GUIDA ATLETI



Con Escape from Asinara non vogliamo proporti una semplice gara di Aquathlon ma vogliamo raccontarti di un'esperienza sportiva UNICA con una forte componente di avventura per questo la giusta definizione è Aquathlon Adventure!!

"Il piano di fuga" prevede di percorrere l'isola dell'Asinara di corsa per poi tuffarti in un mare dai colori unici e, nuotando nello Stretto di Fornelli, giungere fino all'Isola Piana.

Arrivato sull'isoletta deserta, dovrai attraversarla e tuffarti ancora una volta per raggiungere a nuoto la terra ferma e portare a termine la tua sfida.

Questa è l'unica via, ma per farlo potrai contare solo sulle tue forze... SEI PRONTO?

CRAI
Supermercati Mura

VERDE VITA®

ISCRIZIONI

Alla manifestazione potranno partecipare tutti gli atleti in regola con il tesseramento FITRI - Federazione Italiana Triathlon per la stagione 2027, dalla cat. S1 in poi.

I non tesserati potranno effettuare il tesseramento giornaliero, tramite la piattaforma "MyFITri" al seguente link: https://www.myfitri.it/

QUOTA D'ISCRIZIONE INDIVIDUALE ESCAPE FROM ASINARA 2027

€149,00 entro le H. 23.59 del 03/01/2027

€199,00 entro le H. 24.00 del 18/06/2027

€ 149,00 per società o gruppi di 10 atleti entro le H. 24.00 del 18/06/2027

QUOTA D'ISCRIZIONE TEAM ESCAPE FROM ASINARA 2027

€149,00 entro le H. 23.59 del 03/01/2027

€199,00 per TEAM entro le H. 24.00 del 18/06/2027

LE ADESIONI SI RICEVONO:

Cliccando il link di AvaiBook https://www.avaibooksports.com/inscripcion/3-edizione-escape-from-asinara/inscripcion_datos/

CERTIFICAZIONE MEDICA

- **Gli atleti stranieri non tesserati nel loro paese sono obbligati a fare il tesseramento giornaliero e presentare un certificato medico agonistico specifico per il triathlon rilasciato da un medico autorizzato in Italia;**

- **Gli atleti stranieri tesserati per la Federazione Triathlon nel loro paese, devono mostrare la licenza o l'attestato di tesseramento valido per il 2027 rilasciato dalla loro Federazione.**

CRAI Supermercati Mura



COMPRA LOCALE

Da oltre 60 anni al vostro servizio

Prova la nostra qualità scopri la nostra convenienza

CRAI SPESA ONLINE

IL TUO NEGOZIO DI FIDUCIA SEMPRE CON TE.

ACQUISTA COMODAMENTE ONLINE, ALLA SPESA CI PENSIAMO NOI.

Sassari • Via Florinas 12 • Via Grazia Deledda 181 • Via Parigi n°13 • Via IV Novembre 18/B • Viale Sicilia 3/E • Viale Trieste 2/E • Piazza Lago di Baratz 2/b (Latte Dolce) -

•Li Punti Via Era 52 • Olmedo Via Europa 1

PROGRAMMA DELLA GARA INDIVIDUALE

SABATO 26.06.2027

Dalle h. 15:00 alle h. 19:00 presso Porto Torres-Torre Aragonese- Segreteria VILLAGGIO ESCAPE

CONSEGNA PACCO GARA {Boa + Cuffia + Pettorale + Adesivi + Braccialetto}

H. 17.00 BRIEFING OBBLIGATORIO

DOMENICA 27.06.2027

PROGRAMMA GARA INDIVIDUALE

H. 05.00 Ritrovo a Porto Torres presso Molo Imbarco Delcomar, fronte stazione marittima;
https://maps.apple.com/?ll=40.838984,8.399124&q=Posizione%20contrassegnata&t=h

H. 05.30 Partenza Traghetto

- Briefing a bordo
- Prima dello sbarco consegna al referente organizzazione la borsa dopo gara da portare in Zona Arrivo.

