



Provincia di Cosenza



COMUNE DI
SAN GIOVANNI IN FIORE



CONI



1-2-3 LUGLIO



[YouTube Live streaming](#) [f](#) [i](#)

1,8 KM - 3 KM - 5 KM - STAFFETTA 4x1250 LAGO ARVO - LOC. LORICA

Segreteria e iscrizioni
tel. 366 5971818 Francesco Manna
info@spazioaqa.it

Prenotazioni & info
tel. 342 0591020
info@destinazioneSila.it

Marketing e commerciale
tel. 349 8790851 Andrea Napoli
anconsulting.cs@gmail.com



connessione naturale



Natura di relazioni



LA COMUNICAZIONE CHE FA CENTRO.





REGOLAMENTO E PROGRAMMA MANIFESTAZIONE LORICA LAKE

Giorni: 1-2-3/07/2022 Comune di San Giovanni In Fiore, Località Lorica (CS) - LAGO ARVO Manifestazione Evento "Da Zero a 1400" tappa LORICA LAKE

VENERDI' 1 Luglio ore 17:00

Accettazione presso la sede del Centro di Canottaggio

SABATO 2 Luglio GARA 5 km

(solo per Agonisti - numero chiuso)
costo € 25,00*

- ore 9:00 Riconoscimento e punzonatura atleti presso il "Centro di Canottaggio"
- ore 10:00 Partenza

SABATO 2 Luglio GARA MIGLIO

(per atleti Master ed Esordienti A - numero chiuso)
costo € 22,00*

- ore 14:00 Riconoscimento e punzonatura atleti presso il "Centro di Canottaggio"
- ore 15:30 Partenza

DOMENICA 3 Luglio GARA 3 km

(per Agonisti e Master compresi Esordienti A)
costo € 25,00*

- ore 9:00 Riconoscimento e punzonatura atleti presso il "Centro di Canottaggio"
- ore 10:30 Partenza

DOMENICA 3 Luglio GARA STAFFETTA 4x1250

(per Agonisti e Master compresi Esordienti A)
costo € 28,00*

- ore 14:30 Riconoscimento e punzonatura atleti presso il "Centro di Canottaggio"
- ore 15:30 Partenza

*Si ha la possibilità di partecipare a n. 2 gare al costo complessivo di € 40,00

SICUREZZA

Saranno presenti al fine di garantire il corretto svolgimento della manifestazione:



MODALITÀ DI ISCRIZIONE

ISCRIZIONE: Attraverso il Portale Federale

Tassa Gara da versare a favore di: **ASD AQA**

Causale: **ISCRIZIONE LORICA LAKE**

IBAN: IT22S0200880882000103003552

CRONOMETRAGGIO AUTOMATICO MEDIANTE CIP

Ad ogni atleta sarà consegnata una sacca in omaggio contenente prodotti tipici calabresi.

CLASSIFICHE E PREMIAZIONI

CLASSIFICHE

- Classifica Assoluta
- Classifica Agonisti (M/F)
- Classifica Master (M/F)
- Classifica per Categorie (Tutte le categorie agonisti e master (M/F)
- Premiazione speciale combinata per i migliori tempi tra la 5km e la 3km e combinata il miglio e la 3 km
- Premiazione Staffetta (sono ammesse 5 categorie)
- Classifica societaria a punteggio per categoria

PREMIAZIONI & PREMIAZIONI SOCIETA'

Premi

- Medaglie per Categorie M/F per le 3 gare:
5 km - 3 km - 1 miglio
- Medaglie Master 30 M + 30 F *2
- Premi Assoluti Combinata 5 km - 3 km:
3M/3F Agonisti
- Premi assoluti Combinata 3 km – 1 miglio:
3M/3F Master ed esordienti A
- Medaglie Staffetta: 1°, 2° e 3° per categoria

Premiazione Societa'

- Coppe Grandi Assoluti 3 M/F
- Medaglie Più Grandi 1 miglio - 3 km - 5 km 9M/9F
Medaglia + più prodotto tipico

Per ulteriori informazioni:

