

REGOLAMENTO "CORRI NELLA RISERVA" 22 Novembre 2020

Gara inserita nei circuiti Corri nella Maremma 2020 e Corri in Tuscia 2020

CONDIZIONI PER LA PARTECIPAZIONE 10 KM AGONISTICA

Per partecipare alla manifestazione è indispensabile:

- . aver compiuto 16 anni (si intende anno solare almeno 2004 , non serve averli compiuti) al momento dell'iscrizione ed essere tesserati UISP, FIDAL o altro ente di promozione sportiva
- . essere in possesso della visita medico sportiva agonistica ancora valida al giorno 22 Novembre 2020 per l' atletica leggera.

CONDIZIONI PER LA PARTECIPAZIONE 5 KM AGONISTICA

- . per la camminata non competitiva non è richiesta nessuna documentazione se non un documento di riconoscimento

ISCRIZIONI

Le iscrizioni on-line si chiuderanno improrogabilmente il giorno Giovedì 19 Novembre alle ore 20:00

Modalità di pagamento:

- il pagamento di 10 € (**10 KM COMPETITIVA**) va effettuato entro il giorno Giovedì 19 Novembre alle ore 20:00 , tramite bonifico bancario al C.Iban IT831088517230000000208889 (Banca Tema filiale di Porto Santo Stefano) intestato ad Associazione sportiva dilettantistica Atletica Costa d' Argento, causale "Iscrizione Corri nella Riserva-nominativo atleta". Stessa modalità di pagamento ma con la quota di 5 € per la **5 KM NON AGONISTICA**

- direttamente sul posto la mattina della gara al prezzo di 10 € (**AGONISTICA**) e 5 € (**NON AGONISTICA**) ma **senza t-shirt tecnica solo pacco gara in gadget !!**

Modalità di conferma iscrizione:

- Via e-mail a info@atleticacostadargento.it (**PREISCRIZIONI DI SOCIETA'**)

Per la 10 km competitiva indicare cognome, nome, sesso, data di nascita, società di appartenenza e la data di scadenza del certificato medico agonistico in corso di validità. Le preiscrizioni di Società vanno inviate su carta intestata della Società con dichiarazione a firma del Presidente di regolare tesseramento degli iscritti.

Indicare anche la taglia della t-shirt

Per la non competitiva di 5 km e per le gare giovanili indicare cognome, nome, sesso, data di nascita , società e taglia della t-shirt.

- On line su: <http://www.atleticacostadargento.it/iscrizioni.asp> (**PREISCRIZIONI INDIVIDUALI**) scrivendo nel blocco NOTE: il numero della taglia della t-shirt.

Attenzione: saranno inseriti nella lista solo gli atleti che avranno adempito tutte le richieste sopra citate.

PACCO GARA PER I PRIMI 350 PETTORALI ISCRITTI

Il pacco gara verrà consegnato ai primi 350 iscritti tra la 10 km agonistica e la 5 km durante la consegna dei pettorali presso il Parcheggio antistante l' ingresso della Riserva Naturale della Feniglia (lato Porto Ercole) la Domenica mattina dalle 8:00 alle 9:30. Il pacco gara consiste in gadget e beni utili alimentari e una t-shirt tecnica (**ATTENZIONE LA T-SHIRT TECNICA SOLO A CHI HA EFFETTUATO L' ISCRIZIONE ENTRO IL 19 NOVEMBRE CON REGOLARE BONIFICO BANCARIO**)

METEO

La gara si svolgerà con qualsiasi condizione meteo. In caso di fenomeni meteo importanti (grandine o forti temporali) l'organizzazione si riserva la possibilità di effettuare variazioni di percorso anche all'ultimo minuto, in modo tale da eliminare potenziali pericoli o condizioni di forte disagio per i partecipanti. Le eventuali variazioni saranno comunicate ai partecipanti. L'organizzazione inoltre si riserva la possibilità di sospendere o annullare la gara in caso in cui le condizioni metereologiche mettessero a rischio l'incolumità dei partecipanti e/o dei soccorritori. In caso di sospensione o annullamento dell'evento, per chi ha effettuato il bonifico nei giorni precedenti, potrà sfruttare spostare l'iscrizione per il 2021 della Corri nella Riserva o per gli altri due eventi Asd Atletica Costa d'Argento (Argentario Trail a Marzo 2021 e Scarpinata dei IV Forti Spagnoli a Maggio 2021)

PROGRAMMA

Sabato 21 Novembre (Corri nella Riserva Junior Occhio Oasi WWF Giannella)

- 15:00 Ritrovo concorrenti
- 15:30 : Primi Passi M/F 250 metri
- 15:45 : Pulcini M/F 500 metri
- 16:00: Esordienti M/F 750 metri
- 16:15: Ragazzi/e 1200 metri
- 16:30 Cadetti/e 2400 metri
- 16:45: Premiazioni finali e Presentazione 16^a Corri nella Riserva Agonistica

Sabato 21 Novembre (Cena Corri nella Riserva Occhio Oasi WWF Giannella)

Per i concorrenti sarà possibile cenare alla cifra di 15 euro (Antipasto, 1°, 2°, Dolce e Bevande).
Attenzione 50 posti limitati, prenotare al numero 3292909920.

Domenica 22 Novembre (16^a Corri nella Riserva Agonistica e Corri nella Riserva Junior)

- 8:00 - 9:30 ritiro pettorali e pacchi gara presso la zona di partenza nel parcheggio antistante
- 10:00 partenza gara agonistica competitiva 10 km e partenza non competitiva 5 km
- 11:30 Premiazioni Finali

CATEGORIE 10 KM (saranno premiati i/le primi/e 3 assoluti/e e i /le prime 5 di ogni categoria)

- | | |
|---|--|
| A: 16-29 anni M (nati dal 1991 al 2004) | -M: 16-34 anni F (nate dal 1986 al 2004) |
| B: 30-34 anni M (nati dal 1986 al 1990) | -N: 35-44 anni F (nate dal 1976 al 1985) |
| C: 35-39 anni M (nati dal 1981 al 1985) | -O: 45-54 anni F (nate dal 1966 al 1975) |
| D: 40-44 anni M (nati dal 1976 al 1980) | -P: over 55 F (nate dal 1965 e precedenti) |
| E: 45-49 anni M (nati dal 1971 al 1975) | |
| F: 50-54 anni M (nati dal 1966 al 1970) | |
| G: 55-59 anni M (nati dal 1961 al 1965) | |
| H: 60-64 anni M (nati dal 1956 al 1960) | |
| I: 65-69 anni M (nati dal 1951 al 1955) | |
| L: over 70 M (nati dal 1950 e precedenti) | |

CATEGORIE JUNIOR (saranno premiati i primi tre di ogni categoria sul podio e migliori delle annate sfavorevoli 2014,2012,2010,2008. Medaglia ricordo a tutti gli atleti arrivati)

Primi Passi M/F: nati 2013-2014 distanza prevista 250 metri (certificato medico obbligatorio)

Pulcini M/F: nati 2011-2012 distanza prevista 500 metri (certificato medico obbligatorio)

Esordienti M/F: nati 2009-2010 distanza prevista 750 metri (certificato medico obbligatorio)

Ragazzi M/F: nati 2007-2008 distanza prevista 1,2 km (visita medica obbligatoria)

Cadetti M/F: nati 2005-2006 distanza prevista 1,2 km (visita medica obbligatoria)