

TOUR Podistico Individuale a Cronometro nel PARCO dei COLLI di BERGAMO 2020 (TPC BG)

4 Tappe per 4 corse individuali a cronometro, nella natura incontaminata del Parco dei Colli di Bergamo ai piedi di Citta Alta, "The hold city to Bergamo".

Il Parco è stato istituito nel 1977, è il terzo Parco Regionale con i suoi 4700 ettari situato tra i 244 mt e i 1446 mt d'altitudine, la sede è in via Valmarina, n.25, 24123 Bergamo, ex Abazia di S.Maria del 1150 d.C.

4 Percorsi diversi per tipologia, km e caratteristiche, tempo limite per percorrere i percorsi sarà il mese di Giugno 2020.

I percorsi saranno larghi (ciclabili, strade secondarie, brevi sentieri), si potranno percorrere quando e quante volte si vorrà, saranno in completa autonomia (liquidi/solidi/rifiuti) , numerose sono le fontanelle lungo il percorso, obbligatorio sarà rispettare le Normative Statali che saranno in Vigore nel mese di Giugno e le Norme del Parco Regionale.

Si richiede Lealtà Sportiva e senso Civico.

I 4 Percorsi segmentati sono:

1 Tappa: Cronoscalata Alpina 2,1 km pendenza media del 11%, partenza da inizio ciclabile sotto il Monastero, sede del Parco dei Colli di Bergamo e arrivo nel punto più alto di via Orsarola in Citta Alta (cipressi)...attraverso ciclabile 1 km e sentiero 1 km, lambendo il Colle dei Roccoli.

**LINK: <https://connect.garmin.com/modern/course/33241652>
<https://strava.app.link/Y005qHiCx6>**

2 Tappa: Tutta Storta 6,2 km, partenza all' incrocio tra via Fontana e via Madonna della Castagna (BG), passaggio da via Madonna della Castagna e relativa Chiesa, entrata in ciclabile, discesa verso Sombreno, 500 mt su asfalto e ritorno in ciclabile Almè/Ponteranica salita leggera e regolare seguendo il corso della Quisa, ultimo km impegnativo con lo strappo finale che porta l'arrivo "al piccolo passo dello Stelvio", intersezione con la cronoscalata (sopra la sede del Parco).

**LINK: <https://connect.garmin.com/modern/course/33243594>
<https://strava.app.link/30nsr6eCx6>**

3 Tappa: Castagna Gengia, 10,54 km circa, partenza dal intersezione di via Valbona (panettoni gialli) vicino alla ex stazione del treno di Ponteranica datata 1904 vicina al BO.PO. (bar) entrata in ciclabile passando nella galleria storica del trenino della Val Brembana, discesa regolare fino a Sobreno, passaggio in ciclabile rossa (attraversamento strada) e marciapiede sulla destra, fino alla scuola S.Giuseppe. Congiungimento con la via Madonna del Bosco attraverso una lingua di ciclabile di 200 mt, svolta a sinistra con un po di asfalto, sempre dritti rientrando nel bosco, appena si incrocia la strada silvo agropastorale, si sale a destra su sentiero largo, segnavia 71 che poi diventa "Sentiero Ilaria" segnalato bianco/verde. Dopo un bel tratto nel bosco si riprendono e ripercorrono al contrario i primi 2 km iniziali, arrivo sempre 150 mt dopo la vecchia stazione del treno (p. gialli).

**LINK: <https://connect.garmin.com/modern/course/33243749>
<https://strava.app.link/zvwijCZBx6>**

4 Tappa: Ferma a Porta Garibaldi 4,7 km, partenza dall' inizio della ciclabile davanti a Valmarina in direzione via Baioni, soprannominata Greenway della Morla, discesa e pianura di passando dal campo dell'Antoniana, fino alla rotonda di Valverde zona chiesa, a destra uscendo sulla strada si farà un piccolo anello pianeggiante che si ricongiunge al km 1 della ciclabile precedentemente fatto, di nuovo uscita in strada attraversando le strisce pedonali si prosegue alla sinistra della strada sul marciapiede fin dove finisce, alla strettoia si torna sulla destra e si sale per gli ultimi 400 mt per trionfare sotto l'arco di Porta S.Lorenzo/Garibaldi (traguardo simbolo dell'intero Tour per la sua Storicità).

LINK: <https://connect.garmin.com/modern/course/33243969>

<https://www.strava.com/segments/23902779>

Tutte le Tappe avranno un unico filo conduttore tra di loro e andranno a circumnavigare l'intero cuore del Parco o scalare Città Alta Patrimonio Unesco (mura Venete), alcune partenze a arrivi saranno molto vicini con possibilità di fare due tappe in un'unica sezione d'allenamento/gara, favorendo chi non abita limitrofo al Parco.

