



La Sardegna X Sports ASD organizza nella giornata di **domenica 31 ottobre 2021** in località Marinella nel Comune di Golfo Aranci (SS), con il patrocinio e contributo dell'Assessorato al Turismo della Regione Sardegna e del Comune di Golfo Aranci, con l'approvazione della F.I.Tri., **TRIES X**, gara silver di Triathlon Cross Country. Tutte le info su [www.triesx.it](http://www.triesx.it)

## GARE

Junior(2002-2003)/Senior/Master 1000 SWIM - 23000 MTB - 6500 RUN  
Staffette (femminili/maschili/miste) 1000 SWIM - 23000 MTB - 6500 RUN

## PROGRAMMA

### Sabato 30 ottobre

Ore 16.00/20.00 apertura segreteria gara  
Ore 15.00/18.00 warm up percorso gara (con traffico aperto)

### Domenica 31 ottobre

Ore 7.30/8.30 apertura segreteria gara  
Ore 8.45/9.30 apertura/chiusura zona cambio  
Ore 9.45 spunta e briefing pre-gara  
Ore 10.00 partenza TRIES X  
Ore 13.45/14.00 check out zona cambio  
Ore 14.00 Lunch Party  
Ore 15.00 Premiazioni  
Ore 19.00 Festa finale

## NORME DI PARTECIPAZIONE

Alla gara potranno partecipare tutti i Triatleti di ambo i sessi dalla categoria Juniores (18-19 anni) in su, purché regolarmente tesserati alla F.I.Tri. per il 2021 e gli atleti stranieri regolarmente tesserati alla Federazione di appartenenza presentando copia della tessera federale valida per l'anno 2021.

Possono partecipare, inoltre, coloro che non sono tesserati alla F.I.Tri. purché in possesso di certificato medico di tipo agonistico con la dicitura TRIATHLON (senza questa dicitura non sarà possibile la partecipazione, non saranno ritenuti validi certificati medici agonistici per altri sport) sottoscrivendo un "tesseramento giornaliero" rilasciato all'atleta dalla F.I.Tri., con validità alla singola manifestazione. Si fa presente che il tesseramento giornaliero non costituisce, né equivale al tesseramento annuale e pertanto tra atleta, da una parte, e ASD organizzatrice della gara, dall'altra parte, non si instaura alcun vincolo associativo.

### Quote sottoscrizione tesseramento giornaliero:

€ 20 categorie Junior -Senior – Master

Secondo gli stessi requisiti (tesseramento e certificazione agonistica specifica per triathlon) potranno partecipare in modalità a staffetta squadre formate da tre atleti (dello stesso sesso o miste) che si alterneranno nelle tre discipline della gara. Il costo dell'eventuale tesseramento giornaliero in questo caso è di € 10 ad atleta staffettista.

Saranno applicate le norme del regolamento tecnico F.I.Tri. in vigore.

**Sardegna X Sports A.s.d.** Via S. Cagna, 44 - 09126 Cagliari - CF 92263970290 - [sardegnaXsports@gmail.com](mailto:sardegnaXsports@gmail.com)



## QUOTE D'ISCRIZIONE

€ 15,00	Categoria Junior
€ 25,00	Categoria S1
€ 60,00	Categorie Senior (tranne S1) e Master (promozione € 50,00 iscrizioni fino al 15/09)
€ 75,00	Staffetta (quota a squadra)

## ISCRIZIONI

Le adesioni si ricevono solo ed esclusivamente mediante il portale [ENTERNOW](#)

L'iter per il tesseramento giornaliero verrà perfezionato in loco presso la segreteria di gara con la consegna in originale della modulistica per il tesseramento e della copia del certificato medico agonistico per triathlon che dovrà essere mostrata in originale.

