

MBE

max bavieri entertainment

la fabbrica dell'entusiasmo!

Organizzazione eventi e spettacoli sportivi

tel. 3478006899

0439448152

0457552302

www.rollershow.it

cari amici roller avventurosi

qui di seguito una serie di consigli per affrontare la **Roller Extreme** al meglio, vi conviene stampare questi appunti e portarli con voi a Rovereto:

Il corredo:

cosa portarsi in marcia? ecco una lista che potrà venirvi utile:

Obbligatorio:

borraccia - per motivi ecologici non verranno date lattine o bottiglie al volo ma verranno dal nostro staff di assistenza solo fatte le ricariche sulla vostra borraccia personale.

cellulare - per richiedere assistenza anche medica allo staff, prima della partenza vi verranno dati da memorizzare due numeri di cellulari: uno dell'assistenza concorrenti ordinaria, l'altro dell'assistenza sanitaria.

casco - per la sicurezza vostra e anche per non prendervi un'insolazione alla testa (che già ad esservi iscritti a questa follia siete mezzi matti...non vorrete andare via di testa del tutto?).

calottina copricasco numerata - per distinguervi dovrete mettere questa cuffia elasticizzata sul casco, chi non ha la calottina non ha diritto a nessun tipo di assistenza. la calottina vi sarà data prima della partenza. Ad esclusione dei possessori di calottina propria (VIP racers o quanti abbiano desiderato acquistarla personalizzandola), le signorine del banco iscrizioni vi chiederanno €10 di cauzione. All'arrivo restituendo all'addetta la calottina, vi saranno restituiti i soldi di cauzione. Chi si fosse affezionato alla calottina e volesse tenercela, semplicemente non riavrà la cauzione, e diventa una specie di acquisto.

In caso di esaurimento delle calottine, si useranno dei pettorali/canotte.

puntali di sicurezza - per quanti usino bastoncini (skirollisti e nordic-bladers)

Consigliato:

Burro cacao - sole, vento, disidratazione; i nemici delle tue labbra.

Crema protettiva abbronzante - altro che spiaggia! La Roller Extreme può scottarvi. Se non volete che alcune delle vostre parti diventino rosse come un peperone, prima della partenza cospargetevi di crema ad alta protezione nelle zone esposte alla luce solare.

Cibo - la marcia è lunga e la fatica tanta, portarsi da mangiare sarà un peso all'inizio, ma un sollievo a metà. A voi la scelta fra panino con la mortadella o tecnologiche barrette energetiche, oppure i Loacker che troverete nel pacco gara.

Ruota di scorta - completa di cuscinetti e perno di riserva (se ce l'avete), così se per caso nel lungo andare perderete una ruota siete a posto.

Chiave per perni - se non la ruota di scorta, almeno la chiave per svitare le ruote portatela con voi. In caso si perda una ruota centrale tutto OK, ma se perdete quella anteriore o posteriore, potrete sopperire togliendo una ruota centrale e mettendola al posto di quella persa continuando così la marcia senza problemi. Chi usa lo skiroll invece non ha questa possibilità, quindi meglio prendersi la ruota di scorta.

Santa pazienza - l'attraversamento della città di Trento per 2850mt si fa su un pezzo di asfalto ecologico, di colore rosso e molto ruvido. Abbiate pazienza e tenete duro che quando finirà l'asfalto diventerà un biliardo. Finito quel tratto ne inizia uno liscissimo però vittima per due tratti da 700mt di carotaggi, che hanno reso l'asfalto ondulato... non fatevi venire il mal di mare...

Il comportamento:

come comportarsi in marcia? ecco un'altra preziosa lista:

Obbligatorio:

tenere la destra - La ciclabile è di tutti, e sebbene la manifestazione goda del patrocinio dell'ente che la gestisce (il ripristino ambientale del Trentino), i concorrenti non sono i padroni della pista.

Quindi i ciclisti e i pedoni che si incontrano lungo la strada hanno lo stesso vostro diritto di passare.

Le ciclabili non sono molto larghe (proprio per evitare che vi si possa entrare con le vetture), per cui bisogna stringersi a destra per consentire il passaggio a chi vi viene incontro e per favorire il sorpasso dei ciclisti, o dei concorrenti più veloci di voi, all'occorrenza interrompendo la spinta.

Restare sempre in fila indiana - per lo stesso motivo di cui sopra.

Non inquinare - la bottiglietta vuota, l'involucro della barretta energetica; qualsiasi cosa sia partita con voi... con voi deve arrivare a Bolzano. Non saranno tollerati atti di inquinamento del parco dell'Adige.

In alternativa sarà possibile consegnare i rifiuti allo staff di assistenza lungo il percorso, o gettarli nei cestini nei tragitti di attraversamento di aree urbane.

Consigliato:

voltarsi spesso - per controllare se ciclisti veloci stiano arrivando a vostra insaputa.

portarsi un po' di soldi - magari potrebbe venirvi voglia di fermarvi ad un bar lungo il tragitto.

La logistica:

come comportarsi prima e dopo la marcia?

