



**Società Canottieri Garda Salò**

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



GARA GOLD  
**9° TRIATHLON  
SPRINT CITTÀ  
DI SALÒ**  
**24 MAGGIO  
2026**

**24 MAGGIO 2026**

TRIATHLON SPRINT CITTÀ DI SALÒ - GARA GOLD

DALLE ORE 10:00 - LOMBARDIA - LAGO DI GARDA - SALÒ

Con il contributo di:



**GUIDA TECNICA**



Società Canottieri Garda Salò  
 Cultura d'oro e Stella d'oro al Merito Sportivo - Fondata nel 1891

750 BIKE  
 SWIM 20km  
 5km RUN

GARA GOLD  
**9 TRIATHLON SPRINT**  
 CITTÀ DI SALÒ  
 24 MAGGIO 2026

START RACE  
 DONNE 10:00  
 UOMINI 14:00



# MANIFESTO UFFICIALE



Società Canottieri Garda Salò  
Collare d'oro e Stella d'oro al Merito Sportivo - Fondata nel 1891

# CLUB DEGLI SPONSOR

a sostegno delle squadre agonistiche





**Società Canottieri Garda Salò**

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

### **COME RAGGIUNGERE SALÒ**

*Da Milano (circa 1h30 - 120 km)*

Prendi l'A4 direzione Venezia, poi l'A35 BreBeMi oppure continua sull'A4 fino all'uscita di Brescia Est o Brescia Ovest, poi segui la SS45bis in direzione Lago di Garda/Salò. La SS45bis costeggia il lago ed è la strada principale per entrare in paese.

*Da Brescia (circa 35 min - 37 km)*

SS45bis direttamente fino a Salò, seguendo le indicazioni per Lago di Garda.

*Da Verona / Sud (circa 50 min - 60 km)*

A22 fino a Peschiera del Garda, poi SP11 e SS572 risalendo la sponda occidentale del lago verso nord fino a Salò.

*Da Trento / Nord (circa 1h - 80 km)*

A22 fino a Rovereto Sud o Ala, poi SS240 verso Lago di Garda, quindi SS45bis verso sud fino a Salò.

### **PARCHEGGI A SALÒ - GRATUITI**

*Via Maria Montessori* Il più grande e comodo. Gratuito e aperto 24h. Dal parcheggio si raggiunge il lungolago a piedi seguendo Via 11 Settembre. Ottimo punto di partenza.

*Viale De Gasperi*

### **A PAGAMENTO**

*Parcheggio CIVICO AL CENTRO - APCOA in Via Brunati*

*Parcheggio in Via Landi*

*Parcheggio pubblico a pagamento- Via Leonesio Marco, 3*

(il più comodo per raggiungere la zona cambio e Via canottieri,1)

**COME  
RAGGIUNGERCI**



**Società Canottieri Garda Salò**

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

## **SABATO 23 MAGGIO**

ore 14:00 – Apertura Villaggio Sponsor con musica

ore 15:00 – Apertura ritiro pettorali e pacchi gara

ore 15:00 – Prova gratuita yoga con Chiara Scaglia in Piazza Serenissima  
(area arrivo) promozione stili di vita sani

## **DOMENICA 24 MAGGIO**

ore 07:30 – Apertura ritiro pettorali e pacchi gara

ore 08:00 – Apertura zona cambio femminile

ore 09:00 – Apertura Villaggio Sponsor con musica

ore 10:00 – Partenza femminile

ore 11:45 – apertura Pasta Party

ore 12:30 – Apertura zona cambio maschile

ore 14:00 – Partenza maschile



# **PROGRAMMA**

## INFORMAZIONI GENERALI

### Un percorso straordinario

**La gara, inserita nel calendario Gold, si sviluppa su tre frazioni:**

**Nuoto:** 750 metri nelle acque cristalline del Golfo di Salò.

**Ciclismo:** Il percorso di gara è strutturato come un anello panoramico multilap di circa 21 km, da ripetere tre volte, con partenza e arrivo a Salò. Subito dopo la partenza, il tracciato lascia il centro abitato e affronta immediatamente la salita verso San Felice del Benaco lungo la panoramica Via Zette, per uno sviluppo di circa 2,5 km e un dislivello positivo di 85 metri. Si tratta di uno dei tratti più caratterizzanti dell'intero percorso: una strada collinare immersa nel verde, affacciata sul Golfo di Salò, che offre scorci continui sul lago e un profilo altimetrico regolare, ideale per valorizzare le capacità atletiche senza risultare eccessivamente selettivo. Concluso il tratto collinare, il percorso rientra verso Salò in discesa attraverso la località Mulino di Salò, lungo un segmento più scorrevole che riporta gli atleti sul lungolago, favorendo ritmo, fluidità e continuità d'azione prima del completamento di ciascun giro. Per garantire la massima sicurezza, tutti i tratti del percorso saranno chiusi al traffico veicolare, assicurando condizioni ottimali per atleti, pubblico e organizzazione.