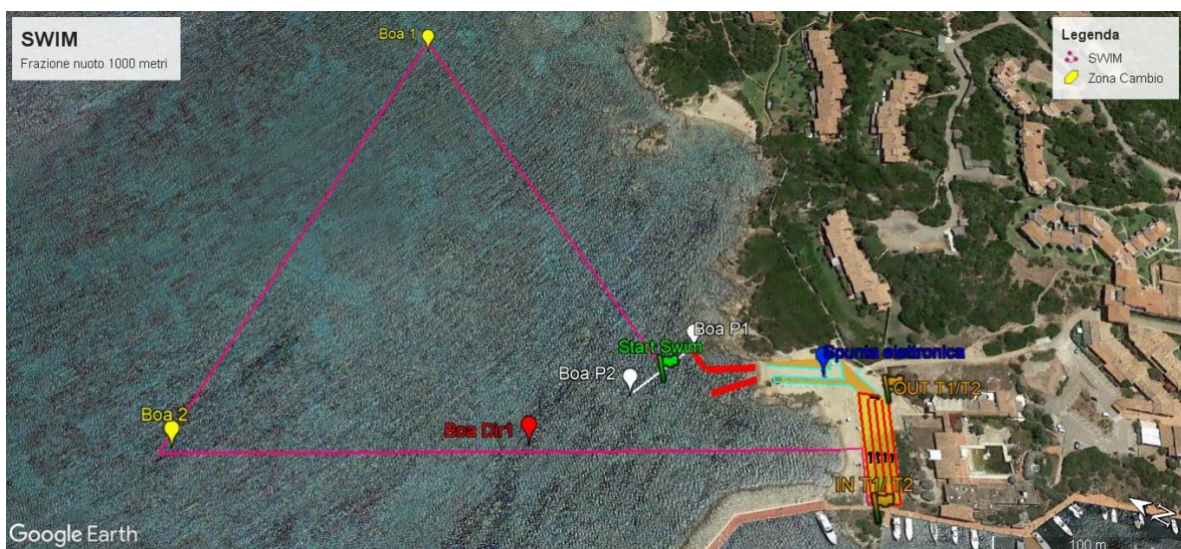
L'eventuale riscontro della mancanza di uno dei requisiti necessari per la partecipazione alla gara escluderà l'atleta dalla possibilità di partecipare all'evento senza possibilità di rimborso delle quota gara.

La quota d'iscrizione comprende: assicurazione contro infortuni e RCT, assistenza medica, cuffia, pettorale/dorsale, tabella mtb, tatuaggi e adesivi, noleggi chip cronometraggio, pacco gara (zainetto, t-shirt tecnica, gadget), lunch party, accesso alla festa finale, medaglia di finisher per tutti coloro che termineranno la gara.

**SCADENZA ISCRIZIONI 25 Ottobre 2021**

## PERCORSO

**Nuoto:** la frazione di nuoto si svolgerà nello specchio acqueo antistante la spiaggia di Borgo Marana nel golfo di Marinella su un giro unico da 1000 metri costituito da un triangolo con lati da 300+300+400 metri da affrontare in senso antiorario lasciando le due boe di virata alla sinistra degli atleti. La partenza avverrà direttamente in acqua secondo la modalità stabilita dal delegato tecnico e/o dal giudice arbitro e comunque secondo le norme in vigore per il contenimento del COVID-19 nel periodo di svolgimento della manifestazione. Il percorso potrà subire delle modifiche a seconda delle condizioni meteo marine della giornata per garantire la massima sicurezza ai partecipanti.



**Ciclismo (MTB):** il circuito di gara è articolato su due giri, da percorrere in senso antiorario, da 11,5 Km con 560 D+ complessivo. Il tracciato è di media difficoltà tecnica, prevalentemente sterrato, con una buona dose di single track alternati a tratti stradali di sezione carrareccia, con un'unica salita (su manto asfaltato) impegnativa di circa 1,5 Km da affrontare ad inizio giro e una discesa da affrontare subito dopo un tratto di single track abbastanza agevole. Terminata la discesa si affronta una prima parte pianeggiante che fa da preludio ad una parte ricca di variazioni che porterà gli atleti lungo la costa dove si percorrono dei tratti molto caratteristici con alcuni attraversamenti della spiaggia e passaggi in riva al mare. La parte finale non presenta difficoltà ed è un misto di sterrato e asfalto che riporta verso la zona cambio. A seconda delle condizioni meteorologiche vi è la possibilità che lungo il percorso siano presenti alcuni guadi.