Alla partenza:

Stip ch' trov! - quelli che non hanno gli accompagnatori devono, attaccare intorno alla maniglia della loro borsa l'adesivo numerato che vi sarà consegnato al banco delle iscrizioni (corrispondente al vostro numero di copricasco), e consegnarla al bancone che stipa le borse.

coloro i quali pensano di impiegare meno di 5 ore per arrivare a Bolzano, dovranno consegnare la borsa specificando che vada sul pullman veloce che va direttamente a Bolzano. Le borse degli altri verranno stipate sul secondo bus che farà da "scopa".

Non lasciate valori e denaro nella borsa che consegnate, perché nessuno dello staff risponderà di essi.

Quelli che hanno usufruito dello sconto di 3€ consegnino la borsa ai loro accompagnatori.

il banco delle iscrizioni - Ognuno di voi dovrebbe in teoria conoscere già il proprio numero di copricasco.

Le signorine del banco si divideranno per numeri (ad esempio dal N° 1, al N°100), voi rivolgetevi a quella che vi compete (ma se non lo sapete pazienza, ci vorrà solo un po' di più a trovare il vostro nome sull'elenco).

Chi non l'avesse già fatto, prima di mettersi in fila compili il modulo di iscrizione (che troverete in apposito espositore prima del bancone).

consegnare il modulo (compilato in stampatello e firmato) alla signorina dicendole il vostro numero.

Essa vi consegnerà una sacca: all'interno troverete (sono possibili variazioni di questa lista di massima):

- 1) la calotta numerata
- 2) l'adesivo numerato per la borsa

- 3) una piantina del percorso (che vi conviene portare con voi),
 - 4) i Loaker (gam, gnam)
 - 5) la maglietta (chi l'ha ordinata).
 - 6) un portachiavi di quelli a collare.
 - 7) un giornalino Roller Adventure... da dare a un amico se già ce l'avete.
 - 8) il poster 50x70 di Roller Adventure, che però non sarà nella sacca perché non ci stà, quindi se lo volete lo dovete chiedere alle signorine del bancone.
 - 9) infine il vostro diploma... mettetelo nella vostra borsa in modo protettivo, che non si sciupi nello stipamento borse (che forse non sarà delicatissimo). All'arrivo chi vuole questo attestato compilato lo porti alla giuria. Essa vi ci scriverà il vostro tempo ufficiale ve lo firmerà.
- Se siete VIP racers la calotta è vostra e vi rimane, inoltre vi troverete i doni per i VIP. Se non lo siete dovrete lasciare alla signorina la cauzione per la calotta.

All'arrivo:

Stip ch' trov 2° - quelli che hanno consegnato la borsa, la potranno recuperare nel centro pista del pattinodromo di Bolzano. Trovarla sarà facile perché verranno messe in fila in ordine numerico (ecco a cosa serve l'adesivo sulla borsa).

doccia - l'ingresso alla doccia è consentito solo agli iscritti alla marcia, non agli accompagnatori il copricasco ne è testimone.

Grigliata - la grigliata è gestita dal bar del pattinodromo. Si tratta di un'iniziativa non gestita da noi, quindi da pagare a parte alla carta o a forfait. Siccome di domenica le macellerie sono chiuse, se preferite prenotare telefonate direttamente al pattinodromo 0471.932783, perché se all'ultimo momento ci sono più affamati che scorte si rischia di rimanere a becco asciutto.

Diploma - all'arrivo, vi verrà preso il tempo, e verrà scritto su un diplomino recante il vostro nome, andate a farvelo compilare subito appena finita la prova, sennò rischiate che venga fatta confusione o di dimenticarvelo.

Bus - il rientro del bus al Millennium si farà intorno alle ore 18,30 e comunque dopo l'arrivo di tutti i concorrenti e loro rifocillamento. Chi aveva prenotato per tempo ne ha il diritto, gli altri compatibilmente con i posti disponibili e comunque per la priorità fa fede la data di iscrizione. In alternativa il rientro è fattibile con il treno da Bolzano (l'organizzazione provvede ad accompagnare le persone alla stazione) con destinazione alla stazione di "Mori" (a soli 500mt dal Millennium).

Tempo limite - è di 8 ore. questo vuol dire che per stare dentro a questo limite bisogna avere una media di 12kmh. Le persone che ai meeting point ove il BUS aspetta tutti i partecipanti, transitano ad una media inferiore a questa, saranno invitati a fermarsi e salire sul pullmann.

Questo non vieta loro di proseguire l'avventura al meeting point successivo, scendendo

dal pullman e riprendendo la marcia, però avranno fatto un pezzo in meno.

Se la partenza è alle ore 10,00 questa tabella di marcia vi consentirà di capire se siete dentro ai parametri o meno:

Ore 12,15 Ponte di Ravina (Trento). Chi arriverà a questo primo meeting point oltre le ore 12,15 dovrà salire sul pullman.

Ore 14,00 Ponte di Nave San Michele/Nave San Rocco. Chi arriverà a questo secondo meeting point oltre le ore 14,00 dovrà salire sul pullman.

Ore 16,00 Egna. Chi arriverà a questo terzo meeting point oltre le ore 16,00 dovrà salire sul pullman.

(questa tabella potrebbe variare al 50%, la tabella di marcia definitiva sarà spiegata a microfono prima della partenza)