



SwimRun the Lake

Corri_Nuota_Lago 2020

L'Asd **BB-SEA** di Prato in collaborazione con la ASD **Runners Barberino** e il **BAHIA caffè** è lieta di invitarvi il giorno **02 agosto 2020** a Barberino di Mugello (FI) e il lago del Bilancino per la seconda edizione dello **SWIMRUN del BILANCINO**, gara internazionale di **SWIMRUN**.



“CHE COS’E LO SWIMRUN??

Lo **swimrun** è uno sport multidisciplinare che prevede la pratica della corsa alternata al nuoto, all'aperto e in acqua libere. La particolarità è che coinvolge molte transizioni tra le fasi di nuoto e di corsa senza l'ausilio delle zone cambio come accade nel aquathlon e nel triathlon, con l'ausilio (a secondo della distanza e del regolamento della gara stessa) di equipaggiamenti per le frazioni di nuoto (galleggianti, pinne, maschera boccaglio, ecc.) ed è previsto di nuotare con le scarpe da corsa ai piedi.

Lo Swimrun si disputa all'aperto e in acqua libere e prevede diversi punti di controllo dall'inizio alla destinazione. Si passa in maniera continuativa tra il nuoto e la corsa senza zone cambio dove lasciare i propri equipaggiamenti. In funzione della gara, i partecipanti



possono gareggiare a squadre (di due uomini, donne o squadre miste) e devono rimanere per tutta la distanza insieme, oppure individualmente. Poiché sono consentiti dispositivi di galleggiamento e facilitazione nel nuoto, tutte le attrezzature consentite si devono portare appresso dall'inizio al traguardo. La tendenza nelle gare italiane è quella di lasciare facoltativo l'utilizzo del Pull Buoy ma di vietare tutto gli altri equipaggiamenti.

I TRE PRINCIPI DI BASE DELLO SWIMRUN

PRIMO: Sicurezza (per tutti gli atleti)

SECONDO: Divertimento (nel rispetto del punto precedente)

TERZO: Competizione (nel rispetto dei due punti precedenti)

LE CINQUE REGOLE FONDAMENTALI

PRIMO: Sono generalmente consentite (e fortemente consigliate) modalità di ausilio al galleggiamento e allo scivolamento in acqua (pull buoy, costumi con inserti in neoprene, ecc ...).

SECONDO: NON sono consentiti strumenti di ausilio alla propulsione.

TERZO: Si gareggia in modo INDIVIDUALE (Non sono permessi aiuti esterni né aiuti da altri atleti in gara di qualsiasi tipo).

Nota: I divieti di aiuto espressi in questo articolo si mutano invece in OBBLIGO GRAVE in caso di difficoltà da parte di un atleta, caso in cui la reciproca assistenza è un dovere approfonditamente espresso nel codice etico.

QUARTO: Non è mai possibile procedere SENZA calzature.

QUINTO: Non è mai possibile procedere A PETTO NUDO.

E in più ...

- 0 Fai quello che gli Ufficiali di Gara ed il personale dell'organizzazione ti dicono di fare, SEMPRE.
- 0 L'Ufficiale di gara Arbitro può SEMPRE agire in deroga a questo regolamento generale, purché verbalizzi le sue decisioni motivandole in base ad evidenti principi generali di sicurezza o etica sportiva.



lo SWIMRUN del BILANCINO 2020

Lo **SWIMRUN del Bilancino 2020** è una **gara INDIVIDUALE**, inserita nel calendario nazionale SWIMRUN CSEN, che consiste in un percorso misto con più frazioni di nuoto e corsa a piedi da eseguire UNA (1) volta rispettando le regole dello swimRun.

