

13.09.2026 TROMELLO (PV)

15.09.2026

15000

DELLA
GARLASCHESE

GARA 5 KM COMPETITIVA
CERTIFICATA FIDAL

iRunning

ISCRIZIONI SU
IRUNNING.IT

AUT. Nr 193 del 16.06.2026"



atletica
italiana

COMITATO PROVINCIALE di PAVIA



COMUNE DI
TROMELLO



GRUPPO PODESTICO GARLASCHESE



CON IL PATROCINIO DEL
COMUNE DI TROMELLO



ORGANIZZA IL GIORNO 13.09.2026

LA GARA PODISTICA

I 5000 DELLA GARLASCHESE



COMITATO PROVINCIALE di PAVIA

AUT.Nr 193 del 16/6/26



inserita nel calendario nazionale FIDAL anno 2026

**Valida come 7° prova del TROFEO STRADE PAVESI distanza 5 km
percorso certificato e cronometrato**

ISCRIZIONI ATLETI SOLO ON LINE SUL SITO **iRunning** dal giorno 15.06 al giorno 10.09

Manifestazione aperta a tesserati RUNCARD in regola con il tesseramento 2026

MEDAGLIA E RICONOSCIMENTO AI PRIMI 200 ISCRITTI

COSTO ISCRIZIONE 10€ SENZA RICONOSCIMENTO – 13€ CON RICONOSCIMENTO (prodotto gastronomico locale) FINO AL GIORNO 10.09 – 15€ GIORNO GARA (presentando copia del certificato medico e del tesseramento) CON MEDAGLIA E RICONOSCIMENTO FINO AD ESAURIMENTO DISPONIBILITA'

VERRANNO PREMIATI I PRIMI TRE ASSOLUTI M/F CON B.V. da € 100/50/30

I PRIMI TRE ATLETI M/F DELLA CATEGORIA UNICA A/J/P E I PRIMI TRE ATLETI DELLE CATEGORIE FIDAL da SM/SF 23-34 a SM/SF80 e oltre con prodotti locali

I PREMI NON SONO CUMULABILI

VERRANNO PREMIATI I PRIMI TRE GRUPPI PIU' NUMEROSI con almeno 12 partecipanti

RITROVO E ORARI: DISTRIBUZIONE PETTORALI DALLE ORE 07.30 - PARTENZA GARA P.zza CAMPEGI
ORE 09.00 – ARRIVO P.zza CAMPEGI – a 300 mt PARCHEGGI, DEP.BORSE E SPOGLIATOI

PER MAGGIORI INFORMAZIONI E' CONSULTABILE IL REGOLAMENTO COMPLETO SU

www.gpgarlaschese.run e su www.fidalpavia.it

RESPONSABILE DELLA MANIFESTAZIONE :FRANCESCO ZAPPIA 335-6324702



Donazione di 1€
per ogni atleta
iscritto



DATA	29. 01. 2026
N° PROT.	193

v. DEL 16/06/2026

IV "5000 DELLA GARLASCHESE" 13 settembre 2026



I 5000 DELLA GARLASCHESE

7° Prova del "TROFEO STRADE PAVESI" per le categorie ASSOLUTE e MASTER M/F

Tromello (Pavia), 13 Settembre 2026

REGOLAMENTO E INFORMAZIONI

L'A.S.D. GP Garlaschese in collaborazione con FIDAL e il patrocinio del Comune di Tromello organizza la manifestazione di atletica leggera di Corsa su Strada inserita in Calendario Nazionale FIDAL, con percorso omologato.

Gara valevole come 7^ Prova del "TROFEO STRADE PAVESI 2026" per le categorie ASSOLUTE e MASTER M/F

PROGRAMMA ORARIO

La manifestazione si svolgerà in data 13/09/2026

Ritrovo: ore 7.30c/o PIAZZA CAMPEGI, Tromello (Pavia)

Orario di partenza: 09.00

CARATTERISTICHE DEL PERCORSO

La competizione si svolge sulla distanza di:

- | | | | |
|-------------------------------------|------------|-----|---|
| <input checked="" type="checkbox"/> | Maschili: | km5 | certificati FIDAL, <input type="checkbox"/> non certificati |
| <input checked="" type="checkbox"/> | Femminili: | km5 | certificati FIDAL, <input type="checkbox"/> non certificati |



