



RACE GUIDE

April 6, 2025

SOMMARIO

Programma dell'evento	3
Parcheggio	5
Preparazione per la gara	6
Come attaccare il tuo numero di pettorale	10
Maglia ufficiale	12
Squadra GFNY	12
Spettatori	13
La partenza	14
Percorso	15
Informazioni importanti sulla gara	17
Dopo la gara	25
Medaglia e qualificazione	26
Fotografia ufficiale: Sportograf	28

TABLE OF CONTENTS

Schedule of Events	4
Area Map	5
Preparing for the race	8
How to place your BIB number	11
Official Race Jersey	12
GFNY Gear	12
Spectators	13
The Start	14
Course	15
Important Race Information	21
After the race	25
Medal and Qualification	26
Official photography: Sportograf	28

PROGRAMMA DEGLI EVENTI

VENERDI, 4			
9AM		Uscita in gruppo, 2hrs	La Cattedrale
2PM	5PM	Expo e ritiro pacchi gara	La Cattedrale
6PM		Aperitivo gratuito	Verd'olivo
SABATO, 5			
9AM		Uscita in gruppo, 1-2hrs	La Cattedrale
9AM	5PM	Expo e ritiro pacchi gara	La Cattedrale
DOMENICA, 6			
5:45AM	6:45 AM	Ritiro pacchi gara	La Cattedrale
7:15AM		Apertura dell'area di partenza e orario di arrivo consigliato all'area di partenza	Piazza del Duomo
7:45AM		Chiusura delle griglie	Piazza del Duomo
8AM		PARTENZA della GFNY Pistoia	Piazza del Duomo
10AM		Apertura della Zona di Recupero e inizio della pasta party	La Cattedrale
12PM		Prima premiazione per i multi-finisher	La Cattedrale
12:15PM		Premiazioni	La Cattedrale
12:45PM		Il percorso si chiude	La Cattedrale
12:45PM		Seconda premiazione per i multi-finisher	La Cattedrale
2PM		Fine dell'evento	La Cattedrale

SCHEDULE OF EVENTS

FRIDAY, APRIL 4			
9AM		Group Ride, 2hrs - led by former World Champion, Edita Pucinskaite	La Cattedrale
2PM	5PM	Expo & Registration open	La Cattedrale
6PM		Aperitivo	Verd'olivo
SATURDAY, APRIL 5			
7AM		Group Ride, 1-2 hrs	La Cattedrale
11AM	7PM	Expo & Registration open	La Cattedrale
SUNDAY, APRIL 6			
5:45AM	6:45 AM	Packet Pick up (Available only with a green Race Pass. If you don't have one, contact us in advance. Race morning assistance will be limited and having a green pass speeds up the packet pickup process.	La Cattedrale
7:15AM		Start area opens & recommended arrival time to the Start Area	Piazza del Duomo
7:45AM		Start corrals close	Piazza del Duomo
8AM		START of GFNY Pistoia	Piazza del Duomo
10AM		Recovery Zone opens & Post-race meal begins	La Cattedrale
12PM		First multi-finisher ceremony	La Cattedrale
12:15PM		Awards ceremony	La Cattedrale
12:45PM		Course closes	La Cattedrale
12:45PM		Second multi-finisher ceremony	La Cattedrale
3PM		End of Festivities	La Cattedrale

INDICAZIONI GPS // ADDRESSES FOR GPS

VENERDÌ E SABATO	DOMENICA
Expo La Cattedrale	Parking for riders Parccheggio Biblioteca Parccheggio San Giorgio Parccheggio Pertini
Parking Expo Parccheggio Biblioteca Parccheggio San Giorgio Parccheggio Pertini	Timing Start Piazza del Duomo
	Timing Finish Piazza del Duomo
	Post race Celebrations La Cattedrale
	Parking for supporters Parccheggio Biblioteca Parccheggio San Giorgio Parccheggio Pertini

PREPARAZIONE PER LA GARA

2 MESI PRIMA

1. Quando prenoti il volo, controlla la politica della compagnia aerea per volare con la bicicletta. Ti consigliamo sempre di volare con la tua bici perché è l'unico modo per avere la garanzia di avere esattamente il modello e la misura di bici che desideri, con i componenti, la sella e i pedali che desideri.
2. Rimani aggiornato sulle notizie relative alla gara controllando il nostro sito Web, la pagina Facebook e leggendo le notizie via e-mail.
3. Vai in bici! Fai il chilometraggio e le salite necessarie per prepararti alla gara.

1 MESE PRIMA

1. Vai al tuo account gfnyc.com e rivedi i tuoi dati per taglia della maglia, distanza, nome della squadra, informazioni di contatto di emergenza; Puoi apportare modifiche ai dati presenti in questa registrazione fino a 21 giorni prima della gara.
2. **Fai una messa a punto completa della bici e metti delle gomme nuove.** Il problema meccanico più grande il giorno della gara è la guida con pneumatici vecchi e usurati e biciclette senza manutenzione. Se stai allenando il tuo corpo per partecipare al GFNY, prepara anche la bici per essere pronta per la gara. La disponibilità last minute dei componenti della bicicletta sul sito non è garantita.
3. La tua ultima possibilità di aggiornare il tuo recinto a la griglia rossa è prima del limite di 21 giorni.
4. 21 giorni prima della gara iniziamo il processo di assegnazione del numero e non è possibile apportare ulteriori modifiche ai dati dell'atleta online. Se hai qualcosa da cambiare, vieni a trovarci allo sportello Athlete Solutions alla fiera.

