

austria extreme

TRIATHLON

Haundbuach 2022 race manual italiano



3,8 km



186 km



44 km



+ 5.800 m

the new generation of winners

sponsored by



ZAHNATELIER
PROFESSOR POLANSKY & PARTNER



iq Gruppe



Versicherungsagentur
SCHWARZPARTNER
LEISTUNG AUS LEIDENSCHAFT

★★★★
Hotel Berghof



Andreas Kampl

Sommario

Austria eXtreme Triathlon Manuale 2022.....	2
Austria eXtreme Triathlon – La Sfida Sportiva	2
Il percorso	3
Vista generale	3
Percorso di nuoto	3
Percorso di bici.....	4
Percorso di corsa.....	4
Registrazione	6
Quota di Partecipazione.....	6
Lista di attesa.....	7
Elenco iscritti.....	7
Condizioni di rinuncia.....	7
Condizioni di partecipazione.....	7
Regolamento per atleti e supervisorì	8
Responsabilità dei supervisorì	8
Cure mediche	9
Ritiro dalla gara	10
Premi in denaro.....	10
Classifiche	10
Spettatori	10
Svolgimento della manifestazione.....	11
Squadre aziendali.....	12
Sport pulito	13

Austria eXtreme Triathlon Manuale 2022

Versione 1, 01/9/2021

Siamo una squadra motivata che organizza l'Austria eXtreme Triathlon per pura passione sportiva. Con il Manuale di Gara 2022 forniamo le informazioni di base sull'Austria eXtreme Triathlon – leggetelo attentamente! In caso di domande, vi preghiamo di contattarci ponendo le richieste **in tedesco o in inglese**.

Informazioni più dettagliate per i partecipanti seguiranno nel corso del 2022 a seguito della registrazione sotto forma di Roadbook 2022, incluse anche indicazioni dettagliate sul percorso.

Per agevolare la leggibilità, la notazione in grassetto viene utilizzata per evidenziare le informazioni chiave. Ci riserviamo di apportare eventuali modifiche al contenuto!

Austria eXtreme Triathlon – La Sfida Sportiva

Austria eXtreme Triathlon 2022 è la settima edizione del eXtreme Triathlon, unico del suo genere in Austria. Gli atleti ed i loro supervisori troveranno una sfida sportiva nel bel mezzo del Cuore Verde d'Austria: dal capoluogo di provincia di Graz sulla valle Murta, Lachtal, Sölkta, Ennstal verso i piedi della montagna più alta della Stiria, il Dachstein.

Il paesaggio vario ed una travolgente atmosfera motivazionale di sfida promettono una grande avventura per tutti i partecipanti. L'importante non è vincere, ma vivere un'esperienza sportiva ineguagliabile. Il percorso dell'Austria eXtreme Triathlon è di una bellezza incredibile ed una sfida con +5,860 metri di dislivello positivo. L'atmosfera tra gli atleti, allenatori, partner ed equipaggio è cordiale e rilassata. Il cronometro e la competizione passano in secondo piano. In primo piano poniamo l'impegno e la condivisione dell'avventura con gli atleti ed i loro allenatori. Un'esperienza divertente in uno scenario spettacolare dove la natura rende l'evento un'esperienza sportiva indimenticabile.

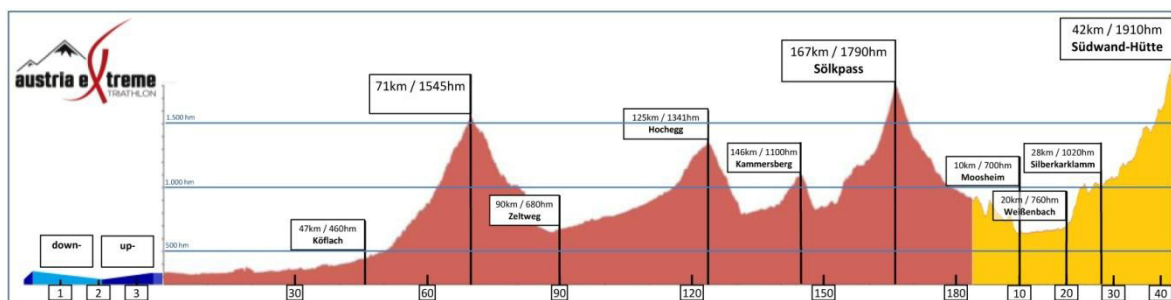
Il percorso

Vista generale

Il sesto Austria eXtreme Triathlon si svolgerà il giorno **25 giugno 2022, a partire dalle 4:30 del mattino.**

