



RACE GUIDE

October 10 - October 17 // 10 Ottobre - 17 Ottobre



RACE GUIDE 2021



SOMMARIO

Bienvenue au GFNY Italia	2
Programma della Manifestazione	3
Mappa della Zona	5
Ritiro pacco Gara a Torrita di Siena	8
Registrazione	9
Maglia Ufficiale	11
Kit di GFNY	11
Partenza	12
Parcheggio	13
Parcours	14
Informazioni importanti sulla gara	14
Spettatori	19
Dopo Gara	21
Médailles et qualification	23
Photographe officiel : Sportograf	24

TABLE OF CONTENTS

Welcome to GFNY Italia	2
Schedule of Events	4
Area Map	5
Your Travel to GFNY Italia	7
Expo in Torrita	8
Registration	9
Official Race Jersey	11
GFNY Gear	11
The Start	12
Parking	13
Course	14
Important during the race information	16
Spectators	19
Useful Italian Cycling Words	20
After the Race	22
Medals and qualification	23
Official photography: Sportograf	24



BENVENUTI ALLA GFNY ITALIA!

Benvenuto alla 6° edizione di GFNY Italia, che si terrà in una nuova spettacolare mozzafiato location, Montepulciano- Torrita di Siena nel cuore della Toscana. Oltre al piacere della gara, puoi anche godere di un'esperienza ciclistica a 360° con il nostro GFNY Italia Training Camp, come anche attività ricreative per ciclisti, accompagnatori e famiglie.

Ci fa piacere estendere il ns caldo benvenuto oltre ai fedeli GFNYers anche a tutti coloro che si uniscono per la prima volta a GFNY.

Il 17 ottobre correi con atleti provenienti da altre 29 nazioni che renderanno GFNY Italia una delle più internazionali competizioni in Italia:

Argentina, Belgium, Brazil, Canada, Chile, Colombia, Costa Rica, Czech Republic, Denmark, Dominican Republic , Ecuador, France, Germany, Great Britain, Ireland, Italy, Mexico, Netherlands, Panama, Peru, Philippines, Poland, Portugal, Romania, Russia, Singapore, Spain, Sweden, Switzerland e USA.

GFNY World Championship è l'unico circuito mondiale con oltre 25 Gran Fondo nel mondo.

WELCOME TO GFNY ITALIA

Welcome to the 6th edition of GFNY Italia, held in the breath-taking location, Montepulciano – Torrita di Siena, in the heart of Tuscany. Besides the fun, beautiful and demanding race itself, you can also enjoy a week of cycling during the GFNY Italia Camp, as well as daily tourism activities for cyclists and family members to enjoy all that this beautiful area has to offer.

We'd like to extend a warm welcome to our seasoned GFNY participants as well as those who are joining us at GFNY for the first time.

On October 17th, you will be racing with riders coming from 29 nations, making GFNY Italia one of the most international cycling events in Italy: Argentina, Belgium, Brazil, Canada, Chile, Colombia, Costa Rica, Czech Republic, Denmark, Dominican Republic , Ecuador, France, Germany, Great Britain, Ireland, Italy, Mexico, Netherlands, Panama, Peru, Philippines, Poland, Portugal, Romania, Russia, Singapore, Spain, Sweden, Switzerland and the US.

At GFNY Italia, you have the chance to qualify for the qualifier corral at the GFNY World Championship 2020 in New York City, the GFNY European Championship 2020/2021 at GFNY Italy and all GFNY World races over the coming year, if you finish in the top 20% in your age group.





PROGRAMMA DELLA MANIFESTAZIONE

DOMENICA, 10 OTTOBRE

10:00 18:00 GFNY Italia Camp inizia

VENERDI, 15 OTTOBRE

18:00 Conferenza stampa [Casa della Cultura](#)

SABATO, 16 OTTOBRE

10:00 18:00 Ritiro pacchi gara [Torrita di Siena](#)

14:00 17:00 Bike service a cura di Strade Bianche Rental [Torrita di Siena](#)

DOMENICA, 17 OTTOBRE

7:00 8:00 Ritiro pacchi gara (solo per emergenza) [Fortezza](#)

7:00 9:00 Bike service a cura di Strade Bianche Rental [Viale della Rimembranza](#)

8:00 Apertura delle griglie [Viale della Rimembranza](#)

8:45 Griglie chiude [Viale della Rimembranza](#)

9:00 **PARTENZA** della GFNY Italia [Viale della Rimembranza](#)

12:00 Apertura della Recupero Zona / Arrivo [Piazza Grande](#)

12:00 Aperta la distribuzione dei pasti take away [Fortezza](#)

13:00 Cerimonia delle Premiazioni (top 3 assoluto maschi/femmine)

16:00 Il percorso si chiude

17:00 Saluto di arrivederci alla GFNY

INDIRIZZI PER GPS - SABATO

Ritiro pacchi gara

[Via Ottavio Maestri, 41, 53049 Torrita di Siena](#)

INDIRIZZI PER GPS – DOMENICA

Ritiro pacchi gara & pasto post-gara da ritirare

[Via di S. Donato, 53045 Montepulciano](#)

GFNY Italia Partenza

[Viale della Rimembranza, 53045 Montepulciano](#)

Apertura della Recupero Zona / Arrivo

[Piazza Grande, 53045 Montepulciano](#)



SCHEDULE OF EVENTS

SUNDAY, 10 OCTOBER

10:00 18:00 Day 1 of the GFNY Italia Camp

FRIDAY, 15 OCTOBER

18:00 Press conference [Casa della Cultura](#)

SATURDAY, 16 OCTOBER

10:00 18:00 Race registration [Torrita di Siena](#)

14:00 17:00 Mechanical service provided by Strade Bianche Rental [Torrita di Siena](#)

SUNDAY, 17 OCTOBER

7:00 8:00 Race registration (only for emergencies) [Fortezza](#)

7:00 9:00 Mechanical service provided by Strade Bianche Rental [Viale della Rimembranza](#)

8:00 Opening of Start Area [Viale della Rimembranza](#)

8:45 Corrals close [Viale della Rimembranza](#)

9:00 **START** of GFNY Italia [Viale della Rimembranza](#)

12:00 Recovery Zone/ Finish opens [Piazza Grande](#)

12:00 Post-race meal to go pickup opens [Fortezza](#)

