

# Giro d' Bormio 2018



## PASSO DELLO STELVIO

REGION EASTERN ALPS

OPEN MAY TO OCTOBER (SUBJECT TO SNOW)

✈ MILAN, INNSBRUCK, ZURICH & VENICE

⌚ 0KM, 4KM, 12KM, 18KM (NOT ALWAYS OPEN) & SUMMIT

LENGTH 21.5KM

ELEVATION GAIN 1533M

AVERAGE GRADIENT 7.1%



triathlon & cycling camp

12. - 19.5.2018

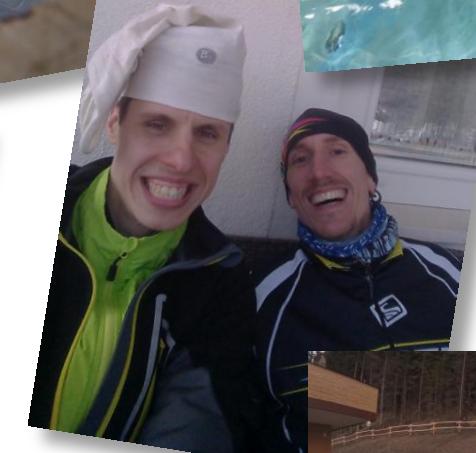


# GRO D' BORMIO 2018

otevřené soustředění CzechTRI K. Teamu  
zaměřeno na triatlon a cyklistiku

TERMÍN:	12.-19. května 2018
MÍSTO:	Bormio, Itálie
URČENO:	triatlonistům a cyklistům (max. kapacita 14 osob)
POŘADATEL:	sport. klub <b>CzechTRI K. Team Pardubice</b> , <a href="http://www.czech-kt.cz">www.czech-kt.cz</a>
NÁPLŇ:	převážně cyklistická příprava cyklistů a triatlonistů (olympic, half-IM, IM)
CENA:	7499,- Kč (čl. klubu 6199,-Kč) pro přihlášené do 31.1.2018 8599,- Kč (čl. klubu 6749,-Kč) pro přihlášené do 28.2.2018 9699,- Kč (čl. klubu 7299,-Kč) pro přihlášené od 1.3.2018 záloha <b>3000,- Kč</b> splatná k termínu přihlášky
UBYTOVÁNÍ:	<b>Chalet Teo &amp; Marianna</b> , Via Nuova 26/A, Bormio - Piatta, Italy
DOPRAVA:	individuální (po uzávěrce přihlášek lze příp. domluvit společnou)
STRAVOVÁNÍ:	individuální nebo (tradičně) společná na apartmánu
PODMÍNKY:	silniční kolo (bez nároku na program kempu možno individuálně MTB) adekvátní cyklistická výkonnost v min. rozsahu základních etap nebo jejich alternativ řádná přihláška a zaplacení zálohy
PŘIHЛÁŠKY:	e-mail <a href="mailto:czech.kt@gmail.com">czech.kt@gmail.com</a> nebo na adresu CzechTRI K. Team, z.s. přihláška je platná po připsání zálohy na účet 2400505787 / 2010
STORNO:	3000,-Kč od 1.2.2018, 100% ceny od 1.4.2018
INFO:	<a href="http://www.CZECH-KT.cz">www.CZECH-KT.cz</a> , <a href="mailto:czech.kt@gmail.com">czech.kt@gmail.com</a> , +420 724 574 509
PROGRAM:	So 12.5.2018 od 9:00 příjezd a ubytování <b>Apartments Majon d' Aisciuda</b> , Bormio (po včasné domluvě možno již ve Čt 17.5.2018) od 12:00 první tréninkový blok cyklistika, běh, plavání rozbory techniky, taktika při závodě wellness, regenerace, sauna do 10:00 odjezd zpět
	So 12.5.2018 - Pá 19.5.2018
	So 19.5.2018