2 SETTIMANE PRIMA

1. Riceverai un'e-mail una volta aperta la registrazione online, solitamente 2 settimane prima del giorno della gara. Puoi accedere al Check-in seguendo il collegamento nell'e-mail o accedendo al tuo account [GFNY.com](https://gfnyc.com) e facendo clic sul pulsante Check-in accanto al biglietto della gara.
2. Una volta completata la registrazione online, riceverai il tuo GFNY Race Pass, che conterrà il tuo numero di pettorale, il codice QR e l'orario di ritiro del pacchetto selezionato.
3. Si prega di leggere la Guida alla gara per acquisire familiarità con tutti i dettagli importanti della gara e le informazioni sulla sicurezza.

BAGAGLI PER LA GARA

1. Controlla la lista dei bagagli del GFNY per assicurarti di non dimenticare nulla: gfnyc.com/pdfs/checklist.pdf
2. Sei sempre preparato per tutti i tipi di tempo e prepara le opzioni di abbigliamento per salire e scendere dalla bici.
 - Assicurati di portare con te la pompa da pavimento, le ruote di scorta, le camere d'aria di ricambio e gli attrezzi.
 - Per riscaldarsi, in caso di condizioni meteorologiche estreme, portare una coperta di emergenza in mylar, un casco extra, guanti extra, calzini protettivi extra.
 - Non dimenticare la tua alimentazione sportiva preferita.
 - Se a casa piove, forse non uscirai per allenarti. Ma se stai andando ad una gara, probabilmente uscirai, anche se il tempo è brutto. Quindi, rendi un po' più semplice una giornata difficile avendo l'attrezzatura giusta.
 - Per sicurezza, metti un set di abbigliamento, scarpe da ciclismo, pedali e casco nel bagaglio a mano, nel caso in cui il bagaglio venga smarrito o subisca ritardi. Se sei molto esigente riguardo alla tua sella, non imbarcarla nemmeno nel bagaglio da stiva.

TEMPO DI VIAGGIARE

1. Controlla la pagina del calendario degli eventi per vedere tutte le attività della settimana di gara, comprese le corse di gruppo, l'happy hour, gli orari dell'Expo e altro ancora.
2. Controlla il tuo itinerario di viaggio come orari dei voli, informazioni sugli hotel, trasferimenti aeroportuali, come raggiungere la mostra e la linea di partenza.

SETTIMANA DELLA GARA

1. Goditi tutte le cose divertenti che la destinazione ha da offrire.
2. Percorri alcune parti del percorso per sentirti a tuo agio nel nuovo ambiente.
3. Non dimenticare il riposo e il relax. Dormire bene sarà la chiave per sentirsi bene il giorno della gara.

RITIRO PACCO GARA

Il ritiro del pacco gara di persona è obbligatorio. Ogni partecipante dovrà presentarsi personalmente per effettuare il check-in e ritirare il proprio pacco gara.

DOCUMENTI NECESSARI PER IL RITIRO DEL PACCO GARA

1. Documento di identità con foto rilasciato dal governo (ad esempio passaporto, patente di guida ecc.)
2. Il tuo Race Pass, stampato o sul tuo cellulare
3. Il tuo biglietto, stampato o sul tuo cellulare

Se hai ricevuto il pass gara verde e sei in possesso del numero di gara, recati presso l'area ritiro pacchi.

Se hai ricevuto un pass gara giallo e non hai ricevuto un numero di gara, rivolgiti al tavolo "soluzioni".

RITIRA IL TUO PACCO GARA

1. Mostra il tuo pass gara.
2. Mostra il tuo documento d'identità con foto.
3. Controlla i tuoi dati personali riportati sulla busta, verifica che tutti i tuoi dati siano corretti e che il pacco gara sia tuo. Controlla il contenuto della busta per verificare che sulla busta siano presenti i numeri corretti. Il tuo pacchetto dovrebbe includere:
 - Numero della bicicletta con chip di cronometraggio. Non raddoppiare il numero della bicicletta. Raddoppiare il numero della bici potrebbe causare la rottura del chip di cronometraggio e la mancata registrazione del tempo. Stai attento!
 - 2 anelli girevoli per fissare il numero della bici sulla parte anteriore della bicicletta.
 - Numero di maglia, che attacchi alle tasche posteriori della maglia (sul lato non dominante)
 - 4 spilli di sicurezza
 - Adesivo per profili, da posizionare sul tubo superiore della bicicletta.
4. Riceverai il braccialetto del corridore attaccato al tuo polso.
5. Se è necessario apportare modifiche ai dati, visitare il tavolo "soluzioni" per correggere i dati.
6. Mantieni il tuo pacco gara facilmente accessibile e procedi al ritiro del pacco gara e della maglia gara. Quando ricevi ciascun articolo, i tuoi amichevoli volontari GFNY segneranno sulla tua busta che hai ricevuto gli articoli.
7. Se hai bisogno di provare o cambiare la maglietta, fermati al "cambio maglia".