H. 7.00 Sbarco Isola dell'Asinara Presso Molo Cala Reale

- Consegna BOA con occorrente nuoto

Start Escape From Asinara Individuale

Donne/Uomini h. 7.30

- Al termine della gara trasporto con Pullman per Stintino paese

H. 14.00 Premiazioni Stintino_P.zza Cala D'Oliva

PROGRAMMA GARA TEAM

PODISTA-Svolgerà i 14.4km di corsa

H. 05.00 Ritrovo a Porto Torres presso Molo Imbarco Delcomar, fronte stazione marittima;
https://maps.apple.com/?ll=40.838984,8.399124&q=Posizione%20contrassegnata&t=h

H. 05.30 Partenza Traghetto

- Briefing a bordo

H. 07.00 Sbarco Isola dell'Asinara Presso Molo Cala Reale

- Consegna al referente organizzazione la borsa dopo gara da portare in Zona Cambio a Fornelli.

Start Escape From Asinara TEAM

Donne/Uomini h. 7.45

H. 11.00 Partenza da Fornelli per rientro a Stintino Paese

H. 11.30 Sbarco in prossimità del Villaggio EFA

H. 14.00 Premiazioni Stintino_P.zza Cala D'Oliva

PROGRAMMA GARA TEAM

NUOTATORE-Svolgerà le frazioni di nuoto e la frazione di corsa sull'Isola Piana

H. 07.00 Ritrovo presso Porto Turistico Marina di Stintino

https://maps.apple.com/?ll=40.938154,8.233431&q=Posizione%20contrassegnata&t=h

- **Prima dell'imbarco consegna al referente organizzazione la borsa dopo gara da portare in Zona Arrivo.**

H. 07.30 Sbarco a Fornelli presso la zona cambio T1

- **Ristoro Post gara Presso Bar La Pelosetta**

- **Al termine della gara trasporto con Pullman per Stintino paese**

H. 14.00 Premiazioni Stintino_P.zza Cala D'Oliva

KARHU®

Sponsor Tecnico Escape from Asinara

ESCAPE from ASINARA
AQUATHLON ADVENTURE

Mappa generale




EURO
Spin

CHECK LIST Escape from Asinara

PRE GARA SABATO 26-06-2027

- **TESSERAMENTO FITRI O GIORNALIERO CON CERTIFICATO MEDICO AGONISTICO IN ORIGINALE DA PRESENTARE AL RITIRO PACCHI GARA**
- **PIANIFICA LA TUA INTEGRAZIONE SOLIDA E LIQUIDA, RICORDA CHE CI SARÀ UN SOLO RISTORO DOPO I 14 KM DI CORSA, TUTTO IL RESTO DELLA GARA SARÀ IN AUTOGESTIONE;**
- **STUDIA IL PERCORSO GARA, OBBLIGATORIO PARTECIPARE AL BRIEFING DI SABATO 27/09, IN PROGRAMMA ALLE 17.00 IN LARGO CALA D'OLIVA A STINTINO**

GIORNO DELLA GARA 27-06-2027

- **TIMING CHIP**
- **CINTURA PORTA NUMERO**
- **NUMERO PETTORALE**
- **SCARPE DA CORSA**
- **CINTURA IDRICA**
- **CAPPELLINO (FACOLTATIVO)**
- **CALZE (FACOLTATIVO)**
- **OCCHIALI DA SOLE (FACOLTATIVO)**
- **CREMA SOLARE (FACOLTATIVO)**
- **MUTA O MUTINO SHORTY O SHORT**
- **OCCHIALINI**
- **BOA AQUALUNG**
- **CUFFIA Escape From Asinara**
- **VASELLINA**
- **POST GARA-LASCIA TUTTO QUELLO CHE TI OCCORRE ALL'INTERNO DELLA BORSA CHE CONSEGNERAI AL NOSTRO STAFF PRIMA DI SBARCARE DAL TRAGHETTO CHE TI PORTERÀ ALL'ASINARA**

PACCO GARA Escape from Asinara

PETTORALE



Durante le frazioni di corsa dovrà essere attaccato alla cintura porta numero per essere visibile ai giudici di gara. Durante le frazioni di nuoto dovrà essere riposto all'interno della boa

TATUAGGI

DA APPLICARE SUL BRACCIO SINISTRO E GAMBA DESTRA



BOA

DA CONSEGNARE ALLO STAFF APPENA SBARCATO SULL'ISOLA.
DOVRAI METTERE AL SUO INTERNO TUTTO L'OCCORRENTE PER LA FRAZIONE DI NUOTO. LA BOA VERRÀ POSIZIONATA DAL NOSTRO STAFF NELLA ZONA CAMBIO IN CORRISPONDENZA DELLA NUMERAZIONE A TE ASSEGNATA.
IMPORTANTE AL MOMENTO DELLA PARTENZA DELLA FRAZIONE DI NUOTO NON LASCIARE NESSUN OGGETTO ALL'INTERNO DELLA ZONA CAMBIO, TUTTO ANDRÀ RIPOSTO ALL'INTERNO DELLA BOA.