Tutti gli atleti e i loro supervisor personali devono registrarsi e partecipare al briefing il giorno prima, **24 giugno, a partire dalle 16:00.** Il luogo esatto della registrazione e del briefing sarà pubblicato nel Roadbook 2022. **La registrazione ed il briefing sono obbligatori per atleti e supervisor.**

Questo è l'Austria eXtreme Triathlon: 3,8 chilometri di nuoto, 186 chilometri di ciclismo, 43,6 chilometri di corsa e oltre 5.860 metri di dislivello positivo. **Il supervisore deve accompagnare l'atleta negli ultimi 17 km della gara di corsa.**



Percorso di nuoto

La sezione natatoria inizierà alle 4:30 del mattino. Il percorso di nuoto si trova a sud di Graz, nel Mur, il fiume principale della Stiria, che scorre attraverso Austria, Slovenia, Croazia e Ungheria e definisce i confini tra gli stati. La qualità dell'acqua è di grado due.

La temperatura dell'acqua del Mur è compresa tra 10 e 16 gradi Celsius. Indossare una tuta in neoprene è obbligatorio, è possibile utilizzare calze in neoprene. I guanti non sono ammessi!

Orario limite per la sezione di nuoto: 6:45

Percorso di bici

Un dislivello totale di circa +3.950 metri sono previsti nei 186.6 chilometri del percorso. Questa è la sezione più impegnativa per quanto riguarda metri di dislivello. Ricordatevi di gestire correttamente le vostre forze ed impostare un ritmo adeguato.

E' obbligatorio coprire l'intera distanza con la stessa bici! **Le strade non sono chiuse al traffico ordinario**, ricordatevi di tenerlo in considerazione e di seguire le regole del codice della strada austriaco (StVO). Prestare particolare attenzione alle discese. La scia non è consentita.

Gaberl

La prima salita porta al Gaberl, un passaggio di montagna fin dai tempi dei romani. Da qui inizia una ripida discesa verso il Murtal.

Schönberg/Kammersberg

Quando arriverete al Schönberg , sarete premiati con un panorama unico. Il castello Rothenfels in Wölzertal è uno dei pochi castelli medievali che ha mantenuto il suo aspetto originario fino ai nostri giorni.

Sölkpass

Il Sölkpass con una pendenza dell'8-12% collega la Murtal superiore a sud con l'Ennstal a nord, attraversando i Tauri di Schladming. Al passo Sölkpass vi troverete ad un'altitudine di 1.790 metri. ATTENZIONE, discesa pericolosa!

Punti di controllo

Ad ogni punto di controllo si è obbligati a mettersi in contatto con l'organizzazione!

Orario limite per la sezione di ciclismo: 17:00

Percorso di corsa

L'atleta salirà +1900 metri durante il percorso di 43,6 chilometri. Ogni atleta dovrà avere cibo liquido e solido sufficiente a sua disposizione.

Sölkspërre

Nel magnifico Sölkspërre, scenderete dalla bici e percepirete la bellezza della natura. Il percorso di corsa inizia da qui.

Strubschlucht

Il Strubschlucht separa la piccola e la grande Großsölk Valley . Per secoli, l'acqua del fiume ha creato delle venature nel marmo, chiaramente visibili nel canyon.

Michaelerberg-Pruggern / Aich

Dopo circa nove chilometri si arriva a Michaelerberghaus-Pruggern. La chiesa locale è stata istituita come un organismo autonomo intorno al 1850.

Silberkarklamm

Il Silberkarklamm è un torrente , nel cuore della regione di Dachstein . Qui, nel 15° secolo si estraeva argento . La natura selvaggia con piante alpine porta poi a Silberkarhütte.