In caso di domande, abbiamo un tavolo informazioni dedicato, separato dal tavolo delle soluzioni per gli atleti. Potresti avere domande sul percorso di gara, sulle regole o sulle categorie, ma il volontario per il ritiro dei pacchetti o lo scambio di maglia potrebbe non avere tutti i dettagli della gara, vieni a trovarci al banco informazioni. Noi siamo qui e non vediamo l'ora di rispondere alle vostre domande.

PREPARING FOR THE RACE - TIMELINE

3 MONTHS OUT

1. 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.
2. Keep up with any race-related news by checking our website, Facebook page and reading the email news.
3. **Get out and ride!** Get in the mileage and the climbing needed to prepare you for the race.

1 MONTH OUT

1. Go to your gfny.cc account and review your ticket for jersey size, distance, team name, emergency contact info - you can make changes to this ticket data until 21 days before the race.
2. **Get a complete bike 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, also prepare your bike to be race ready. Last-minute availability of bike parts is not guaranteed on site.
3. Your last chance to upgrade your corral to Club Corral is by the 21 day cutoff.
4. At 21 days before the race, we begin the number assignment process and no further athlete data changes are possible online. If you do have a change, visit us at the Athlete Solutions Desk at the expo.

2 WEEKS OUT

1. You will receive an email once Online Check-in is open, usually 2 weeks before race day. You can access the Check-in either by following the link in the email or by logging into your GFNY.cc account and clicking the Check-in button beside the race ticket.
2. Upon completing the Online Check-in, you will receive your GFNY Race Pass, which will contain your bib number, QR code and selected packet pickup time.
3. Read the Race Guide to get familiar with all the important race details and safety information.

PACKING

1. Review the GFNY Packing List to make sure you won't forget anything: gfny.com/pdfs/checklist.pdf
2. 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 an 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.

DEPARTURE TIME

1. Check the Schedule of Events page for all the race week activities like group rides, happy hour, expo hours, and more.
2. Check your travel itinerary like flight times, hotel info, airport transfers, how to get to the expo & start line.

RACE WEEK

1. Enjoy all the fun stuff that the destination has to offer.
2. Ride parts of the course to get comfortable with your new environment.
3. Don't forget rest & relaxation. Good sleep will be the key to feeling good on race day.

RACE PACKET PICKUP

In-person race packet pickup is mandatory. Each participant must come in person to check-in and pick up their race materials.

THINGS TO BRING WITH YOU FOR RACE PACKET PICKUP:

1. Government-issued photo identification document (E.g. passport, driver license)
 2. Your Race pass, printed or on your phone
 3. Your ticket, printed or on your phone
- If you received a green race pass and have a race number, proceed to the packet pickup area.
- If you received a yellow race pass and did not receive a race number, go to the Athlete Solutions Desk.

PICKING UP YOUR RACE PACKET

1. Scan your QR code.
2. Show your photo ID.
3. Look over your personal information on the envelope, verify that all your data is correct, and that the race packet belongs to you. Go through the contents of the envelope to check the correct numbers are in the envelope. Your packet should include:
 - Bike number with timing chip. Do not bend the bike number. Bending the bike number may cause the timing chip to break and not record your time. Be careful!
 - 2 twist ties to attach your bike number to the front of your bike.
 - Jersey number, which you attach to your jersey's back pockets (on your non-dominant side)
 - 4 safety pins.
 - Profile sticker, which you attach to your bike's top tube.
4. You will get the participant wristband attached to your wrist.
5. If you need to make any data changes, visit the Athlete Solutions Desk before you leave the expo to fix the data.
6. Keep your race packet easily accessible, and proceed to the goodie bag and race jersey pickup. When you receive each item, your friendly GFNY volunteers will mark your envelope that you've received the items.
7. If you need to try on or exchange your jersey, stop by Jersey Exchange, it has a fitting room and mirror for your convenience.

If you have any questions, we have a dedicated Information Desk aside the Athlete Solutions Desk. You may have questions about the race course, about the rules, or categories, but the volunteer at Packet Pickup or Jersey Exchange may not have all the race details, please visit us at the Information Desk. We are here and looking forward to answering your questions.



POSIZIONAMENTO CORRETTO DEL PETTORALE E DELLA TARGA DELLA BICICLETTA

LA MAGLIA GFNY RICEVUTA AL RITIRO DEL PACCO GARA È OBBLIGATORIA PER LA GARA



FISSA IL PETTORALE SULLE TASCHE POSTERIORI DELLA MAGLIA GFNY.
Posiziona il pettorale sul lato non dominante: se sei destro, attaccalo sulla tasca sinistra e centrale.

FISSA L'ADESIVO CON IL PROFILO ALTIMETRICO SUL TUBO ORIZZONTALE, VICINO AL TUBO STERZO.

L'adesivo con il profilo altimetrico offre un rapido riferimento ai punti chiave del percorso di gara.



FISSA LA TARGA DELLA BICI SULLA PARTE ANTERIORE DEL MANUBRIO.

Assicurati che il numero sia completamente visibile, non coperto da cavi o dal computer. Non piegare né modificare la targa della bici. Il chip di cronometraggio funzionerà solo se la targa è posizionata correttamente. Se hai un computer, usa solo il foro superiore su ciascun lato della targa per appenderla verticalmente, sotto il computer.

