

# 8.B!KE

# RUN



CERMES | SAN VIGILIO  
UPHILL DUATHLON 1205m

SKI CLUB  
TSCHERMS

## 08 SETTEMBRE 2019



### HOBBYDUATHLON HINTN NOCH

LIVE ON STAGE  
**BIRGIT  
&  
FRIENDS**

## FESTA CAMPESTRE & AFTER RACE PARTY



iscrizione online [www.skiclubtscherms.it](http://www.skiclubtscherms.it)



- ore 8.00-8.30 distribuzione pettorali zona partenza
- ore 10.00 partenza 8. BIKE & RUN
- ore 10.05 partenza hobbyduathlon HINTN NOCH
- dopo la partenza intrattenimento musicale
- dalle ore 12.00 pastaparty per i concorrenti
- ore 15.00 premiazione

**DISLIVELLO TOTALE: 1205m**

**PERCORSO MTB: 5,2km - 523hm - strada asfaltata**

**CORSA IN MONTAGNA: 3,9km - 682m**

**CATEGORIE**

SINGOLO: femminile 2001 e più anziani  
 Maschile 2001 - 1979, 1978 - 1962, 1961 e più anziani  
 TEAM 2 persone: femminile, maschile, mixed

**QUOTA DI PARTECIPAZIONE**

entro venerdì 06.09.2019  
 35,00 € singolo  
 65,00 € team

**DIRITTO DI PARTECIPAZIONE**

tutti gli atleti che entro il 07.09.2019 hanno compiuto 18 anni e sono in possesso di un valido certificato medico sportivo secondo art. 5 - D.M. 18,2,82 (ciclismo, atletica, triathlon); le tessere di federazione (Fisi, Fci, Fidal ecc.) non sostituiscono il certificato medico e non vengono accettate

**ISCRIZIONE E PAGAMENTO**

compilare la scheda d'iscrizione online sul sito [www.skiclubtscherms.it](http://www.skiclubtscherms.it) e mandare il certificato medico sportivo a [duathlon@skiclubtscherms.it](mailto:duathlon@skiclubtscherms.it) entro venerdì 06.09.2019; bonifico bancario quota d'iscrizione  
**IBAN: IT 51 M 08115 58290 000303023575**  
 OGGETTO: BIKE & RUN + nome concorrente

**COMITATO ORGANIZZATORE**

ASD Cermes Raika - sezione sci  
 Via Palade 17  
 39010 Cermes BZ

**INFORMAZIONI**

Mirko Strada 335 5428285  
 Christian Tröbinger 335 6910506

**PACCO GARA**

- numero di gara con materiale informativo riguardante lo svolgimento della gara (trasporto bici e abbigliamento, shuttle ecc.)
- articolo funzionale e vari prodotti degli sponsor
- rifornimento nella zona cambio e all'arrivo
- trasporto MTB dalla zona cambio maso Hofer fino alla partenza
- ritorno gratuito con la funivia San Vigilio per i concorrenti
- buona pasta con bevanda per la pastaparty
- shuttle dalla partenza alla zona cambio per i concorrenti (team) e dalla funivia San Vigilio fino in zona partenza/premiazioni
- partecipazione estrazione finale di vari premi

**DISPOSIZIONI TECNICHE**

Il percorso in bici può essere svolto solo su bici MTB (profilo minimo delle gomme 26x1,6, 27,5x1,6, 29x1,6). È vietato l'uso di bici da corsa ed E-Bikes. Nella corsa in montagna possono essere utilizzati bastoncini. Il non rispettare delle disposizioni tecniche comporta la squalifica.

**NORME DI SICUREZZA**

È obbligatorio l'uso del casco per la prova in MTB. La partecipazione è a proprio rischio. Ogni concorrente deve essere in possesso di un'assicurazione di responsabilità civile contro terzi.

**HINTN NOCH...**

Hobbyduathlon per amatori senza classifica e premiazione (non è necessario il certificato medico sportivo). Informazioni suo sito [www.skiclubtscherms.it](http://www.skiclubtscherms.it)