Lodenwalker

Questa impresa tradizionale nata nel 1434 produce costumi, giacche, cappotti casual, abbigliamento invernale e per sport estremi come i calzini Schladminger e accessori realizzati in pura lana vergine. Le visite guidate sono disponibili tutto l'anno nei giorni feriali. **Qui posteggiano i supervisor!**

RamsauamDachstein

RamsauamDachstein è la più grande comunità turistica della Stiria . Soleggiato, alberato, aperto verso l'altopiano del sud . Il villaggio è un insediamento sparso del lato sud del Dachstein con un parco naturale , su tre livelli . Ramsau-Türlwand: tra 1.700 e 1.900 metri, aperta a sud Hochalmfläche con vari percorsi da trekking fin su al rifugio Dachstein. La piattaforma di osservazione DachsteinSkywalk offre una vista indimenticabile.

Südwandhütte

Il rifugio Dachsteinsüdwand si trova ai piedi delle pareti sud del Dachstein a 1.910 metri sul livello del mare . Il modo più veloce e comodo per arrivare in cima è il percorso a piedi dalla funivia tramite il quale, in circa 35 minuti, si raggiunge il parcheggio. Eccezionale vista dal solarium!

Ad ogni punto di controllo si è obbligati a mettersi in contatto con l'organizzazione!

Orario limite per il passaggio al punto di controllo di Aich: 19:00

Orario limite per il passaggio al punto di controllo di Silberkarklamm: 20:00

Orario limite per il passaggio al punto di controllo di Glös-Alm: 22:15

Orario limite per l'arrivo: 24:00.

Registrazione

I posti sono assegnati con il principio "primo arrivato – primo servito". L'iscrizione può essere considerata definitiva soltanto dopo la ricezione via e-mail del numero di partecipazione alla gara. Un totale di 125 posti sarà assegnato. L'organizzatore si riserva il diritto di rifiutare atleti!

Ogni atleta necessita di un supervisore personale.

Il posto di partenza è personale e non cedibile. Atleta e supervisore dovranno identificarsi insieme durante la registrazione (briefing) il giorno prima dell'Austria eXtreme Triathlon esibendo un documento d'identità.

La guida dell'Austria eXtreme Triathlon 2022 (Manuale 2022) deve essere letta con attenzione prima di procedere con la registrazione.

Vitto, alloggio, viaggi e altri devono essere sostenuti dal Team degli atleti stessi. Suggerimenti per le sistemazioni notturne possono essere trovate nel Roadbook 2022 o visitando il sito www.autxtri.com.

Quota di Partecipazione

La quota di partecipazione è fissata a

- € 420- fino al 31.12.2021
- € 520- dal 1.1.2022

L'ÖTRV ritirerà una licenza giornaliera per gli avviatori singoli per un importo di € 20,00,- nel corso della raccolta dei numeri di partenza.

La quota di partecipazione dovrà essere versata tramite MasterCard o VISA.

In aggiunta all'iscrizione la quota comprende:

- Finisher T-Shirt per l'atleta e il supporter registrato (solo per i finisher)
- Pedaggio Dachstein per una vettura
- Trasferimento a Silberkarklamm (arrivo a Silberkarklamm)
- Servizio da parte del personale in loco
- Borsa sportiva
- Foto di gruppo (online)
- Roadbook in versione cartacea

Lista di attesa

Non è prevista alcuna lista di attesa

Elenco iscritti

La lista dei partecipanti all'Austria eXtreme Triathlon 2022 sarà pubblicata ai primi di Aprile 2022 sul sito web www.autxtri.com.

Condizioni di rinuncia

Per proteggere l'Austria eXtreme Triathlon da problemi economici, si applicano le seguenti condizioni di annullamento:

Cancellazione entro a 31.12.2021 (23:59 CET): Sarà trattenuto dagli organizzatori, una tassa di 150 euro.

Cancellazione entro a 01.03.2022: Senza doverne specificare il motivo, sarà rimborsata la quota di iscrizione sottratta di 220 euro di tassa amministrativa.

Cancellazione tra il 01.03.2022 (23:59 CET) ed 31.03.2022 (23:59 CET): È richiesta la presentazione di un certificato medico per il rimborso di € 220. Una tassa di 220 euro invece verrà trattenuta per le spese amministrative.