13:00 Awards Ceremony for overall winners [Piazza Grande](#)

16:00 Course closes

17:00 Festivities end

ADDRESSES FOR GPS – SATURDAY

Expo

[Via Ottavio Maestri, 41, 53049 Torrita di Siena](#)

ADDRESSES FOR GPS – SUNDAY

Registration & post-race meal to go pick up

[Via di S. Donato, 53045 Montepulciano](#)

GFNY Italia Start

[Viale della Rimembranza, 53045 Montepulciano](#)

Timing Finish & Recovery Zone

[Piazza Grande, 53045 Montepulciano](#)

MAPPA DELLA ZONA // AREA MAP





YOUR TRAVEL TO GFNY ITALIA

MONTHS LEADING UP TO RACE DAY

When you are booking your flight, check the airline's policy for flying with a bike. We always recommend flying with your bike because it's the only way you're guaranteed to have exactly the model and size of the bike you want, with your desired components, saddle and pedals.

Keep up with any race-related news by checking our website, Facebook page and reading the email news. If you have any question that isn't answered by the website, please email info@gfny.com.

Get out and ride! Get in the mileage and the climbing needed to prepare you for the race.

A lot of details pertaining to GFNY Italia race prep are covered in the **GFNY Daily Coffee podcast**, available on iTunes, Spotify, Lybsin, Google Play, or your any other favorite podcast streaming service.

PACKING

Always be ready for all kinds of weather and prepare clothing options for both on and off the bike.

- Be sure to bring your floor pump, spare tires, spare tubes, and tools.
- For warmth, in case of extreme weather, bring emergency mylar blanket, extra headgear, extra gloves, extra cover socks.
- Don't forget your preferred sports nutrition.
- If it's pouring at home, you probably won't go out for a ride. But if you travel to a race, you will probably start, even if the weather is bad. So make a tough day a little easier by having the right gear.
- To be on the safe side, pack a set of clothing, cycling shoes, pedals and helmet in your carry on, just in case any of your luggage gets lost or delayed. If you are really picky with your saddle, don't check it in either.

Chris Geiser wrote a comprehensive Travel Checklist, check it out here: gfny.com/pdfs/checklist.pdf

IMPORTANT! GET YOUR BIKE RACE-READY BEFORE YOU TRAVEL

Before you travel to GFNY Italia, you must to go to your local bike shop to get a complete tune-up and put on new tires. The leading problem of mechanicals on race day is riding with old, worn-out tires and not maintained bikes. If you are training your body to take part in GFNY Italia, also prepare your bike to be race ready. Last-minute parts availability of bike parts is not guaranteed on site.

HAVE A GREAT RACE WEEK

Traveling is exhausting and arriving in Vaujany is exciting. You've spent a lot of time planning and preparing for the trip. Enjoy all the fun stuff that the destination has to offer. But allow some time for rest & relaxation before race day. Get good sleep, this will be the key to feeling good on race day.

Ride parts of the course to get comfortable with your new environment. If you're joining us for the GFNY Italia Camp or VIP Group Rides, we will ride sections of the course as a preview for race day.

For more travel information please visit the race website italia.gfny.com.

RITIRO PACCO GARA A TORRITA

Torrита si presenta chiusa dentro alle sue mura, ben protetta e in qualche modo gelosa della vita che continua a scorrere, dettata da ritmi che altrove sembrano dimenticati, nel dedalo interno delle sue strade.

Si può accedere al borgo attraverso quattro varchi: Porta Gavina, Porta a Sole, Porta a Pago e Porta Nova. Una volta all'interno ci si può perdere piacevolmente senza mèta, certi di ritrovarsi nel salotto buono del paese: piazza Matteotti, sulla quale si aprono il duecentesco Palazzo Comunale e la Chiesa delle Sante Flora e Lucilla, che al suo interno conserva "Il sangue del Redentore", un bassorilievo marmoreo attribuito a Donatello.

Molte le botteghe d'arte, dove si potranno acquistare souvenir non banali e frutto del patrimonio di sapienza e manualità locale; a dimostrazione di quanto sottile e indefinibile può essere la linea di confine tra arte e artigianato. Altri souvenir sono i salumi e i formaggi locali, che qui raggiungono vette di assoluta eccellenza.

A pochi chilometri, il piccolo centro medievale di Montefollonico perpetua invece la tradizione antica e preziosa del Vin Santo, prodotto di nicchia per intenditori.

EXPO IN TORRITA

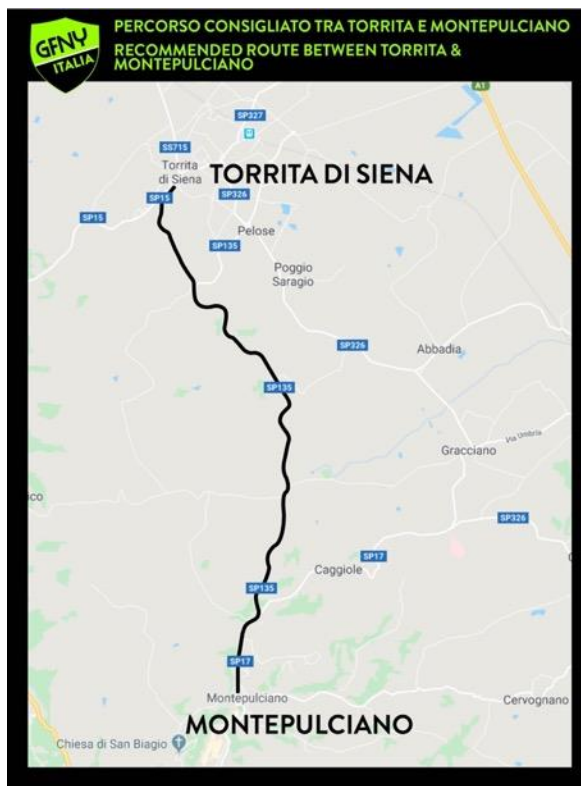
Torre is Italian for tower, and Torrita takes its name from the fact that it is a fortified town.

However, this defensive role is now consigned to distant history, a time of sieges, attacks and counter-attacks, and the need to defend the people. Even today, Torrita is embraced by its defensive walls. The sheltered old town centre jealously guards a way of life that, along the narrow labyrinthine streets, continues to flow at a rhythm that has seemingly been forgotten outside these walls.

