



22^a MEZZA MARATONA DEL VCO

LAGO MAGGIORE ADVENTURE PARK

LA MEZZA DEI DUE LAGHI

21,097 km competitiva + Corriamo Gravellona 10k e family run 4 km



FOTO DI GIANCARLO PARAZZOLI



domenica
24 settembre 2017

start ore 10.00 Gravellona Toce [VB]



è un evento



COD. FIDAL VB034
ASSOCIAZIONE SPORTIVA DILETTANTISTICA GRAVELLONA VCO
Percorso Omologato - Mezza Maratona Nazionale Bronzo Corsa su Strada



maratoninavco@yahoo.it
gsgravellonavco@libero.it

WWW.MARATONINAVCO.IT

3^a EDIZIONE
19.08.2017



TRAIL RUNNING & NORDIC WALKING A MERGOZZO

Ottimo test in preparazione alla Mezza Maratona del VCO, nello suggestivo scenario delle rive del fiume Toce. Una fantastica corsa nella natura!

è un evento



b a r

AL BUCO



tabacchi - ricariche telefoniche - smorfia
cabala - statistiche computerizzate
winforlife - superenalotto lotto

Gravellona Toce, C.so Sempione 161 - www.al-buco.it

DALLE ORE 12:00

Risotto

preparato dai cuochi e dagli allievi
del FORMONT utilizzando la mega
pentola della ditta CRAFOND

crafond

VIA DELL'INDUSTRIA, 9 Z.I. VERBANIA
WWW.CRAFOND.COM



CAMPING ORCHIDEA

a Feriolo di Baveno

aperto
da MARZO
a OTTOBRE



REGOLAMENTO

ISCRIZIONI

Si possono iscrivere alla gara di km 21,097 tutti coloro che abbiano compiuto il 18° anno di età entro il 23/09/2017; **tesserati FIDAL 1999 e precedenti** (iscrizioni filtrate tramite gli archivi FIDAL); **tesserati RUNCARD FIDAL e RUNCARD EPS** in possesso di **certificato medico agonistico per atletica leggera** in corso di validità.

Stranieri tesserati per società dei dipartimenti Rhone Alpes, Côte d'Azur, Cantoni Ticino e Vallese - firmatari della convenzione "Atletica senza frontiere"

QUOTA ISCRIZIONI

€ 20,00 fino al 31 agosto 2017

€ 25,00 fino al 17 settembre 2017

€ 30,00 entro il 21 settembre 2017
(chiusura iscrizioni)

Non si effettuano iscrizioni sulla 21k il giorno di gara - domenica 24 settembre.

Non si accettano iscrizioni incomplete e/o prive dell'attestato di pagamento della quota d'iscrizione.

La quota iscrizione da diritto al pacco gara:

MAGLIA TECNICA

garantita ai primi 800 iscritti

PRODOTTI ALIMENTARI VARI

BUONO SCONTO

da utilizzare presso:
Sportway Gravellona Toce
Sportway di Pernate
Tutti i negozi aderenti all'iniziativa

RISOTTO PER ATLETI

INFO TECNICHE

I pettorali si ritirano il giorno della gara dalle ore 8:00. È possibile ritirare il pacco gara di un conoscente o amico presentandosi con un documento di riconoscimento. L'iscrizione non è rimborsabile e non può essere posticipata all'anno successivo. È previsto il trasferimento di pettorale ad altra persona solo se provvista di tutti i requisiti necessari per l'iscrizione entro e non oltre il 17 settembre 2017. La punzonatura avrà inizio un'ora prima della partenza che verrà data alle ore 10.00.

SERVIZI

Posteggio auto presso lo stadio "G. Boroli" (zona partenza/arrivo). Spogliatori e docce all'arrivo. Ristori ai km 5/10/15/19/arrivo. Spugnaggi ai km 8/13/17. Assistenza medica e servizio massaggi. Soccorsi ai km 9/15/arrivo. Servizio custodia borse e chiavi. La classifica sarà visibile sul sito internet della manifestazione e di  N. 2 postazioni itineranti con defibrillatore



PERCORSO

Il percorso è un circuito pianeggiante di km 21,097 chiuso al traffico e ben segnalato con cartelli a ogni km. La partenza avverrà dallo stadio "C. Boroli" di Gravellona Toce. Si correrà passando per il lungolago di Feriolo di Baveno e la frazione di Verbagnia Fondotoce; si costeggerà poi il lago di Mergozzo. Lasciato il paese di Mergozzo, i partecipanti ritorneranno allo stadio "C. Boroli" dove, al termine di un giro della pista di atletica, sarà situato l'arrivo.