L'edizione 2020 versione '**SPRINT**' sarà valida come

CAMPIONATO REGIONALE TOSCANO



L'edizione 2020 prevede

DUE PERCORSI: PROMO (non competitivo) & SPRINT (competitivo)



L'edizione 2020 versione '**SPRINT**' sarà valida come

GARA DI QUALIFICAZIONE MONDIALE AQUATICRUNNER



I TRACCIATI

La distanza di gara di un evento Swimrun si esprime nella forma $xk/yk/z$... dove 'x' sono i chilometri complessivi da percorrere a nuoto, 'y' quelli da percorrere di corsa, 'z' il numero delle frazioni di gara complessivo.

I percorsi del 2020 sono due e sono leggermente diversi dall'edizione del 2019, sono ancora in fase di perfezionamento, potrebbero pertanto subire qualche piccola variazione.

PROGRAMMA	TRACCIATO SPRINT	TRACCIATO PROMO
Frazioni nuoto – fraz / km totali	6 / 3,75 km	4 / 1,35 km
Frazioni corsa – fraz / km totali	7 / 9,75 km	5 / 9,15 km
Orario ritrovo – iscrizioni presso area ANDOLACCIO	07:30 > 09:00	09:15 > 10:15
Briefing vicino START	09:45	10:45
Inizio partenze ROLLING-START da area ANDOLACCIO	10:00	11:00
Tempo massimo	04:00	03:00
Arrivo primi atleti circa	12:30	12:30
Conclusione per raggiungimento tempo max	14:00	14:00

Il ritrovo è fissato il **02/08/2020** dalle **ore 07:30** per chi gareggia nel tracciato competitivo **SPRINT** e dalle **ore 09:15** per chi gareggia nel tracciato **PROMO** presso l'**AREA EVENTI ANDALACCIO** a **Barberino di Mugello** (alla rotonda tra Viale G. Matteotti e viale A. Gramsci prendere verso il cimitero di Barberino di Mugello e proseguire fino al parcheggio) dove avremo tutta la logistica dell'evento: registrazione, controllo dei certificati medici, firma del documento di scarico di responsabilità, ritiro pacco gara e info nonché start & arrivo della gara.

Alle **10:00** per lo **SPRINT** e alle **11:00** per il **PROMO**, dopo un breve briefing (con le giuste distanze), daremo il via alla gara dall'area eventi **ANDALACCIO** nei pressi del parcheggio e zona sosta camper del Bilancino a Barberino con il metodo ROLLING-START; di qui i concorrenti si dirigeranno di corsa verso la prima frazione di nuoto per poi proseguire lungo tutto il tracciato delle varie frazioni (vedi percorsi e mappe). Trattasi di un giro unico fino all'arrivo previsto allo stesso punto dello START dove gli organizzatori vi accoglieranno. Il cronometraggio verrà seguito singolarmente con l'uso dello 'chip', le partenze NON saranno di gruppo bensì individuale o a mini gruppi da 2 / 3 atleti alla volta > vedi **PROTOCOLLO & REGOLE** in fondo al documento.



Potete seguirci sulla pagina fb @Swimrunbilancino

Le **iscrizioni** sono da fare tramite **ENDU**: https://www.endu.net/it/events/swimrun-del-bilancino-corri_nuota_lago/entry

ORGANIZZATORI

La gara di SwimRun del Bilancino 2020 è organizzata da

ASD BB-SEA

Viale Vittorio Veneto, n° 22 – 59100 Prato (PO)

Cell. Paul: 345 4975071 – e.mail info.bb.se@gmail.com



in collaborazione con

ASD RUNNERS BARBERINO

Via della Repubblica, n° 55 – 50031 Barberino di Mugello (FI)

fax 055 841198 – email segreteria.runners@gmail.com



& l'aiuto dello stabilimento

BAHIA café

Via Gastone Nencini

50031 Barberino di Mugello (FI)

Tel. 055 7476991 – 338.3927974



Iscrizioni (può essere fatto anche sul posto il giorno della gara)

Vi verrà richiesto: nome > cognome > sesso > data nascita > nazione > codice fiscale > società > data scadenza certificato medico > contatto (nr cellulare) > copia del certificato medico come previsto da regolamento (da portare alla registrazione in campo con la ricevuta di pagamento se già fatto).

https://www.endu.net/it/events/swimrun-del-bilancino-corri_nuota_lago/entry



PRE REQUISITI & REGOLAMENTO PER LA PARTECIPAZIONE DELLO SWIMRUN DEL BILANCINO 2020

La partecipazione alla CNL è ammessa per individui di sesso Maschile e Femminile, di **età pari o superiore ai 18 anni**, in grado di nuotare in acque libere e titolari di un **certificato di idoneità Agonistica** (vedi qui di seguito).

