

## REGOLAMENTO TRIATHLON INDOOR

Sabato 11 settembre 2010 ore 15  
Klab Marignolle, via del Ferrone,5 – Firenze

### Ogni partecipante dovrà affrontare tre prove nel seguente ordine:

Bike. Durata: 10 minuti su bike stazionaria.

Corsa. Durata: 10 minuti su tapis roulant.

Nuoto. Durata: 10 minuti in piscina interna.

### Giudici dell'evento:

saranno Istruttori selezionati dei Centri Wellness Klab.

Per ciascuna delle prove effettuate, i giudici registreranno la distanza percorsa in metri.

Per le prove di bike e corsa farà fede il risultato del display digitale della macchina utilizzata.

Per la prova di nuoto i giudici conteggeranno le vasche completate e le convertiranno in metri. Le vasche parzialmente completate allo scadere dei 10 minuti, verranno arrotondate per difetto se il concorrente si trova prima della metà della vasca, per eccesso se dopo la metà.

### Punteggio e classifiche:

I partecipanti verranno divisi per fasce di età e sesso ed avranno un pettorale di riconoscimento.

Il punteggio verrà attribuito in relazione alla distanza totale percorsa in metri data dalla somma della distanza raggiunta nelle singole prove.

Esempio:

Bike – Distanza percorsa: mt 6.200

Corsa – Distanza percorsa: mt 3.100

Nuoto – Distanza percorsa: mt 125

Punteggio: 9.425 (equivalente alla distanza totale percorsa in metri)

### Verranno stilate le seguenti classifiche:

Generale, Maschile e Femminile

Di categoria (in base alla fascia d'età) Maschile e Femminile

### Modalità d'iscrizione:

comunicare nome, cognome e dati anagrafici per

e-mail [istituto@medicinadellosport.fi.it](mailto:istituto@medicinadellosport.fi.it)

Fax 055352200

di persona, presso il desk IMSF

**N.B. I Soci KLAB potranno iscriversi presso i desk KLAB**