PREMIAZIONI



La classifica sarà effettuata col sistema a microchip e visibile sul sito www.tds-live.com

MASCHILE

1° classificato-b.v.	€ 500
2° classificato-b.v.	€ 350
3° classificato-b.v.	€ 250
4° classificato-b.v.	€ 180
5° classificato-b.v.	€ 150
6° classificato-b.v.	€ 120
7° classificato-b.v.	€ 100

ITALIANI MASCHILE*

1° classificato-b.v.	€ 80
2° classificato-b.v.	€ 70
3°-7° class.-b.v.	€ 60
8°-10° class.-b.v.	€ 50

* cumulabile

FEMMINILE

1° classificata-b.v.	€ 500
2° classificata-b.v.	€ 350
3° classificata-b.v.	€ 250

ITALIANI FEMMINILE**

1° classificata-b.v.	€ 80
2° classificata-b.v.	€ 70
3° classificata-b.v.	€ 60
4° classificata-b.v.	€ 50
5° classificata-b.v.	€ 50

** cumulabile

PREMI CUMULABILI

A tutti gli atleti che termineranno la mezzamaratona con i tempi inferiori alla seguente tabella spetterà il seguente bonus:

MASCHILE

1h 00'00"	€ 1.000,00
1h 01'00"	€ 500,00
1h 01'53"	€ 400,00**
1h 02'00"	€ 200,00
1h 03'00"	€ 150,00
1h 04'00"	€ 100,00

FEMMINILE

1h 08'00"	€ 1.000,00
1h 12'00"	€ 500,00
1h 13'07"	€ 400,00 **
1h 14'00"	€ 200,00
1h 15'00"	€ 100,00

** record

PREMI DI CATEGORIA M/F - non cumulabili

SM 35-40-45-50-55-60-65-70 | SF 35-40-50-60

Al 1° classificato/a di ogni categoria buono benzina di € 50,00. Dal 2° all'ottavo classificato/a premi in natura a scalare per le categorie M fino a SM60, per le categorie F fino a SF40. Dal 2° al 5° classificato/a premi in natura a scalare per le categorie SM65-SM70-SF50. Per la categoria SF60 premi in natura a scalare per la 2° e 3° classificata.

NOTE: Le categorie tesserati FIDAL come J/P/SM23/SF23 saranno inseriti nella classifica SM/SF
Le premiazioni inizieranno alle ore 13:00. I premi non ritirati sono disponibili fino al 15 ottobre contattando l'organizzazione

promo

GRANDPRIX DELLE SOCIETÀ

VERRANNO PREMIATE LE PRIME 5 SOCIETÀ CON UN MINIMO DI 80 ISCRITTI OTTENUTO DALLA SOMMA DELLE DUE MEZZEMARATONE.
1° soc. 500€ | 2° soc. 350€ | 3° soc. 300€ | 4° soc. 200€ // 5° soc. 150 €
Info complete: Guglielmo 339 1604429 / Antonio 347 9307914

PUNTI ISCRIZIONE

- SPORTWAY GRAVELLONA E PERNATE
- Gravello Toce - Parco Commerciale dei Laghi
- Pernate - Via Novara, 119
- BARAL BUCO
Gravello Toce - C.so Sempione, 163
- PU-MA SPORT
Casorate Sempione - Via Torino, 27
- SOLO SPORT
Bellinzago Novarese - Via Libertà, 97

CORRIAMO GRAVELLONA IOK e FAMILY RUN 4KM

Quote iscrizione:

CORRIAMO GRAVELLONA IOK € 8,00
FAMILY RUN 4KM € 5,00

Iscrizioni: la domenica mattina allo stadio,
fino alle ore 9.45

Partenza: ore 10.10, in coda alla mezzamaratona
T-SHIRT EVENTO A TUTTI GLI ISCRITTI!