GFNY.COM

POSIZIONAMENTO ERRATO DEL PETTORALE E DELLA TARGA DELLA BICICLETTA



NO



NO



NO



NO





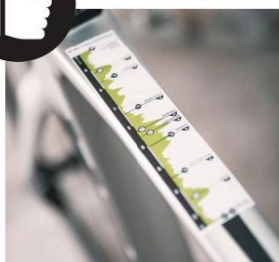
CORRECT BIB NUMBER & BIKE PLATE PLACEMENT

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.

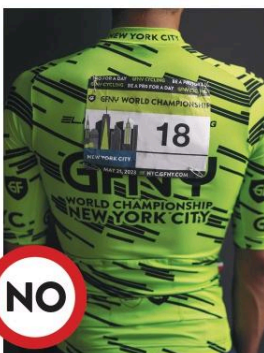


ATTACH THE BIKE PLATE TO THE FRONT OF YOUR HANDLEBARS.

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. If you have a computer, use only the top hole on each side of the bike plate to hang the bike plate straight down, below your computer.

GFNY.COM

INCORRECT BIB NUMBER & BIKE PLATE PLACEMENT



MAGLIA UFFICIALE // OFFICIAL RACE JERSEY

Maglia GFNY Pistoia – da indossare obbligatoriamente durante la gara, incluso nella quota di iscrizione.

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

KIT GFNY // GFNY GEAR

Abbigliamento GFNY sarà disponibile per l'acquisto alla fiera GFNY Pistoia.

GFNY gear will be available for purchase at the GFNY Pistoia expo.

SPETTATORI // SUPPORTERS

Noi di GFNY sappiamo che la dedizione al raggiungimento degli obiettivi e al raggiungimento del traguardo non è solo dell'atleta, ma coinvolge anche la famiglia, i partner e gli amici: le persone nella nostra vita che supportano il tuo atleta ogni giorno durante il viaggio verso l'inizio della gara. Dalla partenza all'arrivo - attraverso la formazione, la pianificazione, la logistica, i viaggi.

Vogliamo coinvolgere il più possibile i fan di GFNY nell'esperienza della settimana della gara! Di seguito troverai informazioni importanti sulla sicurezza e la logistica, oltre a consigli utili per rendere la tua esperienza della settimana di gara il più piacevole possibile.

EXPO

Familiari e amici sono invitati a unirsi ai nostri ciclisti all'expo.

ALL'INIZIO

Gli spettatori possono trovarsi attorno alla partenza/arrivo.

SUL PERCORSO

Gli spettatori possono entrare lungo il percorso.

AL TRAGUARDO

Gli spettatori possono trovarsi attorno alla partenza/arrivo.

At GFNY, we know the dedication to achieve goals and reach the finish line is not just solely the athlete's, but also involves family, partners, and friends - the people in our lives who support their athlete each day throughout the journey to the race's start line and finish line - through the training, the planning, the logistics, the travel.

We want to bring the GFNY Supporters into the race week experience as much as possible! Below please find some important safety and logistics information, as well as helpful advice to make the race week experience as enjoyable as possible.

EXPO

Family members and friends are welcome to join GFNY riders at packet pickup.

AT THE START

Spectators can be around the Start/Finish.

ON THE COURSE

Spectators can enter the course and watch the race from there.

FINISH LINE

Spectators can be around the Start/Finish.

LA PARTENZA

I pettorali vengono assegnati per tipologia di iscrizione, stato di qualifica, fascia di età e distanza. Puoi iniziare con i tuoi amici se sono assegnati alla tua stessa griglia di partenza. Se si trovano in una griglia di partenza diversa, puoi tornare indietro per iniziare con loro, ma loro non possono andare avanti per unirsi a te. "Saltare" in avanti rispetto ad una griglia (iniziando in una griglia non assegnato al tuo pettorale) comporterà una penalità di 10 minuti aggiunta al tuo tempo finale.