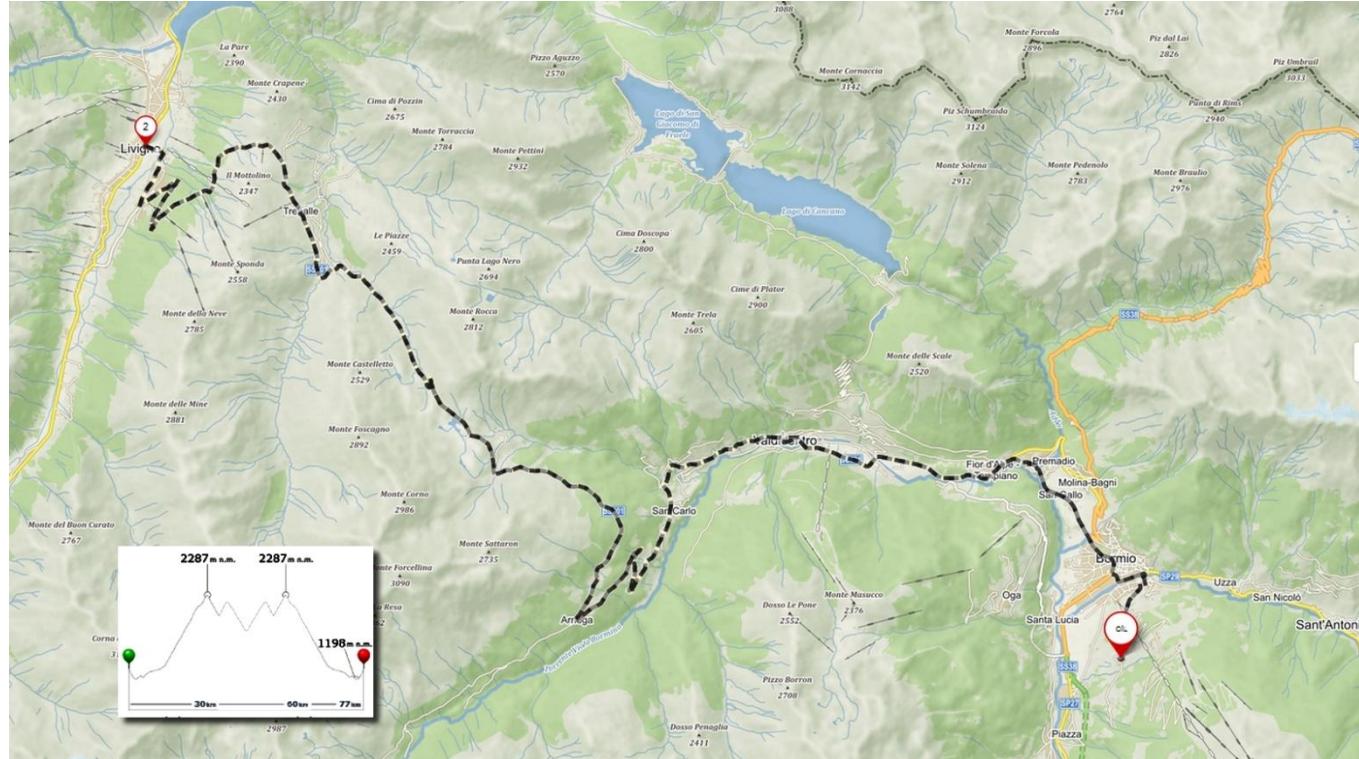




## ZÁKLADNÍ ETAPY, PROGRAM:

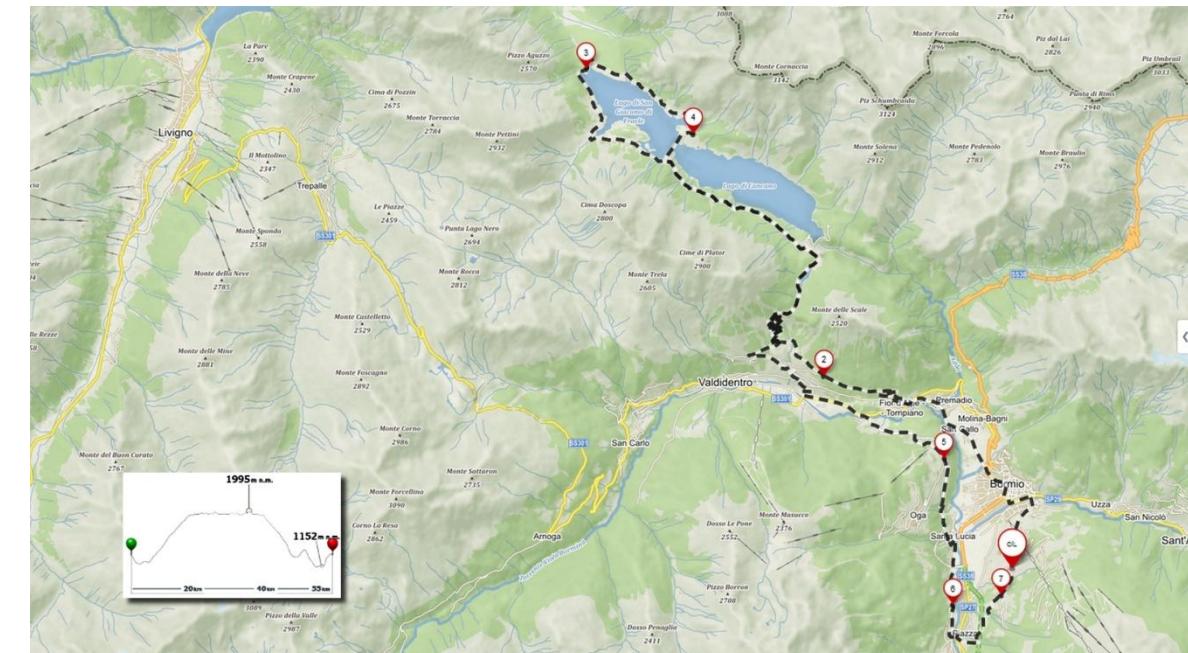
