

2 Maggio ore 9.30
partenza della gara 70.3 di Barberino del Mugello (FI)
Lago di Bilancino

Il 70.3 è esattamente la distanza che viene anche chiamata half-Ironman, in quanto la distanza è esattamente la metà di quella che viene effettuata appunto nell'IRONMAN (3800 metri di nuoto, 180 km per la frazione ciclistica, e la maratona – 42,195 km – per quanto riguarda la corsa. Per quanto mi riguarda, affronto la gara con puro spirito allenante, essendo il vero e prioritario obiettivo della stagione 2010 l'IRONMAN di Regensburg (Germania) in programma il 1° di agosto.

Il PERCORSO GARA si sviluppa in questo modo:

NUOTO: un giro unico di 1900 mt in acque libere nel lago di Bilancino

CICLISMO: 3 giri di 30 km ciascuno su strade controllate e parzialmente chiuse al traffico su tracciato collinare paesaggistico

CORSA: sulle sponde del lago di Bilancino