REQUISITI DI PARTECIPAZIONE

Possono partecipare:

- Atlete/i italiani e stranieri tesserate/i per Società regolarmente affiliate alla FIDAL per l'anno 2026 ed appartenenti alle categorie M/F:
 - Seniores (da SM/SF a SM95/SF95 e oltre), Promesse, Juniores e Allievi.
- Atlete/i italiani e stranieri tesserate/i per Società di Ente di Promozione Sportiva di pari età delle categorie FIDAL (disciplina Atletica Leggera) che hanno sottoscritto la convenzione con la FIDAL, solo se in possesso di RUNCARD EPS in corso di validità (data di validità non scaduta). Sulla tessera dell'Ente dovrà essere chiaramente indicato Atletica Leggera anno 2026.

N.B.=Dovranno presentare in originale il certificato medico di idoneità agonistica riportante la dicitura "Atletica Leggera", di cui sarà consegnata una copia agli organizzatori. Queste/i atlete/i verranno inseriti regolarmente nella classifica della gara, ma non potranno godere di rimborsi, bonus e accedere al montepremi in denaro e/o generici buoni valore.

- Atleti/e stranieri tesserati/e per Società di federazioni straniere affiliate alla WA. Atleti/e comunitari con autorizzazione delle proprie federazioni o società. Atleti extra comunitari dovranno presentare oltre all'autorizzazione della propria federazione anche il permesso di soggiorno o il visto d'ingresso.

N.B.=Gli atleti/e tesserati/e per una federazione estera affiliata WA che non vengono iscritti dalla propria federazione o società o assistente devono sottoscrivere una autocertificazione che attesti il tesseramento.

- Possessori di RUNCARD. Possono partecipare cittadini italiani e stranieri residenti in Italia limitatamente alle persone di età da 20 anni (millesimale di età 2006) in poi, non tesserati per una Società affiliata alla FIDAL né per una Società straniera di Atletica Leggera affiliata alla WA, né per una Società affiliata (disciplina Atletica Leggera) ad un Ente di Promozione Sportiva in possesso di RUNCARD in corso di validità (data non scaduta) rilasciata direttamente dalla FIDAL.

(info@runcard.com).

La loro partecipazione è comunque subordinata alla presentazione di un certificato medico di idoneità agonistica per Atletica Leggera valido in Italia che andrà esibito in originale agli Organizzatori. Una copia del certificato medico andrà consegnata per essere conservata agli atti della Società Organizzatrice di ciascuna manifestazione alla quale l'atleta in possesso di RUNCARD partecipa. Queste/i atlete/i verranno inseriti regolarmente nella classifica della gara, ma non potranno godere di rimborsi, bonus e accedere al monte premi in denaro e/o generici buoni valore.

- 4) Possono partecipare atlete/i stranieri tesserati per Società straniera di Atletica Leggera affiliata alla WA. Per gli atleti comunitari ci vuole l'autorizzazione della propria Federazione o Società; gli atleti extra comunitari oltre all'autorizzazione della propria Federazione dovranno esibire anche il permesso di soggiorno o visto d'ingresso.

N.B.= Gli atleti tesserati per Federazione Estera affiliata alla WA che non vengono iscritti dalla propria Federazione o Società o Assistente devono sottoscrivere un'autocertificazione che attesti il tesseramento.

- 5) Possessori di RUNCARD italiani e stranieri residenti all'estero. Possono partecipare cittadini italiani e stranieri limitatamente alle persone di età da 20 anni (millesimale di età 2006) in poi, non tesserati per una Società affiliata alla FIDAL ne' per una Società straniera di Atletica Leggera affiliata alla WA, ne' per una Società affiliata (disciplina Atletica Leggera) ad un Ente di Promozione Sportiva convenzionata con la FIDAL in possesso di RUNCARD in corso di validità (data non scaduta) rilasciata direttamente dalla FIDAL (info@runcard.com).

La loro partecipazione è comunque subordinata alla presentazione di un certificato medico di idoneità agonistica per Atletica Leggera valido in Italia. Possono inoltre presentare un certificato medico emesso nel proprio paese, ma conforme agli esami diagnostici previsti dalla normativa italiana per poter svolgere attività agonistica, che andrà esibito in originale, lasciandone copia, agli Organizzatori.