Cancellazione dopo il 01.04.2022: L'intera quota non sarà rimborsabile.

Spostare la partecipazione ed il numero assegnato all'anno successivo non è possibile!

La sostituzione con un'altra persona non è possibile!

Condizioni di partecipazione

Si applicano i seguenti termini e condizioni per tutti i partecipanti dell'Austria eXtreme Triathlon:

- Ogni partecipante (sia atleti che supervisor) devono essere consapevoli della sfida fisica estrema di un triathlon long distance.
- Gli atleti dovranno finire il percorso senza alcun tipo di aiuto.
- Ogni partecipante è responsabile per le proprie decisioni ed azioni.
- Ogni partecipante si deve comportare responsabilmente nei confronti degli altri e nel rispetto della natura.
- Si ricorda di rispettare il codice della strada.
- L'organizzatore ha il diritto di modificare la guida del percorso o, in caso di eventi estremi imprevedibili, di annullare la gara senza indicarne i motivi e di trattenere il 60% della quota d'iscrizione.
- In questo caso non sussiste alcun obbligo di risarcimento danni da parte dell'organizzatore nei confronti dei partecipanti.
- L'organizzazione non è responsabile per incidenti, danni o furti.
- In caso di discrepanze tra le diverse versioni linguistiche, la versione tedesca prevarrà.
- Atleti e supervisor acconsentono alla pubblicazione di foto e video derivati dall'ambito della stampa e delle pubbliche relazioni. Fotografie e

registrazioni possono essere pubblicate senza limiti di tempo, spazio, materiale e contenuto.

- Il foro competente di giurisdizione è quello di Graz(Austria).

Regolamento per atleti e supervisori

Giudici non sono previsti. Gli organizzatori fanno appello alla responsabilità, la ragione e la correttezza dei partecipanti. Se atleti o supervisori vengono sorpresi a lasciare rifiuti sul percorso, saranno squalificati immediatamente. Tutti i partecipanti si devono impegnare ad aiutare gli altri concorrenti in caso di emergenza.

Responsabilità dei supervisori

Senza un supervisore l'atleta non riceverà il numero di partecipazione. È previsto un solo supervisore. I dati del supervisore devono essere resi disponibili al momento della registrazione per l'iscrizione. Questo permette all'organizzazione di informare sia gli atleti che i loro supervisori di eventuali informazioni e cambiamenti via e-mail. **Il supervisore può essere sostituito fino al giorno prima della gara.**

Per tutta la durata del triathlon il supervisore accetta la responsabilità per il suo atleta e deve essere in grado di comunicare con gli organizzatori in tedesco o in inglese. Il supervisore deve sempre essere raggiungibile tramite telefono cellulare dagli organizzatori.

È consentito un solo veicolo (autovettura fino ad un massimo di 3,5 tonnellate) per atleta. La targa deve essere comunicata all'organizzazione e sarà contrassegnata da un adesivo fornito al momento della registrazione. Più persone possono guidare il veicolo del supervisore per accompagnare l'atleta.

Il supervisore accompagna l'atleta durante l'intero triathlon, fornendo cibo e bevande nei percorsi di ciclismo e corsa in qualsiasi momento. L'accessibilità del percorso di corsa in auto è limitata (vedi sotto).

Informazioni per il supervisore sul nuoto

La zona di transizione è aperta dalle ore 03:00. Il supervisore è responsabile per la bici e l'attrezzatura dell'atleta e gli verrà consegnato il localizzatore GPS che indosserà l'atleta. L'organizzatore non si assume alcuna responsabilità su qualsiasi attrezzatura. Se l'atleta ha lasciato la zona di transizione, il supervisore deve rimuovere l'equipaggiamento dell'atleta.

