

C.D.P. Perugia triathlon

Newsletter 05/2013

Edizione ricca di aggiornamenti e report gare visto che le occasioni per fare i primi test agonistici sono in pratica disponibili in tutte le aree geografiche.

In rigoroso ordine cronologico:

sabato 20 aprile si è tenuto al percorso verde un allenamento collegiale specifico sulla “transizione”: analisi dei regolamenti, approccio fisiologico e “tattico”, strategia e propedeutica per la bici in gruppo; come al solito l’agonismo e il divertimento non è mancato



domenica 21 i campi gara hanno visto la partecipazione di Lorenzo Tomassini al triathlon di Fossano, un appuntamento storico (circa 20 edizioni) per i triatleti del nord ovest

Cl. Gen.	Atleta	Totale	Nuoto	ciclismo	corsa	Cl.Cat	Cat
153	Lorenzo Tomassini	1.50.45	0.18.54	1.01.05	0.30.46	26	M1

Contemporaneamente a Cortona ha preso il via la prima edizione del duathlon MTB su distanza atipica e “mozzafiato” (3-12-1,5); presenti Laura Silei e Filippo Guastella

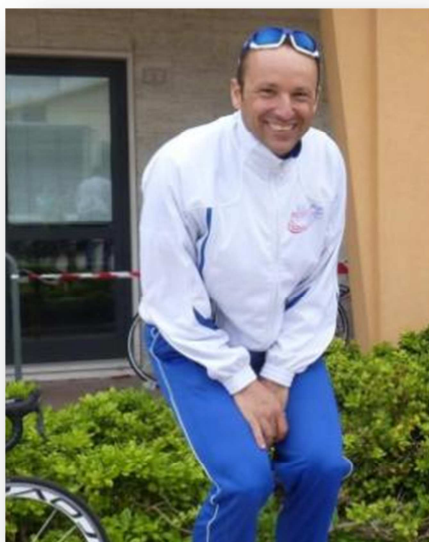


Cl. Gen.	Atleta	Totale	Cl.Cat	Cat
2	Silei Laura	0.54.18	2	S4
25	Guastella Filippo	0.48.05	4	S3

La prima gara sulla distanza regina ci ha visto invece protagonisti **domenica 28 aprile** a San Benedetto del Tronto, prima edizione a cura del Flipper Eiffel Ascoli; sei i compagni di squadra in una gara dove tra i finisher spiccavano nomi di prim'ordine; a detta di tutti manifestazione ben organizzata con una frazione in acqua maggiore rispetto i regolari 1500 m.

Cl. Gen.	Atleta	Totale	Nuoto	T1	Ciclismo	T2	Corsa	Cat
5	LAURA SILEI	2.29.31	0.33.49	0.01.25	1.10.17	0.01.08	0.42.52	S4
6	GIULIA DI MARCO	2.32.10	0.33.53	0.01.31	1.12.10	0.01.05	0.43.31	S3
19	LUCCIOLI FILIPPO	2.09.44	0.25.37	0.01.15	1.00.49	0.00.53	0.41.10	S4
36	SFORNA SIMONE	2.14.52	0.30.44	0.01.38	1.01.46	0.01.06	0.39.38	S3
50	GUASTELLA FILIPPO	2.18.17	0.28.23	0.01.41	1.01.26	0.01.16	0.45.31	S3
51	LUCACCIONI EMANUELE	2.18.24	0.26.49	0.01.34	1.02.36	0.01.13	0.46.12	S4

Per concludere in crescendo **domenica 5 maggio** al lago di Bilancino Massimiliano Servo ha difeso i colori nel campionato italiano (gara unica) di triathlon medio (1.9-84-21) valevole anche come prima tappa del circuito italiano *no-draft*.



Caratterizzata da ripetuti problemi fisici alla fine comunque il "figlio di Montezuma" ha portato a termine la gara

Cl.Gen.	Atleta	totale	cl.cat	Cat
242	Massimiliano Servo	05:07:12	31	M2

A lato Massimiliano Servo, nella sua ormai famosa parodia del "Rotolone Regina"

A seguito delle gare in cui eravamo presenti è stata aggiornata anche la **classifica interna** che trovate nel file in allegato.

