



# Società Canottieri Garda Salò

Collare d'oro e Stella d'oro al Merito Sportivo - Fondata nel 1891



Con il contributo di:



con il patrocinio  
COMUNE DI  
TOSCOLANO  
MADERNO

# 1° Triathlon Future Stars Toscolano Maderno REGOLAMENTO UFFICIALE

## 1. PROGRAMMA

**Data:** 6 settembre 2025

**Luogo:** Toscolano Maderno

### Mattina

7.30	Distribuzione pacchi Gara
8.00	Apertura zona cambio Junior M/F e Youth A e B M/F
9.00	Partenza Youth B e Junior M
9.50	Partenza Youth B e Junior F
<b>10.30 – 10.55</b>	<b>Spazio per apertura strada e uscita auto</b>
<b>10.30 – 11.15</b>	<b>inizio lezione Mindful yoga flow. pratica di connessione tra corpo, mente e respiro con Chiara Scaglia, insegnante di Yoga</b>
11.00	Partenza Youth A M
11.50	Partenza Youth A F
11:30 – 13:30	Pasta Party per tutti i partecipanti
<b>12.45 – 13.55</b>	<b>Spazio per apertura strada e uscita auto</b>
<b>13.00</b>	<b>Premiazioni</b>

### Pomeriggio

13.30	Apertura zona cambio Ragazzi M/F ed Esordienti M/F
14.00	Partenza Ragazzi M
14.45	Partenza Ragazzi F
15.30	Partenza Esordienti M
16.00	Partenza Esordienti F
<b>16.30 – 16.55</b>	<b>Spazio per apertura strada e uscita auto</b>
17.00	Partenza Cuccioli M
17.20	Partenza Cuccioli F
17.40	Partenza Minicuccioli M
17.50	Partenza Minicuccioli F
<b>18.30</b>	<b>Premiazioni</b>

[www.canottierigarda.it](http://www.canottierigarda.it)

**Sede e Porto:** Via Canottieri 1, 25087 Salò (BS) tel. +39 0365 43245; e-mail: [info@canottierigarda.it](mailto:info@canottierigarda.it)

**Polo Sportivo:** Piazzale Donatori di Sangue, 25087 Salò (BS) tel. +39 0365 40030; e-mail: [polosportivo@canottierigarda.it](mailto:polosportivo@canottierigarda.it)

**Tennis Salò Canottieri:** via Montessori 20, 25087 Salò (BS) tel. +39 339 7957909; e-mail: [tennis@canottierigarda.it](mailto:tennis@canottierigarda.it)

P.IVA 00726830987 - C.F. 87007870170 - Iscrizione n. 2134 Registro Regionale Persone Giuridiche Private



## 2. SOSTENIBILITÀ AMBIENTALE E SERVIZI

Durante tutta la giornata saranno attivi:

- **Punti di riciclo dell'acqua** in collaborazione con **Fonte Tavina**, con l'utilizzo di bottiglie **RPET** riciclate e riciclabili.
- Isola ecologica con contenitori dedicati per la raccolta differenziata, al fine di ridurre l'impatto ambientale della manifestazione.
- Utilizzo di piatti e stoviglie compostabili per il servizio di pasta, per garantire una gestione sostenibile dei rifiuti organici.

## 3. PROMOZIONE STILI DI VITA SANO

- 10.30 – 11:15 Lezione "Mindful Yoga Flow"
- Lezione con Chiara Scaglia, insegnante di yoga, per guidare bambini, ragazzi e adulti in una pratica di connessione tra corpo, mente e respiro.
- Obiettivi: migliorare postura, respirazione e concentrazione, favorire il benessere fisico e mentale, e promuovere uno stile di vita sano attraverso semplici esercizi replicabili ogni giorno.

## 4. COME RAGGIUNGERCI

- **Da Brescia:** SS45bis direzione Salò-Toscolano Maderno.
- **Da Verona:** Autostrada A4, uscita Desenzano del Garda, poi SS45bis direzione Salò-Toscolano Maderno.
- **Da Milano:** Autostrada A4, uscita Brescia Est, poi SS45bis direzione Salò-Toscolano Maderno.

## 5. PERCORSI

Tutte le gare partiranno da Via Religione a Toscolano Maderno e si svolgeranno su percorsi sicuri, completamente chiusi al traffico. Gli itinerari non interesseranno le principali arterie viarie del paese, garantendo così il regolare afflusso turistico e dei residenti.