Conformemente ai dettami di legge vigenti (D.M.18/02/1982) coloro che praticano attività sportiva agonistica devono sottoporsi preventivamente e periodicamente al controllo dell'idoneità specifica allo sport. La normativa italiana richiede che i soggetti interessati devono sottoporsi ai seguenti accertamenti sanitari:

- Visita Medica
- Esame completo delle urine
- Elettrocardiogramma a riposo e dopo sforzo
- Spiro grafia



Tutte le dichiarazioni e i referti degli esami devono essere autentici o conformi agli originali.

Copia de certificato medico andrà conservata agli atti della Società Organizzatrice di ciascuna manifestazione alla quale l'atleta in possesso di RUNCARD partecipa. Queste/i atlete/i verranno inseriti regolarmente nella classifica della gara, ma non potranno godere di rimborsi, bonus e accedere al montepremi in denaro e/o generici buoni valore.

I partecipanti alle Manifestazioni possono essere sottoposti a controlli antidoping. Sono altresì soggetti alle disposizioni previste dall'art.25 delle Norme FIDAL, qualora già soggetti a sospensione disciplinare.

NON POSSONO PARTECIPARE:

- Atlete/i tesserate/i tesserate /i per altre FEDERAZIONI (es. Triathlon)
- Atlete/i tesserate/i per Società di Enti di Promozione Sportiva riconosciuti dal CONI ma non convenzionati con la FIDAL, che non abbiano sottoscritto la RUNCARD
- Atleti con STROLLER
- Certificati medici di idoneità agonistica riportanti diciture quali corsa, podismo, marcia, maratona, triathlon, mezza maratona ecc. non sono validi ai fini della partecipazione.
- Certificati medici di idoneità agonistica per altri Sport non sono validi per la partecipazione: saranno accettati solamente quelli che riporteranno espressamente la dicitura "Atletica Leggera".

CONTROLLO ANTIDOPING

I partecipanti alla manifestazione possono essere sottoposti a controlli antidoping. Sono altresì soggetti alle disposizioni previste dall'art.25 delle norme FIDAL, qualora già soggetti a sospensione disciplinare.

CONTROLLO IDENTITA'

Il GGG può effettuare il controllo del tesseramento e dell'identità dell'atleta secondo quanto previsto dal regolamento FIDAL (Art.8-9)

In mancanza della tessera federale può essere presentata la ricevuta di avvenuto tesseramento (anche in fotocopia) rilasciata dalla procedura informatica on-line o dell'attestato di tesseramento individuale, oppure della lista riepilogativa degli atleti tesserati.

L'identità degli atleti (ai soli fini della partecipazione alle gare) è garantita con il controllo della tessera federale oppure, in mancanza di quest'ultima, di uno dei seguenti documenti:

- a) passaporto
- b) carta d'identità
- c) patente di guida rilasciata dalla prefettura
- d) foto autenticata ad uso scolastico
- e) conoscenza personale da parte del Delegato Tecnico/Arbitro/Giuria d'Appello

Il giudice d'appello potrà disporre, a suo insindacabile giudizio, il controllo dell'identità di uno o più atleti partecipanti.

MAGLIA SOCIALE

Ogni atleta tesserato per una Società affiliata alla FIDAL deve gareggiare con la maglia sociale.

ISCRIZIONI MODALITA' DI ISCRIZIONE QUOTE

Iscrizioni on line sul sito **I RUNNING** a partire dal giorno 15 giugno 2026

Chiusura iscrizioni ore 24 del 10 settembre 2026

Euro 10,00 senza riconoscimento- EURO 13,00 con riconoscimento

Pagamento sul sito, con carta di credito o "PAY PAL"

Non saranno accettate le iscrizioni pervenute oltre quel termine. Il Comitato Organizzatore si riserva la possibilità di chiudere anticipatamente le iscrizioni "on-line" o di accettare iscrizioni oltre la data di chiusura a suo insindacabile giudizio. La società si riserva, a suo insindacabile giudizio, di accettare iscrizioni il giorno della gara. Il costo di iscrizione in questo caso sarà di €15, SALVO DIVERSA DECISIONE DEL GGG

Non si accettano iscrizioni prive della quota di partecipazione.