(změny dle podmínek vyhrazeny)

So: WARM UP



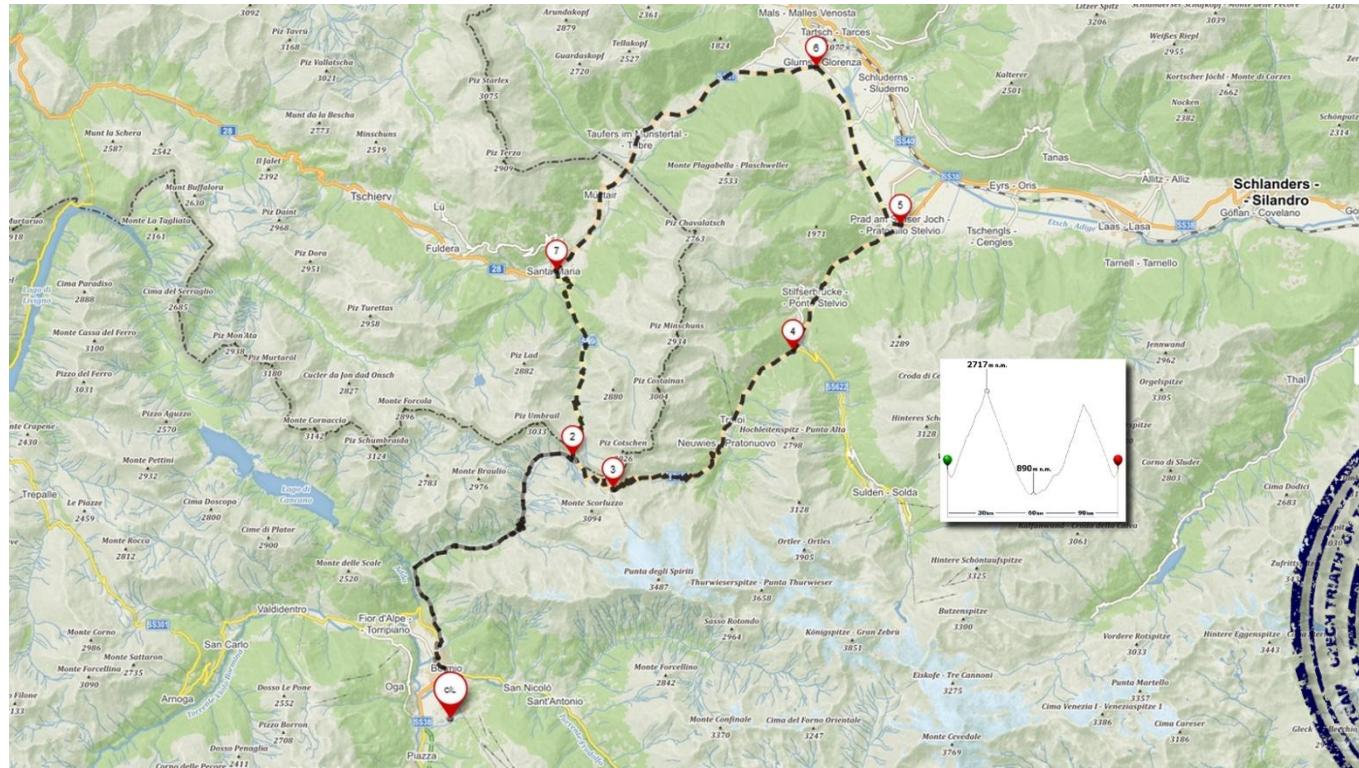
Bormio - Livigno a zpět, 77km + Lago di Livigno (10km)

