



REGOLAMENTO

PREMESSA

L'ASD NEVEGALLIKA, organizza per Domenica 12 MAGGIO 2024 la gara in due frazioni (bicicletta e corsa in montagna) denominata "DUALLIKA 2024".

Il DUALLIKA 2024 si svolgerà in conformità al presente regolamento. Eventuali modifiche e informazioni saranno pubblicate sul sito ufficiale dell'evento www.traildelneveg.it o sul sito dedicato all'iscrizione. La partecipazione al DUALLIKA 2024 da parte dei concorrenti l'accettazione in tutte le sue parti e senza riserve del presente regolamento.

SVOLGIMENTO

I° Frazione: BICICLETTA

Qualsiasi tipo di bici (non supportata), tracciato tutto su asfalto. Obbligo del casco.

Partenza su rettilineo di Castion (davanti Bar Amici da Rudy) risalita "classica" lungo la SP31 (590m D+ per 7,3km) ed arrivo in Piazzale del Nevegàl dove avverrà il cambio.

È OBBLIGATORIO per tutti i partecipanti il RISPETTO del CODICE della STRADA mantenendo scrupolosamente il margine dx della carreggiata. Al seguito del gruppo vi sarà un mezzo apripista ed uno in coda oltre ad altri mezzi dell'organizzazione che sorveglieranno il comportamento dei partecipanti con potere di SQUALIFICA nel caso fossero rilevati comportamenti che contravvenissero a quanto disposto e comunicato dall'organizzazione.

II° Frazione: CORSA IN MONTAGNA

Lungo i sentieri del Trail del Nevegàl (Vallavia, Forestale, Troi delle Erte, Troi della Grava) su un tracciato ad anello interamente fuori strada di circa 4,5km con un D+ di 350m .

Le due frazioni devono essere affrontate in successione, senza interruzione.

CAMBIO ED ARRIVO

PIAZZALE DEL NEVEGÀL (NEVEGÀL)

TIPOLOGIE DI GARA

-Duathlon INDIVIDUALE:

Il singolo atleta affronta entrambe le discipline in successione, senza interruzione

Verrà disposta una zona cambio nella quale i partecipanti possono, al termine della prima frazione, depositare le biciclette con materiale annesso, ed effettuare la vestizione per la seconda frazione di corsa.

-Duathlon A COPPIE:

Le due discipline vengono affrontate in successione dai due atleti costituenti la coppia, con tocco della prima frazione.

Le coppie possono essere MASCHILI, FEMMINILI e MISTE.

-È POSSIBILE LA SOLA PARTECIPAZIONE ALLA 1° FRAZIONE DI BICICLETTA CHE PREVEDERA' UNA CLASSIFICA DEDICATA NELLA QUALE FIGURERANNO ANCHE GLI INDIVIDUALI E I FRAZIONISTI DEL DUATHLON

ISCRIZIONE

Iscrizioni on line : <https://traildelnevegal.it/duallika2024/>

Quote iscrizione:

- COPPIE € 30,00 ;

- INDIVIDUALI € 20,00 ;

- SOLO FRAZIONE BIKE € 15,00 .

Pagamento al momento dell'iscrizione sul portale dedicato con le modalità proposte.

CHIUSURA ISCRIZIONI : VENERDI' 10/05/2024 ore 24.00

PREMIAZIONI

- *PRIMI 10 CLASSIFICATI INDIVIDUALI MASCHILI – FEMMINILI;*
- *PRIME 5 COPPIE MASCHILI - FEMMINILI - MISTE;*
- *PRIMI 3 MIGLIORI TEMPI RUN MASCHILE – FEMMINILE;*
- *PRIMI 3 MIGLIORI TEMPI BIKE MASCHILE – FEMMINILE;*
- *PRIMI CLASSIFICATI M/F come da CATEGORIE ACSI NELLA FRAZIONE BIKE;*
- *PRIMI UNDER 20 M/F NELLA FRAZIONE RUN;*
- *PRIMI OVER 55 M/F NELLA FRAZIONE RUN.*

Verrà comunicato solo alla chiusura delle iscrizioni ON-LINE l'eventuale possibilità di iscrizione il giorno della gara, con maggiorazione di 10 € a coppia e 5 € per i singolisti.

Per tutti i concorrenti pacco gara, ristoro zona cambio, ristoro all'arrivo e pasta party.

Duathlon individuale: numero massimo 70 partecipanti.

Duathlon a coppie: numero massimo 80 coppie.

OBBLIGATORIA PRESENTAZIONE/INVIO idoneo CERTIFICATO MEDICO SPORTIVO per entrambe le frazioni.

PROGRAMMA

-Ritrovo concorrenti e ritiro pettorale dalle ore 8.00

-Partenza 1° FRAZIONE BIKE ore 10.00 da Castion (davanti il BAR AMICI da Rudy)

-Pranzo dalle ore 12.00

-Premiazioni dalle ore 14.00

RITIRO PETTORALI per TUTTE le tipologie di gara:

VENERDI' 10/05/2024 dalle ore 18.00 a VISOME c/o BAR da ELDA;

DOMENICA 12/05/2024 DALLE ORE 8.00 a Castion c/o BAR AMICI da Rudy per frazionisti BIKE e INDIVIDUALI;

DOMENICA 12/05/2024 DALLE ORE 8.00 PIAZZALE del NEVEGAL frazionisti RUNNER.

REGOLAMENTO COMPLETO INFO E DETTAGLI su WWW.TRAILDELNEVEGAL.IT

Contatti: tel/whatsapp 328 1737856 – mail: nevegallika@gmail.com