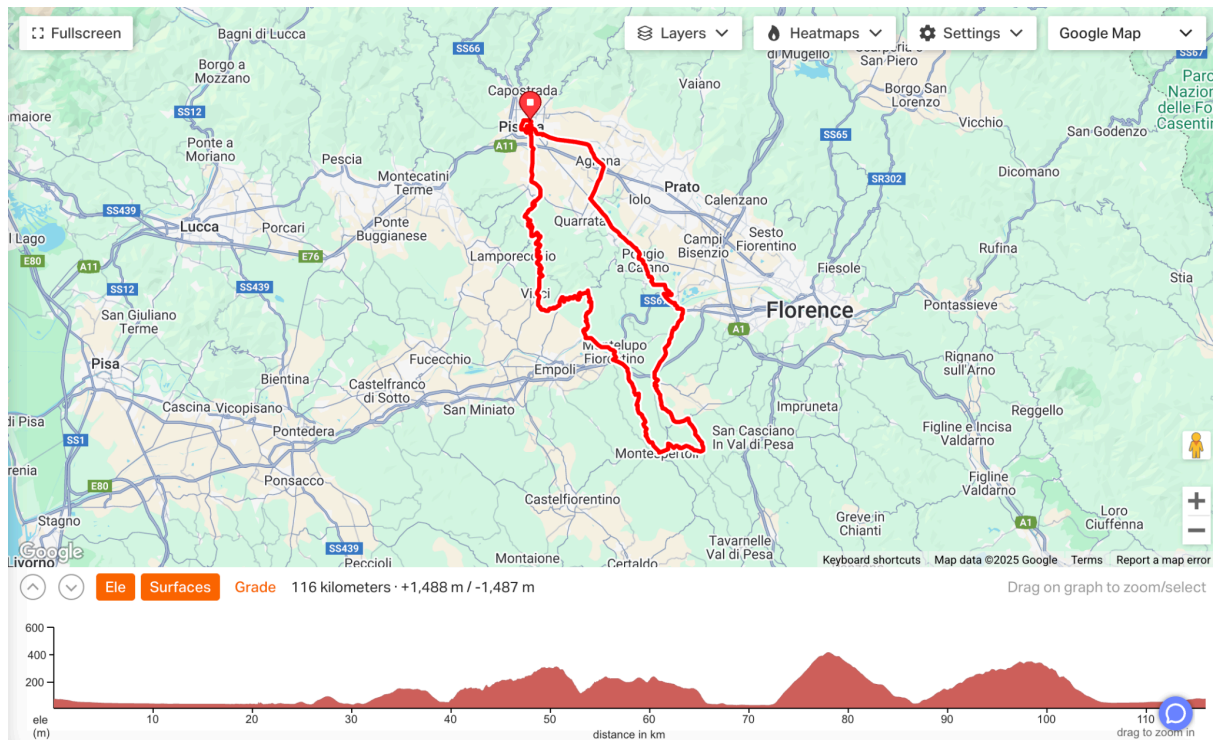
THE START

Race numbers are assigned by ticket type, qualification status, age group and distance. You can start with your friends if they are allocated to the same start corral as you. If they are in a different start corral, you can move back to start with them, but they cannot move forward to join you. "Jumping" forward a corral (starting in a corral not assigned to your number) will result in a 10-minute penalty added to your finish time.



IL LUNGO PERCORSO // LONG COURSE

Controlla e scarica qui il percorso lungo sul tuo GPS: <https://ridewithgps.com/routes/48874731>

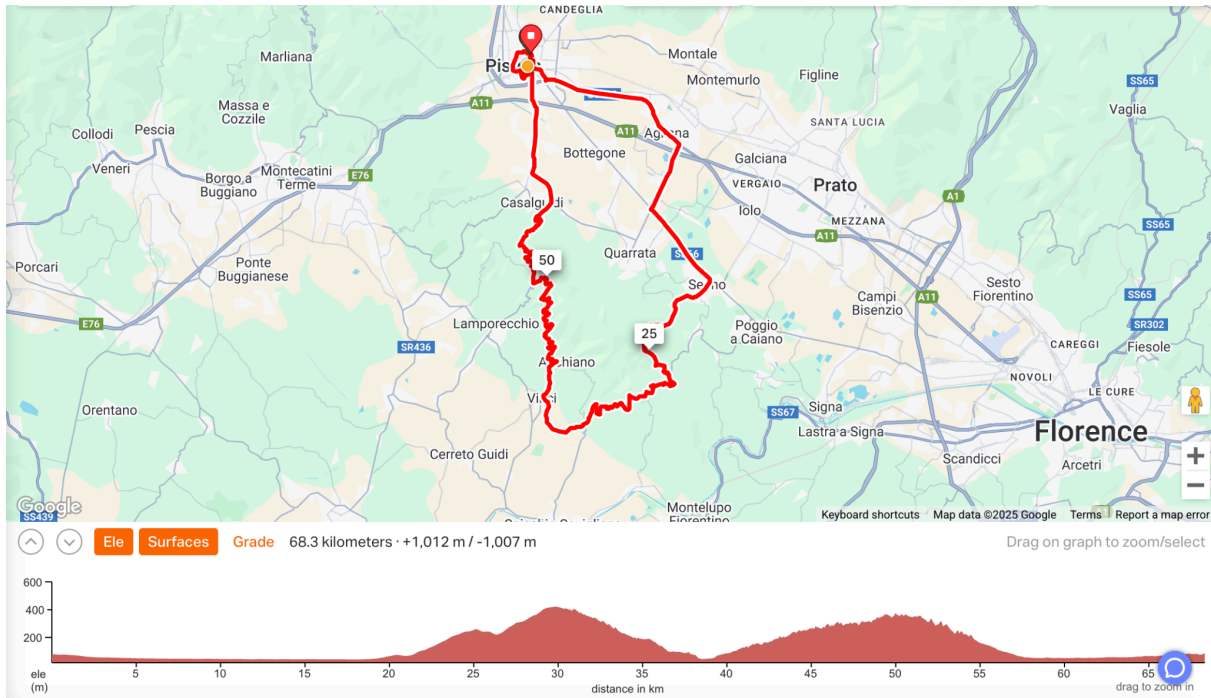


IL PERCORSO LUNGO È UNA COMPETIZIONE: Solo i finisher del percorso lungo hanno diritto alle classifiche di categoria e ai premi Assoluti e Podio. Se vuoi gareggiare e qualificarti nella tua categoria, devi completare il percorso lungo. *Il miglior 10% dei finisher del GFNY Pistoia in ogni fascia d'età guadagna un posto nel Qualifier Corral ad ogni GFNY World Event.*

LONG COURSE IS A COMPETITION: Only the finishers of the long course are eligible for category rankings and Overall and Podium awards. If you want to race and be ranked in your category, you must complete the long course. *Top 10% of GFNY Pistoia finishers in each age group earn a spot in the Qualifier Corral at every GFNY World event.*

PERCORSO MEDIO // MEDIUM COURSE

Controlla e scarica il percorso medio sul tuo GPS qui: <https://ridewithgps.com/routes/48874744>



IL PERCORSO MEDIO NON È UNA COMPETIZIONE: I corridori del percorso medio riceveranno il loro tempo dall'inizio alla fine, ma non saranno classificati in base al tempo di arrivo. Tutti gli orari di arrivo sono elencati in ordine alfabetico.

