

**Centochilometri della Granocchia – Paganico (GR), 18 GIUGNO 2023**

## **REGOLAMENTO E PROGRAMMA DELLA MANIFESTAZIONE**

L' A.s.d. Ciclistica Valdombrore, con la collaborazione dell'Associazione Pro Loco Paganico, organizza, per il giorno 18 GIUGNO 2023 la decima edizione della "Centochilometri della Granocchia", manifestazione CICLOAMATORIALE NON COMPETITIVA, valida come - prima prova del CIRCUITO TOSCANO DI CICLOTURISMO.

### **ISCRIZIONI**

Fino alle ore 24:00 di venerdì 16 giugno 2023 preiscrizioni al costo di euro 20,00 on line sul portale ENDU - all'indirizzo internet [www.endu.net](http://www.endu.net);

sabato 17 giugno 2023, dalle ore 15:00 alle ore 19:00, preiscrizioni al costo di euro 25,00, a Paganico presso la nuova struttura "CASA DEL FIUME" via dante Alighieri.

il giorno stesso della manifestazione, domenica 18 giugno 2023, a Paganico presso la nuova struttura "CASA DEL FIUME" via dante Alighieri, dalle ore 06:30 fino alle ore 07:00, al costo di euro 25,00.

La quota di iscrizione comprende: ristori alimentari e rifornimenti idrici lungo il percorso, docce calde, pranzo tradizionale all'arrivo.

### **PARTECIPAZIONE**

Sono ammessi a partecipare i tesserati (in regola con il tesseramento per l'anno 2023 e visita medico sportiva) con enti di promozione sportiva riconosciuti dal CONI

Sono ammessi a partecipare anche cicloamatori e cicloturisti stranieri in possesso di tessera della federazione d'appartenenza valida per l'anno in corso.

### **Non è ammessa la partecipazione di ciclisti non tesserati.**

Per la partecipazione al percorso CORTO è sufficiente il possesso di tessera cicloturistica con certificazione medica non agonistica, per i percorsi MEDIO-LUNGO è necessario il possesso di tessera da cicloamatore con certificazione medica agonistica nonché la maggiore età.

E' ammessa la partecipazione con bici da fuoristrada (Mountain Bike, Gravel) o a pedalata assistita (E-Bike) purchè in regola con il tesseramento di cui sopra, ad essi sarà assegnato lo stesso punteggio dei partecipanti con biciclette tradizionali stradali.

### **RITROVO E PARTENZA**

**domenica 18 giugno 2023, ritrovo a paganico, in via Dante Alighieri presso la nuova struttura  
La CASA DEL FIUME**

**PERCORSO MEDIO E LUNGO: Partenza alla francese dalle ore 07:00 fino alle ore 07:30, si raccomanda a coloro che intendono seguire il percorso LUNGO di programmare la partenza entro le ore 07:00.**

**PERCORSO CORTO: partenza ore 08:30.**

Prima della partenza ogni iscritto dovrà ritirare il proprio frontalino di marcia , da apporre sul davanti della bicicletta per la lettura ottica ai controlli. Sarà consegnata una busta con il frontalino, fascette e buono pasto.

Per i preiscritti sarà possibile ritirare il frontalino e il Chip Endu nel pomeriggio del sabato 17 giugno 2023, dalle ore 15:00 alle ore 19:00, presso La Casa del Fiume a Paganico (GR).

Per gruppi e squadre preiscritti sarà possibile ritirare il frontalino e Chip a cura di un incaricato purchè lo stesso si presenti munito di elenco indicante i nomi dei partecipanti.

I preiscritti che avranno ritirato il frontalino potranno partire la mattina senza formalità ulteriori alla lettura ottica di controllo.

I preiscritti che ritirano il frontalino la mattina della partenza avranno una postazione a loro dedicata che gli consenta di evitare il prevedibile assembramento di coloro che si iscrivono in quel momento.

**N.B. Ricordare di effettuare la lettura ottica di controllo prima della partenza.**

All'arrivo, presso la Casa del Fiume per garantire la regolarità della manifestazione, la lettura ottica di controllo per la compilazione della classifica sarà effettuata dagli addetti esclusivamente sul frontalino ancora apposto sulla bici.

**Non sono ammesse riconsegne dei frontalini staccati dalle biciclette, singole o di gruppi, prima che sia stata effettuata la lettura ottica di controllo, pena la non classificazione dei partecipanti.**

Per chi lo volesse, dopo le premiazioni, i frontalini utilizzati potranno essere trattenuti come ricordo della manifestazione.