**Corsa:** attraversa il centro storico di Salò con l'arrivo in Piazza Serenissima.



# SWIM 750M



# RUN 5KM

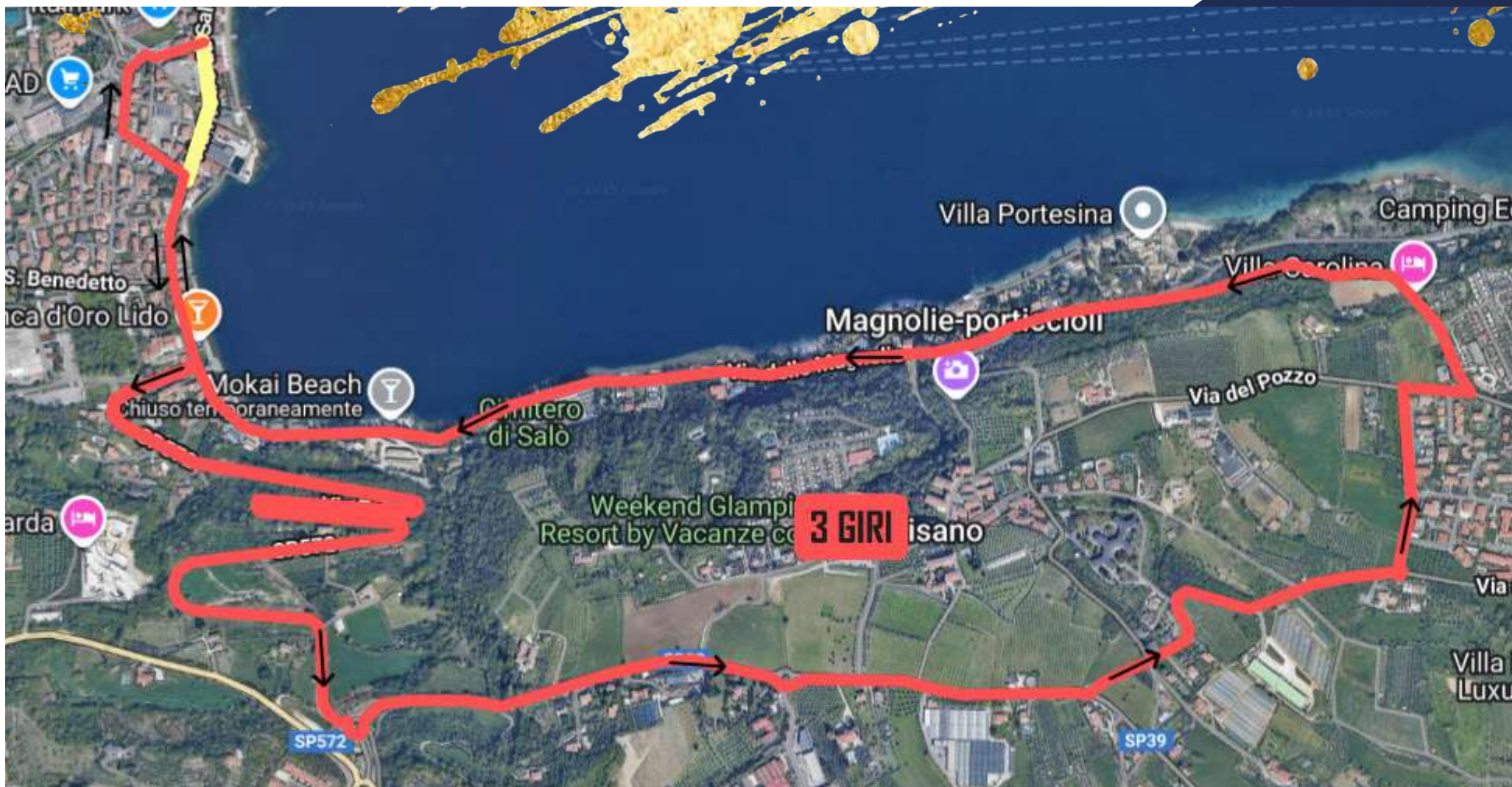




Società Canottieri Garda Salò

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

# BIKE 21KM



## **COPPA DELLE ZETTE**

La Coppa delle Zette introduce una classifica parallela dedicata alle performance in salita, integrata nella frazione bike del percorso. Si tratta di un sistema di rilevazione cronometrica su segmenti specifici, progettato per valorizzare le capacità di scalata degli atleti.