Ogni atleta deve essere in possesso e in grado di presentare una copia originale di un **certificato di IDONEITA' AGONISTICA** per la pratica dei seguenti sport: SWIMRUN, NUOTO (meglio se accompagnato da quello di atletica leggera), ACQUATHLON oppure TRIATHLON (non Duathlon) valido il giorno della gara.

L'iscrizione non è trasferibile a terzi.

Certificato: per la registrazione alla gara è sufficiente la presentazione di una scansione (via fax o email), ma **l'originale deve essere comunque mostrato** in sede di assegnazione del numero di gara, e l'organizzatore avrà facoltà di trattenerne copia controfirmata per autocertificarne la conformità all'originale.

Si potranno accettare anche dichiarazioni sostitutive su carta intestata del certificato medico agonistico MULTIPLE, valide per più atleti, purché firmate dal Presidente dell'ASD di appartenenza e purché tutti gli atleti siano soci della stessa ASD.

La dichiarazione sostitutiva di certificato medico, oltre a nome e cognome dell'atleta (oppure degli atleti nel caso sia multipla), deve riportare la data di scadenza del certificato medico (o dei certificati medici) e il nome del medico e/o della struttura che lo ha rilasciato (indicando queste informazioni per ogni atleta inserito nella lista nel caso che la stessa sia multipla), oltre alla firma del presidente dell'ASD di appartenenza.

SI RAMMENTA CHE SE AL RITIRO DEL PACCO GARA QUANTO SOPRA INDICATO NON VENISSE PRESENTATO, L'ATLETA NON POTRA PARTECIPARE ALLA GARA E LA QUOTA NON VERRA' RESTITUITA.

Nota: l'ammissione alla partecipazione della gara avviene secondo criteri di Idoneità Agonistica e/o Idoneità Sportiva secondo l'insindacabile giudizio dell'organizzatore della singola gara, che mantiene la facoltà di ammettere o meno l'atleta in gara anche se dovesse soddisfare tali criteri di cui sopra.



Abbigliamento

Viene richiesto un abbigliamento *particolare* che consenta di nuotare e correre in sicurezza ((Body da Triathlon con o senza zip, completi da Triathlon Top + Pantaloncini, ecc).

L'utilizzo di una Muta è sempre consentito (consigliato l'utilizzo di modelli senza maniche e/o a gamba corta), tranne nel caso in cui le condizioni meteo non siano troppo calde, secondo il parere dell'ufficiale di gara e del Medico di Gara. Non ci sono limiti sulla grammatura dei pettorali e delle mute. Il modello consigliato è del tipo con taglio "alla Coscia". Non è permesso correre con una Muta chiusa durante le frazioni di corsa più lunghe di 100 metri: gli atleti devono correre **ALMENO** con la parte superiore aperta (a torso completamente libero) però non è consentito correre a petto nudo.

Frazioni Corsa

Il percorso è segnato e tutti i partecipanti lo devono seguire.

Non è mai consentito gareggiare a torso nudo e non è mai permesso di correre a piedi nudi o con i soli calzini.

Frazioni Nuoto

I punti di accesso e uscita dell'acqua sono segnalati e delimitati da coni, bandiere, ombrelloni e/o gazebo. I punti di entrata in acqua sono numerati.