MEDIUM COURSE IS NOT A COMPETITION: The riders of the medium course will be provided their start-to-finish time, but will not be ranked by finish time. All finish times will be listed in alphabetical order.

INFORMAZIONI IMPORTANTI SULLA GARA

RESTARE SEMPRE A DESTRA

Molte strade sul percorso del GFNY Pistoia sono piccole, il che le rende più divertenti da percorrere e consentono un giro con meno auto.

Dovresti sempre rimanere il più a destra possibile per lasciare spazio al passaggio degli altri corridori. Dovresti rimanere sempre sulla corsia di destra. Non oltrepassare mai la linea centrale. Se non hai spazio per passare, dovresti restare indietro e non passare.

VEICOLI PERSONALI NON AMMESSI

I corridori del GFNY Pistoia hanno il supporto completo per la gara. Immagina che tutti i corridori abbiano la propria auto di supporto personale: il traffico che creerebbe, la scarsa esperienza del conducente e, soprattutto, le condizioni non sicure. **Non sono ammessi veicoli di supporto privati e i corridori con auto di supporto che causano condizioni non sicure per gli altri corridori e impatti sul traffico saranno squalificati dalla gara.** Inoltre, diversi tratti del percorso sono completamente chiusi al traffico automobilistico.

Ti assicuriamo che la sicurezza dei nostri passeggeri è la nostra massima priorità e per questo motivo non sono ammessi veicoli di supporto privati o personali per alcun passeggero.

NESSUNA ASSISTENZA PERSONALE

I corridori del GFNY Pistoia non possono ricevere assistenza esterna. È vietata l'assistenza esterna da parte di non partecipanti, veicoli di supporto privati o ovunque al di fuori delle stazioni ufficiali di assistenza alla gara.

DIVISIONE DEL CORSO

Il percorso del GFNY Pistoia è suddiviso in KM 18,3. I corridori del percorso lungo proseguiranno dritto, mentre i corridori del percorso medio si dirigeranno a destra per continuare il loro giro.

RISTORI

I ristoranti sono situati a chilometri 35 e 82, e poi all'arrivo.

Ogni punto di ristoro fornirà acqua, sali, bibite analcoliche e alimenti di base per mantenerti rifornito durante la gara. Se hai esigenze nutrizionali particolari, ti invitiamo a portare il tuo nutrimento per la gara e abbastanza per durare l'intera gara.

Si prega di notare che non è prevista la consegna in movimento ai punti di ristoro. Dovrai fermarti ai punti di ristoro se hai bisogno di riempire la bottiglia d'acqua o prendere qualcosa da mangiare. Si prega di notare che ricevere aiuto da qualcuno fermo sul lato della strada che non è affiliato alla gara, o da un veicolo non ufficiale/neutrale, è contro le regole e può portare alla squalifica. Puoi accettare l'assistenza dello staff ufficiale GFNY e dei volontari durante il percorso, presso i punti di soccorso o nei veicoli di supporto a ruote neutre.

AMBULANZE

I ristoranti avranno forniture mediche di base. Nel caso in cui tu abbia un piccolo incidente sul percorso e uno sfogo sulla strada e desideri semplicemente pulire una ferita e proseguire, puoi farlo presso i punti di soccorso.

Se assisti a un incidente grave che richiede una chiamata medica di emergenza, dovresti fermarti e chiamare 112. Ricorda che sei tenuto a fermarti e offrire assistenza a meno che non ci siano già

GFNY PISTOIA				
	PARTENZA	1	2	ARRIVO
LUNGO (KM)	0	35	82	116
MEDIO (KM)	0	-	34	68
ZONA ECO		GFNY EC ZONE	GFNY EC ZONE	
ACQUA				
NUTRIZIONE SPORTIVA				
SNACKS				
ASSISTENZA MECCANICA				
ASSISTENZA MEDICA				
RASTRELLIERE PER BICICLETTE				
MEDAGLIE E PREMI				

almeno 3 persone ad aiutare. Puoi continuare se a) il ciclista sta bene oppure b) arriva il personale medico. Al traguardo sarà posizionata un'ambulanza.

MECCANICO

Porta attrezzi e camere d'aria di ricambio in modo da poter risolvere rapidamente una foratura e continuare con l'evento. Monta pneumatici nuovi per ridurre al minimo il rischio di foratura; I pneumatici vecchi hanno molte più probabilità di sgonfiarsi rispetto a quelli nuovi.

Sulla partenza è disponibile l'assistenza meccanica. Un meccanico sarà lungo il percorso.

