

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

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



PREDAZZO  
Sport is life [sport.com](http://sport.com)

Predazzo, 14/09/2016

### Resoconto triathlon settembre

Intenso mese di gare per il tutti i nostri triathleti.

#### *03-04/09/2016: Grado Olimpico e Kids*

Sabato **Alessandro Degasperì** ha vinto il 18° Triathlon Isola del Sole di Grado. Ottimo allenamento in preparazione al mondiale Ironman di Kona. Domenica invece il figlio **Luca Degasperì** ha preso parte all'Aquathlon Kids dove ha ottenuto il 6° posto di categoria esordienti.

#### *04/09/2016: Triathlon Sprint Città di Cremona*

**Francesca Calvetti** impegnata nella XVIII Triathlon Sprint di Cremona. 7° posto di categoria tra le S1.

#### *10/09/2016: Raduno a Predazzo*

Giornata di ritrovo a Predazzo per gli atleti DoloTeam per un'allenamento di gruppo in preparazione per la Coppa Crono a squadre del 2 ottobre a Riccione.



**10/09/2016: Triathlon MTB Supersprint di Monticolo (BZ)**

**Michele Zanoni** impegnato nella 7<sup>a</sup> edizione del Triathlon Supersprint MTB Montigglian. 21° assoluto e 2° di categoria Junior.



**10/09/2016: Triath'Long**

Continua la preparazione di **Alessandro Degasperì** per le Hawaii. 2° posto nel Triath'Long International de la cote de Beautè (una delle più importanti gare del circuito francese di long distance).

**11/09/2016: Bressanone – Aquarena Aquathlon**

Finale del circuito Interregionale Nord Est e Campionato Regionale di Aquathlon.

Questi i nostri ragazzi in gara accompagnati da Leo: **Luca Defrancesco, Marianna Gaggiano, Caterina Deville, Michele Gaggiano, Thomas Lozzer, Natalie Deluca e Rocco Croce** (1<sup>a</sup> gara per lui).

Bravi a tutti loro. Hanno dato il massimo.

Nella classifica finale del circuito Interregionale Nord-Est:

- 3° Michele Zanoni tra gli Junior maschile
- 6° Enrico Bucci tra i Cuccioli maschile
- 10° Thomas Lozzer tra gli Youth A maschile
- 12° Fabio Dellantonio tra gli Youth A femminile
- 16<sup>a</sup> Natalie Deluca tra le Esordienti femminile
- 21<sup>a</sup> Caterina Deville tra le Ragazze femminile
- 25esimi Maxim Berezovsky e Luca Degasperì tra gli Esordienti maschile
- 25° Andrea Dellantonio tra i Ragazzi maschile



Nella classifica finale a squadre Nord Est la nostra società ottiene un ottimo 14° posto.



Caterina  
(foto sopra)

Michele e Marianna  
(foto a sinistra)

### 11/09/2016: 2° Memorial Federico Gozio

Gara di Triathlon Sprint che si è disputata a Gussago (BS). Impegnata in gara la nostra **Francesca Calvetti** 10<sup>a</sup> assoluta e 2<sup>a</sup> di categoria S1.

### 11/09/2016: Triathlon Sprint Città di Chioggia (VE)

Discreta gara del nostro **Alessandro Conzatti** con il 19° posto assoluto e 6° di categoria S2. Non pienamente soddisfatto, ma ha imparato alcune cose che serviranno per il futuro.

### 17-18/09/2016: Irondelta 2016

In gara **Riccardo Oliari, Giovanna Scanavacca e Alessandro Conzatti.**

Riccardo ci racconta così le gare del weekend:

“Il Lido delle Nazioni è una location “storica” per le gare di triathlon organizzate dal Ferrara Triathlon Club guidate dal patron Paolo Temporin

Il ricco programma prevede sabato la gara para-triathlon su distanza super-sprint, a seguire la gara sprint e la domenica il classico e “storico” olimpico.

I percorsi sono notoriamente veloci e le condizioni meteo favorevoli per tutto il fine settimana hanno permesso agli atleti di divertirsi e godersi le gare. Nuoto in mare calmo e piatto con percorso in linea protetto dai frangi-flutti, frazione bici molto veloce su percorso a bastone che si inoltra nel delta del Pò costeggiando il lago delle Nazioni, per finire la frazione run con un multilap sul lungomare.

Sabato per lo sprint al via Giovanna e Alessandro.

Giovanna, grazie agli allenamenti svolti nelle settimane precedenti e all’acquisizione di una maggiore consapevolezza delle proprie risorse, ha portato a casa un’ottima gara, 21<sup>a</sup> assoluta e con la bella soddisfazione del primo posto sul podio di categoria S3. Queste le sue parole: “...gara molto bella, mi sono divertita tantissimo: nuoto grintoso, bici forte e veloce, nella corsa ho un po’ pagato le prime due frazioni, mi sono però mantenuta lucida e con un passo costante...”

