



**Ricco ristoro finale
Pacco gara ai primi
200 iscritti**



**Primi/e 3 assoluti/e
Primi/e 5 di categoria**

EURO EDIL
Logistics partner



**15 NOV
2026**
h 10:00

 **POFI (FR)**

Via Padre Silvestro De Nardis



IL GIRO DELL'OCAR 
10a edizione

10
KM



Iscrizioni:
www.digitalrace.it



www.pofisportiva.wordpress.com
tel. 338 3446255

**L'A.S.D. POFISPORTIVA,
in collaborazione il Comitato Provinciale AICS FROSINONE**

organizza, il 15 novembre 2026

la 10^a Edizione della "POFI RUN – Il Giro dell'Ocaro" gara di corsa su strada di carattere regionale sulla distanza di 10 km.

PARTECIPAZIONE:

possono partecipare alla competizione:

- atleti italiani e stranieri nati entro l'anno 2010 e che siano in possesso di tesseramento FIDAL, AICS (ente di promozione Sportiva Riconosciuto dal Coni)
- tutti gli atleti italiani tesserati per gli Enti di Promozione Sportiva (sez. atletica), nel rispetto delle convenzioni stipulate con la FIDAL e della normativa sanitaria.
- Possono, inoltre, partecipare cittadini italiani e stranieri, limitatamente alle persone di 20 anni in poi (millesimo di età), non tesserati né per una società affiliata alla FIDAL né per una Federazione straniera di Atletica Leggera affiliata alla WA, né per un Ente di Promozione Sportiva (sezione Atletica), ma in possesso della RUNCARD, rilasciata dalla FIDAL. La loro partecipazione è comunque subordinata alla presentazione (da parte sia degli italiani che degli stranieri residenti e non residenti) di un certificato medico d'idoneità agonistica specifico per l'atletica leggera in corso di validità in Italia, che dovrà essere esibito agli organizzatori in originale e conservato, in copia, agli atti della società organizzatrice di ciascuna manifestazione alla quale l'atleta in possesso della RUNCARD partecipa.

ATTENZIONE: prevista camminata non competitiva di 5 km (iscrizione consigliata)

1. ISCRIZIONE: le preiscrizioni dovranno pervenire entro e non oltre le ore 20:00 del giorno 13 novembre 2026 sull'apposita piattaforma del sito DIGITALRACE.IT.

L'atleta dovrà indicare i propri dati personali, inviare copia di tesserino e certificato medico di idoneità alla pratica agonistica dell'Atletica Leggera.

Per le iscrizioni di squadra, sarà sufficiente la dichiarazione del presidente della società su carta intestata.

Il costo di iscrizione è di 10,00 € dall'apertura fino al 13 novembre.

Previsto ricco pacco gara.

Il pagamento della quota di iscrizione potrà avvenire la mattina della gara.

Sarà prevista la possibilità di iscrizione in loco al costo di 12,00 €.

Le iscrizioni si chiuderanno a 300 partecipanti.

Il ritrovo è fissato presso il piazzale del negozio EURO EDIL in Via Padre Silvestro 32 a Pofi (FR) a partire dalle ore 8:00.

Il ritiro di pettorali e pacchi gara potrà avvenire la mattina della gara dalle ore 8:00 alle ore 9:30.

2. PERCORSO E PARTENZA: la gara si svolgerà sulla distanza di 10 km (2 giri da 5 km) su strada asfaltata con circa 50 mt di dislivello a giro.

La partenza, prevista alle ore 10:00.

3. RISTORO E ARRIVO: sono previsti 2 rifornimenti con acqua, uno nei pressi della partenza ed uno a metà giro. E' previsto un ristoro take away all'arrivo.

4. PREMIAZIONI: verranno premiati i primi tre assoluti maschili e le prime tre assolute femminili.

Verranno premiati i primi 3 atleti delle categorie:

- A/J/P categoria unica maschile
- A/J/P categoria unica femminile

Verranno inoltre premiati i primi cinque atleti e le prime cinque atlete di ogni categoria:

- SM ed SF
- SM35 ed SF35
- SM40 ed SF40
- SM45 ed SF45
- SM50 ed SF50
- SM55 ed SF55
- SM60 ed SF60
- SM65
- SM70

Verranno premiati i primi 3 atleti delle categorie:

- SF65 e oltre
- SM75
- SM80 e oltre

Verranno premiate le 3 società con il maggior numero di atleti (minimo 20):

- PRIMA SOCIETA' CLASSIFICATA: 15 gratuità
- SECONDA SOCIETA' CLASSIFICATA: 10 gratuità
- TERZA SOCIETA' CLASSIFICATA: 5 gratuità

L'organizzazione si riserva la facoltà di aumentare il numero delle società premiate in base al numero di iscritti totali.

5. CLASSIFICHE E CRONOMETRAGGIO: la classifica verrà stilata dal gruppo di Giudici di Gara Aics Pofisportiva in collaborazione con il sistema di cronometraggio DIGITAL RACE

L'atleta potrà esporre reclamo in materia di classifiche previo pagamento quota cauzionale di 40,00€ che verrà restituita in caso di ricorso accolto.