

REGOLAMENTO “LA CORSA DI CHIARA”

A.S.D. Podistica Solidarietà **A.S.D. Piano ma Arriviamo** **ASD Lbm Sport Team**
organizzano in collaborazione con
Consorzio Unitario Torrino Mezzocammino

per il giorno 7 dicembre 2024 alle ore 9.30, la 2° edizione della gara podistica di km 10 denominata “La corsa di Chiara” con partenza in Via Amalia Camboni- Torrino Mezzocammino - Roma.

Alla gara possono partecipare gli atleti tesserati a società affiliate alla FIDAL o tesserati con RUNCARD o un ENTE di promozione sportiva che abbiano compiuto il 18° anno di età. Non è possibile partecipare esibendo il solo certificato medico agonistico. Per quanto non contemplato nelle presenti note si fa riferimento alle norme statutarie FIDAL.

Ci sarà anche una gara non competitiva aperta a tutti di 5 km

Ritrovo: ore 7.30 in Via Amalia Camboni

Il servizio di gestione cronometraggio iscrizioni è a cura di RACE SERVICE. Le iscrizioni si possono effettuare on line collegandosi sul sito www.raceservice.it nella pagina della gara.

Il costo della gara da 10 km è di 10,00 Euro e ci si può iscrivere fino alla mattina della gara. Il costo della gara non competitiva da 5 km è di 10,00 euro.

Il pagamento della quota può essere effettuato al momento dell'iscrizione sul sito, tramite bonifico bancario intestato a **ASD Podistica Solidarietà IBAN: IT10M0582403203000070007311** o al ritiro del pettorale e del pacco gara che avverrà sabato in Via Amalia Camboni dalle ore 7.30 fino alle 9:00.

Percorso: misto ondulato interamente su pista ciclabile per una distanza complessiva di 10 km su un percorso ad anello di 5 km da ripetere due volte.

La gara non competitiva si svolgerà sullo stesso percorso completando un solo giro.

Rifornimenti: il primo ristoro al km 5

Ristoro finale all'arrivo.

ASSISTENZA MEDICA: Gli atleti durante lo svolgimento della gara saranno assistiti da un servizio medico al seguito di ambulanza fornita di defibrillatore.

Per la gara da 10 km premiazioni individuali per i **primi 3 assoluti uomini e donne** con coppe e prodotti; **primi 3 atleti** delle categorie FIDAL maschili e femminili a partire dai TM e TF fino agli MM75 e MF75 (le categorie M 65-70-75 saranno accorpate)

Pacco gara con maglietta tecnica con logo della gara, garantito ai primi 500 iscritti per la gara competitiva. Superata tale soglia, la quota di iscrizione senza pacco gara, sarà pari ad € 5,00 €.