RITIRO PETTORALI

Tromello c/o P.za Campeggi domenica 13 settembre dalle 7.30 alle 8.30

SERVIZI COMPRESI NELLA QUOTA D'ISCRIZIONE

La quota di partecipazione include: Assicurazione RCT, rilevamento cronometrico con chip, assistenza medica, ristoro all'arrivo, docce e spogliatoi, pettorale di gara; deposito borse; programma ufficiale e altri materiali informativi.

RIMBORSO DELLE QUOTE DI PARTECIPAZIONE

Le quote di partecipazione non sono rimborsabili in nessun caso. È previsto il trasferimento di pettorale ad altra persona solo se provvista di tutti i requisiti necessari per l'iscrizione, entro e non oltre 10 settembre 2026 solo attraverso comunicazione scritta via fax o e-mail.

CRONOMETRAGGIO E CLASSIFICHE

La misurazione dei tempi e l'elaborazione delle classifiche è a cura della società **I RUNNING** con utilizzo Chip con rilevazione GUN TIME (allo sparo); le stesse sono convalidate dal Giudice Delegato Tecnico/Giudice d'Appello.

TEMPO MASSIMO

1:00H

SCARPE DI GARA

I requisiti delle scarpe utilizzate in gara devono corrispondere a quanto previsto dall'Athletics Shoe Regulation WA. Per il rispetto delle norme il GGG effettua controlli a campione sulle scarpe utilizzate nella manifestazione. Se la scarpa non è certificata nella WA Shoe Compliance List o non è stata identificata il risultato resta non ufficializzato in attesa di ulteriori accertamenti (in tal caso la scarpa può essere ritirata dai Giudici). Successivamente, in caso di mancata approvazione della scarpa, il risultato deve essere cancellato e l'atleta può essere squalificato.

RECLAMI

Eventuali reclami dovranno essere presentati nel rispetto delle norme della FIDAL e del R.T.I.

Prima Istanza: verbalmente al G.G.G. (Gruppo Giudici Gare)

Seconda Istanza: per iscritto alla Giuria d'Appello accompagnata dalla Tassa Reclamo di €100,00, restituibile in caso di accettazione del reclamo stesso.

PREMIAZIONI

Saranno premiati le prime tre donne ed i primi tre uomini "ASSOLUTI"

L'entità dei premi si evince dalla tabella sottostante.

Il Montepremi IN BUONI VALORE della "I 5000 della Garlaschese" è definito in base alle norme FIDAL, ed è stabilito come segue:

- CLASSIFICA GENERALE MASCHILE 1° € 100- 2° € 50- 3° € 30
- CLASSIFICA GENERALE FEMMINILE 1° € 100- 2° € 50- 3° € 30

PREMI RISERVATI AGLI ATLETI ITALIANI IN BUONI VALORE:

UOMINI 1° € 20 2° € 15 3° € 10

DONNE 1° € 20 2° € 15 3° € 10

I PREMI SONO CUMULABILI CON I PREMI DI CATEGORIA

Saranno premiati con premi in natura i primi tre classificati delle categorie:

AJP M/F, SM/SF, SM/SF35, SM/SF40, SM/SF45, SM/SF50, SM/SF55, SM/SF60, SM/SF65, SM/SF 70, SM/SF80+

Nessun premio in denaro (o fattispecie assimilabile: generici buoni valore, bonus, ingaggi, rimborsi spese di qualsiasi genere e da qualsiasi titolo) può essere previsto per i possessori di "Runcard" e "Runcard EPS".

Il montepremi riservato agli atleti italiani è equivalente al 25% del montepremi generale come previsto dal regolamento FIDAL.

Per ricevere il premio sarà necessario fornire il proprio codice fiscale e copia di un documento di riconoscimento valido. I premi non saranno spediti a domicilio e saranno consegnati solo ed esclusivamente al diretto interessato e presente alle premiazioni

AVVERTENZE FINALI

Il Comitato Organizzatore si riserva di modificare il presente regolamento in qualunque momento per motiviche riterrà opportuni per un'amigliore organizzazione della gara, dopo averne dato comunicazione e ottenuto approvazione dalla FIDAL. Per quanto non previsto dal presente regolamento, valgono le norme tecnico statutarie della FIDAL e del G.G.G. .Eventuali modifiche a servizi, luoghi e orari saranno opportunamente comunicate agli atleti iscritti oppure saranno riportate sul sito internet www.gpgarlaschese.it Inoltre la documentazione contenente le informazioni essenziali per prendere parte alla gara sarà consegnata dall'organizzazione unitamente al pettorale.

