

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

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



PREDAZZO
Sport is life sport.com

Predazzo, 05/05/2017

Resoconto triathlon di aprile 2017

08/04/2017: Irondelta di Primavera - Triathlon Medio di Volano

Sabato 8 aprile 2017 si è disputata la quinta edizione dell'Irondelta di Primavera, triathlon medio sulle distanze di 1.9 Km di nuoto, 86.5 Km di bici e 21 Km di corsa, a Lido di Volano, organizzato dal Ferrara Triathlon.

Una prova d'apertura del calendario della triplice long distance made in Italy che ha fatto il pienone, con quasi 400 triatleti al via provenienti da tutta Italia e non solo. Nella gara maschile, a spuntarla è stato lo sloveno Matic Modic che ha preceduto il campionissimo della DDS Daniel Fontana, con il portacolori del PPR Team Mauro Pera sul terzo gradino del podio. Sorpresa in campo femminile, con il successo di Irene Coletto.

Brillantissima giornata anche per i nostri portacolori:

- **Norman Masè:** 6° assoluto e 4° di categoria S4. Esordio stagionale ottimo in preparazione dei prossimi appuntamenti sempre sulle lunghe distanze.
- **Alessandro Conzatti:** 13° assoluto e 1° di categoria S2. Anche lui eccellente esordio stagionale. Quest'anno ha deciso di provare le distanze medio lunghe.
- **Michele Taverna:** esordio sulla distanza del triathlon medio. Ha chiuso la gara molto soddisfatto. Bene nel nuoto, bici controllata faticando il giusto, di corsa dopo il primo giro tosto ha chiuso regolare.
- **Barbara Haupt:** buona gara, 35^a assoluta e 10^a di categoria M2. Prima gara per lei con la divisa DoloTeam.

Alessandro in bici



Norman



Michele

16/04/2017: Triathlon Sprint di Pinerolo

A Pinerolo (TO) si è disputato domenica 16 aprile il primo triathlon Sprint Rank Gold: la vittoria è andata a Valerio Patanè e Alessia Orla. Riuscita della manifestazione con 350 atleti al via in una giornata estiva.

In gara per la nostra ASD DOLOMITICA NUOTO CTT **Patrick Bombardelli** che chiude 54° assoluto e 8° di categoria S3. In crescita di condizione.

21-23/04/2017: Training Camp Cervia 

Il training camp, alla sua 2a edizione, si è tenuto nella stessa location dello scorso anno con base presso l'Hotel El Prado a Pinarella di Cervia, nelle immediate vicinanze della piscina comunale con 6 corsie da 25m, nonché della spiaggia e della pineta con i vari percorsi run disponibili.

Il raduno si è svolto in concomitanza al collegiale della squadra giovanile di nuoto e triathlon della nostra ASD DOLOMITICA NUOTO CTT.

Le condizioni meteo e climatiche sono state più che favorevoli con sole tutti i giorni e una temperatura media di 16/18C che ha permesso lo svolgimento di tutte le sessioni outdoor di bici e corsa.

Non sono mancati momenti di relax e divertimento, alcuni atleti erano accompagnati anche dai famigliari e figli.

Questo il nutrito ed affiatato gruppo di 15 triatleti, alcuni alla loro prima esperienza di training camp, guidati dai nostri coach **Alberto Bucci** e **Riccardo Oliari**, che si sono allenati intensamente in preparazione alle prossime gare:

- Barbara Haupt** - Doloteam
- Daniela Zanella** - Doloteam
- Giovanna Scanavacca** - Doloteam
- Chiara Grasso** - Doloteam
- Antonia Fracchetti** - Doloteam
- Alessandro Conzatti** - Doloteam
- Patrick Bombardelli** - Doloteam
- Christian Martello** - Doloteam
- Giacomo Petrucelli** - Doloteam
- Alessandro Fusi – Triledroenergy
- Marco Tosi – Feralpi Triathlon
- Andrea Giuglar –A3
- David Astolfi – 33 Trentini Triathlon
- Alessandro Rossi Martini
- Silvia Donadoni



Questo il programma nel dettaglio delle attività svolte durante il Training Camp:

Giorno 1 – venerdì 21.04.2017

Pomeriggio: h.18.00 sessione di tecnica di corsa (risc. + ex di tecnica e allunghi)

Giorno 2 - sabato 22.04.2017

Mattina: h.8.00 sessione nuoto 1h45' di 4200m. con tecnica e velocità

Mattina: h.10.30 uscita bici in gruppi differenziati con prova percorso IM Emilia Romagna

Pomeriggio: h.18.00 sessione tecnica di corsa (risc. + ex di tecnica e allunghi)

Giorno 3 - domenica 23.04.2017

Mattina: h.7.30 corsa a digiuno (corsa lenta in pineta)

Mattina: h.10.00 sessione nuoto con esercizi di simulazione gara

Mattina: h.11.00 uscita bici con lavori di forza

Pomeriggio: h.16.00 sessione nuoto in acque libere per gruppo ristretto

Pomeriggio: h.18.00 sessione corsa lenta (corsa lenta in pineta e spiaggia)

Sera: fine raduno e rientro a casa.



23/04/2017: Chia Sardinia Triathlon

Il tedesco Jan Frodeno, oro a Pechino 2008 e due volte campione del mondo Ironman a Kona, non tradisce le aspettative della vigilia e vince per distacco il Chia Sardinia Triathlon 70.3.

In un contesto paesaggistico mozzafiato hanno gareggiato anche i nostri **Simone Montini** e **Massimo Marchiotto**. Esordio agonistico per loro con la nostra ASD DOLOMITICA NUOTO CTT.

Simone chiude con buon 35° posto (8° di categoria S4) in 4h48'. Bravo anche Massimo 147° assoluto (27° categoria M2) in 5h54'.

30/04/2017: Triathlon Sprint di Andora

Vittoria transalpina sia in campo maschile, Raphael Montoya, sia femminile con Cassandre Beaugrand nella gara su distanza sprint ad Andora (SV). Quasi 800 gli atleti iscritti.

Patrick Bombardelli e **Chiara Grasso** presenti. Portano entrambi la divisa DoloTeam sul podio di categoria.

Patrick 35° assoluto e 3° S3, Chiara 12^ assoluta e 3^S2. TOP!!!!



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