



# LAND SWIMRUN 2019

CUPRAMARITTIMA - Ascoli Piceno

## 4° Campionato Regionale CSEN Marche

SABATO 31 AGOSTO ORE 15:30 – SATURDAY 31th SEPTEMBER 3:30PM

DURATA MAX GARA: 3.0 ore – TOTAL TIME RACE: 3.0 hours

CUPRAMARITTIMA -AP – MARCHE – ITALY

*La Land Swimrun è una gara dello Swimrun Series 2019 che si svolgerà sul litorale Adriatico, nel caratteristico borgo di Cupramarittima, nota località balneare del territorio Piceno.*

*Si inizierà correndo tra i vicoli del suggestivo Borgo Antico di Cupra, a picco sul mare con panorama mozzafiato, prima di tuffarsi nelle limpide acque dell'Adriatico.*

*La spiaggia sabbiosa e le piste ciclabili saranno lo scenario ideale delle successive frazioni di corsa*

*Per questa seconda edizione è stata scelta la distanza Basic.*

## PERCORSI

*La gara è composta da 3 frazioni di corsa e 2 di nuoto.*

*La partenza e l'arrivo saranno sul Lungomare di Cupramarittima (AP) in Via Giuseppe Romita, nel tratto antistante la Palestra Comunale.*

### **Primo tratto Run di circa 4,5 Km.**

*Una salita porterà gli Atleti ad attraversare il suggestivo Borgo Antico di Cupramarittima, con i suoi scorci panoramici sul Mare Adriatico per poi tornare in discesa fino al Lungomare.*

### **Prima transizione in acqua di circa 850 m.**

*Previsto un percorso a triangolo, fuori dalle scogliere frangiflutti, posizionato entro i m. 300 di distanza dalla riva, riservati alla balneazione e interdetti alla navigazione*

### **Secondo tratto Run di circa 3.0 km**

*Andata in direzione NORD sulla battigia fino alla foce del Torrente Menocchia.*

*Doppio attraversamento del Torrente e ritorno, con transito su Via Raul Taffetani e sulla pista ciclabile di Via Giuseppe Romita, fino alla Palestra Comunale*

### **Seconda transizione in acqua per circa 850 m.,**

*Prevista sullo stesso percorso a triangolo della prima transizione.*

### **Terzo e conclusivo tratto Run di circa 4.0 km**

*Andata in direzione SUD sulla pista ciclabile fino al confine del Territorio Comunale.*

*Rientro sulla battigia fino all'Arrivo posizionato davanti alla Palestra Comunale.*

Ore 19.30 - Premiazioni e Pasta Party conclusivo

**FLIPPER TRIATHLON Ascoli Piceno A.S.D - Landescapes**

**www.landeswimrun.it**

**info@flippertriathlon.it landescapesitaly@gmail.com**

**Raffaele Avigliano: 335-7143015 - Ezio AMATUCCI: 389-7975074**



**FLIPPER  
TRIATHLON**

