



La ASD Cambiaso Risso Running Team Genova

organizza **Domenica 28 Settembre 2014**

7[^] Salita alla Guardia

Corsa podistica non competitiva in salita di 6,580 km lungo il percorso dell'ex guidovia fino al Santuario della Madonna della Guardia (dislivello 495 metri)

**Manifestazione patrocinata dal Comune di Ceranesi.
Valida come prova del Gran Prix Uisp.**



Comune di Ceranesi

Ritrovo: ore 7,45 località Gaiazza (Ceranesi - Genova)
Partenze: ore 9,00 camminata / Nordic Walking (libera a tutti) non è premiata
ore 9,30 corsa podistica - premi per gli assoluti e di categoria

Iscrizioni e informazioni

Le iscrizioni potranno essere effettuate:

- telefonando al numero 347-7411205 (Federica Logluoco) o via email a log.federica@hotmail.it, entro le 21.00 del 27/9 oppure
- presso il negozio Genova Running via Cipro 47 (Ge) tel. 010/8688915 fino alle ore 13.00 del 26/9

Le iscrizioni potranno essere effettuate anche il giorno della gara, ma entro e non oltre le ore 9.00 sul luogo di partenza (Gaiazza). **Per agevolare gli organizzatori si consiglia la pre iscrizione**

Quota iscrizioni:

- per chi effettua la pre iscrizione la quota è di 7 euro per la corsa e 3 euro per la camminata,
- per chi si iscrive il giorno della gara la quota è di 8 euro per la corsa e 3 euro per la camminata.

Il pacco gara verrà consegnato all'arrivo alla consegna del pettorale
Per gli iscritti alla camminata: riconoscimento.

Regolamento

L'iscrizione alla manifestazione comporta l'integrale accettazione del seguente Regolamento e programma ed i partecipanti sono tenuti a rispettare le istruzioni degli incaricati e degli organizzatori.

IMPORTANTE solo per la corsa podistica:
La manifestazione, vista la propria natura non agonistica, è aperta a tutti.

Tuttavia saranno messi in classifica e potranno accedere ai premi solo gli atleti in possesso di Tesseramento a Federazioni o Enti di Promozione sportiva per i quali sia richiesto il possesso di certificato di idoneità sportiva all'attività agonistica in corso di validità. Gli atleti dovranno quindi dare prova della validità del proprio tesseramento, oppure consegnare copia del certificato medico di idoneità all'attività sportiva agonistica in corso di validità.

Pertanto coloro che non si adegueranno a quanto sopra, potranno partecipare, ma non verranno classificati e non verranno premiati.

Pacco gara:

Il pacco gara verrà consegnato all'arrivo alla consegna del pettorale
Per gli iscritti alla camminata riconoscimento e non verrà redatta classifica

Ristoro:

Ristoro a metà percorso e all'arrivo.

Trasporto Borse:

Trasporto borse dalla partenza all'arrivo a cura dell'organizzazione, si ricorda che le borse devono essere consegnate entro le 9.00 in zona partenza alla Gaiazza.

Terminate le premiazioni seguirà alle h. 12.00 la S. Messa per gli atleti e i famigliari presso il Santuario.

Massaggi post gara: servizio gratuito a disposizione di tutti i partecipanti.



ABBIGLIAMENTO UOMO
CAMPOMORONE (GE)



di Mirella Abeli



L'organizzazione declina ogni responsabilità civile o penale per eventuali danni a persone o cose prima, durante o dopo la manifestazione. La manifestazione, vista la propria natura non agonistica, è aperta a tutti. Tuttavia saranno messi in classifica e potranno accedere ai premi solo gli atleti in possesso di Tesseramento a Federazioni o Enti di Promozione sportiva per i quali sia richiesto il possesso di certificato di idoneità sportiva all'attività agonistica in corso di validità. Gli atleti dovranno quindi dare prova della validità del proprio tesseramento, oppure consegnare copia del certificato medico di idoneità all'attività sportiva agonistica in corso di validità. Pertanto coloro che non si adegueranno a quanto sopra, potranno partecipare, ma non verranno classificati e non verranno premiati.

