youth A/B 5,00 €
- Per i non tesserati FITRI è obbligatorio il tesseramento su campo di 3,00 € per tutte le categorie.  
Scadenza iscrizioni: giovedì 29 luglio 2010  
Maggiorazione per ritardo iscrizione 6,00 €.

Informazioni ed iscrizioni:

Luca Pizzi tel. 338.3241818; 0872.42415; fax.0872.891244;  
e-mail: luca.pizzi@alice.it

Ritrovo:

- ore 14:30 C.da Limiti, Palombaro (Ch)
- Partenze: ore 16:00 (esordienti e ragazzi)
- ore 16:30 (Youth A e B)
- ore 17:00 (juniores, senior e master)

## REQUISITI PER PARTECIPARE

- Certificato medico per pratica sportiva agonistica o tessera;
- Casco rigido (obbligatorio)
- Mountain bike

## REGOLAMENTO

Vige il regolamento FITRI ([www.fitri.it](http://www.fitri.it))  
E' assicurata l'assistenza medica e il ristoro.