RISULTATI

GFNY Pistoia è cronometrato dall'inizio alla fine. I risultati saranno disponibili sul tuo account [gfny.cc](https://gfny.com) subito dopo la gara. Puoi anche visualizzare i risultati della tua gara su gfny.cc/results/. Se hai domande sul tuo risultato, chiedi ai cronometristi direttamente al traguardo o tramite e-mail all'indirizzo support@gfny.com

I chip di cronometraggio usa e getta sono fissati sul retro della piastra della bicicletta. Assicurati di posizionare la targa della bici sulla parte anteriore della bici e di non raddoppiare il numero di gara in modo che il chip di cronometraggio venga letto correttamente ai punti di controllo lungo il percorso.

REGOLAMENTO

Assicurati di leggere le regole di gara, trovate su <https://pistoia.gfny.com/regolamento/> per familiarizzare con esse.

HOTLINE PER LA GARA

Ogni partecipante al GFNY Pistoia riceverà al polso il braccialetto ufficiale della gara al momento del ritiro del pacco. Sul braccialetto troverai il numero della hotline della gara. Nel caso in cui avessi un problema meccanico o dovessi abbandonare la tua gara, puoi chiamare il numero e verremo a prenderti con uno dei nostri furgoni. Avremo bisogno di conoscere il tuo nome, il tuo pettorale e il luogo di dove sei.

In caso di emergenza, chiami 112. Il numero della hotline è riservato alle chiamate non pericolose per la vita per un camioncino.

COMPETENZA

Solo i finalisti del percorso lungo hanno diritto alle classifiche di categoria e ai premi Assoluti e Podio.

Ai corridori del percorso intermedio verrà indicato l'orario di partenza ma non verranno classificati in base all'orario di arrivo. Tutti gli orari di arrivo sono elencati in ordine alfabetico.

TEMPO LIMITE

Il percorso chiuderà alle ore 13:00, 5 ore dopo la partenza.

AMBIENTE

GFNY si impegna a proteggere l'ambiente. Gettare spazzatura o cibo al di fuori dei contenitori dei rifiuti designati nelle "zone ecologiche" è vietato e può comportare una penalità di tempo o squalifica.

Vedi punto 8 del regolamento GFNY Pistoia (<https://pistoia.gfny.com/regolamento/>)

I ristori sono Ecozone. Lì, GFNY pulisce l'area intorno al ristoro e disponiamo di eco-container per i corridori. Gli eco-bidoni sono posizionati prima e dopo i ristori. Se vuoi liberarti della spazzatura dalle tasche, non devi andare al punto di ristoro, puoi gettare la spazzatura negli eco-bidoni. Non gettare rifiuti al di fuori delle Eco Zone designate.

Puoi leggere di più sulle iniziative ambientali intraprese da GFNY su gfny.com/environment.

BAGNI

I bagni si trovano alla partenza e all'arrivo.

CODICE DI COMPORTAMENTO

RISPETTA QUESTE REGOLE PER EVITARE
PENALITÀ DI TEMPO O SQUALIFICA

**NIENTE APPENDICI
AERODINAMICHE
(AEROBARS)**



**INDOSSA LA
MAGLIA
UFFICIALE E I
BRACCIALETTI**

**RIMANI SULLA
TUA CORSIA**



**NESSUNA
ASSISTENZA
ESTERNA**

**VIETATE
LE CUFFIE**



**VIETATO URINARE IN
PUBBLICO**

**PRESTA
SOCCORSO
IN CASO DI
EMERGENZA**



**RISPETTA LO
STAFF, I
VOLONTARI, GLI
SPETTATORI E GLI
ALTRI CICLISTI**

**NON GETTARE
RIFIUTI. USA
LE ECO ZONES**



**OBBEDISCI ALLE
ISTRUZIONI DELLA
POLIZIA E DELLO
STAFF**

**SEGUI IL
PERCORSO
UFFICIALE**



**SII UN BUON OSPITE,
RISPETTA LA
COMUNITÀ LOCALE**

IMPORTANT RACE INFORMATION

ALWAYS STAY TO THE RIGHT

Many roads on the GFNY Pistoia course are small, which makes them more fun for cycling and allows for a course with a lower number of cars.

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 centerline. If you don't have space to pass, then you must stay behind, and not pass.

FOLLOW VEHICLES PROHIBITED

GFNY Pistoia riders have full event support from the race. Imagine all 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 Pistoia 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.

COURSE SPLIT

The GFNY Pistoia course splits at KM 18.3. Long course riders will continue straight, while medium course riders will turn right to continue with their race.

AID STATIONS

Aid stations will be located at: 35 km and 82 km along the course and at the finish line.

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 Pistoia 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.

GFNY PISTOIA				
	START	1	2	FINISH
LONG (KM)	0	35	82	116
MEDIUM (KM)	0	-	34	68
ECO ZONE		GFNY ECO ZONE	GFNY ECO ZONE	
WATER, SODA				
SPORTS NUTRITION				
SNACKS				
MECHANICAL				
MEDICAL				
BIKE RACKS				
MEDALS & AWARDS				

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 an emergency medical call, you must stop and call 112. 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.

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 and one mechanic who will be on the route.

TIMING

GFNY Pistoia is timed from 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/ If you have any questions about your result, please consult with the timers directly at the finish line or via email to support@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 at <https://pistoia.gfny.com/rules/?lang=en> to get familiar with them.

RACE HOTLINE

Every GFNY Pistoia 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 distance # or another way of finding your location.

In case of an emergency, call 112. The Hotline number is for non-life-threatening calls for a van pickup.