INFORMATIVA-DIRITTO D'IMMAGINE-TUTELA PRIVACY

Con l'iscrizione alla manifestazione, l'atleta autorizza espressamente l'Organizzazione, unitamente a sponsor e media partner, all'acquisizione del diritto di utilizzare le immagini fisse o in movimento sulle quali potrà apparire, su tutti i supporti, compresi i materiali promozionali e/o pubblicitari, in tutto il mondo e per il tempo massimo previsto dalle leggi, dai regolamenti e dai trattati in vigore, compresa eventuale proroga che potrà essere apportata al periodo previsto.

I dati forniti con la compilazione del modulo di iscrizione saranno trattati da parte del comitato organizzatore e dai terzi operanti per suo conto nel rispetto del D.lgs.30.06.2003nr196/03 (privacy) e utilizzati esclusivamente per le finalità tecniche e promo- pubblicitarie inerenti alla manifestazione stessa.

SERVIZIO SANITARIO

Il Comitato Organizzatore appronterà un adeguato servizio di assistenza medica come previsto dal piano sanitario redatto secondo le normative dell'amministrazione comunale e polizia locale.

SERVIZIO SICUREZZA

Concordato con le autorità competenti per ruolo. Assicurazione RCT

DICHIARAZIONE DI RESPONSABILITÀ

Con la firma della scheda di iscrizione, l'atleta dichiara di conoscere ed accettare il regolamento della manifestazione pubblicato sul sito ufficiale e di conoscere il regolamento FIDAL. Dichiara inoltre espressamente sotto la propria responsabilità, non solo di aver dichiarato la verità ma di esonerare gli Organizzatori, la FIDAL, il G.G.G., gli Sponsor, i Media Partners, le Amministrazioni pubbliche da ogni responsabilità, sia civile che penale, per danni a persone e/o cose da lui causati o a lui derivati. Informativa Art.

13DLGS196/2003 Tutela della Privacy

INFORMAZIONI E CONTATTI

Website: www.gpgarlaschese.it

E-mail: iscrizioni.gpgarlaschese@gmail.com

FRANCESCO ZAPPIA:3356324702



Declaration

Athlete licensed or registered for a Foreign Federation

Name.....Surname/Family Name.....
Born in.....on (dd - mm- yyyy).....
Nationality.....Sex: M F
Address.....
Country.....

Declares that

Is registered for or licensed by the following WA Federation:

Federation Name.....
Club/Team (if applicable)
Card number/code.....

I hereby declare myself fully responsible for this declaration, acknowledging the legal consequences of a false statement.

Signature.....

Date.....

Medical Certificate
Competitive sport activity

The undersigned.....(licensed physician), on the basis of the medical tests:

- medical visit
- test of urines (urinalyses)
- electrocardiogram at rest and stress test
- spirometry

Diagnostic tests as by the Italian law to be able to practice competitive sports activities (Ministerial Decree 18/02/1982).

Certify that

Name.....Surname.....

Born.....in.....

Resident in.....in..... can

practice competitive Athletics sport activity.

This certificate is valid far..... and

will expire on.....

Date,

The Doctor

Certificat médical
Activités sportives compétitives

Le soussigné.....(médecin autorisé) sur la base d'une évaluation médicale effectuée:

- examen physique,
- examen complet de l'urine,
- un électrocardiogramme au repos et après l'exercice,
- spirométrie.

inspection conforme aux tests diagnostics prévus par la loi applicable en Italie pour être en mesure d'exercer des activités sportives compétitives (Décret Ministériel 18/02/1982).

Certifie que

Nom.....Prénom..... né
le.....à..... e
résident à.....
en..... peut
exercer des activités sportives compétitives d'Athlétisme.
Ce certificat est valable pour..... et
prendra fin le.....

Date,

Le Médecin