TIMING CHIP

LA FASCIA PORTA CHIP ANDRÀ INDOSSATA SULLA CAVIGLIA



CUFFIA

ANDRÀ COLLOCATA ALL'INTERNO DELLA BOA E INDOSSATA NELLE FRAZIONI DI NUOTO



ADESIVO BORSA

DA ATTACCARE ALLA BORSA CHE ANDRÀ IN ZONA ARRIVO. DA CONSEGNARE SUL TRAGHETTO, PRIMA DELLO SBARCO, AL NOSTRO STAFF PER POI RITROVARLA ALL'ARRIVO.



BRACCIALETTO



BRACCIALE IDENTIFICATIVO PARTECIPANTE, CONSENTIRÀ:

- **L'IMBARCO AL TRAGHETTO;**
- **L'UTILIZZO DEL BUS PER IL TRASFERIMENTO DALLA FINISH LINE FINO A STINTINO PAESE; • L'UTILIZZO DEL BUS PER IL TRASFERIMENTO DA STINTINO PAESE FINO A PORTO TORRES;**
- **IMBARCO ASINARA.**

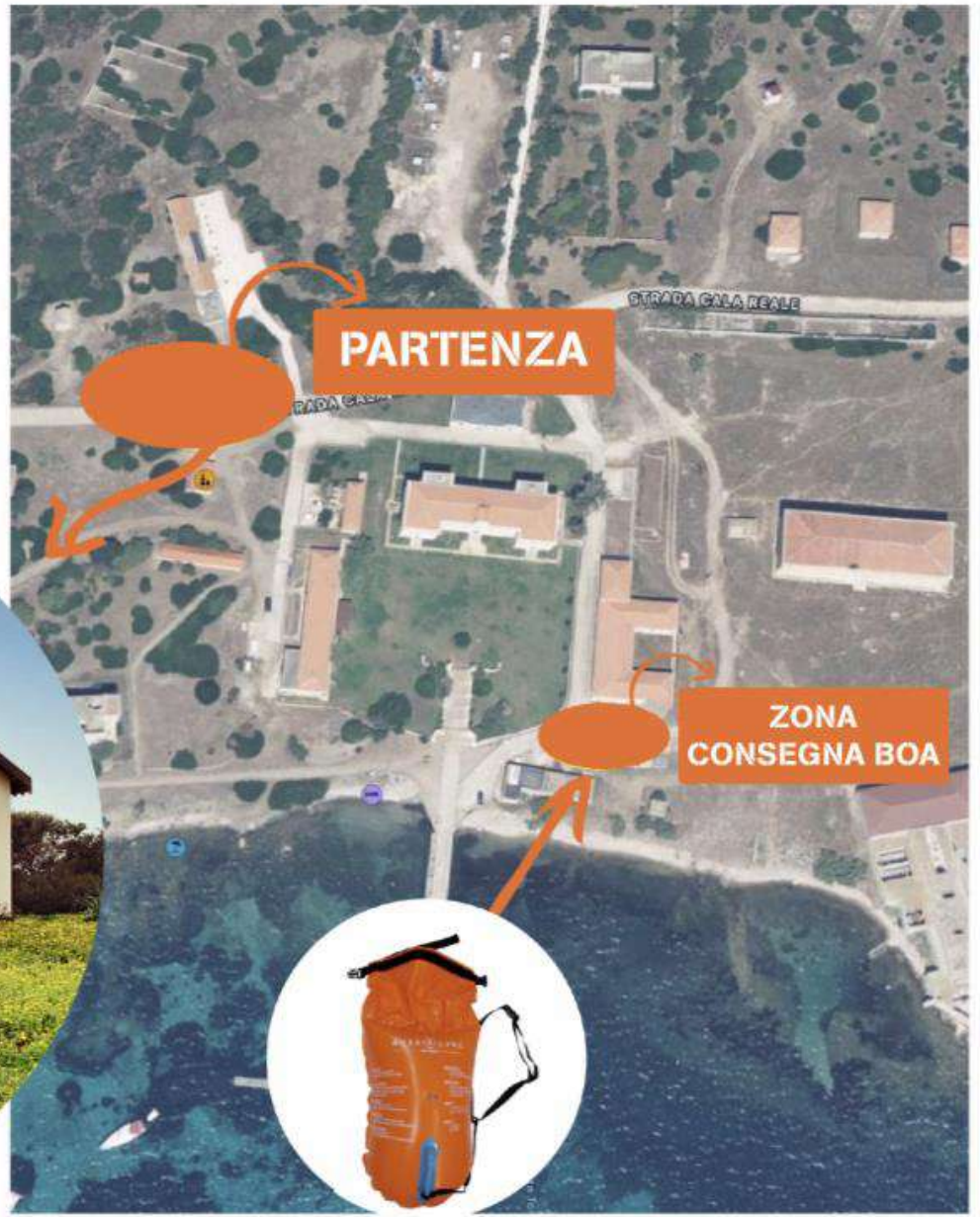
LA GARA


Percorsi Generali
Legenda
EFA 1° CORSA
EFA 1° NUOTO
EFA 2° CORSA
EFA 2° NUOTO
EFA TIMING

FARMASINARA

Officine Cosmetiche dell'Asinara





PRIMA FRAZIONE DI CORSA

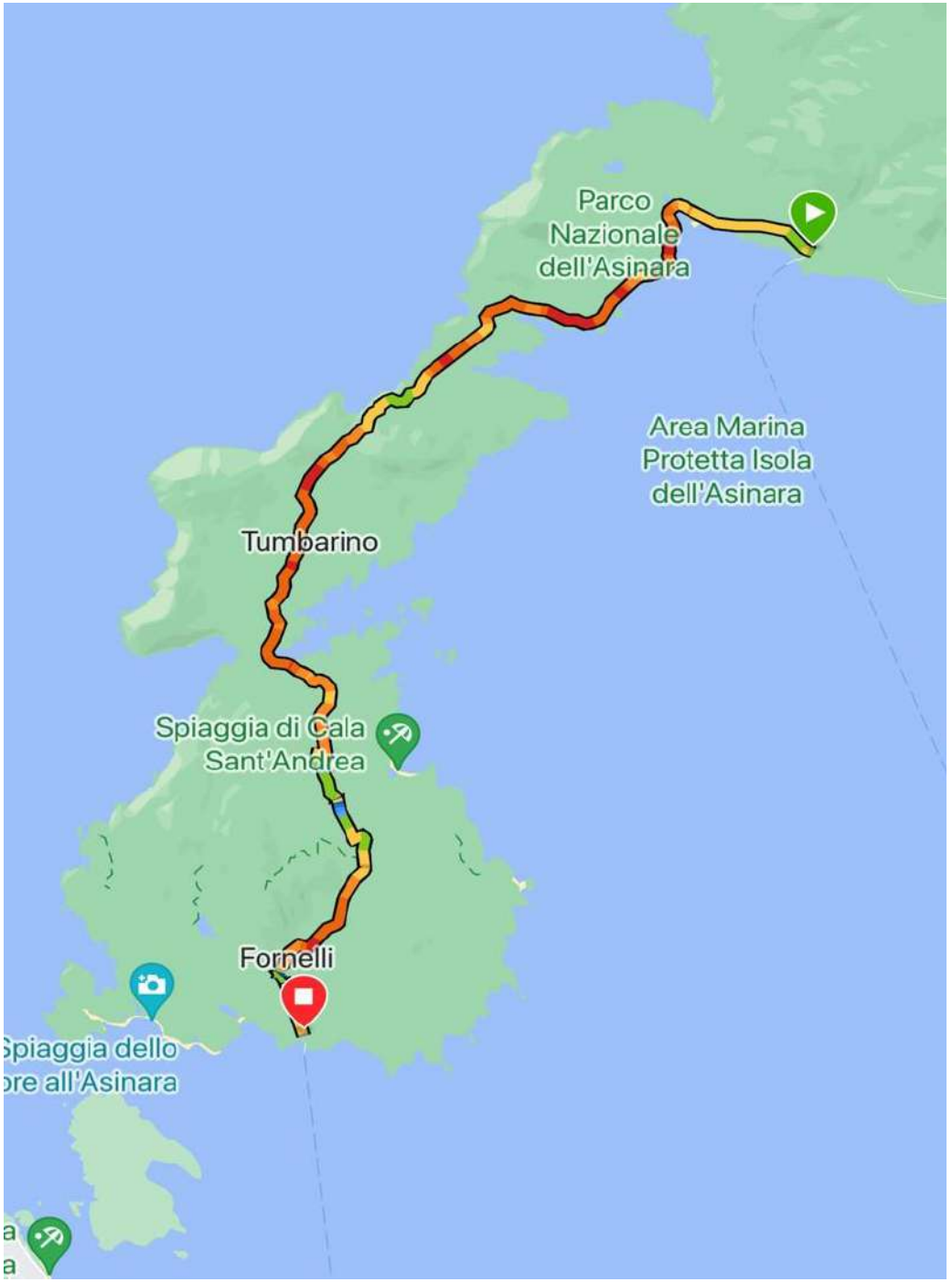
Il percorso sarà un point to point di 14,4 km che si snoderà lungo l'unica strada cementata che attraversa l'isola.
Un percorso collinare caratterizzato da due salite con pendenze impegnative, con un dislivello positivo di circa 318 mt.

