

BARON MAURIZIO

SERRAMENTI IN ALLUMINIO



ZONA ART. S.LEOPOLDO - PONTEBBA
TEL. 0428 90359 - CELL. 335 6004954



Ristoro alle Sette Picche

Ristoro alle
Sette Picche

Località Aupa / Pontebba
Tel. +39 0428 90952

martedì sera e mercoledì chiuso



Agriturismo

MALGA GLAZZAT

Loc. Glazzat Alto - Pontebba
Tel. 393 5315904 (Angelo)

IDROELETTRICA
VAL GLERIS

Agriturismo

LA VECCHIA LATTERIA

Fraz. Studena Bassa - Pontebba
Tel. 0428 991222 - 393 9635591



GRUPPO SPORTIVO
VAL GLERIS
PONTEBBA



In collaborazione con C.S.I. di Udine,
Pro Loco, Comune di Pontebba e
Comunità Montana

organizza

SUPER-TRIATHLON
del Glazzat



SKI ROLL
tecnica classica

MOUNTAIN BIKE



CORSA IN MONTAGNA

Per tutte le frazioni partenza ore 10.00

PONTEBBA
18 settembre 2011

www.gsdlvalgleris.it

Programma tecnico

Gara a squadre composte da tre elementi per le specialità di **Ski-Roll**, **Corsa in montagna** e **Mountain Bike**, con partenza in contemporanea delle tre frazioni e classifica in base alla somma dei tempi individuali. Sono ammessi atleti individuali nelle singole specialità.

DOMENICA 18 SETTEMBRE 2011

Ore 8.00 ritrovo concorrenti, iscrizioni e distribuzione pettorali in P.zza Garibaldi a Pontebba

Ore 10.00 partenza contemporanea di tutte le frazioni da Piazza Garibaldi (Municipio)

Ore 12.30 pastasciutta presso l'agriturismo 'Malga Glazzat Alto'

Ore 14.00 PREMIAZIONI

Frazione: SKI-ROLL (tecnica classica)

Partenza in direzione di Via Grillo (lateralmente al Municipio) ed arrivo in SELLA CERESCHIÀTIS dopo 7,5 Km di salita con un dislivello di quasi 520 m. Il percorso si snoda per la quasi totalità sulla SP 112 e attraversa la località FRATTIS e l'abitato di AUPA. È obbligatoria la tecnica classica.

Frazione: CORSA IN MONTAGNA

Partenza in direzione di via Zardini e per via Paularo (in direzione della frazione Studena Bassa). Svoltata a sinistra all'altezza del ponte sul Rio Studena e prosecuzione su strada sterrata costeggiando il Rio fino a località FONTANÀZ. Un tratto di sentiero pendente e prato conducono alla Frazione di STUDENA ALTA. Svoltata a destra sulla viabilità locale e sentiero con pendenza moderata fino alla reimmissione sulla SP 112. Prosecuzione su asfalto fino all'abitato di FRATTIS ed immissione sul sentiero 434 che condurrà prima alla Malga GLAZZAT BASSO, a quota 1130 m e poi all'arrivo presso la Malga-Agriturismo GLAZZAT ALTO a quota 1346 m. Distanza 6,7 Km e dislivello totale circa 785 m.

Frazione: MOUNTAIN-BIKE

Partenza in direzione di Piazza Dante e per via Marconi e via Cavour. Svoltata a destra e salita su asfalto fino alla località CASALI PIANI. Svoltata a destra sulla strada bianca che conduce alla località CASE PRAMOLINA a quota 935 m. Discesa tecnica, sempre su strada bianca, verso la Frazione di STUDENA ALTA e immissione sulla SP 112. Prosecuzione su asfalto fino a SELLA CERESCHIÀTIS, a quota 1066 m. Svoltata a destra sulla viabilità forestale che conduce prima alla Malga GLAZZAT BASSO, a quota 1130 m e poi all'arrivo presso la Malga-Agriturismo GLAZZAT ALTO a quota 1346 m. Distanza 15,3 km e dislivello totale circa 840 m.

I tracciati e le altimetrie dei percorsi sono visionabili sul sito del G.S.D. Val Gleris:

www.gsdvalgleris.it



Regolamento

1) Il Gruppo Sportivo Dilettantistico "Val Gleris", in collaborazione con C.S.I. di Udine, Pro Loco, Comune di Pontebba e Comunità Montana, organizza per il giorno di **Domenica 18 settembre 2011** una gara non competitiva per le specialità di

Ski Roll, Corsa in montagna, Mountain Bike.

2) Verranno accettate le iscrizioni di:

- Squadre complete di 3 elementi
- Atleti individuali (che concorrono solo in una delle discipline)

Tulle le iscrizioni dovranno essere complete di cognome, nome, data di nascita, sesso e società di ap-

partenza dei concorrenti, che non dovranno avere un'età inferiore ai **14 anni**.

3) L'iscrizione è considerata quale dichiarazione d'idoneità fisica e gli organizzatori declinano ogni responsabilità per quanto possa accadere a persone e cose prima, durante e dopo la manifestazione. Con l'iscrizione i concorrenti dichiarano di essere in grado di affrontare in piena sicurezza i percorsi della staffetta.

4) La quota di iscrizione è di € **18.00** per squadra completa ed € **6,00** per gli atleti individuali. La quota comprende la consumazione della pastasciutta e di un ricordo della manifestazione.

5) Le iscrizioni possono essere presentate **fino a 1 ora prima** della partenza in Piazza Garibaldi (Municipio), oppure via mail (info@gsdvalgleris.it) entro le **ore 18.00 del 17/09/2011** e regolarizzate **fino a 1 ora prima** della partenza.

6) La partenza delle 3 frazioni verrà data in contemporanea in Piazza Garibaldi. La classifica verrà stilata per somma dei tempi. Ogni frazione avrà anche una classifica individuale.

7) I concorrenti, durante la gara, sono tenuti a mantenere il lato destro della strada in quanto il percorso non è completamente chiuso al traffico.

8) Verrà squalificato senza possibilità di ricorso il concorrente che non transiterà ai controlli fissati dalla giuria e si avvarrà di mezzi non idonei al completamento del percorso.

9) Si fa presente che per la frazione di Mountain Bike è **obbligatorio il casco**.

10) La gara si svolgerà con qualsiasi condizione meteorologica.

La società organizzatrice declina ogni responsabilità verso terzi prima, durante e dopo la manifestazione.