alternativa:  
(off-road)



Bormio - Lago di Cancano (od Torri di Fraele zpevněná cesta), 42km

Ne: STELVIO



Bormio - Passo di Stelvio - Prato allo Stelvio - Glorenza - Santa Maria - Bormio, 105km

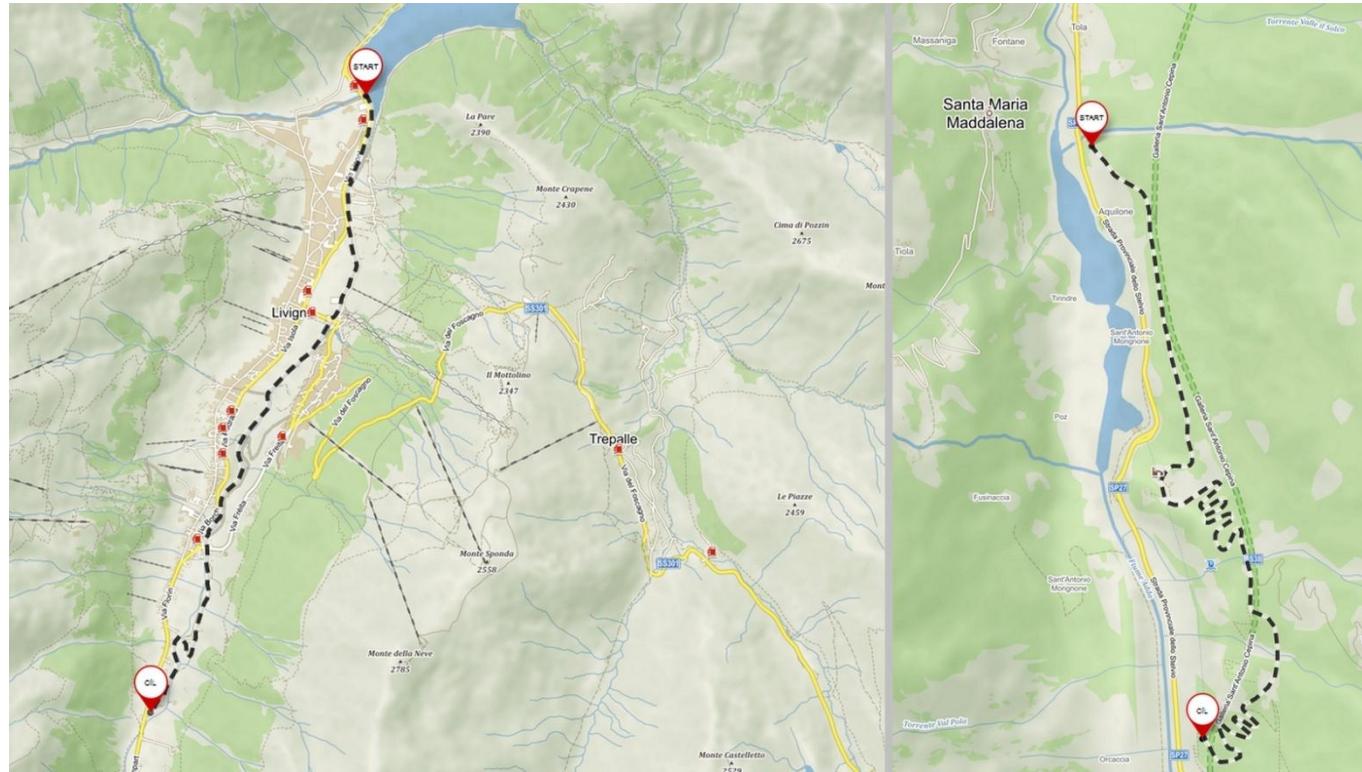
alternativa:

