

10^A CARDA CRUCCA

2023

EDIZIONE

Località Tornavento di Lonate Pozzolo (VA)



<http://cardacrucca.blogspot.it/>

Ore 9:45 Partenza Gare Podistiche, Nordic Walking e Camminate Ludico Motorie libere a tutti sugli splendidi percorsi da 15,5 Km e da 7,4 Km

Ore 9:00 Partenza gara 200 mt riservata alle classi 2013-17

Ore 9:05 Partenza gara 1980 mt riservata alle classi 2007-12

Tutti i percorsi si svilupperanno all'interno del Parco del Ticino, sfruttando la meravigliosa e suggestiva via Gaggio, le affascinanti vecchie piste di atterraggio costruite dai tedeschi risalenti alla seconda guerra mondiale e naturalmente i paesaggi del Parco del Ticino. Il risultato sono due gare belle, suggestive e veloci corse in mezzo alla natura e ai reperti storici.

RITROVO ORE 8:15

in Via Verga,1 - Tornavento di Lonate Pozzolo (VA)



FARMACIA
del Cuoricino
Corri che ti passa!

Tel. 0331 731108
Via A. Gramsci, 103 - Cardano al Campo (VA)

farmaciadelcuoricino@gmail.com



**Maglia Tecnica della manifestazione
garantita ai primi 500 iscritti**



**ISCRIZIONI****PREISCRIZIONI PERSONALI (COMPETITIVE E NON COMPETITIVE):**On-Line sul sito cardacrucca.blogspot.it entro le 14:00 di giovedì 28 settembre 2023

- Le pratiche di preiscrizione si considereranno complete con l'invio di una mail di conferma dell'iscrizione

ISCRIZIONI PERSONALI:

Sul posto Sabato 30/09 dalle ore 14:00 alle 18:00

ed il giorno della gara dalle ore 8:30 fino a 20 minuti prima delle partenze.

ISCRIZIONI DI SOCIETA':Inviando l'apposito modulo compilato (scaricabile dal sito: <http://cardacrucca.blogspot.it/>)via mail a: iscrizioni.cardacrucca@gmail.com entro le ore 14:00 di Venerdì 29 settembre 2023

(ogni 10 atleti/gara un'iscrizione societaria è gratuita).

Per info:
info.cardatletica@gmail.com
oppure
393.0626714
Enea

PAGAMENTI: con carta di credito fino a chiusura iscrizioni o con bonifico bancario entro il 27/09/2023.**Possibilità di ritiro pettorali e pacchi gara sul posto anche Sabato 30/09 dalle 15:00 alle 19:00****QUOTE DI ISCRIZIONE:**

Per percorso di 15,5 Km Competitivo, con maglia tecnica* _____ entro il 22/09 € 12, dal 23/09 € 15

Per percorso di 15,5 Km Non Competitivo, con maglia tecnica* _____ entro il 22/09 € 12, dal 23/09 € 15

Per percorso di 7,4 Km Non Competitivo, con maglia tecnica* _____ entro il 22/09 € 10, dal 23/09 € 12

Per Minipodistica _____ € 2,00

* Maglia Tecnica "EDIZIONE SPECIALE DELLA 10^A EDIZIONE" della manifestazione garantita ai primi 500 iscritti**RISTORI:** Ne sono previsti 3: uno al 5° Km circa, uno al 10° Km circa e all'arrivo.**RISTORI SPECIALI: all'arrivo un sacco ristoro glutenfree
per i partecipanti celiaci sarà offerto da AIC Lombardia Onlus.
Puoi prenotarlo inviando un WhatsApp al n. 349.4146154****CLASSIFICA:** On-Line sul sito: <http://cardacrucca.blogspot.it>**REGOLAMENTO FIDAL:** sul sito: <http://cardacrucca.blogspot.it>**Regolamento UISP:**

Vige il regolamento UISP; per partecipare alla gara competitiva all'atto dell'iscrizione gli atleti dovranno esibire certificato medico sportivo di idoneità all'attività sportiva agonistica in corso di validità per atletica leggera e tessera UISP.

Regolamento Camminate Ludico Motorie:

Il percorso deve essere coperto in un tempo massimo di 2 ore e 15 minuti, oltre questo termine l'organizzazione non garantisce nessun tipo di assistenza. La manifestazione si terrà con qualsiasi condizione meteo.

Per i minori partecipanti alle gare, la responsabilità è dei genitori o tutori degli stessi.

LA VOLONTARIA ISCRIZIONE ALLA MANIFESTAZIONE E' CONSIDERATA COME TACITA DICHIARAZIONE D'IDONEITA' FISICA PER QUESTA ATTIVITA' LUDICO MOTORIA.

L'ORGANIZZAZIONE CHE IN BASE ALLA NORMATIVA, PER ATTIVITA' LUDICO MOTORIE, NON E' TENUTA A RICHIEDERE OBBLIGATORIAMENTE IL CERTIFICATO MEDICO DI BUONA SALUTE DEL PARTECIPANTE, PERTANTO DECLINA OGNI RESPONSABILITA' CIVILE E PENALE PER QUANTO FISICAMENTE POSSA ACCADERE PRIMA, DURANTE E DOPO LA GARA, AL SINGOLO ISCRITTO ALLA MANIFESTAZIONE.