Informazioni per il supervisore sulla bicicletta

Il supervisore può supportare l'atleta durante l'intero percorso ciclistico. Si consiglia di non utilizzare autobus o camper sopra le 3,5 tonnellate per mancanza di spazio sulle strade di montagna. Esistono anche limitazioni nel parcheggiare le auto su strade strette. **Poiché si applica il codice stradale, è possibile utilizzare solo parcheggi pubblici.** Nel Roadbook 2022 sono elencati i parcheggi e i luoghi di incontro tra atleti e supervisori. **L'auto di supporto deve costantemente accompagnare l'atleta, guidando davanti o dietro l'atleta.** All'atleta è vietato accettare qualsiasi oggetto dall'auto in movimento o sedersi nel veicolo. La zona di transizione per la bicicletta si trova vicino al Sölkspërre. Il supervisore assisterà nella transizione e libererà questa zona immediatamente dopo che l'atleta sarà partito.

Informazioni per il supervisore sulla corsa

Dal checkpoint di Silberkarklamm (al km 27 della corsa), il supervisore deve correre insieme all'atleta fino al traguardo. Entrambi devono tagliare il traguardo insieme per completare con successo il triathlon. L'atleta o il supervisore devono indossare uno zaino con cibi solido e liquido, indumenti caldi (giacca, parapigioggia, copricapo, guanti, coperta di emergenza) e una lampada frontale funzionante. **Questa attrezzatura è obbligatoria dal checkpoint di Silberkarklamm e sarà controllata.** Consigliamo all'atleta di portare una sacca idrica fin dall'inizio del percorso di corsa.

Il percorso di corsa è accessibile solo parzialmente in auto. Il supervisore può accompagnare l'atleta a piedi lungo tutto il percorso di corsa, ma biciclette e mezzi motorizzati ad es. E-bike, ecc. sono vietate sull'intero percorso di corsa. È inoltre vietato portare animali lungo il percorso. **È vietato l'uso di bastoncini di qualsiasi tipo.**

T-Shirt supervisore

Dal momento che il supervisore ha un importante ruolo nell'Austria eXtreme triathlon, riceverà la T-Shirt di fine gara al momento della cerimonia finale (ammesso di aver concluso il percorso insieme al suo atleta). Le misure devono essere comunicate al momento dell'iscrizione e non possono essere modificate.

Cure mediche

Al checkpoint medico le istruzioni dei dottori devono essere seguite. Il team medico è autorizzato, in qualsiasi momento della gara, ad escludere un atleta dalla continuazione della gara a causa di motivi di salute. Una continuazione della gara a proprio rischio è vietata.

Ritiro dalla gara

In caso di abbandono della gara, l'organizzazione deve essere informata telefonicamente attraverso il numero dedicato (vedere il Roadbook 2022), inoltre il Sistema GPS deve essere restituito al checkpoint più vicino!

Premi in denaro

Non è previsto alcun premio in denaro, ma una fantastica maglia di finisher.

Classifiche

Per l'organizzazione dell'Austria eXtreme Triathlon tutti i partecipanti che passano il traguardo sono vincitori. La donna più veloce e l'uomo più veloce saranno sottolineati nella cerimonia di premiazione della domenica. La gara sarà tuttavia seguita con un sistema di tracciamento GPS.

Spettatori

Gli spettatori sono calorosamente graditi sia all'inizio della gara, sia lungo il percorso che nell'area del traguardo. I fan sono pregati di non bloccare i piccoli spazi di parcheggio lungo il percorso ciclabile.

Svolgimento della manifestazione

Venerdì, 24.06.2022	<u>Registrazione</u> Gli atleti e i loro sostenitori si registreranno insieme. Il luogo, la data e l'ora esatta della registrazione saranno annunciati nel Roadbook 2022. La presentazione di un documento d'identità con foto per gli atleti e i sostenitori è obbligatoria al momento dell'iscrizione.	16:00 – 17:00
	<u>Briefing</u> Gli atleti e i loro allenatori registrati devono essere presenti. Verranno fornite informazioni importanti e aggiornate sul concorso.	17:00 – 18:00
Sabato, 25.06.2022	<u>Consegna del localizzatore GPS e zona di transizione aperta</u>	3:00 – 3:50
	<u>Check-in nuoto</u>	4:00 – 4:20
	<u>Inizio Austria eXtreme Triathlon</u>	4:30
	<u>Tempo limite completamento Austria eXtreme Triathlon</u>	24:00
Domenica, 26.06.2021	<u>Cerimonia dei Finisher</u> Gli atleti, gli allenatori e le squadre si incontreranno per la cerimonia di premiazione ufficiale, dove una "maglietta Austria eXtreme Triathlon" sarà presentata a tutti i finalisti. La cerimonia di premiazione avrà luogo presso l'Hotel Berghof di Ramsau!	10:00 – 12:00 Uhr

Ulteriori dettagli sull'evento saranno comunicati a tutti i partecipanti dell'Austria eXtreme Triathlon nel Roadbook 2022.