Bormio - Santa Maria a zpět, 69km (část okruhu v opačném směru)

Bormio - Passo di Stelvio a zpět, 48km (výjezd na Stelvio a zpět)



Po: SPEEDMAN



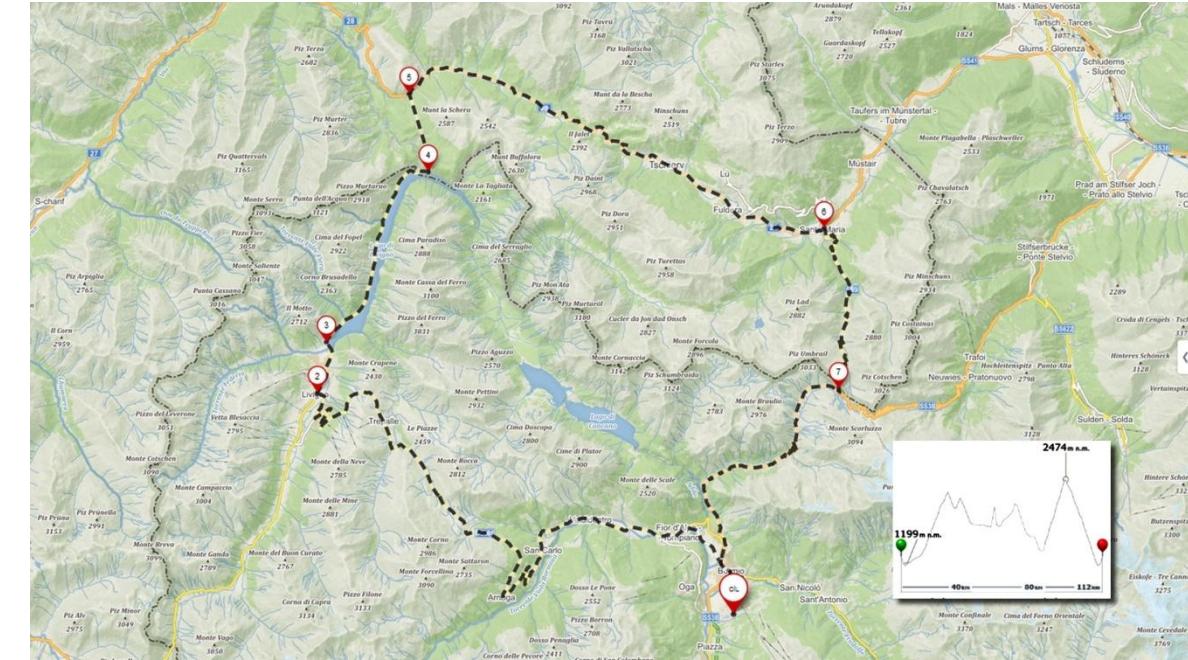
časovka LIVIGNO časovka BORMIO, duatlon

večer plavecký trénink - Piscina TIRANO (dobrovolný trénink)