E' consigliato l'utilizzo di un PULL BUOY che sarà obbligatoriamente agganciato al corpo dell'atleta (alla coscia oppure alla caviglia non sulla schiena o braccio) con lo scopo di compensare il peso delle scarpe bagnate ai piedi nella frazione di nuoto. Il peso e la forma devono essere simili a quelli utilizzati in piscina 20x30x40 (no galleggianti oppure boe da schiena).

Allo SwimRun del Bilancino E' CONSENTITO l'utilizzo delle palette e del PullBoy.



Punti Medici & Assistenza in acqua

E' prevista l'ambulanza con medico a bordo. È prevista l'assistenza in acqua nelle frazioni di nuoto.

Punti Ristoro

Per lo SwimRun del Bilancino 2020 è previsto un punto di ristoro presso il **BAHIA caffè** (vedi regole & protocollo) e vari punti di controllo, per l'individuazione dei punti esatti si faccia riferimento alle figure e descrizione del percorso.

Attrezzatura Accessori obbligatori forniti dall'organizzazione

Il numero 'scritto' su braccia e gamba (che deve essere visibile per tutto il tempo della prova)

Cuffie che devono essere indossate e ben visibili almeno in tutte le frazioni di nuoto.

Attrezzatura che non è consentito usare

Salvagenti, gonfiabili o qualsiasi altra forma di galleggiamento (ad esclusione del Pull buoy regolare), pinne, boccaglio, maschera sub con vetro o cristallo.

Nota: tutte le attrezzature di gara (scarpe, mute, palette, pull buoy, occhiali, cuffia) devono sempre essere portati con se.

Durata prova, tempo limite, punti di controllo

Il tempo è considerato dalla partenza fino al traguardo.

Il tempo limite per il tracciato **SPRINT** 2020 è di **4,00 ore**.

Il tempo limite per il tracciato **PROMO** 2020 è di **3,00 ore**.



Responsabilità Gara Generale (vedi anche **PROTOCOLLO & REGOLE)**

I partecipanti devono conoscere le regole e rispettarle, sono tenuti a rispettare gli altri partecipanti, l'organizzazione e tutte le persone che incontrano, non sono autorizzati ad usare metodi sleali per ottenere vantaggi, sono infine tenuti ad aiutare in caso di emergenza se l'organizzazione lo richiede.

Durante la prova i concorrenti partecipano a proprio rischio, sono consapevoli della difficoltà che la prova presenta e non possono ritenere l'organizzazione responsabile per qualsiasi incidente durante la prova stessa, ogni partecipante è obbligato al meglio delle proprie capacità ad aiutare un altro concorrente se riscontra evidenti difficoltà o pericoli di salute.

In caso di ritiro il concorrente è tenuto a dare immediata comunicazione all'organizzazione (**obbligatorio**).

I partecipanti non sono autorizzati in alcuno modo a gettare rifiuti nella natura (pena squalifica immediata).

Assistenza esterna

Non è consentito a ricevere assistenza da altre persone al di fuori dall'organizzazione.

Sicurezza

Norme generali di sicurezza.

L'organizzatore può impedire ad una persona di continuare se giudica che a causa di stanchezza o altre motivazioni le capacità fisiche e mentali sono tali da compromettere la sua sicurezza.

Giudice Gara e ulteriori norme regolamentari

Si faccia riferimento al regolamento nazionale Swimrun CSEN.



Immagini e diritti cinematografici

I partecipanti danno all'organizzazione il diritto di utilizzare immagini e materiale filmato durante la prova da utilizzare gratuitamente i diritti di marketing, materiale per la stampa, internet, televisione e cinema.

Tutte le immagini e i diritti dell'evento sono riservati. Ogni uso commerciale non autorizzato delle immagini sarà legalmente perseguito.

Accettazione delle regole

Facendo richiesta di iscrizione ogni atleta accetta totalmente le regole descritte. L'iscrizione allo SWIMRUN del Bilancino 2020 e la conseguente partecipazione alla gara comportano l'accettazione del presente regolamento e delle modifiche eventualmente apportate. L'iscrizione del partecipante esonera gli organizzatori da ogni responsabilità, sia civile sia penale, per danni a persone e/o cose da lui causati o a lui derivati.