Squadre aziendali

Che cosa sono squadre aziendali e come partecipare?

È molto semplice: potete iscrivervi in 4 sotto il nome del vostro datore di lavoro. Un membro della squadra parteciperà alla parte dedicata al nuoto, uno secondo alla parte ciclistica, un terzo alla parte podistica ed un quarto fungerà da appoggio alla squadra in automobile. A partire dalla stazione Silberkarklamm (17 km dall'arrivo) un secondo membro della squadra dovrà partecipare alla corsa e un terzo a partire da Glösalp (4,5 km dall'arrivo). Finaliste saranno considerate solo le squadre che raggiungeranno l'arrivo con tre concorrenti.

Il pacchetto di partecipazione per una squadra di 4 persone è di EUR 3.500 e consiste in:

- 4 magliette allenamento Austria eXtreme con logo aziendale (invio delle maglie il primo marzo 2022)
- Logo aziendale su sito web dell'Austria eXtreme Triathlon (Rubrica squadre)
- 1/4 di pagina nel Stroßnbuch/Roadbook (testo a scelta dell'azienda)
- 1 post sulla pagina Facebook dell'Austria eXtreme Triathlon (testo a scelta dell'azienda)
- 1 striscione aziendale nella zona cambio 1
- 3 magliette "finisher" e 1 maglietta "supporter" nella cerimonia finale dedicata ai "finisher"
- 4 biglietti per la festa d'estate il 26 giugno 2022 dalle 13:00 all'Hotel Berghof di Ramsau

L'iscrizione deve avvenire tramite E-Mail all'associazione Austria eXtreme Triathlon. Verrà emessa fattura relativa al pagamento.

Nel caso, dopo l'iscrizione, una squadra decidesse di non partecipare all'evento per qualsiasi ragione, non si ha diritto a qualsiasi rimborso – l'azienda fungerà in questo caso da sponsor.

Le condizioni generali sono uguali a quelle per i partecipanti singoli.

Sport pulito

Gli atleti si impegnano a rispettare i regolamenti antidoping dell'Anti-Doping Federation Act 2007 nonché i regolamenti della pertinente federazione sportiva nazionale e internazionale (in particolare statuti, regolamenti sportivi, regole di gara). Gli atleti sono persone che sono membri o licenziatari di un'organizzazione sportiva o delle sue organizzazioni di appartenenza o che erano membri al momento di una potenziale violazione delle regole antidoping o che partecipano a competizioni organizzate da un'organizzazione sportiva o dalle sue organizzazioni di appartenenza o sostenute da un programma federale di promozione sportiva.

Gli organizzatori rifiutano rigorosamente il doping. Come partecipante, tu assicuri di non aver preso o di prendere sostanze o metodi proibiti a scopo di doping. Informazioni sulla proibizione di un farmaco o di un metodo di trattamento sono disponibili qui: www.nada.at/medikamentenabfrage.

Questo servizio dell'Agenzia nazionale antidoping (NADA Austria) è disponibile anche come "MedApp" per Android e IOS.

Se gli atleti partecipanti hanno assunto sostanze illecite o hanno utilizzato metodi vietati dopo la diagnosi medica o dentale, si raccomanda vivamente di conservare tutti i certificati e i risultati medici per l'approvazione retroattiva dell'eccezione medica. Informazioni più dettagliate sono disponibili qui:

<https://www.nada.at/de/medizin/krankheit-oder-verletzung>

The new generation of winners!



Austria eXtreme Triathlon Verein / Lendplatz 34 / 8020 Graz / Austria / ZVR: 206118759 / office@autxtri.com