Access to the old town can be gained through four gates: Porta Gavina, Porta a Sole, Porta a Pago and Porta Nova. Once within the walls, visitors are free to roam at leisure, wandering the streets, changing direction on a whim, safe in the knowledge that they will eventually end up in the town's hub: piazza Matteotti, with its 13th century Town Hall, and the Sante Flora e Lucilla church. Visitors to the church can admire a marble bas-relief, "Il sangue del Redentore", attributed to Donatello.

There is an abundance of crafts workshops, where visitors can pick up souvenirs that really encapsulate something of the town, the fruits of the rich local heritage of skill and craftsmanship, exemplifying how insubstantial the fine line between art and artisan can be. Other popular souvenirs include the excellent local cheeses and cured meats, of which the town is justifiably proud.

A few kilometers away lies the medieval hamlet of Montefollonico, where the ancient and vital tradition of producing Vin Santo continues to this day, resulting in a dessert wine that is appreciated by connoisseurs from all over the world.





REGISTRAZIONE

Il ritiro pacchi gara sarà a Torrita di Siena Sabato e Domenica prima della gara a Montepulciano dove la GF avrà inizio.

Cosa ti serve per ritirare il tuo pacco gara:

1. Passaporto / ID
 2. Copia della tua mail di registrazione con il tuo nome e numero.
 3. La tua tessera di affiliazione FCI o altri enti sportivi.
- Se non sei in possesso di alcuna affiliazione sportiva potrai acquistare da noi la tessera giornaliera previo presentazione del certificato medico: italia.gfny.com/pdfs/medicalcertificate.pdf

Non serve inviarci via mail il tuo certificato, semplicemente portalo al ritiro pacchi gara.

Inviaci una mail a sara@gfny.com entro il 1 ottobre se hai bisogno di acquistare la tua tessera giornaliera.

4. Ogni corridore, straniero o Italiano, in possesso della tessera giornaliera o tessera UCI internazionale, dovrà firmare la dichiarazione etica, scaricabile da questo link: gfny.com/pdfs/etica.pdf. Da stampare e consegnare in originale al ritiro pacchi gara.
5. Green Pass - La Certificazione attesta una delle seguenti condizioni:
 - aver fatto la vaccinazione anti COVID-19 (in Italia viene emessa sia alla prima dose sia al completamento del ciclo vaccinale)
 - essere negativi al test antigenico rapido o al test molecolare eseguiti nelle ultime 48 ore
 - essere guariti dal COVID-19 negli ultimi sei mesi
6. Autodichiarazione COVID 19: gfny.com/pdfs/italia_covid_certificate.pdf



REGISTRATION

Race packet pickup (“ritiro pacco gara”) takes place in Torrita di Siena on Saturday and in Montepulciano on Sunday before the race.

Things to bring with you for race packet pickup:

7. ID / Passport
8. Your printed registration confirmation from GFNY.cc (just page 1 with ticket number and your name).
9. Your FCI racing license, or the international UCI racing license from your country's cycling federation (not a foreign federation's domestic license). For UCI license holders, you do not need to provide a medical certificate to participate in GFNY Italia. But we do recommend getting regular annual medical check-up with your primary care physician.

If you do not have a domestic FCI license, or international UCI racing license from a foreign federation, you must purchase a 1-day license to take part in GFNY Italia. Here are the steps to obtain the 1-day license:

- Before you leave for Italy, you must have your doctor fill out the medical certificate. Be sure to schedule your doctor appointment with enough time before your trip. Ask your doctor to sign and stamp the paper medical certificate: italia.gfny.com/pdfs/medicalcertificate.pdf
- Please email Sara at sara@gfny.com by 1 October to request the 1-day UCI license. We must pre-purchase the 1-day licenses in advance and have only a limited number of extras at the race.
- The €10 fee to purchase the 1-day license will be payable at race packet pickup at Torrita di Siena / Fortezza di Montepulciano when you pick up your race materials.

Every foreign rider (1-day license or UCI license), and every Italian rider who purchases a 1-day license, must sign the Ethical statement, which you can download here: gfny.com/pdfs/ethics.pdf. Please print out this form, sign it and bring it with you to packet pickup.

10. Green Pass - the certification attests one of the following conditions:

- have had the anti COVID-19 vaccination (2 out of 2 doses at least two weeks ago)
- be negative on the rapid antigen test or molecular test performed within the last 48 hours
- be cured of COVID-19 in the past six months

11. Filled out Covid self-certification: gfny.com/pdfs/italia_covid_certificate.pdf

Please DO NOT email these certificates to us; simply bring them with you to Fortezza. If you are worried to lose the paper, take a photo of it and email it to yourself. We will need the paper copy of your medical certificate at the time of registration.

CORRECT BIB NUMBER & BIKE PLATE PLACEMENT



ATTACH THE BIKE PLATE TO THE FRONT OF YOUR HANDLEBARS.

Make sure the number is fully visible and not obstructed by cables or your computer. Do not bend or modify your bike number. The timing chip will only work if the bike plate is positioned as shown.

THE GFNY JERSEY YOU RECEIVED AT PACKET PICKUP IS MANDATORY ATTIRE FOR THE RACE.



ATTACH THE BIB NUMBER ON THE BACK POCKETS OF YOUR MANDATORY GFNY JERSEY.

Attach the bib number on your non-dominant side. If you're right-handed, attach the bib number on your left and center pockets.



ATTACH THE PROFILE STICKER ON THE TOP TUBE, AT THE HEAD TUBE.

The profile sticker provides easy reference for important points along the race course.

GFNY.COM



MAGLIA UFFICIALE // OFFICIAL RACE JERSEY

La maglia di GFNY Italia **deve essere indossata** per tutta la durata della gara ed è inclusa nel tuo pacco gara.

GFNY Italia jersey – **mandatory** race attire for GFNY Italia, included in your entry fee.



KIT DI GFNY // GFNY GEAR

Il vestiario GFNY Italia e di GFNY è in vendita presso la Torrita di Siena di Torrita di Siena sabato 4 e Domenica 5 presso il villaggio nella Fortezza di Montepulciano.