Per quanto non riportato nel regolamento valgono i regolamenti di gara e le decisioni degli ufficiali di gara.





PROGRAMMA GARA

Domenica 02 AGOSTO 2020

PROGRAMMA	TRACCIATO SPRINT	TRACCIATO PROMO
Frazioni nuoto – km totali	6 / 3,75km	4 / ,435m
Frazioni corsa – km totali	7 / 9,75km	5 / 9,15km
Orario ritrovo – iscrizioni presso zona eventi ANDALACCIO	07:30 > 09:00	09:15 > 10:15
Briefing zona partenza	09:45	10:45
Spunta atleti	ROLLING-START / CHIP	ROLLING-START / CHIP
Partenza da AREA EVENTI ANDALACCIO : rolling-start	10:00	11:00
Tempo massimo	04:00	03:00
Arrivo primi atleti circa	12:30	12:30
Conclusione per raggiungimento tempo max	14:00	14:00
Pasta party	n/a > borsa all'arrivo	
Premiazioni zona partenza/arrivo	1°-2°-3° assol. M & F	1°-2°-3° assol. M & F

○ **Itinerari:**

SPRINT (3,75/9,75/13): tracciato composto da 7 frazioni a corsa e 6 frazioni a nuoto

<ul style="list-style-type: none"> ▪ PARTENZA dall'area eventi ANDALACCIO (corsa/1) ▪ Nuoto/1 attraversamento ▪ Corsa/2 verso Moriano di sotto (surf), salita verso Chiesina di Moriano ▪ Prendere via del Turlaccio (sotto a via del Lago) fino a bivio (casa privata) a destra su sentiero verso canale del lago ▪ Sentiero verso ex bagno Maria, passaggio sotto via del lago, lungo lago verso bosco del Turlaccio e parcheggio ▪ Bivio tracciato SPRINT & PROMO ▪ Nuoto/2 attraversamento verso BAHIA caffè ▪ Spiaggia BAHIA caffè (ristoro) ▪ Corsa/3 - Via delle Sodere verso Villa del Lago ▪ Villa del Lago > discesa al lago 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Nuoto/3 attraversamento ▪ Corsa/4 verso zona Moriano di sotto (surf) ▪ Nuoto/4 attraversamento verso la Conca / Andalaccio ▪ Corsa/5 passaggio sulla punta Andalaccio ▪ Nuoto/5 verso parking via del Torracchione ▪ Corsa/6 via del Torracchione ▪ Nuoto/6 verso spiaggia di Cavallina ▪ Corsa/7 da spiaggia di Cavallina verso Parrocchia S. Iacopo passando dalla Pergola, Villa Torre Palagio, via della Chiesa ▪ Alla Chiesa S. Iacopo prendere verso il lago con passaggio sul ponte verso Casalunga e area eventi Andalaccio ▪ ARRIVO in zona eventi ANDALACCIO
--	--



PROMO (,1,35/9,15/9): tracciato composto da 5 frazioni a corsa e 4 frazioni a nuoto

<ul style="list-style-type: none"> ▪ PARTENZA dall'area eventi ANDALACCIO (corsa/1) ▪ Nuoto/1 attraversamento ▪ Corsa/2 verso Moriano di sotto (surf), salita verso Chiesina di Moriano ▪ Prendere via del Turlaccio (sotto a via del Lago) fino a bivio (casa privata) a destra su sentiero verso canale del lago ▪ Sentiero verso ex bagno Maria, passaggio sotto via del lago, lungo lago verso bosco del Turlaccio e parcheggio ▪ Bivio tracciato SPRINT & PROMO ▪ Corsa/2b - verso zona Moriano di sotto (surf) 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Nuoto/2 attraversamento verso la Conca / Andalaccio ▪ Corsa/3 passaggio sulla punta Andalaccio ▪ Nuoto/3 verso parking via del Torracchione ▪ Corsa/4 via del Torracchione ▪ Nuoto/4 verso spiaggia di Cavallina ▪ Corsa/5 da spiaggia di Cavallina verso Parrocchia S. Iacopo passando dalla Pergola, Villa Torre Palagio, via della Chiesa ▪ Alla Chiesa S. Iacopo prendere verso il lago con passaggio sul ponte verso Casalunga e area eventi Andalaccio ▪ ARRIVO in zona eventi ANDALACCIO
--	---

