

## GRAN FONDO CINQUE TERRE 2020

Monterosso, Domenica 19 Luglio 2020

Tappa del Circuito GRAN FONDO ITALIA 2020 [www.circuitogranfondoitalia.it](http://www.circuitogranfondoitalia.it)



### PROGRAMMA DELLA GRAN FONDO DELLE CINQUE TERRE 2020

#### Luogo

Monterosso. Punto logistico manifestazione Circolo Velico Monterosso.

#### Distanza

15 chilometri ca. su tracciato in linea con arrivo e partenza da al Circolo Velico Monterosso.

#### Organizzazione

NAL Asd, in collaborazione col Circolo Velico Monterosso e AVIS Liguria.

#### Giorno traversata

19 Luglio 2020.

#### Presentazione Stampa

18 Luglio 2020 alle ore 17:30 c/o Circolo Velico Monterosso.

#### Briefing

18 Luglio 2020 alle ore 18:00 c/o Circolo Velico Monterosso.

## Timing della traversata (partenza dalla Corsica)

Ore 06:00 Ritrovo presso il Circolo Velico Monterosso.

Ore 07:00 Partenza dal Circolo Velico Monterosso.

Ore 08:45 Passaggio dalla virata di Levanto del primo nuotatore.

Ore 10:30 Arrivo del primo nuotatore.

Ore 12:30 Tempo limite massimo di arrivo presso il Circolo Velico Monterosso.

Ore 13.30 Pasta party e premiazioni

Gli orari possono essere soggetti a variazioni su necessità organizzative, che verranno comunicate per tempo agli interessati.

## Condizioni idonee per la traversata

La traversata verrà effettuata solo con condizioni meteo marine favorevoli con l'approvazione delle Capitanerie competenti.

## Iscrizioni

Possono partecipare tutti i nuotatori attraverso la registrazione sul sito internet

[www.circuitogranfondoitalia.it](http://www.circuitogranfondoitalia.it) e previa conferma del gruppo organizzatore. Ogni nuotatore deve consegnare nei tempi richiesti la certificazione medico sportiva agonistica e la documentazione richiesta. Il numero massimo di partecipanti fissato per questa manifestazione è di 30 nuotatori.

## Norme obbligatorie per i partecipanti

I tempi riportati dai nuotatori nel modulo di iscrizione alla nuotata devono rispettare quelli massimi consentiti dalla Organizzazione, pari alle 5 ore 30 minuti. I nuotatori che non riescono a stare nei tempi prestabiliti della traversata potranno, a discrezione dell'Organizzazione, essere obbligati a ritirarsi e salire sulla barca di supporto. La scelta sarà dettata da questioni di sicurezza e tempistiche organizzative comuni e accettate dal partecipante all'atto dell'iscrizione. L'eventuale richiesta di terminare la nuotata anzitempo dovrà essere accettata senza eccezione.

Durante la prova il nuotatore deve disporre di un supporto di galleggiamento e di visibilità come il ISHOF SaferSwimmer e deve organizzare e preparare la propria integrazione pre/durante/post nuotata, che potrà essere consegnata allo staff dell'imbarcazione assegnata che lo segue durante la manifestazione. Per quanto non riportato nel presente regolamento si rimanda al regolamento generale del circuito Gran Fondo Italia.

## Imbarcazioni e Assistenza

Le imbarcazioni per questioni di sicurezza sono principalmente mezzi a motore e vengono forniti esplicitamente dall'organizzazione comprensivi di skipper, che ospiteranno lo staff organizzatore e il medico. Le imbarcazioni avranno la funzione di assistenza e sicurezza per i nuotatori nel rispetto dell'ordinanza in atto. Ove possibile, saranno inoltre utilizzate canoe per seguire da vicino i nuotatori e per assisterli nei rifornimenti, recuperando le eventuali confezioni utilizzate per salvaguardare i requisiti previsti per la tutela ambientale.

Non sono ammesse imbarcazioni o natanti non autorizzati dalla stessa organizzazione.

## TRACCIATO IDEALE GRAN FONDO CINQUE TERRE

Percorso lungo costa delle Cinque Terre da Monterosso a Levanto e ritorno.



Partenza e arrivo dalla spiaggia del Circolo Velico Monterosso.



Virata di ritorno a Levanto, prima dei frangiflutti del ferry.

Sono previste 2 boe di fonte all'accesso via mare del Circolo Velico di Monterosso 1-2 boe direzionali di fronte alla spiaggia all'altezza del Parcheggio Fegina e 1-2 boe direzionali prima dei frangiflutti che protegge l'attracco del ferry a Levanto.

La manifestazione si svolge solo se le condizioni meteo marine saranno tali da consentire lo svolgimento in piena sicurezza, grazie al supporto del medico su un gommone al seguito e della Croce Bianca di Monterosso a terra.

INFO: [www.circuitogranfondoitalia.it](http://www.circuitogranfondoitalia.it)