### **STRUTTURA DELLA COMPETIZIONE**

All'interno del tracciato ciclistico del Giro delle Zette sono individuati 3 segmenti in salita (cronoscalate), ciascuno dotato di rilevazione tempi dedicata.

- I segmenti sono chiaramente delimitati da punti di start e end timing
- Il rilevamento avviene tramite tappeti elettronici o sistemi equivalenti
- Ogni segmento è considerato indipendente ai fini della misurazione

### **METODO DI CLASSIFICAZIONE**

Per ogni atleta viene calcolato un tempo cumulato, dato dalla somma dei tempi registrati sui tre segmenti:

- Tempo totale Coppa delle Zette = T1 + T2 + T3
- Non vengono considerati i tempi intermedi della frazione bike al di fuori dei segmenti
- La classifica finale della Coppa è determinata in base al minor tempo complessivo ottenuto.

### **CRITERI DI ESCLUSIONE**

Per garantire una competizione parallela e inclusiva: Sono esclusi dalla classifica Coppa delle Zette i primi 3 atleti classificati nella classifica generale assoluta (maschile e femminile)

### **ASSEGNAZIONE TITOLI**

Saranno premiati: 1° classificato maschile: Scalatore delle Zette | 1° classificata femminile: Scalatrice delle Zette

# COPPA DELLE ZETTE

TRIATHLON SPRINT  
Città di Salò

  
BIKE SHOP

il Triathlon Sprint città  
di Salò ti porta al

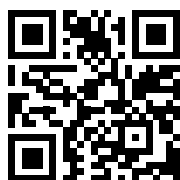
M U  S A

Per tutti i **partecipanti** nel pacco gara un **biglietto omaggio** per scoprire il **Museo di Salò** e le mostre in corso.

M U MUSEO  
DI SALÒ S A

## ALLA SCOPERTA DI MuSa PER TUTTI I PARTECIPANTI UN BIGLIETTO OMAGGIO VALIDO FINO AL 04/10/2026

Il MuSa, inaugurato nel giugno 2015, attraverso le raccolte, l'allestimento e ancor più attraverso le iniziative che ne fanno un luogo vivo della cultura, vuole essere un luogo in cui raccogliere, interpretare, comunicare alla comunità e a quanti visitano Salò e il Garda, l'identità della città, i suoi tesori, il suo contributo alla storia nazionale.



**INQUADRA IL  
QR CODE E  
SCOPRI DI PIÙ  
MUSEODISALO.IT**



# BIGLIETTO OMAGGIO

## SOSTENIBILITÀ AMBIENTALE E SERVIZI DURANTE LA GIORNATA SARANNO ATTIVI:

### PUNTO DI RACCOLTA BOTTIGLIE FONTE TAVINA



TAVINA DA NUOVA VITA ALLE VECCHIE BOTTIGLIE

- 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.



RACCOLTA DIFFERENZIATA  
VERIFICA LE DISPOSIZIONI DEL TUO COMUNE



# SOSTENIBILITÀ AMBIENTALE



**Società Canottieri Garda Salò**

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

## **COLLABORAZIONI E INIZIATIVE NEL VILLAGGIO GARA**

**sabato 23 maggio dalle ore 15:00**

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.



# **CORRETTI STILI DI VITA**

## COLLABORAZIONI E INIZIATIVE NEL VILLAGGIO GARA

All'interno del programma ufficiale dell'evento è prevista una collaborazione strutturata con AVIS Salò, che sarà presente nel villaggio gara a partire da sabato con uno spazio dedicato alle attività di informazione e sensibilizzazione.

### **La presenza di AVIS Salò ha un duplice obiettivo:**

Valorizzare il tessuto associativo locale, dando visibilità a realtà impegnate quotidianamente nel sociale

Promuovere una cultura orientata ai corretti stili di vita, strettamente connessi alla pratica sportiva e al benessere generale

Durante le giornate di evento, lo stand sarà un punto di riferimento per atleti, accompagnatori e pubblico, offrendo:

**Materiale informativo** sulle attività dell'associazione e sull'importanza della donazione, Momenti di dialogo diretto con i volontari, Attività di sensibilizzazione legate alla prevenzione e alla salute

Questa iniziativa si integra pienamente con i valori del triathlon, disciplina che richiede equilibrio fisico, consapevolezza e cura del proprio corpo, rafforzando il messaggio che lo sport non è solo performance, ma anche responsabilità sociale e attenzione alla comunità.