LIVIGNO - vysoká nadmořská výška: I. stezka, zvlněná, II. Lago di Livigno, rovinatá

BORMIO - do vrchu (gradient 9%)

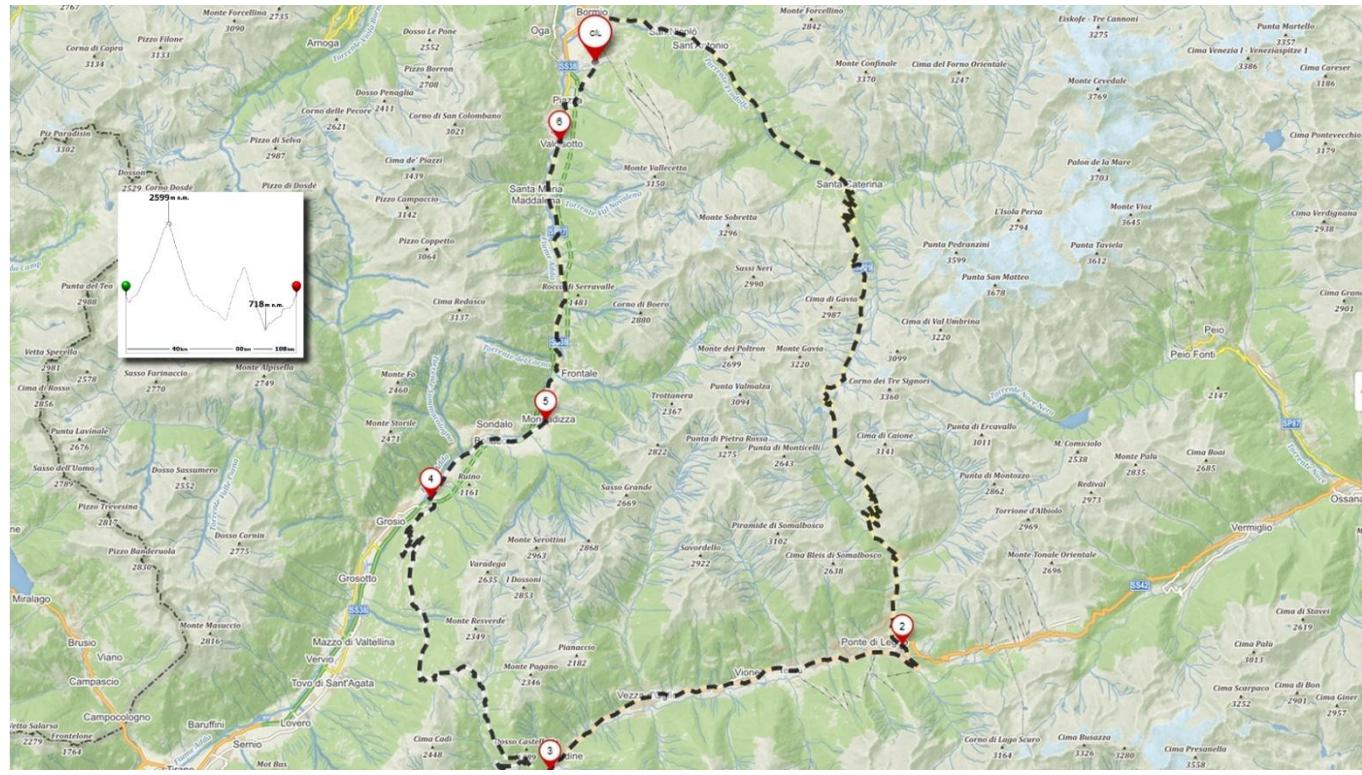
alternativa:



Bormio - Livigno - Santa Maria - Bormio (tranfer v tunelu Munt la Schera), 112km  
(bike shuttle jen od 1.6 do 15.9.)