L'iscrizione alla manifestazione comporta l'integrale accettazione del regolamento.

La manifestazione si svolgerà con qualsiasi condizione meteorologica.

L'organizzatore tuttavia si riserva di annullare la corsa in caso di situazione meteorologica che possa creare pericolo.

Ulteriori informazioni su: <http://salitaallaguardia.blogspot.com/> e www.cambiasorissorunning.it

Diritto di immagine

Con l'iscrizione alla Salita alla Guardia, l'atleta autorizza espressamente gli organizzatori affinché abbiano diritto, unitamente ai media partner, ad utilizzare i dati personali, le immagini fisse o in movimento sulle quali potrà apparire, prese in occasione della propria partecipazione alla manifestazione su tutti i supporti, compresi i materiali promozionali e/o pubblicitari, in tutto il mondo e per tutto il tempo massimo previsto dalle leggi e dai regolamenti in vigore.

Percorso

Il percorso, che si snoda lungo il tragitto dell'ex guidovia parte dalla Galazza e arriva al Santuario della Madonna della Guardia, misura 6,580 km con un dislivello di 495 metri. Ogni km verrà segnalato con appositi cartelli.

Premiazioni

Premi assoluti: saranno premiati i primi 3 uomini e le prime 3 donne classificate (non cumulabili con i premi di categoria).

Premi di categoria:

uomini saranno premiati i primi 3 uomini delle seguenti categorie:

Cat. A under 35 anni / Cat. B 35 – 39 anni / Cat. C 40 – 44 anni / Cat. D 45 – 49 anni /

Cat. E 50 – 54 anni / Cat. F 55 – 59 anni / Cat. G. 60 – 64 anni / Cat. H 65 anni ed oltre

donne saranno premiate le prime 3 donne delle seguenti categorie:

Cat. AF under 35 anni / Cat. BF 35 – 39 anni / Cat. CF 40 – 44 anni / Cat. DF 45 – 49 anni / Cat. EF 50 – 54 anni /

Cat. FF 55 – 59 anni / Cat. GF. 60 – 64 anni / Cat. HF 65 anni ed oltre

Premi di società:

Coppe alle prime 5 società classificate in base al maggior numero di atleti iscritti.

N.B.: i premi non ritirati il giorno della gara non verranno successivamente consegnati

Come raggiungere la zona di partenza (Gaiazza) e il Santuario della Guardia

Dall'uscita autostradale di Genova Bolzaneto proseguire in direzione di Campomorone (lato sinistro del fiume Polcevera). Oltrepassato il centro commerciale "L'Aquilone" svoltare a sinistra prima del "Colorificio Torre", seguendo le indicazioni verso la località Gaiazza. Proseguire per circa 4 km in salita prima di arrivare alla zona di partenza. Per il Santuario della Guardia usciti dall'autostrada a Bolzaneto seguire le indicazioni per il Santuario. Si consiglia di posteggiare la macchina alla Guardia e di scendere a piedi lungo il percorso della gara per giungere alla Gaiazza.

Albo d'oro

Anno	Uomini	Tempo	Donne	Tempo	Arrivati	Meteo	
2008	Poggi G.	28'05"	28'05"	Varoli G.	35'23"	174	Sole
2009	Concas S.	28'26"	28'26"	Riva E.	33'16"	224	Sole
2010	Sanna A.	27'58"	27'58"	Riva E.	35'53"	293	Sole
2011	Rity M.	28'18"	28'18"	Tomellini E.	38'33"	285	Sole
2012	Poggi G.	28'08"	28'08"	Bertamino M.	36'44"	288	Nebbia
2013	Vaccina T.	26'38"	26'38"	Dondero S.	35'38"	302	Sole



Comune di Ceranesi



ABBIGLIAMENTO UOMO
CAMPOMORONE (GE)

