

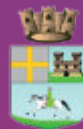
BIKE&RUN by NIGHT

sabato 20 luglio
ore 21.00

San Martino al Tagliamento

**Manifestazione promozionale
di Combinata MTB&Run**
evento pilota del 3° Challenge dei Fiumi

Evento incluso in SPORT..IN
notte bianca dello sport sanmartinese



REGOLAMENTO

L'ASDBandiziol Cycling Team, in collaborazione con AICS Pordenone, organizza la Bike & Run by Night, manifestazione promozionale da affrontare in Mountain Bike e a Piedi.

1. NORME GENERALI

La manifestazione, assimilabile ad un duathlon ma con regole diverse, si compone di una frazione ciclistica da fare in MTB (18 km circa) e di una frazione podistica (6 km circa). La partecipazione potrà avvenire sia in forma individuale che a staffetta, con le seguenti regole:

- Individuale: ciascun atleta percorrerà entrambe le frazioni, la prima in MTB e la seconda a piedi, effettuando al termine della prima frazione il cambio - nell'apposita area prevista dall'organizzazione - per lasciare la bicicletta ed iniziare la frazione podistica.
- Staffetta: in questo caso avremo una coppia che formerà una staffetta (un ciclista + un podista) ed il cambio tra i due frazionisti avverrà a tocco nell'apposita area prevista dall'organizzazione. Le staffette potranno essere maschili, femminili o miste.

2. PARTECIPAZIONE

La partecipazione è aperta a tutti gli atleti, tesserati e non, con le seguenti avvertenze.

Tesserati:

Ciclisti: tesserati AICS, FCI, FITRI e/o con un qualsiasi Ente facente parte della Consulta Ciclismo Nazionale.

Podisti: tesserati AICS, FIDAL, FITRI e/o con un qualsiasi Ente di promozione sportiva riconosciuto dal Coni.

Chi gareggi in forma individuale deve possedere il tesserino/scheda di attività sia per il ciclismo che per il podismo (atletica leggera); in alternativa è possibile esibire il certificato medico per l'attività sportiva agonistica specifico per podismo (atletica leggera) e ciclismo.

NON Tesserati:

Per i non tesserati è prevista la possibilità di partecipare alla manifestazione agonistica previa presentazione del certificato medico per la pratica di attività sportiva agonistica specifico per podismo (atletica leggera) e ciclismo, ai quali verrà fatto il tesseramento AICS annuale al costo di € 7,00

3. ISCRIZIONI

Le iscrizioni si ricevono:

- direttamente il giorno della manifestazione, a partire dalle ore 19:30, fino ad 15 minuti prima della partenza che avverrà alle ore 21.00

Quote:

€ 10,00 per gli individuali,

€ 20,00 per le staffette

4. SVOLGIMENTO DELLA GARA

La prima frazione sarà quella ciclistica.

Al termine della stessa, per sancire il cambio, sono previste queste modalità:

- Staffette: il ciclista dovrà passare il traguardo e toccare la mano al podista nell'apposita corsia prevista dall'organizzazione.
- Individuali: sarà presente un'apposita zona cambio (in stile triathlon) per lasciare la bici ed il casco (OBBLIGATORIO) e partire per la frazione a piedi.

Importante: per motivi di sicurezza ogni singolo atleta avrà un numero da attaccare sulla bici ed uno da appendere sulla propria divisa. Chi non sarà dotato del suddetto numero non potrà entrare nella zona cambio.

5. PREMIAZIONI

5.1 Staffette:

Saranno premiate le prime STAFFETTE classificate delle categorie MASCHILE, FEMMINILE e MISTE

5.2 Individuali:

Saranno premiati i primi classificati della categoria FEMMINILE e della categoria MASCHILE

6. INFORMAZIONI

E' previsto: assistenza medica, ristoro lungo il percorso, servizio docce a fine gara e lavaggio bici. A fine manifestazione pasta party (e non solo) per tutti gli atleti partecipanti.

Gli organizzatori della manifestazione declinano ogni responsabilità per danni provocati a terzi e a se stessi causa comportamento irresponsabile dei partecipanti.

7. VARIE

Per la frazione in Mtb:

E' obbligatorio l'uso del casco protettivo e del LAMPADA FRONTALE. E' obbligatorio l'uso di Mountain Bike con ruote da 26", 27,5" o 29". Vietato l'uso di bici da ciclocross.

Per la frazione podistica:

E' obbligatorio l'uso della LAMPADA FRONTALE.

Eventuali aggiornamenti su:

<http://www.challengedeifiumi.it>

<https://www.facebook.com/challengedeifiumi>