Alessandro uscito bene dal nuoto ha affrontato una frazione bici molto tirata sempre davanti a tirare praticamente da solo che, però, lo ha visto pagare nella corsa non brillante come al solito. 24° assoluto e 6° cat S2, in ogni caso divertito.



Ale e Gio

Domenica è stata la volta dell’olimpico e qui entrano in scena i cagnacci Master...per Doloteam in gara il sottoscritto.

La gara la conosco bene e questa volta ho “switchato” l’approccio da gara in rimonta a gara all’attacco senza risparmiarsi e la scelta ha pagato! Uscito discretamente, per le mie possibilità, dal nuoto ho condotto

una bici davanti a tirare insieme a altri 2/3 atleti con rilanci per cercare di staccare i cosiddetti “ciucciarode”... , nella frazione run ho corso bene, con degli split migliori del solito su questa distanza.

Sono molto soddisfatto per il 62° posto assoluto e 13° di categoria M2, ma soprattutto per il mio PB sulla distanza olimpica di 2h17', che arriva a 47 anni ed è frutto della scelta di questi ultimi 2 anni di entrare nella famiglia Doloteam e di seguire il percorso di allenamento “metodo Bucci” che permette a tutti, compreso il sottoscritto, di godersi le proprie soddisfazioni, divertendosi e amando il triathlon!



Riccardo

### 18/09/2016: Pula IM 70.3

I nostri atleti **Chiara Grasso**, **Stefano Larcher** e **Norman Masè** hanno preso parte all'Ironman 70.3 di Pula in Croazia. Condizioni molto difficili per la forte pioggia che ha accompagnato gli atleti durante la gara.

- Ottimo Norman che con il tempo di 4h30' conclude con l'11° posto assoluto, 2° italiano e 3° di categoria. 3° tempo nella frazione ciclismo. 3° dopo la seconda frazione.
- Gara sfortunata per Stefano con disturbi nel nuoto e foratura in bici.
- Chiara non pienamente soddisfatta, ma ottiene un buon 52° posto assoluto e 6° di categoria.



Stefano



Chiara

### 18/09/2016: Finale Nazionale Trofeo CONI

La nostra giovanissima **Natalie Deluca** (categoria Esordienti) ha partecipato, con la squadra Trentino, alla finale del Trofeo CONI che si è disputata al Tanka Village di Villasimius in Sardegna. Assieme a lei 3 atleti dei 33TT. Bravi. Chiudono la gara con un ottimo 9° piazzamento di squadra.



### 24-25/09/2016: Finale di Coppa Italia Giovani e Coppa delle Regioni



Campogalliano (MO), dopo l'edizione 2014, ha ospitato anche per questa stagione la finale di Coppa Italia Giovani e Coppa delle Regioni.

3 i nostri atleti presenti: **Marianna Gaggiano**, **Thomas Lozzer** e **Fabio Dellantonio**. Peccato l'assenza di alcuni dei nostri per impegni scolastici.

Sui percorsi di gara, ricavati attorno ai Laghetti Curiel, si sono confrontati sabato i Giovani nelle gare individuali e domenica nella gara a staffetta per rappresentative Regionali.

Al sabato ottima gara per Marianna e bravi anche Thomas e Fabio.

Domenica Marianna ha disputato la gara nella rappresentativa ragazzi TRENINO assieme a Valentina Zuani (33TT), Lorenza Cazzaniga (CUS Trento) e Davide Barozzi (33TT). Buon 9° posto conquistato tra le rappresentative.

Fabio e Thomas invece hanno preso parte alla swim-run riservata ai non convocati in rappresentativa.



#### **24/09/2016: Kuota Trio Peschiera**

Triathlon Olimpico disputato a Peschiera del Garda. **Patrick Bombardelli** conclude ottimamente il suo 11° Triathlon stagionale. 70° assoluto su quasi 1000 classificati e 12° di categoria S3. Molto soddisfatto soprattutto per i miglioramenti di corsa.

#### **25/09/2016: Triathlon Olimpico di Jesolo (VE)**

**Ferruccio Costella** non soddisfatto della sua performance, ma ha onorato la gara fino alla finish line.

#### **25/09/2016: Elbaman**

Il nostro **Alberto Tartaglia** non riesce purtroppo a concludere la gara. Si è mangiato le dita perché era in giornata di grazia, secondo tempo in bici e settima posizione assoluta in uscita dalla T2 con le gambe fresche. Appena partito di corsa però il dolore al fianco destro del runner lo ha bloccato. Bravo lo stesso.

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