DISTANZE, MAPPE & PERCORSI

SWIMRUN_b DEL BILANCINO 2020				
http://www.bb-sea.com https://www.endu.net/it/events/swimrun-del-bilancino-corri_nuota_lago/				
SPRINT 3.75 / 9.75 / 13 D+ 200			PROMO 1.35 / 9,15 / 9 D+ 170	
Run Mt	Swim Mt	Frazione	Run Mt	Swim Mt
250	150	1	250	150
5150	1200	2	6700	650
1100	1200	3	150	200
1050	650	4	350	350
150	200	5	1700	
350	350	6		
1700		7		
9750	3750	TOT	9150	1350



PERCORSI COMPLETI

(potrebbero subire qualche variazione)

SPRINT

&

PROMO





ASSISTENZA IN ACQUA

0 Circolo Nautico Mugello – Barberino di Mugello

Il Circolo nautico mette a disposizione 3 gommoni sui quali saliranno altrettanti adetti al Salvamento FORMATI e BREVETTATI per salvamento in acqua libera.

Le imbarcazioni seguono via via, a giusta distanza, gli atleti nelle varie frazioni di nuoto. Una presenza costante verrà assicurata sulle frazioni più lunghe ed impegnative.





PROTOCOLLO & REGOLE SWIMRUN DEL BILANCINO 2020 MISURE DI PREVENZIONE DEI CONTAGGI MESSI IN ATTO

Fonte (documenti disponibili su richiesta):

- *Linee guida CSEN COVID FREE per l'organizzazione di gare ver.1.0 del 18 giugno 2020. Rif. Linee guida CSEN ver.1.3. del 17/05/20.*
 - *Protocollo Organizzazione Gare COVID-19 versione 16/06/2020 FITRI (Fed. Ital. Triathlon)*
-
- 0 Obbligo da parte degli atleti e dello staff l'accettazione di un'autocertificazione per la liberatoria di non responsabilità (stato di salute, rispetto delle linee guida, ...).
 - o AUTOCERTIFICAZIONE / LIBERATORIA DI NON RESPONSABILITÀ. Il documento va letto ed accettato in toto per prendere parte all'evento. Quanto indicato nel documento vale da quando l'atleta si reca al ritorno del pacco gara, nella zona di gara, in gara, dal mattino e fino a quando non sia uscito dalla zona di fine gara. Fuori da tale aree valgono sempre tutte le prescrizioni indicate nella premessa (DPCM e altre ordinanze locali).
 - 0 Verrà nominato un responsabile unico per l'osservanza delle linee guida COVID FREE. Avrà solo questo compito, non potrà essere impegnato in nessun'altra mansione e avrà un piccolo staff a supporto. Tutti con maglia, pettorina o giacca di riconoscimento. Il loro ruolo è rilevare le inosservanza delle regole in atto.
 - 0 Verrà garantito che in tutti gli spazi si possa mantenere la distanza sociale minima raccomandata (1mt) per staff e atleti.
 - 0 Lo staff indosserà SEMPRE la mascherina.
 - 0 Verrà garantito disponibilità e accessibilità a sistemi per l'igiene delle mani con soluzioni idro-alcoliche in varie postazioni e ne verrà promosso l'utilizzo.
 - 0 (*) I Briefing tecnici non verranno svolti al campo gara ma prima dell'evento su apposito sito (invio del link ai partecipanti).