**La collaborazione con AVIS Salò** contribuisce quindi a rendere il villaggio gara non solo un hub operativo, ma anche uno spazio di condivisione, educazione e promozione del benessere, ampliando l'impatto dell'evento oltre l'aspetto puramente agonistico.



# CORRETTI STILI DI VITA

**PROMOZIONE DEI CORRETTI STILI DI VITA  
ATTRAVERSO L'ATTIVITÀ SPORTIVA  
SABATO DALLE 14:00 - DOMENICA DALLE 9:00  
VILLAGGIO SPONSOR PIAZZA SERENISSIMA**

Nel corso della giornata sarà attivo un gazebo informativo dedicato alla promozione della campagna #losportèsempreunabuonaidea, con l'obiettivo di sensibilizzare la cittadinanza sull'importanza della pratica sportiva continuativa quale strumento di prevenzione e tutela della salute. Presso il punto informativo verranno illustrate in modo dettagliato:

- i benefici dell'attività fisica regolare sul piano cardiovascolare, metabolico e psicologico
- l'importanza del movimento nella prevenzione delle patologie legate alla sedentarietà
- le opportunità di avviamento allo sport per, giovani, adulti e over 65
- i percorsi amatoriali e agonistici attivi presso il Polo Sportivo

Il gazebo rappresenterà uno spazio di ascolto e orientamento, volto a facilitare l'accesso consapevole ai servizi sportivi del territorio. Saranno fornite informazioni sui corsi disponibili, sulle modalità di iscrizione e sui programmi stagionali, con particolare attenzione alla continuità dell'attività motoria come elemento chiave per il mantenimento di uno stile di vita sano.

L'iniziativa si configura come un'azione concreta di promozione della salute pubblica, coerente con gli obiettivi di prevenzione primaria e con le politiche di diffusione della cultura sportiva sul territorio regionale.



**CORRETTI STILI  
DI VITA**

## PER TUTTI I PARTECIPANTI DALLE ORE 11:30 - PASTA PARTY

Godremo insieme di un pranzo a base di pasta fresca artigianale firmata Gaetarelli, servita con stoviglie compostabili per garantire una gestione sostenibile dei rifiuti organici.

### Pastificio Gaetarelli - "Primi in gusto dal 1964"

Nato nel 1964 come piccolo laboratorio artigianale sulle rive del Lago di Garda (a Salò, in provincia di Brescia), il Pastificio Gaetarelli ha trasformato nel tempo la sua passione per la pasta fresca in un'eccellenza riconosciuta a livello nazionale e internazionale

Oggi, grazie alla guida dei figli della seconda generazione, l'azienda si estende su 2300 m<sup>2</sup> con un impianto hi-tech costruito su misura, completo di cucina attrezzata per test sensoriali (panel test) e ampie aree refrigerate, sempre in rigoroso rispetto delle normative igienico-sanitarie

La missione è semplice e autentica: produrre pasta fresca di alta qualità selezionando ingredienti d'eccellenza, preferibilmente locali, e combinando lavorazione artigianale con l'innovazione tecnologica, mantenendo costante l'amore per la cucina e la cultura gastronomica italiana



PASTIFICIO   
**GAETARELLI**  
PRIMI IN GUSTO DAL 1964

**PASTA  
PARTY**



**Società Canottieri Garda Salò**

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

## INFO

### **Premiazioni:**

Pacco Gara per ogni partecipante e premi per i primi tre classificati di ogni categoria.

### **Società organizzatrice:**

SOCIETA' CANOTTIERI GARDA SALO'

**Staff medico e assistenza sanitaria:** ANC VALLE DEL CHIESE

**Direttore gara:** Massimo Ruffini **Delegato tecnico:** da stabilire **Giudice arbitro:** da stabilire

### **Contatti**

Mail: [info@canottierigarda.it](mailto:info@canottierigarda.it) - Tel: 036543245

### **Iscrizioni:**

direttamente sul sito [www.endu.it](http://www.endu.it) o tramite il link diretto sul sito [canottierigarda.it](http://canottierigarda.it)

### **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.

**Scadenza iscrizioni:** 20 maggio 2026

# INFO