Non sarà previsto nessun punto di ristoro ad esclusione di quello presente in corrispondenza della Zona Cambio.
Gli atleti dovranno essere autosufficienti nell'integrazione liquida e solida.
Ricordiamo che non sarà possibile correre con dispositivi elettronici
(ad es. cellulare ed auricolari di qualsiasi tipologia);
Durante lo svolgimento della frazione di corsa, non sarà consentito alcun tipo di supporto esterno (es. seguire in bicicletta un atleta).
È proibito correre a torso nudo, si dovrà indossare una maglia, una canotta o il body da triathlon.

CANCELLO ORARIO

L'INGRESSO IN ACQUA DOVRÁ AVVENIRE NON OLTRE LE 09:30
chi arriverà oltre le 9.30 non potrà completare la prova di nuoto e verrà riportato alla zona arrivo con i gommoni dello staff


80 m
60 m
40 m
20 m
0 m
0 km
5,0 km
10 km
318 m
Totale salita
326 m
Totale discesa


Parco
Nazionale
dell'Asinara
Area Marina
Protetta Isola
dell'Asinara
Tumbarino
Spiaggia di Cala
Sant'Andrea
Fornelli
Spiaggia dello
ore all'Asinara

PRIMA TRANSIZIONE - T1

La zona cambio sarà posizionata in prossimità del molo di Fornelli, spazio antistante il “Chiosco Bar”, dove si terrà il ristoro.

Ogni partecipante troverà la sua attrezzatura nella postazione numerica corrispondente al proprio pettorale.

Tutta l’attrezzatura utilizzata per la frazione di corsa (scarpe, cappellino, occhiali, borracce e integratori) dovrà essere riposta all’interno della boa, sarà vietato lasciare qualsiasi cosa in zona cambio, ad esempio muta, short o altro accessorio non utilizzato.

Sarà facoltativo l’utilizzo della muta intera che dovrà essere indossata obbligatoriamente all’interno della zona preposta.

Sarà responsabilità dell’atleta avere all’interno della boa tutto l’occorrente necessario.

