



La 10 Km della Frascchetta

Domenica 3 Aprile 2016 a Spinetta Marengo (AL)

Ritrovo presso Dopolavoro Solvay, via Genova

**Manifestazione Regionale ARGENTO di corsa su percorso di Km 10 omologato FIDAL per le categorie AJPS / Senior M/F e camminata a passo libero aperta a tutti
PROVA VALIDA PER I CAMPIONATI PROVINCIALI FIDAL / AICS / UISP**

REGOLAMENTO COMPETITIVA: Il Gruppo Podistico Solvay A.s.d. AL026 con il patrocinio del Comune di Alessandria organizza la prima edizione de La 10 Km della Frascchetta, manifestazione regionale di corsa su strada Argento. Possono partecipare tutti gli atleti italiani e stranieri tesserati FIDAL, nati/e nel 2000 e anni precedenti e i tesserati per gli enti di promozione sportiva (EPS) in possesso di certificato medico agonistico ad esclusione degli atleti inseriti nell'elenco ELITE di società extraregionali. I tesserati (EPS) non potranno essere premiati con premi in denaro o generici buoni valore come da convenzione FIDAL/EPS. Possono partecipare gli atleti italiani in possesso di RUNCARD nominativa, che abbiano un'età minima di 20 anni, sottoscrivibile on-line sul sito FIDAL (www.fidal.it), abbinata a certificato medico d'idoneità agonistica specifico per l'atletica leggera; saranno inseriti in classifica ma non potranno accedere al montepremi. In base alla Convenzione Atletica Senza Frontiere è ammessa la partecipazione di atleti stranieri tesserati per i Cantoni Ticino e Vallese e i Dipartimenti Rhone-Alpes, Provence e Cote d'Azur.

REGOLAMENTO CAMMINATA A PASSO LIBERO: E' possibile partecipare a passo libero, avendo compiuto 18 anni e di aver eseguito con esito positivo nel corso dell'ultimo anno visita di idoneità per lo sport non agonistico (sana e robusta costituzione) come da Decreto del Ministero della Salute dell'8 Agosto 2014. Non è prevista nessuna classifica e nessun premio.

PERCORSO COMPETITIVA E CAMMINATA A PASSO LIBERO: Percorso di Km. 10 interamente su asfalto omologato FIDAL.

PUNTO DI RITROVO E ORARI DI PARTENZA E ARRIVO: Ritrovo per entrambe le manifestazioni dalle ore 8.00 presso il Dopolavoro Solvay di Via Genova a Spinetta Marengo. Partenza alle ore 09.30.

ISCRIZIONI: Corsa competitiva: Iscrizione da inviare entro le ore 24 del 31/03/2015 direttamente dalla sezione dedicata alla società di appartenenza sul sito www.fidal.it o in via eccezionale a sigma@fidalpiemonte.it, oppure compilando il modulo sul sito www.gpsolvay.it e inviando copia del certificato medico agonistico all'indirizzo e-mail iscrizioni@gpsolvay.it o via fax al numero 0131/1960574. Iscrizione LAST-MINUTE il giorno della manifestazione dalle 8.00 alle 09.15 (i tesserati EPS devono presentare tessera e certificato medico agonistico). **Camminata a passo libero:** il giorno della manifestazione dalle 8.00 alle 9.15.

PETTORALI: Ritiro Pettorali: Il giorno della gara dalle ore 8.00 alle 9.15 presso il punto di ritrovo/partenza.

CONTRIBUTO ISCRIZIONE (a totale copertura delle spese sostenute): € 12.00 con preiscrizione entro le ore 24.00 del 31/03/2015 - € 15.00 LAST-MINUTE - Camminata a passo libero € 12.00. La quota di partecipazione include: pettorale gara, servizio chip, assicurazione e assistenza medica, ristoro al 5 km e all'arrivo. **Pacco gara: maglia tecnica Mizuno.**

PREMI

1° - 2° - 3° - 4° - 5° Assoluto MASCHILE e FEMMINILE: Buono Carburante 80 € - 60 € - 50 € - 40 € - 30 €.

I primi tre classificati delle categorie maschili e femminili: Confezione di prodotti.

Maschili: A/J/P - 2000/1994; SM - 1993/1982; SM35 - 1981/1977; SM40 - 1976/1972; SM45 - 1971/1967; SM50 - 1966/1962; SM55 - 1961/1957; SM60 - 1956/1952; SM65 - 1951/1947; SM70 - 1946 e prec.

Femminili: A/J/P/S - 2000/1982; SF35/SF40 - 1981/1972; SF45/SF50 - 1971/1962; SF55 - 1961 e prec.

Saranno premiati i 5 Gruppi più numerosi con almeno 10 iscritti.

SERVIZI PER GLI ATLETI: La manifestazione è assicurata con polizza nr. 0488.0516668.09 stipulata con la società Unipol SAI di Alessandria. Il servizio medico (ambulanza con a bordo medico, infermiere con certificazione DAE e defibrillatore) è garantito da AVIS Primo Soccorso ONLUS - Valenza. Docce a disposizione degli atleti presso il Dopolavoro Solvay e presso il centro Sportivo Dehon (zona di arrivo). Servizio deposito borse. Per quanto non contemplato nel regolamento, sono valide le disposizioni vigenti della FIDAL nell'ambito delle gare. Eventuali variazioni di percorso saranno tempestivamente comunicate.

Responsabile organizzativo: Marco Carbone - tel. 3474465922 - 3383655357 - info@gpsolvay.it



GRASSANO