Út: RUNNING DAY: Bormio - běh, kompenzační cv., regenerace (Bormio QC TERME)

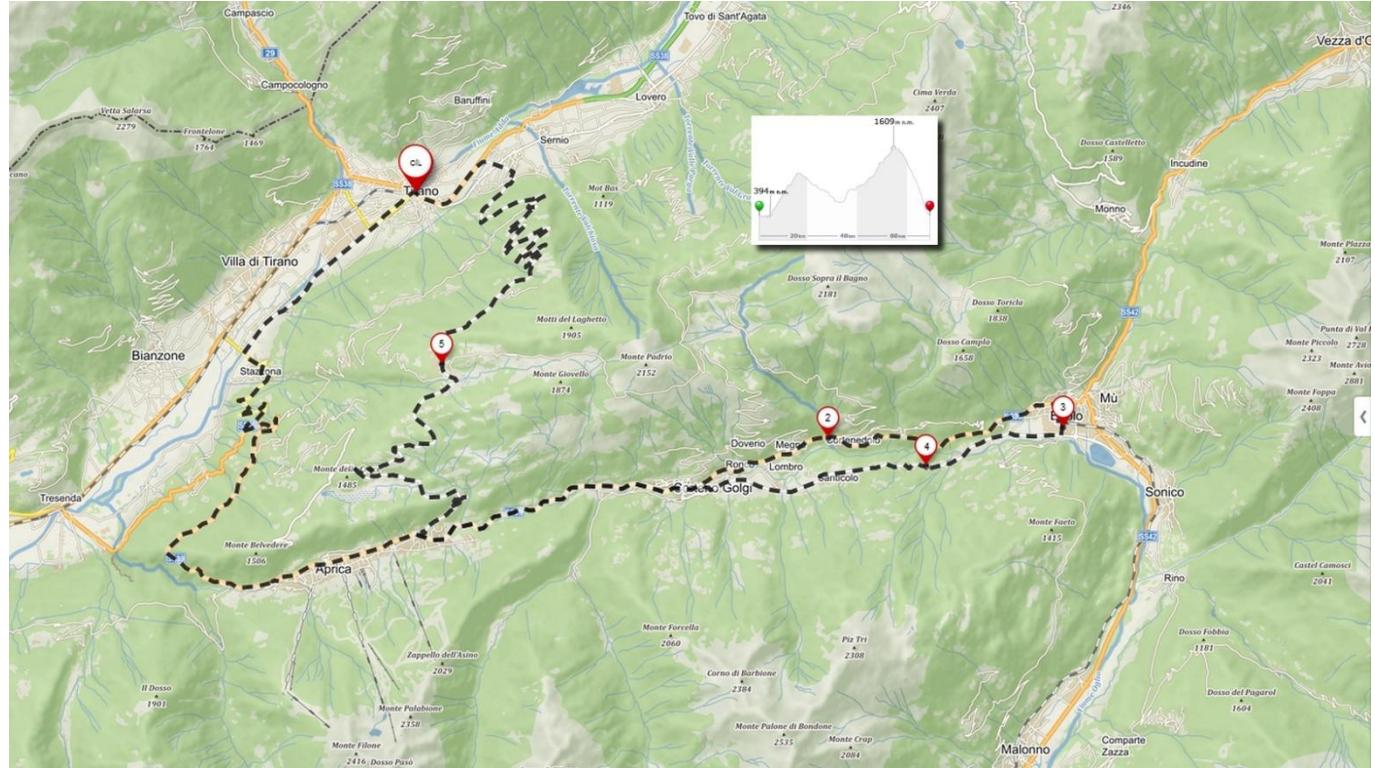
St: MARCO PANTANI MORTIROLO



Bormio - Ponte di Legno - Point di Pantanni - Grosio - Bormio, 108km



Čt: MEDVÍDEK MÚ



Tirano - Aprica - Edolo - Mú - Aprica - Tirano, 67km

večer plavecký trénink - Piscina TIRANO (dobrovolný trénink)

