



Appr. FIDAL
317/montagna/2019

A Connio, frazione di Carrega Ligure in Alta Val Borbera

10[^] CORRI A CONNIO

DOMENICA 11 AGOSTO 2019

Manifestazione Regionale FIDAL di corsa in montagna di 9,8 Km
Prova valida per il Campionato di Società Provinciale FIDAL 2019

REGOLAMENTO Possono partecipare: gli atleti italiani e stranieri tesserati FIDAL, nati nel 2001 e anni precedenti e atlete nate dal 1999 e anni precedenti, i tesserati (EPS) pari età e gli atleti in possesso di tessera RUNCARD con certificato medico di idoneità agonistica all'Atletica Leggera da esibire all'atto dell'iscrizione. In contemporanea l'Associazione sportiva di Connio organizza una manifestazione ludica motoria a passo libero, sullo stesso percorso a cui possono partecipare tutti i maggiorenni non tesserati

ISCRIZIONI: entro le ore 24 del 8 agosto **ON LINE** attraverso il sito www.atleticanovese.it, via email ad atleticanovese@atleticanovese.it, telefonicamente al n° 0143.321582 dalle 18.00 alle 20.00 dal lunedì al venerdì oppure di persona ai rappresentanti della società, oppure al punto di **ritrovo** domenica mattina dalle **8.30** alle **9.45**
Le iscrizioni verranno controllate attraverso gli Archivi FIDAL .

E' prevista una corsa promozionale riservata Categoria Esordienti M/F da 6 a 11 anni su un percorso di 1000 mt.
All'arrivo verrà consegnata a tutti una medaglia di partecipazione **PARTENZA ORE 10,00.**

PERCORSO: KM 9,8 in gran parte su sentieri sterrati

QUOTA ISCRIZIONE: Con Riconoscimento EURO 6,00

PARTENZA ORE 10.15

PREMI

CESTO AL PRIMO UOMO E ALLA PRIMA DONNA ARRIVATA

AI PRIMI TRE DELLE SEGUENTI CATEGORIE(FIDAL MONTAGNA) MASCHILI E FEMMINILI:

CATEGORIE UOMINI: M1 (2001-1985) – M3 (1974 - 1965)

CATEGORIA FEMMINILE: F1 (1999 -1985) – F2 (1984 - 1970) – F3 (1969 - 1955)

AI PRIMI QUATTRO DELLE SEGUENTI CATEGORIE (FIDAL MONTAGNA) MASCHILI:

M2 (1984-1975) -- M4 (1964-1955) – M5 (1954-1940)

DURANTE LA PREMIAZIONE RISO FREDDO ED ANGURIA

INFO CORSA: Connio si raggiunge in circa un'ora sia da Novi Ligure che da Genova utilizzando l'uscita autostradale di Vignole Borbera, proseguire per Cabella quindi Carrega, oppure, da Genova per Torriglia, Casa del Romano, Capanne di Carrega.

Responsabile Organizzativo: Vincenzo La Camera cell 338 7076732 – e-mail: vincenzo.lacamera36@gmail.com