ASD AQA

Tel. 366.5971818 E-MAIL: info@spazioaqa.it

- Organizzazione 3665971818
- Destinazione Sila – Logistica Alberghi –Ristoratori 3420591020
- Commerciale Marketing 3498790851

CAMPPI DI GARA

DESCRIZIONE PERCORSO E POSIZIONAMENTO BOE



CLASSIFICHE	SI/NO	PREMI AI PRIMI...	TIPOLOGIA PREMI (medaglie, coppe,...)
Classifica Assoluta	SI	3	Medaglie
Classifica Agonisti (M/F)	SI	3	Medaglie
Classifica Master	SI	3	Medaglie
Classifica per Categoria (tutte le categorie agonisti e master, M/F)	SI	3	Medaglie



CLASSIFICHE	SI/NO	PREMI AI PRIMI...	TIPOLOGIA PREMI (medaglie, coppe,...)
Classifica Assoluta	SI	3	Medaglie
Classifica Agonisti (M/F)	SI	3	Medaglie
Classifica Master	SI	3	Medaglie
Classifica per Categoria (tutte le categorie agonisti e master, M/F)	SI	3	Medaglie

GARA 5 KM SABATO 2 Luglio

Percorso a circuito di 2 giri da 2.5 km con n° 7 boe, partenza da riva con accesso al circuito con la virata sulla boa 1 rossa, a seguire boa 2 direzionale di colore giallo, boa di virata 3 e 4 di colore rosso, boa 5 direzionale di colore giallo e per finire boe di virata 6 e 7 di colore rosso. Al termine del secondo giro chiusura dopo la boa 1 che porta all'imbuto posto a 52 m dall'arrivo.

GARA MIGLIO SABATO 2 Luglio

Percorso a circuito di 1 giri da 1,8 km con n° 6 boe, partenza da riva con accesso al circuito con la virata sulla boa 1 rossa, a seguire boa 2 direzionale di colore giallo, boa di virata 3 e 4 di colore rosso, boa 5 direzionale di colore giallo, boa di virata 6 di colore rosso che porta all'imbuto posto a 52 m dall'arrivo.

CAMPPI DI GARA

DESCRIZIONE PERCORSO E POSIZIONAMENTO BOE



CLASSIFICHE	SI/NO	PREMI AI PRIMI...	TIPOLOGIA PREMI (medaglie, coppe,...)
Classifica Assoluta	SI	3	Medaglie
Classifica Agonisti (M/F)	SI	3	Medaglie
Classifica Master	SI	3	Medaglie
Classifica per Categoria (tutte le categorie agonisti e master, M/F)	SI	3	Medaglie



CLASSIFICHE	SI/NO	PREMI AI PRIMI...	TIPOLOGIA PREMI (medaglie, coppe,...)
Classifica Assoluta	SI	3	Medaglie
Classifica Agonisti (M/F)	SI	3	Medaglie
Classifica Master	SI	3	Medaglie
Classifica per Categoria (tutte le categorie agonisti e master, M/F)	SI	3	Medaglie

GARA 3 KM DOMENICA 3 Luglio

Percorso a circuito di 2 giri da 1,5 km con n° 6 boe, partenza da riva con accesso al circuito con la virata sulla boa 1 rossa, a seguire boa 2 direzionale di colore giallo, boe di virata 3 e 4 di colore rosso, boa 5 direzionale di colore giallo, boa 6 di colore rosso, alla fine del giro n° 2 si vira sull'ultima boa che porta all'imbuto posto a 52 m dall'arrivo.

STAFFETTA 4x1250 DOMENICA 3 Luglio

Percorso composto da n° 6 boe, partenza da riva del primo atleta che vira a 52 m sulla prima boa di colore giallo, a seguire boe 2-3 di colore rosso di virata, boa 4 di colore giallo direzionale e a finire boe 5-6 di colore rosso di virata. Il successivo atleta aspettare il suo turno in prossimità della boa n° 1 di colore giallo. L'ultimo atleta virerà la boa e si dirigerà verso l'arrivo segnalato dall'imbuto.