alternativa: Tirano - Aprica - Edolo - Demo - Covo - Aprica - Tirano, 109km

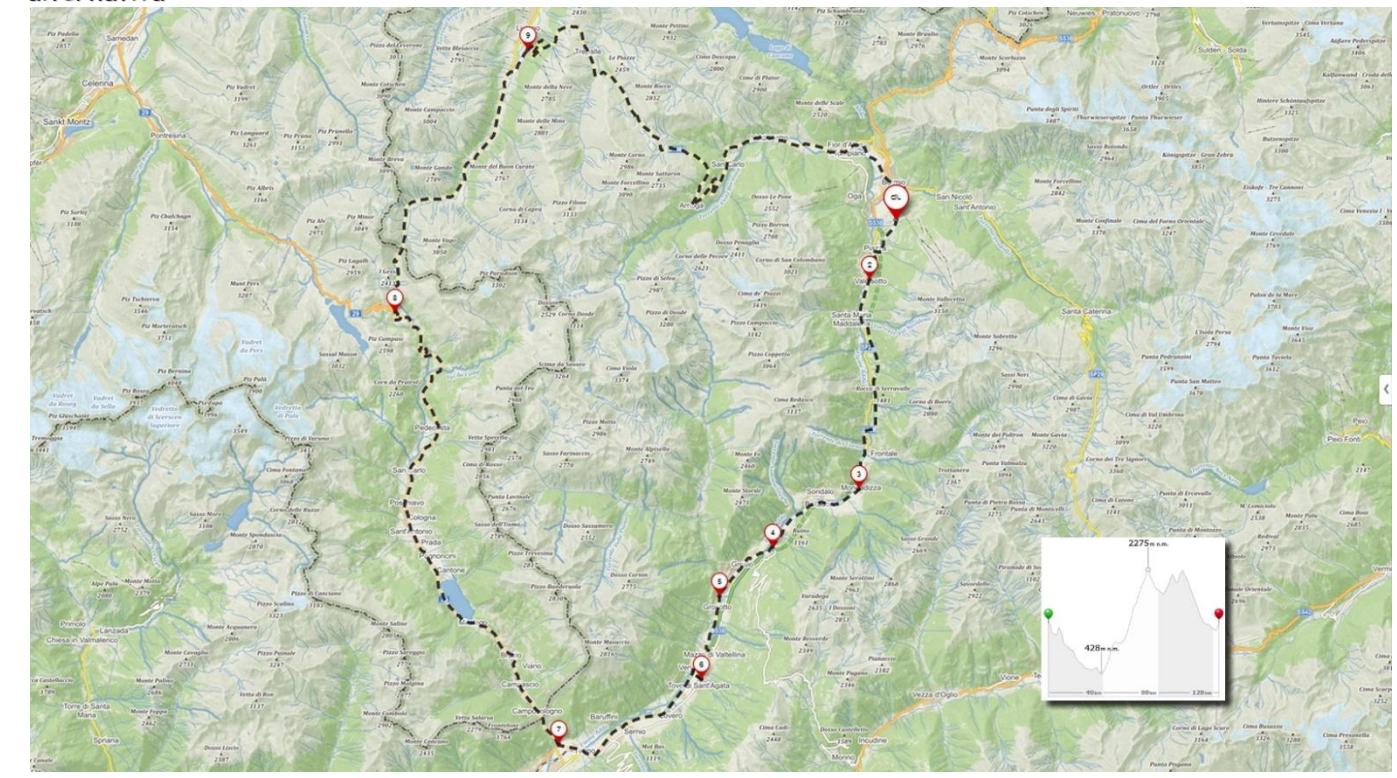
Pá: BORMIO END

Bormio - běh, časovka, kompenzační cv.,

last team dinner



alternativa:



Bormio - Tirano - Lago di Poschiavo - Tirano - Bormio, 120km