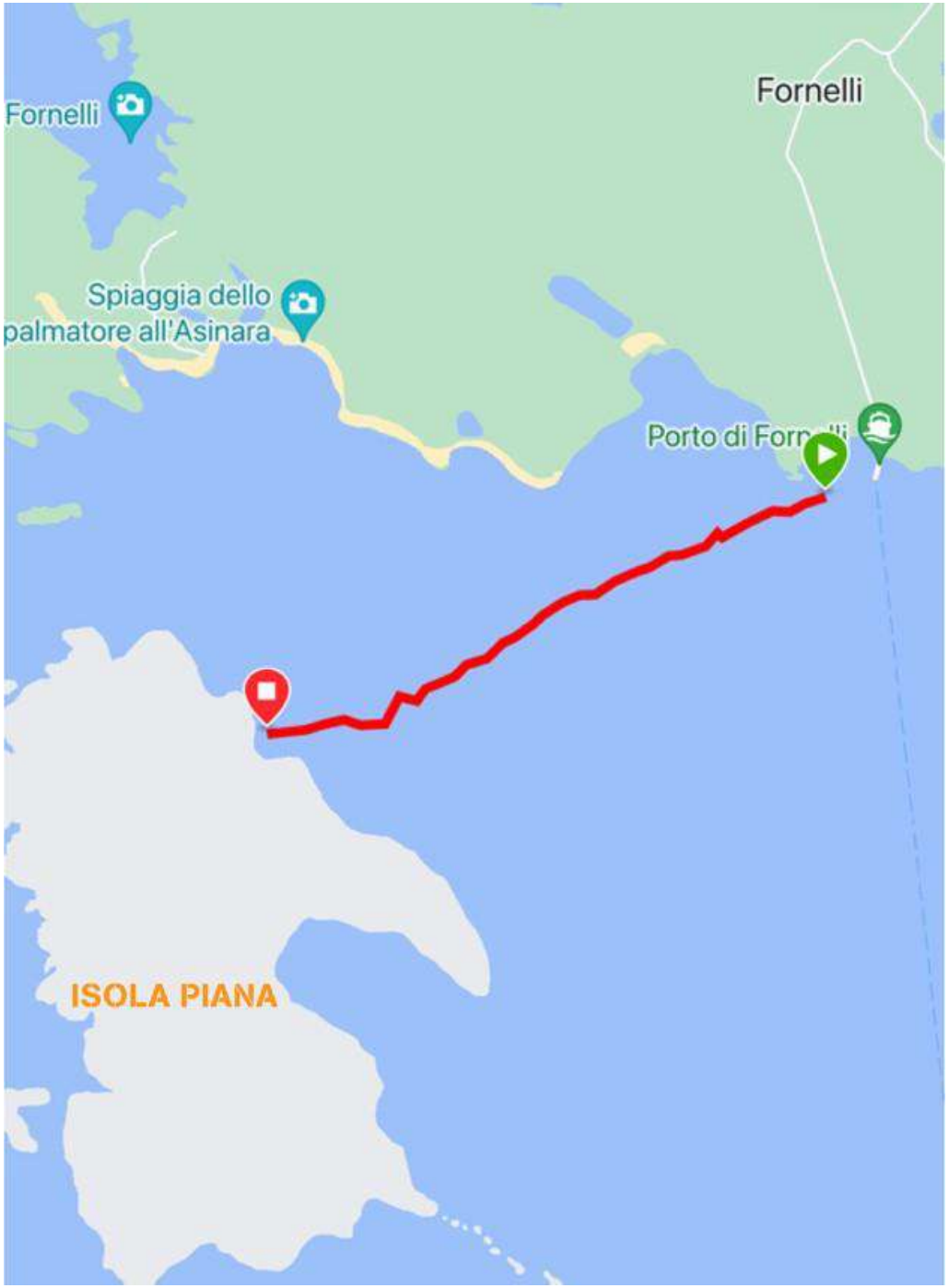


PRIMA FRAZIONE DI NUOTO

Il percorso prevede l'attraversamento del canale di Fornelli che separa l'Isola dell'Asinara dall'Isola Piana.

Lunghezza del percorso 1700mt.

Il regolamento sarà quello della Federazione Italiana Triathlon; non si potrà nuotare con scarpe e accessori vari (palette e pull buoy) ma si potranno utilizzare MUTA O MUTINO O
PANTALONCINO SHORT IN NEOPRENE



SECONDA FRAZIONE DI CORSA

Dopo aver effettuato la seconda transizione, si attraverserà di corsa l'Isola Piana, seguendo una fettuccia continua di 1600 mt nel mezzo della macchia mediterranea, che vi porterà alla terza ed ultima transizione.