- 0 Guida tecnica con tutte le informazioni, liberatoria per il trattamento dei dati personali, linee guida, autocertificazione da firmare verranno inviati 3 giorni prima della gara.
- 0 Per accedere alla segreteria della manifestazione, verrà letta la temperatura di ogni atleta, lo stesso per tutto lo staff, tramite termo scanner .
- 0 La segreteria sarà allestita all'aperto con ingresso ed uscita separati, distanze indicate (coni, nastro, barriere). I pagamenti verranno richiesti anticipati onde evitare contante.
- 0 Le borse degli atleti, se lasciate in zona campo (potranno essere lasciate in macchina in quanto il parcheggio è molto vicino), saranno inserite in appositi sacchetti di plastica forniti dall'organizzazione.
- 0 Gli atleti indosseranno la mascherina fino alla partenza dove potranno trovare un cesto dedicato dove poterla buttare prima di gareggiare.
- 0 La Zona Partenza sarà delimitata e gestita in modo particolare:
 - o **Partenza individuale tipo rolling-start** (anche su più file); dovrà essere mantenuta la distanza minima prima della propria partenza (sia laterale, sia anteriormente che posteriormente).
- 0 Nelle fasi di corsa, gli atleti dovranno mantenere una distanza indicativa di 2 metri (sia laterale, sia anteriormente che posteriormente).
- 0 Nelle frazioni di nuoto in acqua libera (lago) vedi punto (*) sopra.
- 0 Eventuale ristoro sul percorso sarà di tipo 'self service' stando attenti a non toccare nulla sul tavolo. Il ristoro sarà preparato dallo staff (con guanti). Agli atleti è fatto divieto di sostare entro 20 metri al ristoro stesso dove si troverà un bidone/sacco per la raccolta dei rifiuti.
- 0 La Zona d'Arrivo sarà completamente chiusa e supervisionata:
 - o Divisi con dei canali dedicati di uscita (dopo la finish line)
 - o Dopo la finish line (circa 15 metri), entrato in uno dei canali, l'atleta troverà un **primo** punto di consegna mascherina (da indossare subito e sempre)
 - o Un **secondo** punto di consegna gadget (opzionale)
 - o Un **terzo** punto di restituzione 'chip' da disinfettare con appositi spruzzatori/dosatori.



- Un **quarto** punto di consegna 'sacchetto ristoro' (non ci sarà nessuna 'pasta party'. Il "pranzo" dovrà essere consumato al di fuori della zona arrivi.
- I servizi igienici, se dall'organizzazione, saranno sanificati dagli atleti stessi prima e dopo l'utilizzo con materiale messo a disposizione dallo staff. Da un utilizzo del bagno, al successivo dovranno passare almeno 10 minuti e la porta deve restare obbligatoriamente aperta in questo tempo.
- L'accesso all'area medica dovrà essere garantito 'diretto', dopo la finish line, saltando i canali.
- Docce, Spogliatoi e massaggi non verranno forniti.
- Le classifiche non saranno esposte ma saranno disponibili on line velocemente (entro 2 ore circa). I reclami eventuali potranno essere fatti entro 1 ora dalla pubblicazione.
- La premiazioni saranno organizzate rispettando le distanze sociali in area dedicata chiusa al pubblico (solo atleti, organizzatori, autorità, ospiti, media). Si svolgeranno circa mezz'ora dopo l'arrivo dell'ultimo atleta (sia assoluto che di categoria). La mascherina dovrà essere indossata sempre e può essere tolta solo per la foto di rito. I blocchi del podio andranno posizionati a distanza di sicurezza (2 metri).

