



Comune di  
Appignano

FEDERAZIONE ITALIANA  
DI ATLETICA LEGGERA  
Comitato Regionale MARCHE

Ugadi  
MACERATA

POLISPORTIVA  
ACLI Macerata

# GARA PODISTICA COMPETITIVA



Appignano  
07.12.2025



COMPETITIVA  
FIDAL  
Quota 10 euro



CAMMINATA  
Quota 5 euro



ESORDIENTI  
Fino a 10 anni  
Quota 3 euro

Ore 8 ritrovo Impianto Sportivo "A. Cicare" Via Del Monte 1/A  
Partenza ore 9 - Premiazioni ore 11

## Gara competitiva 10.1 km per tesserati FIDAL - costo 10 euro

Pagamento quota con bonifico bancario a IBAN: IT 14 S 03317 13401 000010107205

L'iscrizione e la copia bonifico sono da inviare a:

[sigma.strada@fidalmarche.com](mailto:sigma.strada@fidalmarche.com) e [segreteriapolaclimc@gmail.com](mailto:segreteriapolaclimc@gmail.com)

Scadenza iscrizioni: ore 20 di venerdì 5 dicembre 2025

## Camminata 3 km - costo 5 euro

## Minipodistica esordienti 0.2 km e 0.4 km - costo 3 euro

Per iscrizioni alla camminata e alla minipodistica inviare e-mail a [segreteriapolaclimc@gmail.com](mailto:segreteriapolaclimc@gmail.com)

È possibile iscriversi anche il giorno stesso

Sono previsti ristori all'arrivo e lungo il percorso  
Museo della ceramica e del Telaio ad ingresso libero

Verranno messe a disposizione dei partecipanti le strutture riscaldate degli impianti:  
gli spogliatoi e le docce calde del Campo sportivo Cicarè

Per informazioni:

E-mail: [segreteriapolaclimc@gmail.com](mailto:segreteriapolaclimc@gmail.com)  
Tel: 339 5318307 - 349 6667368

A tutti gli iscritti verrà consegnato un pacco gara  
I premi non ritirati verranno dati in beneficenza

## **REGOLAMENTO V° edizione "APPIGNANO XMAS 4 RUN" del 7 dicembre 2025 – Minipodistica - cat. esordienti - fino a 10 anni e Passeggiata Ludico-Motoria.**

### **PROGRAMMA:**

- Ore 8:00: Ritrovo presso Piazzale antistante lo stadio "A. Cicare" in Via Del Monte.
- Ore 09:15: Partenza gara 10 km.
- Ore 10:45: Premiazioni.

### **ISCRIZIONI GARA 10.1 KM – COMPETITIVA**

Le iscrizioni devono essere effettuate online collegandosi al sito [www.fidal.it](http://www.fidal.it) nell'apposita area riservata servizi online "<http://tesseonline.fidal.it/login.php>", sia sul sito [www.timingrun.it](http://www.timingrun.it) - entro le ore 20:00 di VENERDI' 5 DICEMBRE 2025.

**QUOTE Iscrizione: € 10,00.**

#### **Pagamento:**

Pagamento per i singoli ed i gruppi tramite bonifico bancario intestato a:

Associazione Polisportiva Dilettantistica ACLI Macerata.

- IBAN: IT 14 S 03317 13401 000010107205  
Causale: Iscrizione V° Edizione Appignano Xmas 4 Run  
L'Iscrizione e la Copia del bonifico sono da inviare a:  
- sigma.strada@fidalmarche.com  
- segreteriapolaclimc@gmail.com

### **ISCRIZIONI CAMMINATA LUDICO-MOTORIA 3KM**

Per i gruppi, le iscrizioni devono essere effettuate entro le ore 20:00 di VENERDI' 5 Dicembre 2025.

**QUOTE Iscrizione: € 5,00**

#### **Pagamento:**

- 1. Bonifico bancario  
presso IBAN: IT 14 S 03317 13401 000010107205

Oppure per i singoli partecipanti,

- 2. Il giorno stesso della passeggiata al momento del ritiro del cartoncino di partecipazione.

Causale: Iscrizione passeggiata ludico-motoria Appignano Xmas 4 Run.

### **ISCRIZIONI MINIPODISTICA**

#### **CAT. ESORDIENTI fino a 10 anni - 0.200 e 0.500 KM**

Le iscrizioni devono essere effettuate entro le ore 20:00 di VENERDI' 5 Dicembre 2025 con la possibilità di proroga dell'iscrizione fino al giorno 7 dicembre entro le ore 08.30

**QUOTE Iscrizioni: € 3,00.**

#### **Pagamento:**

Bonifico bancario intestato a:

Associazione Polisportiva Dilettantistica ACLI Macerata.

- 1. Bonifico bancario presso IBAN:  
IT 14 S 03317 13401 000010107205

*Oppure,*

- 2. Il giorno stesso della minipodistica al momento del ritiro del pettorale di partecipazione.

Causale: Iscrizione minipodistica – cat. Esordienti Appignano Xmas4 Run.

## **V° Edizione Appignano Xmas 4 Run**

### **PROGRAMMA:**

- Ore 08:00: Ritrovo presso Impianto Sportivo "A. Cicare" – Via Del Monte 1/A
- Ore 09:00: Partenza minipodistica;
- Ore 09:15: Partenza gara competitiva e passeggiata ludico-motoria
- Ore 10:45: Premiazioni  
Tempo massimo per la competitiva: due ore

### **RITIRO PETTORALI:**

Al fine di evitare gli assembramenti, i pettorali verranno consegnati ad un unico referente per Società (non è possibile il ritiro individuale).

Il ritiro pettorali verrà effettuato la mattina della gara, fino a 30 minuti prima della partenza.

Verranno premiati:

I primi 3 assoluti/e;

I primi 3 (M/F) della categoria 18 – 34;

I primi 3 (M/F) di tutte le altre categorie successive alla 18 – 34;

Verranno premiate tutte le società con un minimo di 5 iscritti. I premi di categoria saranno consegnati al termine della gara. Il premio alle società verrà consegnato a termine della gara.

Premio gara Km 10,10, gilet smanicato; Km 3 marsupio catarinfrangente.

Per la minigara podistica verrà consegnata una medaglia a tutti i partecipanti.

Partenza gara, gestione ristori e premiazioni secondo protocolli Fidal.

Il pubblico e gli accompagnatori non saranno ammessi all'area di partenza della gara.

Eventuali aggiornamenti di protocolli saranno applicati secondo le disposizioni.

### **RISTORI all'arrivo e lungo il percorso.**

### **REQUISITI DI PARTECIPAZIONE**

Possono partecipare atleti residenti in Italia e stranieri che abbiano i seguenti requisiti:

1. Atleti tesserati per l'anno in corso con società affiliate FIDAL.
2. Atleti tesserati per l'anno in corso con Enti di Promozione (EPS) convenzionati con la FIDAL, e certificato medico di idoneità per attività agonistica specifica SOLO settore ATLETICA LEGGERA.
3. Atleti italiani e stranieri in possesso della RUNCARD FIDAL limitatamente da 20 anni in poi, abbinata con certificato medico d'idoneità per attività agonistica specifico per l'ATLETICA LEGGERA.

*Copertura assicurativa R.C T.Servizio medico*

*Servizio con ambulanza curata dalla Croce Rossa Italiana comitato provinciale di Macerata.*

### **PER INFORMAZIONI:**

E-mail: [segreteriapolaclimc@gmail.com](mailto:segreteriapolaclimc@gmail.com) Tel: 349-6667368