GFNY Italia & GFNY gear will be available for purchase at the GFNY Italia expo at Torrita di Siena and the Finish Village at Fortezza di Montepulciano. If you want to pre purchase any items to make sure we have the items in your size available for you, you can buy the gear in our shop before October 5 at: shop.gfny.com and you will be able to pick up your purchase at GFNY Italia expo. Write in your purchase "Pickup at GFNY Italia" so we know not to ship your purchase.

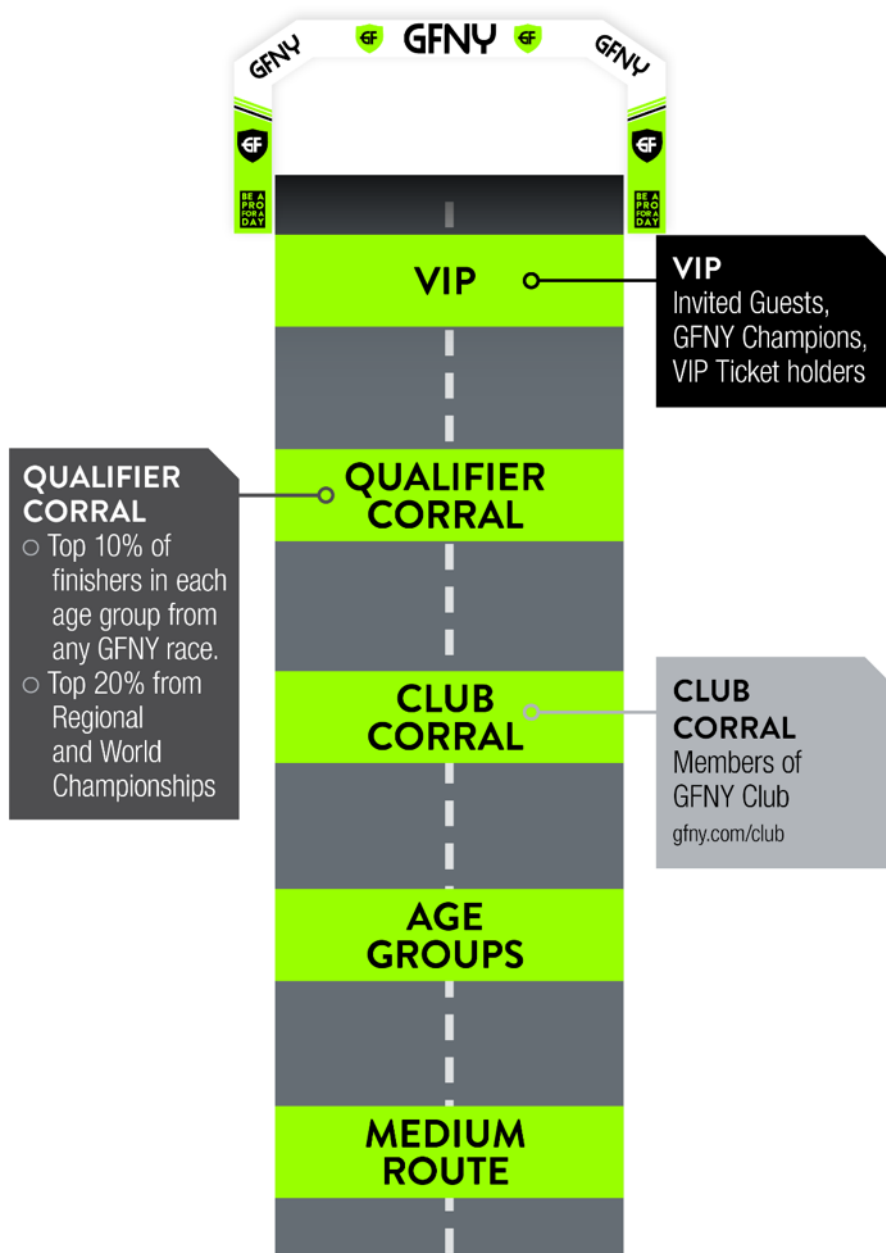




PARTENZA // THE START

A ogni corridori viene assegnato un numero di gara corrispondente al tipo di iscrizione, allo stato della qualifica e al tempo della registrazione. Il tuo griglia di partenza dipende dal numero di pettorale. "Saltare" la griglia (partendo da griglia non assegnato al tuo numero) comporterà una penalità di 10 minuti aggiunta al tuo tempo di arrivo.

Every rider is assigned a race number corresponding to his or her ticket type, qualification status and time of registration. Your start corral depends on your pre-assigned bib number. "Jumping" a corral (starting in a corral not assigned to your number) will result in 10-minute penalty added to your finish time.



PARCHEGGIO // PARKING

1. Via di Collazzi - Via del Vecchio Cimitero (ripida, strada sterrata // steep gravel road) - €0
2. P5: Piazza Pietro Nenni – Camper & macchina, ha il tubo per il lavaggio della bici // has hose for bike wash
3. P7: Via dell'Oriolo
4. P8: Via dei Filosofi
5. Viale 1 Maggio, Parcheggio scuola
6. P4: Via Delle Lettere
7. Parrocchia Santa Maria di Grazie
8. Via di Totona & SP 146 Chianciano

Montepulciano offre navette dai parcheggi alla Fortezza di Montepulciano.

Montepulciano has a shuttle bus to/from parking lots and Fortezza di Montepulciano.