Segreteria

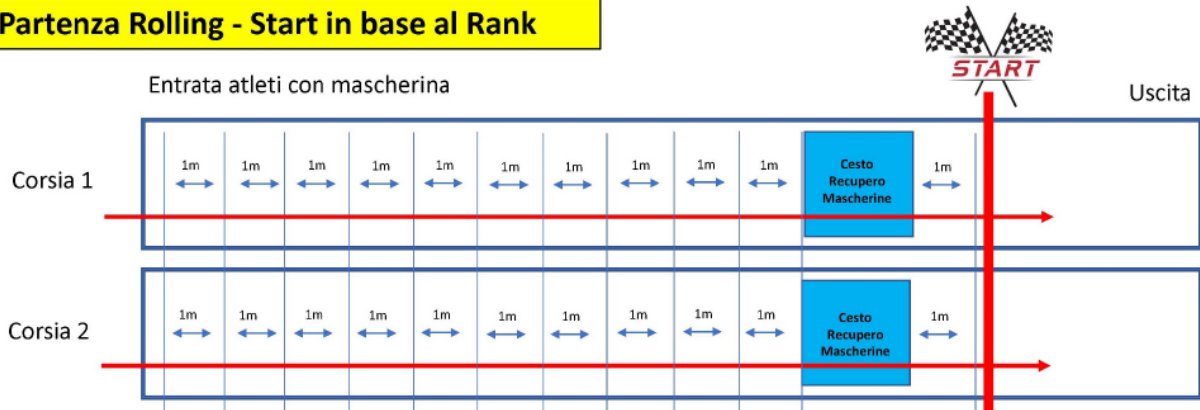
Entrata Atleti con Mascherina + Gel igienizzante all'inizio

Uscita

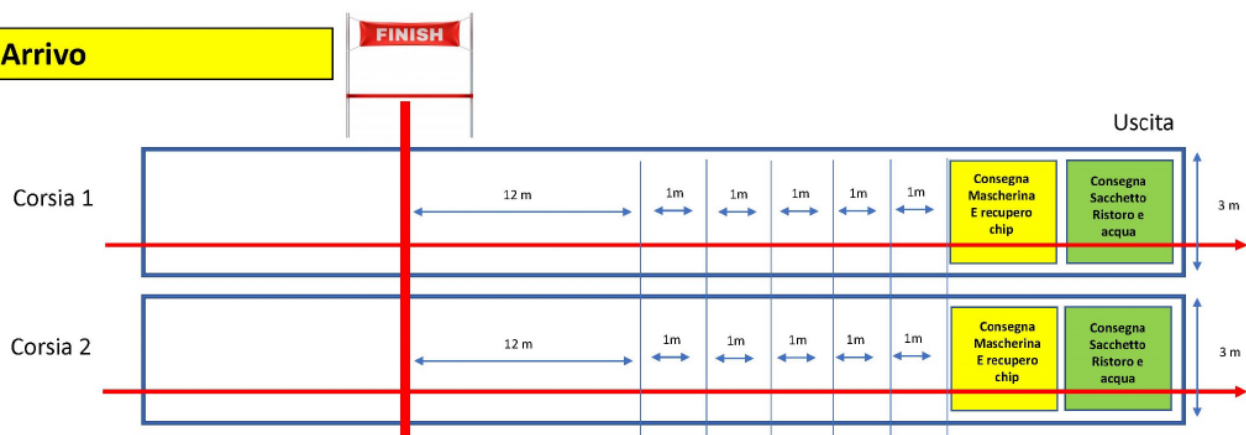




Partenza Rolling - Start in base al Rank



Arrivo



Il Presidente

Paul Bernier

 ASD BB-SEA



Con il patrocinio del Comune di
Barberino di Mugello

LO SWIMRUN DEL BILANCINO

Campionato Regionale Toscano

02 AGOSTO 2020



EthicSport

IWC World Qualifying 2020
AQUATICRUNNR
Sole/Individual World Championship

NS nencinisport.com

MARCHESINI GROUP
Building efficiency

BB-sea.com

BAHIA
care

ISCRIZIONI E INFO SU ENDU.net
INFO SU www.bb-sea.com