Inoltre dopo la tappa tornando alle partenze attraverso numerose scalette/passaggi/sentieri, ci sarà la possibilità di apprezzarne la Natura, il panorama che si estende su tutta la Pianura Padana e Appennini in lontananza a Sud e sulle catene montuose delle Alpi a Est/Nord/Ovest e gli storici edifici e angoli nascosti.

Utilizzeremo l'applicazione **STRAVA** <https://www.strava.com/athlete/training> per creare i percorsi sui quali dovrete cimentarvi e su questi dati cronometrici stileremo una Classifica per ogni singolo percorso e per Somma dei tempi dell'intero **TOUR**, **esiste anche un gruppo dedicato al Tour TPC BG:**

<https://www.strava.com/clubs/655451>

Le tracce sono state fatte mantenendo il senso del lato della strada/ciclabile....verrà messa un'etichetta adesiva alle partenze, (**TPC BG 1/2/3/4**), partire e arrivare qualche metro prima/dopo il segmento per poter essere rilevati.

I concorrenti verranno divisi anche per **categorie d'età: A da 0 ai 24 anni B da 25 a 34 anni C da 35 a 44 anni D da 45 a 54 anni E da 55 a 64 anni F da 65 a 1000 anni.**
La classifica verrà redatta sui primi 200 atleti che completeranno le 4 tappe.

Al TOUR Parco dei Colli di Bergamo Verranno premiati:

- Primi **3** atleti Maschili: BUONO SPESA presso **Negozi Sportivo**
- Prime **3** Femminili: ZAINO offerto da **FERRINO & C. S.P.A**
- I migliori tempi assoluti M/F sulle **4 TAPPE** (premio cumulabile) offerto da:
 - **FERRINO & C. S.P.A S.Mauro Torinese (TO)**
 - **MILESI SPORT San Giovanni Bianco (BG)**
 - **GIVOVA POINT Villa D'Alme' (BG)**
 - **BLU FIT Redona (Bergamo)**

Verranno inoltre premiati i **migliori** atleti M/F delle 6 Categorie del Tour (non cumulabile), premio da ritirare presso i negozi sportivi aderenti all'iniziativa.

- Premio speciale al primo **Alpino/a** che farà il miglior tempo alla Cronoscalata.

Inoltre ci potrebbero essere novità nel corso della manifestazione, anche in relazione agli sponsor che forniranno solo materiale tecnico o di loro produzione, quindi i Premi saranno da considerarsi solo in Natura e verranno comunicati attraverso web.

L'iscrizione è **Gratuita** scaricando l'applicazione **STRAVA** ricercando i segmenti/percorsi denominati con i nomi delle 4 tappe e percorrendoli dal 1 al 30 giugno 2020, sarà obbligatorio caricare l'attività entro le ore 24 del giorno in cui si è svolta.

Per dare più veridicità possibile alla classifica si prega di seguire la sequenza delle tappe: **1,2,3,4**...ogni settimana verrà pubblicata la classifica parziale delle tappe in ordine e totale del Giro.....dal 1 al 7 giugno la **1** tappa, dal 8 al 14 giugno la **2**, dal 15 al 21 giugno la **3**, e la **4** a fine mese.

3 giudici atleti M.V.M. verificheranno comunque la veridicità dei dati degli atleti prima di pubblicare le classifiche ufficiali.

L'organizzazione non si assume alcuna responsabilità per incidenti e danni o sul mal funzionamento di Strava.

Verranno presi i dati pubblici degli atleti, nome, cognome o soprannome e tempo cronometrico come da applicazione, se qualcuno non vuol essere inserito in classifica può rendere privato il suo allenamento.

L'evento è dedicato agli Sportivi Bergamaschi.

Con la collaborazione di :

- **FERRINO & C. S.P.A S.Mauro Torinese (TO)** <https://www.ferrino.it/>

- **MILESI SPORT San Giovanni Bianco (BG) Negozio articoli sportivi,** milesisport@alice.it <https://it-it.facebook.com/pages/category/Outdoor---Sporting-Goods-Company/Milesi-Sport-193377944023594/>

- **GIVOVA POINT Villa D'Alme' (BG) Negozio di abbigliamento sportivo** andrea.regazzoni@outlook.it <https://it-it.facebook.com/pages/category/Sportswear-Store/Givova-Villa-DAlme-%C3%A8-di-Andrea-Regazzoni-362910407819524/>

- **NUOTO BERGAMO ALTA, Blu Fit Redona, via Gusmini/Crocefisso (Bergamo)** piscina palestra e tennis. <http://www.nuotobergamoalta.it/blu-fit-tennis-club-bergamo>

- **PODISMO LOMBARDO** classifiche e volantini gare di tutta la Lombardia <https://www.podismolombardo.it/>