**Corsa:** il percorso podistico è tracciato su un unico anello da percorrere in senso orario che si snoda sulla costa del golfo di Marinella ed all'interno di Borgo Marana e del porto. Il tracciato molto veloce è di 6,5Km 110D+. Il fondo è molto variabile, dai camminamenti a mare in cotto, alle sabbie delle splendide calette, ai pontili del porticciolo, a tratti di single track nel sottobosco fino ai marciapiedi della viabilità locale. E' presente un guado a mare e dei ponti pedonali per evitare l'incrocio con il tracciato di MTB.



**Partenza/arrivo e zona cambio:** la partenza ed arrivo avverrà dalla spiaggia di Borgo Marana dove sarà allestita pure la zona cambio. L'accesso alla zona cambio sarà consentito ai soli atleti, giudici e personale ausiliario autorizzato. 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, muta, 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 nelle varie frazioni al posto assegnato, pena ammonizioni o squalifica da parte dei Giudici di gara.



## CRONOMETRAGGIO

La misurazione dei tempi e l'elaborazione delle classifiche, a cura della **Timing Data Service**, sarà effettuata per mezzo di un sistema basato su un transponder attivo (chip) che verrà consegnato al momento del ritiro della busta gara, inserito su un braccialetto da fissare alla propria caviglia, abbinato al proprio numero di gara. Gli atleti iscritti alle staffette riceveranno tre distinti chip da indossare da ogni singolo frazionista. E' vietato manomettere il chip. Gli atleti che in qualsiasi modo danneggiano il chip non verranno cronometrati e non risulteranno nelle classifiche. Si ricorda che il numero di gara ed il corrispondente chip di cronometraggio è strettamente personale e non è cedibile ad alcuno, pena la squalifica. Transitare lungo i controlli del percorso con indosso il chip di un altro concorrente comporta la squalifica dalla gara. Il chip al termine della gara dovrà essere riconsegnato nell'apposita area, anche da parte degli atleti ritirati o non partiti. Il chip è utilizzabile soltanto per la manifestazione Tries X per la quale è stato programmato. La mancata riconsegna obbliga l'atleta a restituire il chip a **Sardegna X Sports** entro il 10 novembre 2021. La mancata riconsegna del chip comporterà un debito di € 20 con l'Organizzazione, che si riserverà di addebitarlo all'iscrizione dell'anno successivo oppure avrà diritto di rivalersi nei confronti dell'iscritto o della società sportiva di appartenenza.

## CUT-OFF TIME

Sono previsti i seguenti sbarramenti orari:

SWIM (ingresso T1)	45'
SWIM + BIKE (ingresso T2)	2h45'
SWIM + BIKE + RUN (finish line)	3h30'



## RISTORI

Sono previsti quattro ristori sul circuito ciclistico ai chilometri 3,5 - 9,5- 15,5 - 21,5. Sono previsti due ristori nel percorso di corsa ai Km 2,5 - 5. E' previsto un punto di ristoro all'uscita della finish line.

## PREMIAZIONI

Verranno premiati i primi dieci atleti assoluti maschili e femminili della gara con la suddivisione del montepremi di 20000 euro come segue:

1°/1^ classificato/a	3500 euro
2°/2^ classificato/a	2500 euro
3°/3^ classificato/a	1250 euro
4°/4^ classificato/a	750 euro
5°/5^ classificato/a	500 euro
6°/6^ classificato/a	400 euro
7°/7^ classificato/a	350 euro
8°/8^ classificato/a	300 euro
9°/9^ classificato/a	250 euro
10°/10^ classificato/a	200 euro

I premi, sempre intesi come lordi, e le eventuali ritenute alla fonte sulle somme corrisposte, sono regolate dalle norme della legge n. 342 del 2000, e dalla legge n° 289 del 27/12/2002 e successive regolamentazioni.