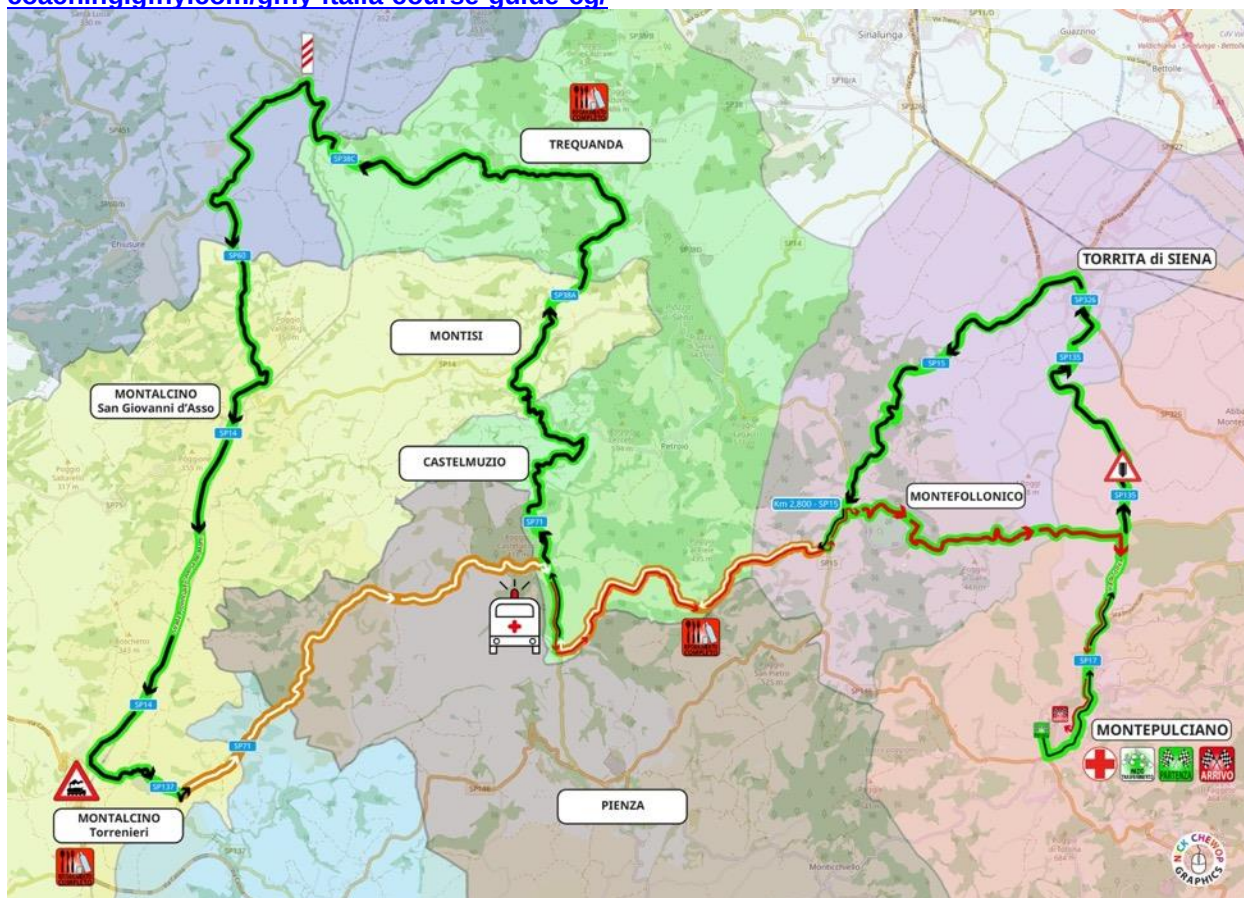
PLANIMETRI DI GARA – COURSE MAP

Map: ridewithgps.com/routes/29402293

Video: youtu.be/7ML4zmX6MjA

For course tips and guidance read our GFNY Italia Course Guide here:

coaching.gfny.com/gfny-italia-course-guide-cg/





INFORMAZIONI IMPORTANTI SULLA GARA

RESTARE SEMPRE SULLA DESTRA

Devi sempre cercare di stare il più a destra possibile per lasciare spazio al passaggio di altri ciclisti.

Devi sempre rimanere nella corsia di destra, e non superare mai la linea centrale. Se non hai spazio il giusto per passare, allora devi restare indietro e non passare.

I VEICOLI DI SUPPORTO PRIVATO NON SONO AMMESSI

I partecipanti, avranno il supporto degli organizzatori per tutta la durata della gara. Immagina che tutti i 1000 corridori abbiano il proprio veicolo di supporto privato: il traffico che creerebbe, le condizioni non sicure, e la brutta esperienza che i partecipanti vivrebbero. I veicoli di supporto privati quindi, non sono consentiti e tutti i corridori che non rispetteranno le regole causano condizioni non sicure per gli altri ciclisti e impatti sul traffico saranno squalificati dalla gara. Inoltre, molte parti del percorso sono completamente chiuse alle auto.

Ti assicuriamo che la sicurezza dei nostri ciclisti è la nostra priorità assoluta, e per questo motivo le auto di supporto private o personali non sono consentite per nessun pilota. GFNY si prende cura dei corridori sul campo di gara.

NESSUNA ASSISTENZA PERSONALE

I corridori di GFNY Italia non possono ricevere assistenza esterna. È vietata l'assistenza esterna da parte di non partecipanti e veicoli di supporto privati in qualsiasi luogo, al di fuori dei punti di soccorso ufficiali della gara.

Inoltre, i corridori di GFNY Italia non sono autorizzati a scambiare oggetti e materiali tra i partecipanti. Ogni stazione di soccorso fornirà acqua, bevanda energizzante, soda e cibo di base per mantenerti in forma durante la gara. Se hai esigenze nutrizionali speciali, ti incoraggiamo a portare la tua alimentazione da gara, che sia sufficiente per l'intero percorso.

Nota che nel ciclismo, non c'è una consegna al volo nelle stazioni di soccorso. Dovrai fermarti alle stazioni di soccorso se hai bisogno di riempire la tua bottiglia d'acqua o prendere qualcosa da mangiare. Tieni presente che, ricevere aiuto da qualcuno in piedi a lato della strada non è affiliato alla gara o, da un veicolo non ufficiale/neutro è contro le regole e può portare alla squalifica. Accettare assistenza esterna, è contro le regole di GFNY Italia. Puoi accettare l'assistenza solo del personale ufficiale della GFNY e dei volontari sul percorso, sia nelle stazioni di soccorso che tramite i veicoli di supporto neutrali.

STAZIONI DI SOCCORSO E DI RISTORO

I ristori si trovano al KM 24 (settore I), KM 42, KM 66, KM 85 (settore III). Ogni stazione di assistenza fornirà acqua, GO Electrolyte, gels SIS, barrette SiS, una bevanda zuccherata (coca cola o soda) e altro cibo di base per mantenerti in forze durante la gara. Se hai esigenze nutrizionali speciali, ti incoraggiamo a portare la tua alimentazione per la gara.

ASSISTENZA MEDICA

Le stazioni di soccorso avranno forniture mediche di base. Nel caso in cui tu abbia un piccolo incidente sul percorso o un'eruzione cutanea e desideri solo pulire una ferita per poi continuare, sarai in grado di farlo nelle apposite stazioni di soccorso.

