

**A.S.D. DOLOMITICA
NUOTO C.T.T.**

Via Venezia, 52 - 38037 PREDAZZO TN
P.IVA 01755430228



PREDAZZO
Sport is life *SPORT.COM*

Predazzo, 28/04/2016

Resoconto triathlon aprile

10/04/2016: Ironman Sudafrica

Alessandro Degasperi impegnato nell'Ironman Sudafrica. Nuoto su unico giro di 3,8 km, da Hobie Beach a King's Beach. La frazione bike dell'IRONMAN African Champs è una di quelle paesaggisticamente più di impatto del circuito mondiale IRONMAN, con due giri da 90 km e circa 680 mt. di dislivello per giro. La frazione di corsa è pianeggiante ed in teoria veloce (tutto è relativo però, dipende sempre dal vento): 4 giri da 10,55 km circa con un grande supporto di pubblico.



Ale chiude al 7° posto ed è soddisfatto della prestazione, considerando che siamo ad Aprile e che la start list era, dopo Kona, forse una delle più competitive di sempre in una gara Ironman.

Immagine e notizie tratte da www.aledegasperi.net

17/04/2016: Duathlon Giovanile di Parma

Domenica 17 aprile a Parma primo appuntamento del Circuito Interregionale Nord Est.
12° Duathlon Kids e Supersprint di Parma.

Giornata nuvolosa, temperatura buona, niente pioggia. Molto divertimento, buoni risultati per **Bucci Enrico, Berezovskyy Maksim, Gaggiano Michele, Deluca Natalie, Dellantonio Andrea, Defrancesco Luca, Gaggiano Marianna, Deville Caterina, Lozzer Thomas, Dellantonio Fabio, Zanoner Riccardo, Bozzetta Giada, Zanoni Michele**. Tanti dei più giovani all'esordio assoluto con bike e run. Ottime prestazioni per tutti gli atleti che hanno dato del loro meglio.



In gara sulla distanza Supersprint open anche l'allenatore del gruppo **Gaggiano Leo**.



17/04/2016: Irondelta di Primavera. Triathlon Medio Lido di Volano.

Super prestazione del nostro atleta DoloTeam **Norman Masè** che conquista il 2° posto assoluto con il miglior tempo nella frazione di ciclismo in sella alla sua "Velociraptor".

Dopo un intenso inverno di preparazione esordio stagionale sulla impegnativa distanza di 1.9 Km nuoto, 90 Km di ciclismo e 21 Km di corsa.

GRANDISSIMO!!!!!!

Vincitore della gara l'atleta Trentino tesserato per il CUS Trento **Andrea Pederzoli**.



17/04/2016: Triathlon Sprint di Torino.



A Torino la 15esima edizione del Triathlon Sprint disputato tra le strade del capoluogo piemontese.

In gara il nostro portacolori **Patrick Bombardelli** che ottiene un buon 39° piazzamento assoluto e 5° di categoria S3.

Dalle parole di Patrick nel post gara: "Buon inizio con un nuoto migliorabile, in bici non ho preso un buon gruppo, andavamo piano. Però di corsa ho fatto bene".

Gara di preparazione in avvicinamento al 70.3 di Aix en Provence del 1° maggio 2016.

22-25/04/2016: Raduno DoloTeam a Cervia

Positiva e divertente esperienza per parte del gruppo Amatori DoloTeam che si sono ritrovati a Cervia per un collegiale "tutto sport" assieme ai ragazzi del gruppo nuoto e triathlon.

Arrivo in albergo la sera di venerdì 22 aprile tutti stanchi per il lento viaggio causa traffico, ma tutti già pronti!!!!

Sabato mattina abbiamo iniziato presto con una seduta di nuoto in vasca di 1 ora e mezza. Per Chiara, Gio e Stefano a seguire anche una nuotatina con muta nel fresco mare di Cervia e sotto un timido sole.

Dopo pranzo uscita in bici da corsa con al seguito l'ammiraglia guidata da coach Bucci. Per terminare la giornata non poteva mancare l'uscita di corsa serale.



Domenica il meteo è peggiorato ed è arrivata la pioggia, ma il gruppo non si è scoraggiato. Mattina nuoto e pomeriggio una sessione di esercizi in sala colazione (velocemente adibita a palestra) ed a seguire una uscita con le scarpette da running ai piedi.

Lunedì mattina vento ed aria fredda con un po' di sole. Dega e Norman sono partiti per il lungo in bici sul percorso della Nove Colli, ma sono stati fermati dalla neve!!!! Il resto del gruppo invece si è allenato una oretta in vasca e poi uscita in bici da corsa di 2 ore nelle strade romagnole. Dopo pranzo, con il ritorno del sole, purtroppo è giunta anche l'ora del rientro verso casa. Stanchi ma soddisfatti e tutti pronti a ritrovarsi alla prossima occasione.

