



“Il Girasole”

Associazione Sportiva Dilettantistica



## REGOLAMENTO

**“IN PISTA X CRESCERE”**

**ALBA RUN**

**2 Giugno 2022**

**DA SOLI SI VA VELOCI MA INSIEME SI VA PIU' LONTANO** (prov. Africano)  
vuole essere il nostro motto di questa terza edizione 2022

L' Associazione ASD IL GIRASOLE in collaborazione con l'Ente di promozione sportiva OPES , **organizza per 2 giugno 2022 alle ore 6.00** , terza edizione dell'evento IN PISTA X CRESCERE, prima ALBA RUN della provincia di Latina , gara podistica di circa 13Km e gara **con finalità solidaristiche a sostegno dell'Associazione “Il girasole” senza fine di lucro**, per le iniziative e la vacanza dei ragazzi diversamente abili.

La gara si svolgerà all'interno della pista ciclabile del parco Oasi Verde Q4/Q5, con il seguente percorso: partenza dalla via Perosi, ingresso su pista ciclabile parco oasi verde “Susetta Guerrini”, attraversamento di via Nascosa, ingresso su sentiero “vittime della strada”, sbocco su pista ciclabile di via del Lido, giro di boa a Capoportiere e ritorno per il medesimo percorso.

**Il percorso è prevalentemente su pista ciclabile, con terreno stradale e sterrato, poiché si utilizza un'unica corsia si chiede agli atleti una maggiore accortezza nel mantenere il lato di marcia, inoltre trattandosi di una gara di solidarietà vorremmo che tale spirito fosse mantenuto anche in gara.**

Il percorso sarà chiuso al traffico per quanto riguarda gli incroci che verranno attraversati, segnalato con frecce e con presenza di protezione civile, per un totale di circa 13 Km

**Il ritrovo è fissato** per le ore 5,00 presso l'area Chiosco dell'Oasi verde “Susetta Guerrini”

**Orario di partenza della gara podistica ore 6.**

**ISCRIZIONE:** l'iscrizione è aperta a tutti gli atleti maggiorenni in regola con il tesseramento e la certificazione sanitaria per attività agonistica per l'anno 2021/2022 e tutti i requisiti richiesti dalle normative anti-covid pro tempore vigenti riguardanti lo svolgimento di tutte le attività sportive agonistiche e non . Occorre inoltre essere tesserati OPES, FIDAL o altri enti di promozione sportiva riconosciuti dal CONI.



“Il Girasole”

Associazione Sportiva Dilettantistica

Sarà possibile iscriversi fino a mezz'ora prima partenza ( in questo caso non è garantito il pacco gara per iscrizione)

Naturalmente saranno garantite tutte le misure previste per la sicurezza in generale ma in modo particolare si osserveranno tutte le normative anti-covid pro tempore vigenti riguardanti lo svolgimento di tutte le attività sportive agonistiche e non .

**PREISCRIZIONE** :si potrà effettuare entro lunedì 30 maggio 2022 le ore 20.00 tramite

ANDREA ZACCARI:

con la lista degli iscritti le società o i singoli atleti dovranno utilizzare il MODULO ISCRIZIONE in excel scaricabile dal sito <http://www.azpodismo.it> , modulo che dovrà essere scaricato, compilato, salvato e poi inviato come allegato e-mail all'indirizzo [andrezaccari@libero.it](mailto:andrezaccari@libero.it) .

Seguire le iscrizioni nella pagina INFO del sito. I singoli possono anche inviare una mail con copia del tesserino purchè ci siano tutti i dati , cognome, nome , codice società se Fidal, nome società e anno di nascita. Non si accettano preiscrizioni incomplete.

Con la preiscrizione inviare anche la copia del certificato medico per attività agonistica in corso di validità.

E' possibile iscriversi il giorno della gara a 8,00€ senza pacco gara.

**COSTO ISCRIZIONE:** l'iscrizione per la gara podistica è di 10,00€ con pacco gara garantito solo in preiscrizione..

**PREMI ASSOLUTI:**

saranno premiati i primi 3 classificati e le prime 3 classificate della classifica generale.

**PREMI DI SOCIETA'** saranno premiate le prime tre società, con i seguenti premi:

1° società classificata – 30 pettorali omaggio.

2° società classificata – 20 pettorali omaggio.

3° società classificata – 10 pettorali omaggio con almeno 20 atleti arrivati.

**PREMI DI CATEGORIA:**

**Uomini-** saranno premiati i primi 5 delle seguenti categorie : AB 20-25 UNICA; C 30; D 35; E 40; F45; G 50; H 55; I 60; L 65; M 70 E ALTRE UNICA.



*"Il Girasole"*

Associazione Sportiva Dilettantistica

**Donne:** saranno premiate le prime 5 delle seguenti categorie : A B20-25 UNICA; C 30; D35; E 40; F 45; G 50; H 55; I 60 E ALTRE UNICA.

Ristoro finale

**MODALITA' DI PAGAMENTO :** Bonifico bancario intestato a : Associazione IL GIRASOLE -

**IBAN: IT76U083271470000000001038**

**PER INFO:** [ass.ilgirasolelatina@libero.it](mailto:ass.ilgirasolelatina@libero.it) , oppure i seguenti numeri

Patrizia 3207915541 - Federica 3283453206

in fede il presidente

Rosati Giovannina