Se assisti a un incidente grave che richiede una chiamata medica di emergenza, devi fermarti e chiamare il 911. Ricorda che sei obbligato a fermarti e offrire assistenza a meno che non ci siano già almeno 3 persone che aiutano. Puoi continuare se a) il ciclista sta bene oppure b) arriva il personale medico. Al traguardo, ci sarà un'unità EMS.



MECCANICO

Portati gli attrezzi e camere d'aria, caso di foratura potrai riparare la tua ruota e proseguire la tua gara. Ti suggeriamo di affrontare la gara con pneumatici in ottime condizioni, se non lo sono e si trovano in uno stato di usura particolare, allora ti suggeriamo di sostituirli per ridurre al minimo il rischio di foratura. L'assistenza meccanica è disponibile alla linea di partenza, in ogni punto di ristoro e un meccanico che sarà a rotazione.

CRONOMETRAGGIO

GFNY Italia è cronometrato dall'inizio alla fine. I risultati saranno disponibili nel tuo account gfny.cc subito dopo la gara. Potrai anche vedere i risultati della tua gara su gfny.cc/results/2021/italia. Se hai domande sul tuo risultato, consulta i cronometristi direttamente al traguardo o via e-mail a info@gfny.com. I chip di cronometraggio usa e getta sono fissati sul retro della piastra della bicicletta. Assicurarsi di attaccare la targa bici nella parte anteriore della bicicletta non piegare il numero di gara in modo da permettere una corretta lettura del chip e del numero nei punti di controllo durante il percorso.

REGOLE

Vi preghiamo di leggere attentamente le regole di gara della seguente pagina italia.gfny.com/regolamento.

NUMERO DI GARA

Ogni partecipante a GFNY Italia riceverà il braccialetto ufficiale della gara attaccato al polso al momento del ritiro del pacco di gara. Sul braccialetto troverai il numero di telefono di gara. Nel caso tu abbia bisogno di un meccanico o di abbandonare la gara, puoi chiamare il numero e verremo a prenderti con uno dei nostri furgoni. Avremo bisogno di conoscere il tuo nome, numero di partecipante e numero di miglia o un altro modo per trovare la tua posizione. In caso di emergenza, chiama il 911. Il numero Hotline è per le chiamate non pericolose per il ritiro di un furgone.

QUALIFICAZIONI

Poiché GFNY Italia 2021 funge da campionato europeo, il 20% di ogni fascia di età si qualificherà per la griglia di partenza in ogni evento GFNY World per 380 giorni.

CHIUSURA

La gara terminerà alle 16.00, dopo 7 ore dall'inizio.

AMBIENTE

GFNY si impegna a proteggere l'ambiente. È vietato qualsiasi smaltimento di rifiuti o cibo al di fuori dei contenitori ad essi designati presso le stazioni di soccorso o le "zone ecologiche". Infrangere questa regola potrebbe comportare una penalità temporale, una squalifica o un divieto a vita presso GFNY.

Si prega di fare riferimento al punto 8 del regolamento GFNY Italia (italia.gfny.com/regolamento).

I punti di soccorso sono Eco Zone. Le squadre di pronto soccorso della GFNY puliscono l'area intorno alla loro stazione di soccorso e abbiamo bidoni ecologici per i ciclisti. I cassonetti ecologici vengono posizionati prima e dopo la stazione se vuoi liberarti della spazzatura dalle tasche, non devi andare in stazione di soccorso, puoi lasciare la tua spazzatura negli eco cassonetti. Non gettare i rifiuti al di fuori delle Eco Zone designate.

A tutti i ciclisti verranno fornite maglie con tasche laterali per fornire spazio extra destinato a contenere la spazzatura fino al prossimo punto di ristoro.

Puoi leggere di più sulle iniziative Eco che GFNY ha intrapreso su gfny.com/environment.



IMPORTANT RACE INFORMATION

ALWAYS STAY TO THE RIGHT

You must always stay as far to the right as possible to leave space for other cyclists to pass.

You must always stay in the right-hand lane. Never cross the center line. If you don't have space to pass, then you must stay behind, and do not pass.

FOLLOW VEHICLES PROHIBITED

GFNY Italia riders have full event support from the race. Imagine all 1000 riders having their own personal support car - the traffic it would create, the bad rider experience, and above all the unsafe conditions. **Private support vehicles are not permitted and any riders having support cars causing unsafe conditions for other cyclists and traffic impacts will be disqualified from the race.** Plus, several parts of the course are fully closed to cars.

Please be assured that we take our riders' safety as a top priority, and for this reason private or personal support cars are not permitted for any rider. GFNY takes care of the riders on the race course.

NO PERSONAL ASSISTANCE

GFNY Italia riders are not permitted to receive outside assistance. Outside assistance from non-participants, private support vehicles or in any location outside of official race aid stations is prohibited.

In addition, GFNY Italia riders are not permitted to exchange objects and materials between participants.

Each aid station will provide water, electrolyte drink, soda and basic food to keep you fueled through the race. If you have any special nutritional needs, we encourage you to bring your own race nutrition, and enough to last you for the entirety of the race.

Note that in cycling, there is no handing-on-the-fly at aid stations. You will need to stop at aid stations if you need to refill your water bottle or grab something to eat. Note that receiving aid from someone standing at the side of the road who is not affiliated with the race, or from a non-official/neutral vehicle is against the rules and can lead to disqualification. Do not accept outside assistance, it is against GFNY Italia rules. You can accept assistance from official GFNY staff and volunteers on the course, either at the aid stations or the neutral rolling support vehicles.

AID STATIONS

The aid stations are located at KM 24 (sector I), KM 42, KM 66, KM 85 (sector III). Each aid station will provide water, SiS GO electrolyte & calorie drink, SiS gels, SiS bars, soda and basic food to keep you fueled through the race. If you have any special nutritional needs, we encourage you to bring your own race nutrition, and enough to last you for the entirety of the race.

MEDICAL

Aid stations will have basic medical supplies. In case you have a small crash on the course and road rash and just want to clean a wound and continue, you will be able to do this at the aid stations.

If you witness a serious crash that requires emergency medical call, you must stop and call 911. Remember that you are obliged to stop and offer assistance unless there are already at least 3 people helping. You can continue if a) the rider is fine or b) the medical personnel arrives.