SCHEDA ISCRIZIONE

Associazione Sportiva Dilettantistica Gravellova VCO cod. Fidal vb034

Mezzamaratona del V.C.O. Km 21,097 – domenica 24 settembre 2017

Scrivere in stampatello. L'iscrizione sarà accettata solo debitamente firmata. Non spedire per lettera postale. Ricorda che puoi iscriverti comodamente anche online su [maratoninavco.it!](http://maratoninavco.it)

DATI ANAGRAFICI

COGNOME	NOME		
<input type="text"/>	<input type="text"/>		
INDIRIZZO	CAP	CITTÀ	PROV.
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
DATA DI NASCITA	NAZIONALITÀ		
<input type="text"/>	<input type="text"/>		
TELEFONO	EMAIL		
<input type="text"/>	<input type="text"/>		

SCEGLI COME ISCRIVERTI

TESSERATO FIDAL

Società:

Cod. Soc. Fidal:

Tesserà n°

Indicare data di scadenza del proprio certificato medico:

TESSERATO RUNCARD FIDAL

allegare copia del certificato medico agonistico e tessera

Tesserà n°:

TESSERATO RUNCARD EPS

allegare copia del certificato medico agonistico e tessera

Nome ente:

Tesserà n°:

QUOTE ISCRIZIONE

Non aspettare! Sfrutta la formula prima ti iscrivi e più risparmi...

- €20,00 fino al 31 agosto 2017
- €25,00 fino al 17 settembre 2017
- €30,00 entro il 21 settembre 2017
(chiusura iscrizioni)

MODALITÀ PAGAMENTO

BONIFICO BANCARIO

Banco Popolare B.P.N. agenzia di Gravellova Toce
iban **IT 50 W 05034 45440 000000000164**

Quota d'iscrizione pagabile tramite bonifico bancario intestato a: A.S.D. Gravellova VCO - Via Camona, 8 - 28883 GRAVELLOVA TOCE (VB). Le iscrizioni devono pervenire allegando copia di pagamento presso: A.S.D. Gravellova VCO - Via Camona, 8 - 28883 GRAVELLOVA TOCE (VB) - Tel e Fax 0323 864092 (segreteria) - Cell. 339 1604429 (Sig. Bonetti Guglielmo - resp. organizzativo) - Cell. 340 4601065 (Sig. Giancarlo Ferrario). **Nella causale del bonifico bancario scrivere solo i nominativi dei partecipanti alla gara**

Con la firma della presente scheda il concorrente dichiara di conoscere ed accettare il regolamento della 22° MezzaMaratona del VCO. Di essere maggiorenne alla data del 23/09/2017. Dichiara sotto la propria responsabilità, non solo di aver dichiarato la verità, consapevole delle sanzioni penali previste in caso di dichiarazioni non veritiere e di falsità in atti [art. 26 L.15/68 e art. 489 c.p.], ma di esonerare gli organizzatori da ogni responsabilità sia civile che penale, per danni a persone e/o a cose da lui causati o a lui derivati. Ai sensi del D.Lgs n° 196 del 30/6/2003 s'informa che i dati personali raccolti saranno utilizzati per preparare l'elenco dei partecipanti, la classifica e l'archivio storico, per erogare i servizi dichiarati nel regolamento, per l'invio di materiale informatico o pubblicitario della MezzaMaratona del VCO, dai suoi partners per la pubblicazione della classifica, foto e filmati sul sito internet, la trasmissione dei dati a photosport per le foto della gara con l'incontro ai / alle concorrenti. **Autorizzo (firma leggibile):**



FORMONT
PER IL TUO FUTURO PUNTA IN ALTO

FORMONT C.F.P.
VIA BOLDRINI 38 - VILLADOSSOLA (VB)

**SCUOLA ORIENTAMENTO, FORMAZIONE
E ADDESTRAMENTO PROFESSIONALE**

Hotel Ristorante



Casale Corte Cerro - VB Tel. 0323.846702
A 2 KM DALLA PARTENZA DI GARA



ecorisveglio

Il giornale
più letto in tutto
il Verbano Cusio
Ossola

www.ecorisveglio.it



**GRAND HOTEL DES ILES
BORROMEES & SPA**

***** L