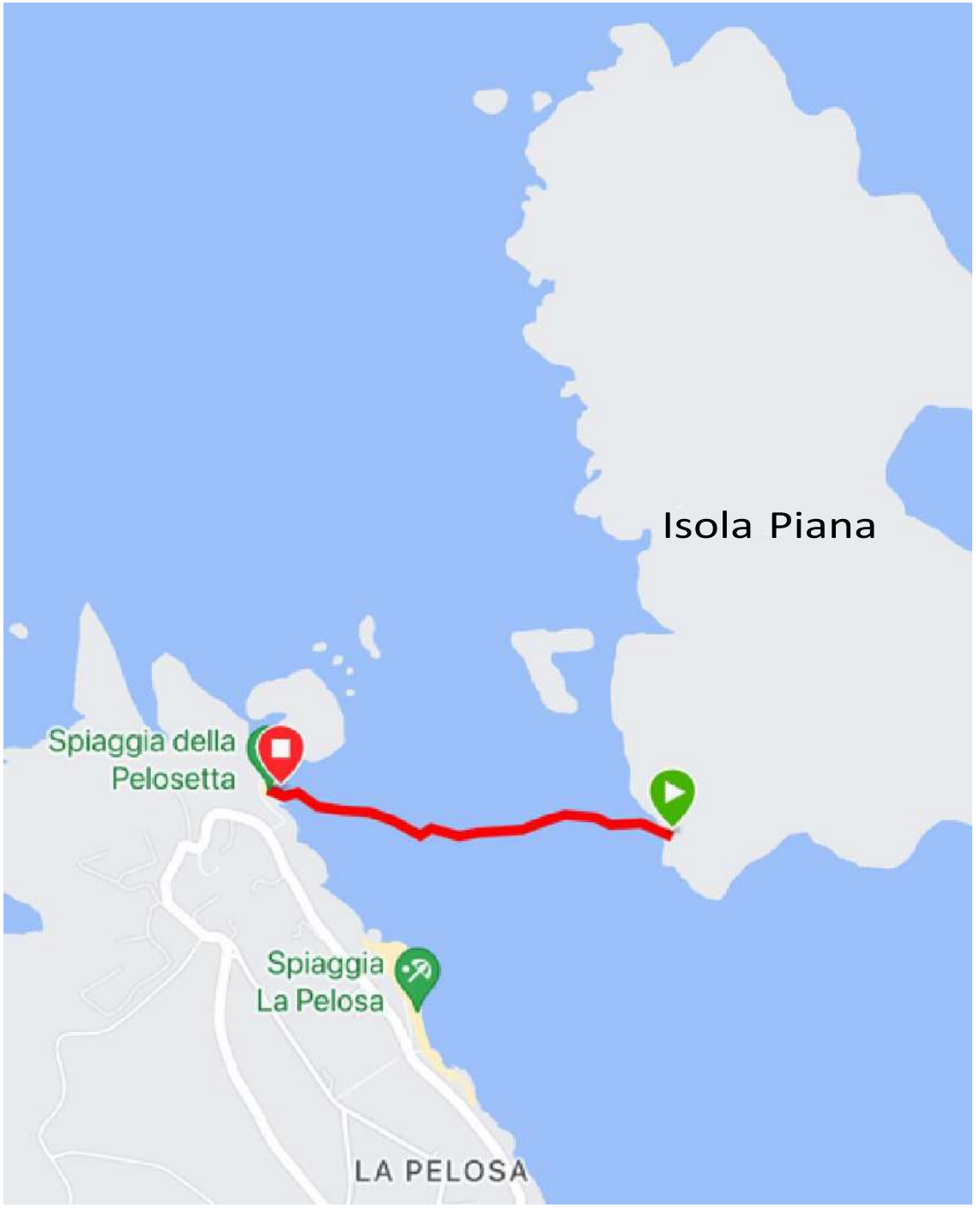
SECONDA FRAZIONE DI NUOTO

Il secondo tratto di nuoto, della lunghezza di 900 mt, prevede l'attraversamento del canale che divide l'Isola Piana dalla Spiaggia della Pelosa.

Dopo aver effettuato la terza transizione, presso la spiaggia dell'Imbarcatogio, si nuoterà fino all'incantevole Spiaggia della Pelosetta, dove sarà predisposto l'arrivo.

ARRIVO

- **ARRIVO PRIMO CONCORRENTE PREVISTO PER LE H. 09:30**
- **ARRIVO ULTIMO CONCORRENTE PREVISTO PER LE H. 11:30**
- **RISTORO POST GARA**
- **PARTENZA BUS PER STINTINO PAESE PER LE PREMIAZIONI**