COMPETITION

Only the finishers of the long course are eligible for category rankings and Overall and Podium awards.

The riders of the medium course will be provided their start-to-finish time but will not be ranked by finish time. All finish times will be listed in alphabetical order.

CUTOFF

The course closes at 12:45pm.

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 Pistoia rules (<https://Pistoia.gfny.com/rules/?lang=en>).

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.

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

RESTROOMS

Restrooms are situated at the start and finish line.

CODE OF CONDUCT

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

NO AREOBARS



**WEAR THE
OFFICIAL
JERSEY AND
WRISTBAND**

**STAY ON YOUR
SIDE OF THE
ROAD**



**NO OUTSIDE
ASSISTANCE**



NO PUBLIC URINATION

NO HEADPHONES

**OFFER FIRST
AID ASSISTANCE**



**RESPECT STAFF,
VOLUNTEERS,
SPECTATORS,
AND FELLOW
RIDERS**

**NO LITTERING.
USE ECO ZONES**



**OBEY POLICE
AND STAFF
INSTRUCTIONS**

**FOLLOW
THE COURSE**



**BE A GOOD
GUEST, RESPECT
THE HOST
COMMUNITY**

DOPO LA GARA // AFTER THE RACE

RISTORO

All'arrivo sarà allestita una tenda con acqua, bibite e generi alimentari di prima necessità per ritemperarsi.

PASTa PARTY E PARCHEGGIO BICI

Ogni corridore riceve un pasto gratuito dopo la gara; assicurati di indossare il braccialetto poiché funge da buono pasto. Il pasto avrà luogo alla [Cattedrale](#). Se scegli di mangiare subito dopo aver terminato la gara, tieni presente che IL PARCHEGGIO BICICLETTE È OBBLIGATORIO, utilizza le rastrelliere fornite per il parcheggio autonomo.

PREMI

Alle 12:15 avranno luogo i premiazioni presso [La Cattedrale](#).

REFRESHMENT

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

POST-RACE MEAL & BIKE PARKING

Each rider receives a complimentary meal after the race; make sure you wear your wristband; it serves as your meal ticket. The post race meal is held at [La Cattedrale](#). If you choose to eat directly after finishing the race, please note that BIKE PARKING IS MANDATORY utilize the provided bike racks for self-parking.

AWARDS

At 12:30pm, the Awards Ceremony will take place at the [La Cattedrale](#)

MEDAGLIE E QUALIFICAZIONE // MEDALS AND QUALIFICATION

MEDAGLIA FINISHER UFFICIALE GFNY Pistoia

Tutti i corridori riceveranno al traguardo la medaglia GFNY Pistoia.

All riders will receive their GFNY Pistoia medal at the finish line.



QUALIFICAZIONE

Il 10% dei migliori classificati in ogni fascia d'età si qualifica per la griglia rossa al GFNY World Championship NYC a maggio e alle gare GFNY World per 380 giorni.

QUALIFICATION

Top 10% of finishers in each age group qualify for racer corral at the GFNY World Championship NYC in May and GFNY World races for 380 days.

MEDAGLIA GFNY 3xANNO

Le tue granfondo GFNY ora sono molto più gratificanti! Oltre alla bellissima medaglia del GFNY Pistoia che riceverai al traguardo del GFNY Pistoia 2025, ottieni anche un "Finish" verso la tua medaglia 3x2025. Finisce 3 GFNY (es: Pistoia, New York, Bremen) nel 2025 per vincere questa bellissima e degna medaglia.

MEDAGLIA GFNY 10x / 20x / 30x / 40x

Per ogni 10 GFNY che finisci (contando dal primo GFNY nel 2011), riceverai 10x/20x/30x/40x medaglie speciali

RACCOLTA DELLA MEDAGLIA MULTI FINISHER

Sarà possibile durante la cerimonia dei multifinisher.

GFNY 3xYEAR MEDAL

Your racing just got a whole lot more rewarding! Besides the great GFNY Pistoia medal that you'll receive at the finish line of GFNY Pistoia 2025, you also earn a "finish" towards earning the 3x2025 medal. Finish 3 GFNYs (for example: Pistoia, New York, Bremen) in 2025 to earn this beautiful, brag-worthy medal.

GFNY 10x / 20x / 30x / 40x MEDAL

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

PICKUP MULTI FINISHER MEDALS

Will be possible at the multi finisher awards ceremony.



OFFICIAL GFNY 10x 20x 30x 40x MEDALS

FOTOGRAFIA UFFICIALE: SPORTOGRAF

Non dimenticare di sorridere! Sportograf è il servizio fotografico ufficiale del GFNY Pistoia con fotografi lungo il percorso e in moto. Nessuno ti fa foto migliori. Ottieni un pacchetto Photo-Flat che include almeno 10 foto personali e tutte le immagini dell'evento per soli 39,99 Euro. Visita <https://www.sportograf.com/en/event/14858> dopo la gara per visualizzare e acquistare le foto della gara.

OFFICIAL PHOTOGRAPHY: SPORTOGRAF

Don't forget to smile! Sportograf is the official photography service of GFNY Pistoia 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 39.99 Euro. Visit <https://www.sportograf.com/en/event/14858> after the race to view and purchase your race photos.





 **GFNY PISTOIA**

pistoia.GFNY.com

April 6, 2025