

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

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



PREDAZZO  
Sport is life sport.com

Predazzo, 29/03/2017

### Resoconto triathlon di febbraio e marzo 2017

30-01/05-02/2017: Training Camp Catania  ALLENATIME.COM

Il Training Camp Allenatime si è tenuto a Catania in condizioni meteo e climatiche più che favorevoli con sole tutti i giorni e una temperatura media di 16/18 °C che ha permesso lo svolgimento di tutte le sessioni outdoor di bici e corsa.

Il focus del Camp è stato impostato su fondamentali aspetti della preparazione degli atleti in vista della gara Ironman long distance che si terranno nella prima parte di stagione.

Hanno partecipato 6 atleti oltre all'atleta pro **Alessandro Degasperri** supportati dai coach **Alberto Bucci** e **Riccardo Oliari**. Il Dega sta preparando la stagione long distance con l'obiettivo di riconquistare la qualifica per la finale del circuito IM a Kona.

Presenti tra gli atleti DoloTeam: **Simone Montini** in preparazione del Chia Sardinia 70.3 triathlon, **Alessandro de Tommaso** in preparazione IM Lanzarote, **Barbara Haupt**, **Chiara Grasso**, anche loro in preparazione IM Lanzarote, oltre ad **Antonia Fracchetti** che invece sta preparando la stagione Sprint e

Olimpici oltre il 70.3 di Rimini che farà in staffetta.

Il camp si è svolto con il prezioso supporto in loco del triatleta e coach Fabio Pruiti del Magma Team di Catania che ha guidato e accompagnato il gruppo nelle varie uscite bike e run. In quasi tutte le sessioni si sono aggregati alcuni suoi giovani atleti del Magma Team di Catania.

La location "Le Dune Sicily Hotel" nella zona sud di Catania si è rivelata ottimale, per ospitalità e ubicazione nelle immediate vicinanze della piscina, nonché vicino al centro città.



L'esperienza è stata impegnativa, ma allo stesso tempo indimenticabile e divertente per tutti. Il lavoro e gli allenamenti sono stati intensi e proficui, ma non sono mancati momenti di svago e relax per il gruppo che ha trovato sin dai primi istanti un ottimo affiatamento. Per tutti si è rivelata una opportunità di allenarsi bene in compagnia seguiti dai coach e, soprattutto, divertendosi.

### 05/03/2017: PowerDuathlon Oggiono

**Alberto Tartaglia** ha partecipato al Power Duathlon K80 di Oggiono (LC) (10Km corsa, 60 Km ciclismo, 10 Km corsa). Non soddisfatto del suo risultato per i problemi digestivi che ha accusato. Conclude la gara con il 22° posto assoluto (7° di categoria S4).

### 12/03/2017: Duathlon Sprint di Manerba

16esima edizione della gara di Duathlon Sprint a Manerba.

A rappresentare la nostra società **Riccardo Oliari** che commenta così la sua giornata: "Solita bella gara tiratissima. Miglioramento cronometrico rispetto allo scorso anno. Meteo bello primaverile ideale per le prime sgasate di stagione. Ho trovato i soliti amici agguerriti. Divertito e soddisfatto. Ho avuto anche l'onore ed il piacere di fare la prova percorso con Martina Dogana"



### 17-18-19/03/2017: Raduno Malcesine ALLENATIME.COM

Stage di allenamento a Malcesine ospiti del nostro atleta **Massimo Marchiotto** che ha promosso ed organizzato l'evento con il patrocinio di allenatime. Tra i presenti al raduno anche i DoloTeam **Barbara Haupt, Simone Montini, Ale De Tommaso, Jack Petruccelli, Carlo Salvati Proietti, Alessandro Conzatti, Norman Masè, Riccardo Oliari, Giovanna Scanavacca, Daniela Zanella e Christian Martello**. Si sono allenati con loro i professionisti **Martina Dogana, Ale Degasperi** ed **Alessandro Bertolini** sotto la guida tecnica di Coach **Alberto Bucci**.

Venerdì 17: uscita in bici nella zona del lago di Cavedine di 65 km.

Sabato 18: alla mattina il primo gruppo ha fatto un'uscita in bici con giro del lago di Garda di 148 km molto tirata, ma molto bella, senza incidenti e con molti partecipanti. Il secondo gruppo invece una pedalata di circa 100 km con prova percorso bike di Bardolino seguiti dall'ammiraglia. Al pomeriggio lezione di tecnica di corsa con coach Bucci come testimonia la foto a lato.



Domenica 19: gara di trail al mattino, ma qualcuno ha preferito la corsa sul lungolago di Malcesine, in entrambi i casi tutti molto contenti. Il pomeriggio 61 km di bici con multa dei vigili per non far mancare niente.

L'organizzatore Massimo commenta così: "Direi ottimo, 3 giorni di allenamento e soprattutto 3 giorni all'insegna dell'amicizia e allegria. Sicuramente da ripetere".

Gruppo 2 sabato mattina



### 26/03/2017: Triathlon Sprint Fossano

La nostra **Chiara Grasso** ha partecipato, con un brillantissimo risultato, al triathlon Sprint di Fossano (CN). 2° piazzamento assoluto e 1° di categoria S2. Bella soddisfazione ottenuta nella sua gara di casa.



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