FINISH

MONDADORI POINT

GIOCHERIA®

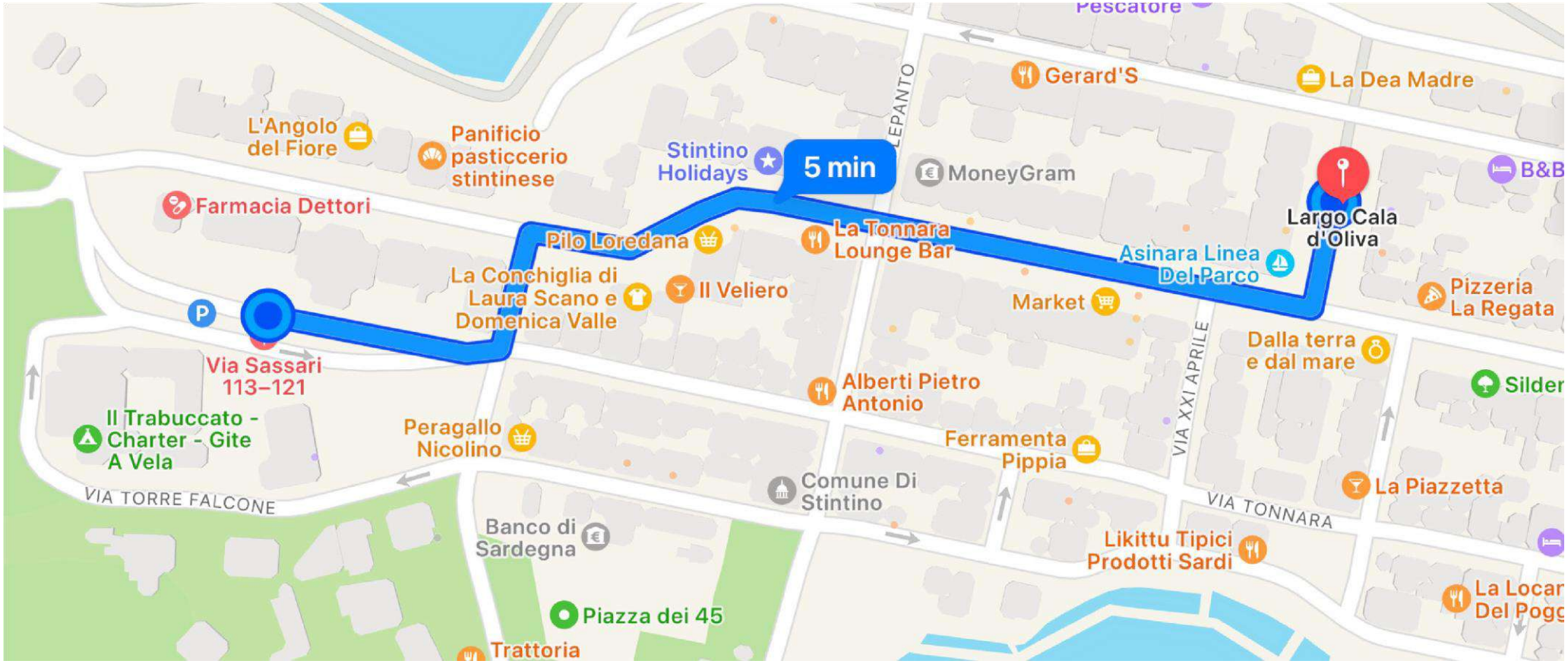


Sassari Zona Ind.le Predda Niedda Sud str 11 Tel.079/2670002

Presso piazzale Eurospin

Alghero loc.Galboneddu Tel.0794121237 c/o Eurospin

Area di arrivo Bus e percorso a piedi per l'area premiazioni



SIAMO A DISPOSIZIONE PER VALUTARE IL TUO CASO

STUDIOAZZENA
ODONTOSPECIALISTICA

0792116040

Via Carlo Felice 38 - Sassari

www.odontospecialistica.it

Dove dormire

PORTO TORRES

HOTEL ELISA

Fisso → 079513260 Alessandro → 3403672135

NB: Colazione NON inclusa

Camera Singola → € 75,00
Camera Doppia Matrimoniale o Letti Singoli → € 105,00 €
Camera Tripla → 130,00
Camera Quadrupla → € 150,00
Camera Family → € 165,00

STINTINO PAESE

HOTEL 103 BOUTIQUE

Daniela → 3917315997

Camera Doppia Matrimoniale o letti singoli.
Vista cortile interno. Colazione inclusa → € 115,00
Camera Doppia Matrimoniale o letti singoli Vista porto.
Colazione inclusa → € 130,00

....a due passi dall' imbarco.

B&B "I TRE SCALINI"

Via Sassari, 103 → 3934215573

Camera matrimoniale → € 80,00
Camera singola, colazione inclusa → € 65,00

STINTINO SPIAGGE ZONA ARRIVO

RESIDENCE HOTEL LA PELOSETTA

Fisso → 079527020
Maria → 3465369492

Camera Matrimoniale o letti singoli, Colazione inclusa; → €100,00

Camera Quadrupla, Colazione inclusa → €115,00

Lo Sportivo

Running & Triathlon Specialist

Via Poligono,3 – Sassari

Dal Lunedì al Venerdì h. 10:00 - 13:00 | 17:00 - 20:00

344 1364500

079 4128157

Lo sportivo - Running & Triathlon Specialist

LosportivoRunningTriathlon