At the Finish Line, there will be an EMS unit stationed.



RACE GUIDE 2021



MECHANICAL

Bring tools and spare tubes in order to be able to quickly fix your bike issue and continue with the event. Put on new tires to minimize the risk of a puncture; old tires are much more likely to get punctures than new tires.

Mechanical assistance is available at the start line, at each aid station and one mechanic who will be rolling.

TIMING

GFNY Italia is timed start to finish. Results will be available in your gfny.cc account immediately following the race. You will also be able to see your race results at gfny.cc/results/2021/italia. If you have any questions about your result, please consult with the timers directly at the finish line or via email to info@gfny.com.

The disposable timing chips are attached to the back of your bike plate. Make sure to attach the bike plate at the front of your bike and not bend your race number so the timing chip is read correctly at the checkpoints along the course.

RULES

Please be sure to read the race rules, found a italia.gfny.com/rules to get familiar with them.

RACE HOTLINE

Every GFNY Italia participant will get the official race wristband attached to their wrist at the time of packet pickup. On the wristband, you will find the race hotline number. In case you have a mechanical or need to abandon your race, you can call the number and we will pick you up with one of our vans. We will need to know your name, participant number and mile # or another way of finding your location.

In case of an emergency, call 911. The Hotline number is for non-life-threatening calls for a van pickup.

QUALIFICATION

Because GFNY Italia 2021 serves as the European championship, 20% of each age group will qualify for the racer corral at every GFNY World event for 380 days.

CUTOFF

The course closes 16.00, after 7 hours.

ENVIRONMENT

GFNY is committed to protecting the environment. Any discarding of trash or food outside the designated trash receptacles at the aid stations or "eco zones" is prohibited and can lead to a time penalty or disqualification and a lifelong ban at GFNY.

Please refer to point 8 of the GFNY Italia rules (italia.gfny.com/rules).

Aid stations are Eco Zones. GFNY aid station teams clean up the area all around their aid station, and we have Eco bins for riders. Eco bins are placed before and after the station if you want to get rid of your trash from your pockets, you don't have to go into the aid station, you can drop your trash into the Eco bins. Do not throw trash outside of designated Eco Zones.

And we provide jerseys to all riders that have side pockets to provide extra space for holding trash until the next aid station.

You can read more about the Eco initiatives that GFNY has undertaken at gfny.com/environment.

CODE OF CONDUCT

KEEP THESE RULES IN MIND IN ORDER TO AVOID
TIME PENALTIES OR DISQUALIFICATION

AEROBARS

For safety reasons, aero bars are not permitted. Unsafe bikes can be banned at any time during the event.

RIGHT LANE RULE

You must ride on the right hand side of the road at all times (and the left in countries where that is the law).

HEADPHONES

Don't wear headphones. No exceptions. You need to be aware of your surroundings.

FIRST AID

If a rider is lying on the ground and is visibly in difficulty, stop and help unless there are already at least three people helping. You can continue if a) the victim is fine or b) medical personnel have arrived. Help others, you may need help one day!

URINATION

Please utilize the designated toilets. Do not pollute private or public land.

TRASH

Please do not pollute the environment. Your GFNY jersey has a pocket at each side for your trash. There are ECO ZONES along the course with large bins for disposal on the fly.



OFFICIAL JERSEY & WRISTBAND

You must wear the official race jersey and wristband

OUTSIDE ASSISTANCE

Do not accept outside assistance at any place other than the official aid stations or from rolling neutral race support. It's unfair to your fellow riders.



RIDE THE COURSE

Ride on the route marked by GFNY. We have several checkpoints along the route to verify that you are completing the designated course.



RESPECT

Be courteous and respectful to your fellow riders, volunteers, spectators and staff – thank you!



OBEY POLICE INSTRUCTIONS

Worse than being disqualified, disobeying direct police instructions may carry bigger consequences like fines, tickets or even a ride to the police station. Police are working for your safety during the whole event. If a police officer tells you instructions, which are likely for your own safety, you must obey Police instructions.





SPETTATORI // SPECTATORS

Arrivo

La salita finale prima dell'arrivo in piazzagrande è perfetta, attendi sul lato della strada il passaggio dei corridori e incitali a scollinare; qui il tuo tifo spingerà gli atleti a portare a termine la loro sfida e il tuo tifo sarà apprezzato.

Dove vedere il tuo corridore sul percorso:

1. Partenza // Start
2. Torrita di Siena: Piazza Matteotti
3. Pienza
4. Torrenieri
5. Montefollonico

Alle famiglie e spettatori che vogliono vedere i loro corridori, suggeriamo di appostarsi sulla strada provinciale SP146 (linea rossa sulla mappa). Le aree cerchiare in viola sono partenza ed arrivo e altri spot migliori.

Finish

Go to the final climb and cheer the riders who are fighting the steep road to the finish line. Your cheering in this location will be the most appreciated by arriving riders.

Cheering points on the course:

