

DATA	28.01.2026
N° PROT.	179
V. DEL	13/03/2026



La 10MDG "10.000 DELLA GARLASCHESE" - 10K

26 Aprile 2026

La 10000 DELLA GARLASCHESE

1° Prova del "TROFEO STRADE PAVESI" per le categorie ASSOLUTE e MASTER M/F

Garlasco (Pavia), Domenica 26 aprile 2026

REGOLAMENTO E INFORMAZIONI

L'A.S.D. GP Garlaschese in collaborazione con FIDAL e il patrocinio del Comune di Garlasco organizza la manifestazione di atletica leggera di Corsa su Strada inserita nel Calendario Nazionale FIDAL, con percorso omologato. Gara valevole come 1° Prova del "TROFEO STRADE PAVESI" per le categorie ASSOLUTE e MASTER M/F.

PROGRAMMA ORARIO

La manifestazione si svolgerà in data 26/04/2026

Ritrovo: ore 7.30 c/o PIAZZA DELLA REPUBBLICA, GARLASCO (Pavia)

Orario di partenza: 09.00

CARATTERISTICHE DEL PERCORSO

La competizione si svolge sulla distanza di:

Maschili: Km10 certificati FIDAL

Femminili: Km10 certificati FIDAL



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.

- 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.

- 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 porteranno espressamente la dicitura "Atletica Leggera".

CRONOMETRAGGIO E CLASSIFICHE

La misurazione dei tempi e l'elaborazione delle classifiche è a cura del G.G.G. con utilizzo di tecnologia Chip e rilevazione GUN TIME (allo sparo). Risultati e classifiche saranno convalidate dal G.G.G. Delegato.

TEMPO MASSIMO

1:30H

PREMIAZIONI

Saranno premiati le prime tre donne ed i primi tre uomini classificati



L'entità dei premi si evince dalla tabella sottostante.

Il Montepremi IN BUONI VALORE della "La 10000 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 (I PREMI NON SONO CUMULABILI) :

- UOMINI 1° € 100 2° € 50 3° € 30
- DONNE 1° € 100 2° € 50 3° € 30

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/SF70, SM/SF75, SM/SF80 e oltre

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

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

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.

AVVERTENZE FINALI

Il Comitato Organizzatore si riserva di modificare il presente regolamento in qualunque momento per motiviche riterrà opportuni per una migliore 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.

ISCRIZIONI MODALITA' DI ISCRIZIONE QUOTE

ISCRIZIONI ATLETI FIDAL:

online su portale FIDAL <https://tessonline.fidal.it/login.php> entro le ore 23:00 del 23.04.2026

ISCRIZIONI ATLETI RUNCARD:

inviando mail con tessera e certificato medico entro le ore 22:00 del giorno 22.04.26 a: cp.pavia@fidal.it + iscrizioni.gpgarlaschese@gmail.com

Quota iscrizione: **Euro 18,00** con riconoscimento – **Euro 25,00** il giorno della gara

Conferma iscrizioni: Inviando ricevuta bonifico all'IBAN **IT20M0623055880000030677303** Gruppo Podistico Garlaschese all'indirizzo iscrizioni.gpgarlaschese@gmail.com

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.

Non si accettano iscrizioni prive della quota di partecipazione.

RITIRO PETTORALI

Garlasco c/o P.za Della Repubblica Sabato 25 Aprile dalle 14.30 alle 17.30

Garlasco c/o P.za Della Repubblica domenica 26 Aprile dalle 7.30 alle 8.30



SERVIZI COMPRESI NELLA QUOTA D'ISCRIZIONE

La quota di partecipazione include: Medaglia commemorativa per i primi 200 iscritti-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 23 Aprile 2026 solo attraverso comunicazione scritta via fax o e-mail.

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

REGOLA TECNICA 5-SCARPEGARA

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.

CONTROLLI TESSERAMENTO IL GIORNO DELLA GARA

IL G.G.G. PUO' EFFETTUARE IL CONTROLLO DEL TESSERAMENTO e DELL'IDENTITA' DELL'ATLETA SECONDO QUANTO PREVISTO DAGLI ART.8-9 DELLE NORME ATTIVITA' 2026 (VADEMECUM) E PER QUANTO NON CONTEMPLATO VALGONO LE NORME TECNICO-STATUTARIE DELLA FIDAL

DICHIARAZIONE DI RESPONSABILITA'

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

Informazioni: FRANCESCO ZAPPÀ telefono: 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 medici
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