Grazie per il divertimento e compagnia al gruppo DoloTeam a Cervia: Giovanna e Riccardo, Chiara e Stefano, Francesca e Norman, Mauro, Ale Dega, Alberto, Glauco, i nostri amici Michele e Giacomo ed i familiari aggregati.

Anche il gruppo dei nostri giovani triathleti si è impegnato molto: in vasca con il programma di Lucio (nostro allenatore del nuoto) ed in bici e di corsa con Glauco.



24/04/2016: Triathlon Sprint di Fumane

Nella località della provincia di Verona si è disputato un triathlon Sprint con nuoto in vasca da 33 metri, bici impegnativa con una salita di 5 Km alla fine della frazione e con 400 metri di dislivello ed una corsa muscolare tutta sali e scendi.

Temperatura fredda ma senza pioggia.

Per i colori DoloTeam in gara **Daniela Zanella** e **Patrick Bombardelli**.

Per cavalleria iniziamo da Daniela che ottiene un ottimo 4° posto di categoria M1 (30^a assoluta). Soddisfatta della prestazione, ma un po' "arrabbiata" per le due vasche in più che ha dovuto percorrere per un errore nel conteggio dei metri.

Al maschile primo podio di categoria per Patrick che ottiene il 3° posto tra i combattivi S3 a 38" dal primo e 20" dal secondo (26° assoluto). Più contento della prestazione rispetto alla settimana precedente a Torino.



24/04/2016: Triathlon Olimpico del Cavallino – Laguna Ligeran

Triathlon Olimpico NO DRAFT al lido di Cavallino (VE). Le condizioni di forte maltempo hanno costretto l'organizzazione ad annullare la seconda frazione quindi la gara si è trasformata in nuoto – corsa.

In gara il nostro **Alberto Tartaglia** che ottiene un 66° posto assoluto (16° di categoria). Per lui sicuramente una gara con penalty per l'annullamento della frazione ciclistica che gli avrebbe fatto guadagnare parecchie posizioni.

30/04/2016: Coppa CRONO Giovani – Tappa di Coppa Italia

Tutto il meglio del Triathlon Giovanile italiano si è ritrovato nel weekend del 30 aprile e 1 maggio a Cremona per la tappa di Coppa Italia individuale a Cronometro del sabato e i Campionati Italiana a squadre di Triathlon Crono della domenica.

3 i nostri portacolori impegnati nella gara individuale del sabato: **Giada Bozzetta, Fabio Dellantonio e Thomas Lozzer.**

Ottime prestazioni per loro che ottengono buoni piazzamenti di metà classifica. Bravi!!!



Fabio



Giada



Thomas

01/05/2016: IRONMAN 70.3 Aix en Provence

Giornata molto difficile in terra francese per i nostri 3 rappresentanti in gara. Freddo e vento hanno obbligato gli organizzatori a cancellare la prima frazione. **Chiara Grasso, Stefano Larcher e Patrick Bombardelli** da veri IRONMAN ed IRONWOMAN non si sono spaventati ne tirati indietro ed al via hanno dato del loro meglio.

Lascio alle loro parole post gara il commento della giornata:

PATRICK: “Nuoto annullato e per me é stato un dispiacere che mi ha tolto un po' della magia del triathlon, però bici solida, giusta considerando il vento incredibile che c'era e corsa molto muscolare, con +200 di dislivello che ho gestito splendidamente, poi la finishline IM é sempre emozionante, e condividerla con i compagni di squadra ancora più bello!”

CHIARA: “Gara molto impegnativa a partire dall’annullamento della frazione nuoto per le condizioni, 5°C e vento ai 60 orari con raffiche che letteralmente ti portavano fuori strada. Frazione di bici messa a dura prova dal clima e nel complesso impegnativa, ma conclusa con molta soddisfazione. La mezza, con più dislivello di un Trail, sofferta un po' con le gambe un po' provate dalla bici. Ma all’arrivo tutto si annulla e lascia spazio solo alla soddisfazione e al divertimento”.



STEFANO: “Contento in parte purtroppo... partenza bici a freddo con grossi problemi nella seconda parte della bici per raffiche di vento a 60 km/h, poi la corsa condizionata dai primi 6 km per sbloccare le gambe che alla fine si sono svegliate... tanto fieno in cascina e ottimo test per l'ironman di Nizza a inizio giugno. Bel gruppo Doloteam ad aspettarci tutti al traguardo..!!”

SUPER !!!!!!!

Resoconto per la ASD DOLOMITICA NUOTO CTT a cura di Glauco Veronesi