1 maggio protagonisti anche a Bagnai in occasione dell'Eco Cross organizzato magistralmente da CDP TR&B Group Podismo; 10 compagni di squadra hanno dato vita ad una dimostrazione di duathlon mtb *atipico* percorrendo prima con le bici e poi di corsa lo stesso percorso del cross, ed esibendosi anche in una agguerrita e concitata transizione.



Il calendario gare FiTri si riempie di appuntamenti con cadenza settimanale quindi per comodità riporto qui sotto soltanto gli eventi di cui mi risultano iscritti i nostri tesserati; **sicuramente scordo qualcuno per cui chiedo venia** e vi invito a darne comunicazione a tutti i potenziali interessati

Data	Città	Specialità	iscritti CDP Perugia Triathlon
19.05.2013	GABICCE MARE (PU)	Triathlon Sprint	Profumi, Genovesi
19.05.2013	TREVIGNANO ROMANO (RM)	Triathlon Sprint	Pacifici
25.05.2013	RIMINI (RN)	Triathlon Sprint	Grasselli, Tinarelli, Sforza, Pellegrino, Pelafiocche, Pizzoferrato, Tomassini,
26.05.2013	RIMINI (RN)	Rimini Challenge - Triathlon Medio	Servo, Silei, Guastella, Burchi, Armino, Pacifici, Rastelli V, Rastelli F, Marsili, Lindeboom, Panciarola
01.06.2013	LADISPOLI (RM)	Triathlon Sprint	Mingardi V.
09.06.2013	PESCARA (PE)	Ironman 70.3 - Triathlon Medio	Panciarola, Luccioli, Angelucci
29.06.2013	SIRMIONE (BS)	Triathlon Olimpico Garmin TriO	Profumi, Guastella
20.07.2013	LAGO DI SCANNO (AQ)	XTERRA ITALY WORLD TOUR	Profumi, Luccioli, Servo, Ridolfi
28.07.2013	ARONA (NO)	AronaMen - Triathlon Medio	Burchi

Qui sotto un riepilogo **da gennaio 2013** delle ammonizioni e squalifiche erogate finora dai Giudici FiTri; come potete leggere è molto più facile di quello che sembra non rispettare il regolamento rischiando così di rovinare la propria prestazione

AMMONIZIONE	Motivazione	Atleti	SQUALIFICA	Motivazione	Atleti
	NON COMUNICATO	9		NON COMUNICATO	17
	RT-101.05:CASCO SLACCIATO- RIENTRO ZC	16		BICI NON POSIZIONATA CORRETTAMENTE	13
	BORSA IN ZONA CAMBIO	11		TAGLIO PERCORSO CICLISTICO	11
	BICI POSIZIONATA IN MODO IRREGOLARE	8		TAGLIO PERCORSO SCI FONDO	5
	RT-101.05:CASCO SLACCIATO - USCITA ZC	6		SCIA IN BICI	4
	SALITA PRIMA DELLA MOUNTH-LINE	2		MATERIALE NON POSIZIONATO CORRETTAMENTE IN ZC	2
	MANCATA SPUNTA ZC	2		RAPPORTO BICI NON REGOLARE	1
	RT-092.09:BODY APERTO	1		DOPPIA AMMONIZIONE	1
	PETTORALE POSIZIONATO ERRONEAMENTE	1		BICI POSIZIONATA AL POSTO SBAGLIATO	1
DISCESA OLTRE LA DISMOUNTH-LINE	1	APPENDICI IRREGOLARI	1		
CASCO LANCIATO IN ZONA CAMBIO	1	Totale	56		
Totale	58				

nelle motivazioni *“non comunicate”* c'è un vero e proprio mondo: tra le squalifiche si va dalle ingiurie al giudice e al pubblico fino a palesi comportamenti antisportivi come ad esempio improvvisarsi Elvis per distrarre gli avversari in zona cambio...



Arrivederci al prossimo numero!