Il premio verrà corrisposto solo agli atleti che nella classifica finale rientrano nel distacco massimo pari al 10% dal tempo (cut-off) del concorrente primo classificato (maschile/femminile). La quota non assegnata sarà ripartita in parti uguali tra gli atleti non esclusi dal cut-off. Se maschile solamente tra gli atleti uomini, se femminile solamente tra le atlete donne.

Verranno inoltre premiati per entrambi i sessi, esclusi quanti rientranti nella spartizione del montepremi e gli atleti elite, i primi tre di ogni categoria.

**Staffette:** saranno premiate le prime tre staffette di ognuna delle seguenti classifiche: femminile, maschile, mista.

**Società:** verranno premiate le prime tre società per numero di atleti classificati al Tries X (atleti delle staffette esclusi) con un rimborso in denaro pari a:

1^ squadra classificata:	500 euro
2^ squadra classificata:	300 euro
3^ squadra classificata:	200 euro

## ASSISTENZA SANITARIA

Sarà allestita un'Area Medica nelle vicinanze dell'area d'arrivo con accesso diretto allo stesso. Altresì sulla spiaggia verrà allestito un presidio sanitario di primo intervento. Saranno presenti quattro ambulanze con relativo personale e tre medici (uno a presidio dello spazio acqueo della frazione di nuoto, uno in zona partenza/arrivo e l'altro lungo i percorsi delle frazioni di MTB e corsa).



### EMERGENZA SANITARIA COVID-19

Saranno applicati tutti i protocolli e le norme Statali e Federali in vigore alla data di svolgimento della manifestazione. Tutti i partecipanti all'evento dovranno essere muniti di certificazione verde in corso di validità.

### SICUREZZA STRADALE

Tutte le strade attraversate dall'evento saranno interdette interamente o parzialmente (in modalità controllata) al traffico e ogni intersezione ed attraversamento sarà monitorato e presidiato da personale dell'organizzazione.

### OSPITALY

Tutte le vantaggiose offerte di soggiorno e viaggio sono disponibili sul sito: [www.sardivet.it](http://www.sardivet.it)

### COME RAGGIUNGERE MARINELLA

**In auto.** Se sbarchi con i traghetti per la Sardegna a **Olbia**, imbocca la SS/125 e prosegui sempre in direzione Golfo di Marinella imboccando la SP/16. **Da Sassari** imbocca la SS/131, prendi l'uscita per Olbia e prosegui sulla SS/597, poi sulla SS/125 in direzione Golfo di Marinella imboccando la SP/16. **Da Cagliari** imbocca la SS/131, seguire la direzione Nuoro/Olbia al Km 124 subito dopo il distributore Agip di Abbasanta, in alternativa, per chi volesse, prima di giungere a Sassari prendi l'uscita per Olbia quindi prosegui sulla SS/597. Giunto ad Olbia prendi la SS/125 fino a giungere a destinazione, imboccando la SP/16 direzione Golfo di Marinella.

**In treno.** Tratta Olbia-Golfo Aranci, stazione di Marinella. Per orari ed informazioni: [www.trenitalia.com](http://www.trenitalia.com)

### ORGANIZZAZIONE

Sardegna X Sports ASD  
Via Generale Stefano Cagna 44 - 09126 Cagliari  
Sito di riferimento: [www.triesx.it](http://www.triesx.it)  
e-mail: [info@triesx.it](mailto:info@triesx.it)  
C.F.: 92218420922

### REFERENTE GARA

Francesco Biggio  
Tel: 348.1526964