[www.canottierigarda.it](http://www.canottierigarda.it)

**Sede e Porto:** Via Canottieri 1, 25087 Salò (BS) tel. +39 0365 43245; e-mail: [info@canottierigarda.it](mailto:info@canottierigarda.it)

**Polo Sportivo:** Piazzale Donatori di Sangue, 25087 Salò (BS) tel. +39 0365 40030; e-mail: [polosportivo@canottierigarda.it](mailto:polosportivo@canottierigarda.it)

**Tennis Salò Canottieri:** via Montessori 20, 25087 Salò (BS) tel. +39 339 7957909; e-mail: [tennis@canottierigarda.it](mailto:tennis@canottierigarda.it)

P.IVA 00726830987 - C.F. 87007870170 - Iscrizione n. 2134 Registro Regionale Persone Giuridiche Private



# Società Canottieri Garda Salò

Collare d'oro e Stella d'oro al Merito Sportivo - Fondata nel 1891



Con il contributo di:



## Juniores (18 - 19 anni)

- **Swim:** 400 m
- **Bike:** 8 km
- **Run:** 2 km

## Youth B - Junior (16 - 17 anni)

- **Swim:** 400 m
- **Bike:** 8 km
- **Run:** 2 km

## Youth A (14 - 15 anni)

- **Swim:** 400 m
- **Bike:** 8 km
- **Run:** 2 km

## Ragazzi (12 - 13 anni)

- **Swim:** 200 m
- **Bike:** 2,5 km
- **Run:** 1,0 km

## Esordienti (10 - 11 anni)

- **Swim:** 100m
- **Bike:** 1 km
- **Run:** 500 m

## Cuccioli (8 - 9 anni)

- **Swim:** 50 m
- **Bike:** 500 m
- **Run:** 250 m

## Minicuccioli (6 - 7 anni)

- **Swim:** 25 m
- **Bike:** 250 m
- **Run:** 150 m

[www.canottierigarda.it](http://www.canottierigarda.it)

**Sede e Porto:** Via Canottieri 1, 25087 Salò (BS) tel. +39 0365 43245; e-mail: [info@canottierigarda.it](mailto:info@canottierigarda.it)

**Polo Sportivo:** Piazzale Donatori di Sangue, 25087 Salò (BS) tel. +39 0365 40030; e-mail: [polosportivo@canottierigarda.it](mailto:polosportivo@canottierigarda.it)

**Tennis Salò Canottieri:** via Montessori 20, 25087 Salò (BS) tel. +39 339 7957909; e-mail: [tennis@canottierigarda.it](mailto:tennis@canottierigarda.it)

P.IVA 00726830987 - C.F. 87007870170 - Iscrizione n. 2134 Registro Regionale Persone Giuridiche Private



Con il contributo di:



con il patrocinio  
COMUNE DI  
TOSCOLANO  
MADERNO

## 6. INFO GENERALI

- **Premiazioni:** Ogni partecipante riceverà un pacco gara. Saranno premiati i primi tre classificati di ogni categoria maschile e femminile. Dalla categoria esordienti a junior
- **Organizzazione:** Società Canottieri Garda Salò
- **Assistenza medica:** Saranno presenti medico e servizio di ambulanza.

## 7. ISCRIZIONI

Le iscrizioni sono aperte fino al 02 settembre 2025

Iscrizioni tramite il portale ENDU <https://www.endu.net/it/events/triathlon-future-stars/>

**Quota di iscrizione:** 8,00 € da Minicuccioli a Youth B e 15,00 € Juniores

### Iscrizioni atleti non tesserati FITRI:

Oltre agli atleti tesserati, è possibile la partecipazione anche di esterni. In questo caso l'iscrizione dovrà essere effettuata tramite l'app MyFiTri, con la possibilità di sottoscrivere il tesseramento giornaliero al costo di € 5. Per le categorie Cuccioli e Minicuccioli è sufficiente presentare un certificato medico di buona salute, mentre per tutte le altre categorie è richiesto il certificato medico agonistico specifico per il triathlon.

## 8. CONTATTI

Per maggiori informazioni:

- **Email:** [info@canottierigarda.it](mailto:info@canottierigarda.it)
- **Telefono:** 0365 43245
- **Sito web:** <https://canottierigarda.it>

[www.canottierigarda.it](http://www.canottierigarda.it)

**Sede e Porto:** Via Canottieri 1, 25087 Salò (BS) tel. +39 0365 43245; e-mail: [info@canottierigarda.it](mailto:info@canottierigarda.it)

**Polo Sportivo:** Piazzale Donatori di Sanguè, 25087 Salò (BS) tel. +39 0365 40030; e-mail: [polosportivo@canottierigarda.it](mailto:polosportivo@canottierigarda.it)

**Tennis Salò Canottieri:** via Montessori 20, 25087 Salò (BS) tel. +39 339 7957909; e-mail: [tennis@canottierigarda.it](mailto:tennis@canottierigarda.it)

P.IVA 00726830987 - C.F. 87007870170 - Iscrizione n. 2134 Registro Regionale Persone Giuridiche Private