

24 e 14 km di corsa



**PERCORSO corto**  
650 MT D +/-

**14**

**PERCORSO lungo**  
1300 MT D +/-

**24**  
Km

**APERTURA ISCRIZIONI on-line**  
dal 05/06/2023  
sul sito [www.irunning.it](http://www.irunning.it)

Oltre quella data ci si potrà iscrivere solo la mattina della gara



**Manifestazione  
inclusa nel circuito  
"Trail dei Parchi dell'Emilia"**  
[www.circuitotraildeiparchi.com](http://www.circuitotraildeiparchi.com)

*Il nuovo Circuito di Trail Running  
in 7 tappe nei Parchi dell'Appennino  
promosso dall'Ente Parchi Emilia  
Centrale, Campionato che riunisce le più  
spettacolari gare nei Parchi dell'Appennino.*

**domenica 30 LUGLIO**

**Ore 9,30 - Prati di San Geminiano PIANDELAGOTTI (MO)**



manifestazione sostenibile  
nel rispetto della natura

[www.scuolasciboscocoreale.com](http://www.scuolasciboscocoreale.com)



## REGOLAMENTO

- Possono partecipare tutti i nati dal 2005 e anni precedenti, tesserati UISP atletica leggera e FIDAL.

- Ogni atleta dovrà dimostrare, all'atto di iscrizione, di essere regolarmente tesserato ad una società sportiva e di essere in possesso di un certificato medico di idoneità all'attività sportiva agonistica dell'ATLETICA LEGGERA, rilasciato nel rispetto delle normative vigenti, da presentare al momento del ritiro del pettorale.

- Con l'invio della scheda di iscrizione ogni atleta solleva il Comitato organizzatore da ogni responsabilità civile e penale per danni a persone e/o cose da lui causati o da lui derivati.  
Per quanto non espressamente detto in questa sede vige il regolamento UISP.

**La GARA Competitiva e' valevole come prova per il CIRCUITO TRAIL DEI PARCHI 2023.**

## ISCRIZIONE

LE ISCRIZIONI APRIRANNO IL GIORNO 05/06/2023. LE QUOTE SONO:

### PERCORSO LUNGO:

- € 20,00 fino al 26/07 - Online sul sito [www.irunning.it](http://www.irunning.it)  
- € 25,00 per chi si iscrive la mattina della gara.

### PERCORSO CORTO:

- € 15,00 fino al 26/07 - On line sul sito [www.irunning.it](http://www.irunning.it)  
- € 20,00 per chi si iscrive la mattina della gara

## TIPOLOGIA DI GARA COMPETITIVE

### TIPO DI PERCORSO

24 KM STRADE, SENTIERI DI MONTAGNA E CRINALI 1300 MT D+/-  
14 KM STRADE, SENTIERI DI MONTAGNA E CRINALI 650 MT D+/-

### PUNTI DI RISTORO

GARA 24 KM: 4 LUNGO IL PERCORSO E 1 ALL'ARRIVO  
GARA 14 KM: 2 LUNGO IL PERCORSO E 1 ALL'ARRIVO

### TEMPO LIMITE 5 ORE

### RITROVO- RITIRO PETTORALI

ORE 08.00 - CENTRO FONDO BOSCOREALE DI PIANDELGOTTI (MO)

### PARTENZA GARA ORE 9.30 - CENTRO FONDO BOSCOREALE

### ARRIVO

PRESSO IL CENTRO FONDO BOSCOREALE (PRESENTE IL SERVIZIO DOCCE)

### MATERIALE OBBLIGATORIO

SCARPE DA TRAIL- TELEFONO CELLULARE CON MEMORIZZATO IL NUMERO DEL 118- BICCHIERE E GIACCA ANTIVENTO

### BUONO PASTO FACOLTATIVO DI € 12,00

## PREMIAZIONI

ALLE ORE 13:00 PRESSO IL CENTRO FONDO BOSCOREALE

### VERRANNO PREMIATI:

PERCORSO 24 KM I PRIMI 10 UOMINI E LE PRIME 6 DONNE  
PERCORSO 14 KM I PRIMI 5 UOMINI E LE PRIME 3 DONNE  
PRIMI DI OGNI CATEGORIA DI ENTRAMBE LE GARE

**OBBLIGATORIA PRESENTAZIONE TESSERA UISP O FIDAL O DI ALTRO ENTE DI PROMOZIONE SPORTIVA ACCOMPAGNATA DA CERTIFICATO MEDICO SPORTIVO IN CORSO DI VALIDITA', IN OGNI CASO L'ORGANIZZAZIONE DECLINA DA OGNI RESPONSABILITÀ PRIMA, DURANTE E DOPO LA MANIFESTAZIONE.**

## 10 KM NON COMPETITIVA DI CORSA O NORDIC WALKING (manifestazione ludico-motoria)

**ISCRIZIONE** € 6,00

### TIPO DI PERCORSO

SENTIERI E STRADE DI MONTAGNA 400 MT D +/-

### PUNTI DI RISTORO

1 LUNGO IL PERCORSO E 1 ALL'ARRIVO

**PREMIAZIONE** PREMIO DI PARTECIPAZIONE

## MINI TRAIL DI KM 3

**Per i piu' piccini viene organizzata una gara di km 3 da percorrere nei tracciati delle piste da fondo, a cui potranno partecipare le categorie giovanili fino a 15 anni**

**ISCRIZIONE** € 4,00

**PREMIAZIONE** PREMIO DI PARTECIPAZIONE