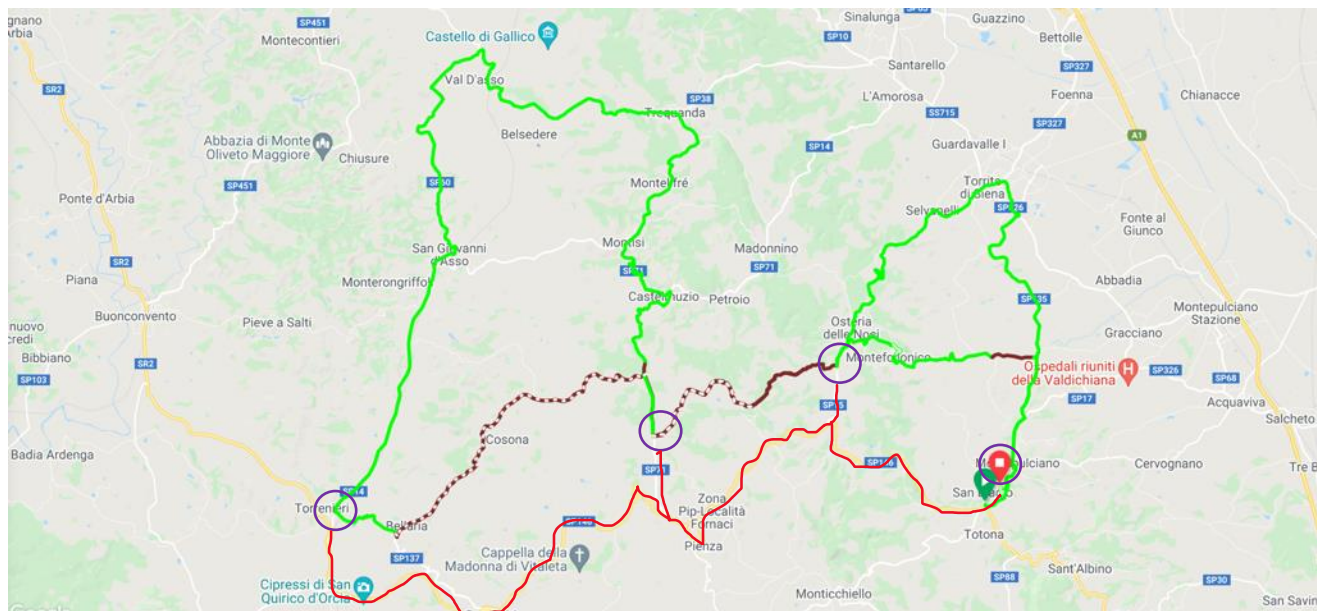
1. Partenza // Start
2. Torrita di Siena: Piazza Matteotti
3. Pienza
4. Torrenieri
5. Montefollonico

For family & spectators who would like to see your rider, please use SP 146 (Strada Provinciale 146) (red line in diagram below) to access start/finish and 3 other points on the course (purple line below).

[In Torrenieri](#)

[In Pienza](#)

[Near Montefollonico](#)



USEFUL ITALIAN CYCLING WORDS

buongiorno	good morning	crepi	you too, reply to "in bocca al lupo"
buona sera	good evening	occhio	caution (literarily means "eyes")
ciao	hi	a sinistra	on the left
salve	hi among sports people	a destra	on the right
grazie	thank you	piano	slow
alle griglie	to starting corrals	macchina	car
partenza	start	borraccia	bottle
in bocca al lupo	good luck (direct translation "in the mouth of the wolf")	acqua	water
arrivo	finish	discesa pericolosa	dangerous descent
strada dissestata	road with potholes, rough road		



DOPO GARA

RISTORI

All'arrivo ci sarà uno Stand dove offriremo acqua e drink recovery SIS REGO Rapid Recovery, soda e spuntini per aiutarti a recuperare.

PASTA PARTY TO GO

Ogni partecipante riceve un pasto gratuito dopo la gara; il braccialetto che avrai al polso ti permetterà di ritirare il il buonopasto per il pasto postgara. Il pasto post gara sarà confezionato per il take away, per motivi legati al Protocollo Covid non ci saranno posti a sedere disponibili.

PREMIAZIONI

La Cerimonia di Premiazione si svolgerà in Piazza Grande appena i primi 3 classificati saranno giunti al traguardo. A causa delle norme di sicurezza in vigore, la cerimonia di premiazione onorerà solo i primi 3 vincitori assoluti femminili e maschili.





AFTER THE RACE

REFRESHMENT

At the finish line there will be a tent with water, SiS Rego Rapid Recovery, soda and basic food to refuel you.

PASTA PARTY

Each rider receives a complimentary meal after the race; the wristband attached to your wrist at race packets pickup serves as your post-race meal ticket. The post-race meal will be packed up for take away, for safety reason there will be no seating available.

AWARDS

At 13:00, the Awards Ceremony will take place at Fortezza di Montepulciano. Due to safety regulation in place, the awards ceremony will only honor the first 3 overall female and male winners.





MEDAGLIE // MEDALS

Tutti i corridori dopo aver tagliato il traguardo verranno premiati con la medaglia di finisher GFNY Italia. All riders will receive their GFNY Italia medal at the finish line.



GFNY 3x2021 MEDAGLIE // GFNY 3x2021 MEDAL

La tua gara è molto di più che un singolo risultato. Oltre alla medaglia di finisher di GFNY Italia 2020 potrai avere anche quella di 3x finisher portando a termine per esempio GFNY Alpes Vaujany e GFNY Cozumel.

Your racing just got a whole lot more rewarding! Besides the great GFNY Italia medal that you'll receive at the finish line of GFNY Florida Sebring 2021, you also earn a "finish" towards earning the 3x2021 medal. Finish 3 GFNYs (for example: Cozumel, Uruguay, Italia) in 2021 to earn this beautiful, brag-worthy medal.



GFNY 3x2021 MEDAGLIE // GFNY 10x / 20x / 30x / 40x MEDAL

Ogni 10 GFNY che porterai a termine, includendo la prima edizione del 2011, verrai premiato con la medaglia di 10X/20X/30X/40X finisher.

For every 10 GFNYs that you finish (counting from the first GFNY in 2011), you will get special 10x / 20x / 30x / 40x medals.



QUALIFICHE // QUALIFICATION

I qualificati di ogni categoria che rientrano nel ranking dei primi 20%, si qualificheranno per GFNY World Championship a New York del 15 maggio per i successivi 380 giorni.

Top 20% of finishers in each age group qualify for racer corral at the GFNY World Championship NYC on May 15, 2022 and GFNY World races for 380 days.



FOTOGRAFO UFFICIALE: SPORTOGRAF

Sportograf è il fotografo ufficiale del GFNY Italia. Nessuno mi toglie migliori foto di voi. Ottenere un pacchetto di Foto-Flat di cui almeno 10 foto personali e tutte le foto dell'evento per soli € 24,99. Visita sportograf.com/en/shop/event/5144 dopo la gara per vedere e acquistare le foto.

OFFICIAL PHOTOGRAPHY: SPORTOGRAF

Don't forget to smile! Sportograf is the official photography service of GFNY Italia with photographers stationed along the course and on motos. No one takes better pictures of you. Get a Photo-Flat package including at least 10 personal photos and all event pictures for only €24.99. Visit sportograf.com/en/shop/event/5826 after the race to view and purchase your race photos.



GRAN FONDO NEW YORK

LA CORSA LA FANNO I CORRIDORI

ARRIVO



GFNY ITALIA

italia.gfny.com