### **ZONA PASTA PARTY, PARCHEGGI E SERVIZIO DOCCE**

Tutti i servizi zona doccie, pasta party, parcheggio sono racchiusi in pochi decine di metri presso " piazzale dei Mandrioli " ex campo sportivo, di fronte alla Casa del Fiume ( zona partenza - arrivo) .

### **CONVENZIONI ALBERGHIERE**

Vantaggiose convenzioni alberghiere sul sito [www.valdombrone.com/la-centochilometri/dove-alloggiare](http://www.valdombrone.com/la-centochilometri/dove-alloggiare)

### **CONTROLLI E RISTORI**

Lungo il percorso saranno predisposti ristori, rifornimenti idrici, assistenza tecnica e controlli ufficiali, più eventuali controlli a sorpresa, tramite lettura ottica del frontalino.

E' fatto obbligo ad ogni partecipante di esibire agli addetti, per i controlli prescritti, esclusivamente il solo frontalino personale fissato sul davanti della bicicletta, e non anche quello di altri.

**Non sarà ammessa la lettura ottica del frontalino distaccato dalla bicicletta, pena l'esclusione dalla classifica.**

### **PERCORSI**

La manifestazione comprende tre percorsi stradali di media difficoltà altimetrica, con controlli programmati [C], ristori [R] e rifornimenti idrici [I]:

percorso CORTO km. 50 dislivello mt. 500;

percorso MEDIO km. 105 dislivello mt. 1800;

percorso LUNGO km. 130 dislivello mt. 2500;

i percorsi sono illustrati con planimetrie, altimetrie, descrizioni, tracce gps sul sito [www.valdombrone.com](http://www.valdombrone.com).

## **Si raccomanda a coloro che intendono fare il percorso lungo di programmare la partenza entro le ore 07:00.**

per coloro che, nel percorso LUNGO, transiteranno dal ristoro/controllo di Montecucco dopo le ore 12:00 è consigliabile deviare lungo il percorso MEDIO.

### **PRANZO**

Pranzo tradizionale all'arrivo per i partecipanti presso " piazzale dei mandrioli " ex campo sportivo, di fronte alla Casa del Fiume ( zona partenza - arrivo), dalle ore 12.30 alle ore 14.30 (i ritardatari saranno serviti con quanto ancora disponibile; Per familiari ed accompagnatori sarà possibile partecipare al pranzo al costo di € 13,00 per gli adulti, € 7,00 per i bambini da 5 a 10 anni e gratuito per i bambini fino a 5 anni, acquistando il buono pasto presso il punto cassa dedicato.

### **CLASSIFICA DI GIORNATA**

Al termine della manifestazione verrà stilata la classifica per società in base alla somma dei punteggi ottenuti da ogni suo appartenente ( minimo 5 atleti) che abbia concluso regolarmente uno dei percorsi, assegnando ad ogni singolo partecipante i seguenti punteggi:

**PUNTI 5 per il percorso CORTO;**  
**PUNTI 10 per il percorso MEDIO;**  
**PUNTI 15 per il percorso LUNGO;**

### **PREMIAZIONI**

A partire dalle ore 15:30 saranno premiate le prime 5 società della classifica di giornata a squadre; I premi non ritirati saranno assegnati alle società ulteriormente classificate e, in mancanza di queste, transiteranno tra i premi a discrezione di cui sotto.

Potranno essere effettuate ulteriori premiazioni individuali a discrezione dell'organizzazione.

### **NORME GENERALI**

Il percorso verrà segnalato con cartelli riportanti frecce direzionali, ma, tranne nei punti particolarmente sensibili, non sarà in genere protetto da personale di vigilanza.

E' fatto assoluto divieto di gettare a terra rifiuti, pena esclusione dalla manifestazione; I rifiuti potranno essere lasciati presso i punti di ristoro e controllo.

E' obbligatorio l'uso del casco rigido.

**Le strade transitate, escluso il punto di partenza, saranno normalmente aperte al traffico veicolare e quindi i partecipanti sono tenuti al rigoroso rispetto del Codice della Strada (ivi comprese le norme sul consumo di alcolici presso i ristori).**

La società organizzatrice declina ogni responsabilità per eventuali incidenti che dovessero verificarsi prima, durante e dopo la manifestazione.

Per informazioni,  
Email : [ciclisticavaldombrone@gmail.com](mailto:ciclisticavaldombrone@gmail.com)

Referenti : Michele Piergentili 3403430249

La società organizzatrice si riserva di apportare variazioni dandone comunicazione.  
Per quanto non contemplato nel presente regolamento, si fa riferimento al regolamento tecnico nazionale U.I.S.P. - Lega Ciclismo e alla sua copertura assicurativa.