



# RUN-ICHESE TEN

II edizione – 24/05/2026 ore 8.45

## Regolamento

DATA	23.02.2026
N° PROT.	349

v. Sa 24/04/2026

## Organizzazione

ASD Runners Bergamo

Sede legale Via Vacha, 12 - Bergamo (Bg)  
Bergamo

Sede operativa P.le Goisis c/o Lazzaretto cella n. 48

sito internet [www.runnersbergamo.it](http://www.runnersbergamo.it)

La società Organizzatrice metterà in atto il Piano di Sicurezza che sarà previsto dagli Organi competenti

## Iscrizioni

**Apertura iscrizioni** : le iscrizioni sono aperte dal 1 marzo 2026. **NUMERO MASSIMO 350 iscritti**

**Chiusura iscrizioni** : le iscrizioni si chiuderanno il 23/5/2026 alle ore 18,00. Il giorno della manifestazione non saranno accettate iscrizioni

Categorie ammesse (maschili e femminili)

Allievi, Juniores, Promesse, Seniores e Master

### Quota Iscrizione Diecimila RUN-ICHESE TEN 2026

- € 16,00 .....fino al 15/3/2026;
- € 18,00 .....dal 16/3 al 30/3
- € 20,00 .....dal 31/3 al 30/4;
- € 23,00 .....dal 1/5/2026 al 20/5/2026;
- € 25,00 .....dal 21/5/2026 alla chiusura iscrizioni;



**Iscrizioni di gruppo contattare direttamente la Segreteria scrivendo a [info@runnersbergamo.it](mailto:info@runnersbergamo.it) o tel 338 2567715**

**La quota d'iscrizione non è rimborsabile per nessun motivo. Nel caso di annullamento per forza maggiore, indipendente dalla volontà del Comitato organizzatore si valuteranno soluzioni adeguate.**

Iscrizione gratuita per gli atleti diversamente abili ed eventuali guide regolarmente tesserati

### Modalità iscrizioni

Compilare in stampatello in tutte le sue parti il modulo di iscrizione, firmarlo e spedirlo mediante:

- Compilando il modulo on line sul sito [www.runnersbergamo.it](http://www.runnersbergamo.it)
- fax al numero +39 035 19910600
- inviando il modulo compilato alla mail [info@runnersbergamo.it](mailto:info@runnersbergamo.it)
- on line direttamente su sito ENDU - EVODATA

La quota potrà essere versata tramite:

- Bonifico bancario presso BANCO BPM sede Bergamo  
Codice IBAN IT72-F-05034-11121-000000006615

L'accettazione delle iscrizioni è ad insindacabile giudizio dell'organizzazione.

Alle iscrizioni inviate a mezzo posta, posta elettronica e via fax va allegata copia della ricevuta di pagamento. Gli atleti che ricevono l'accettazione dell'iscrizione e che vengono inseriti nell'elenco degli iscritti devono assicurarsi di **essere regolarmente tesserati presso la propria società per il 2026 ed essere in regola con le Norme Sanitarie vigenti.**

Tutti i documenti di iscrizione e di versamento delle quote devono pervenire entro e non oltre le ore 18,00 del giorno 23/5/2026



# RUN-ICHESE TEN

II edizione – 24/05/2026 ore 8.45

## Regolamento

### Partecipazione



Alla gara possono partecipare :

1. **Atleti/e italiani/e tesserati/e per società italiane affiliate alla FIDAL per il 2026** appartenenti alle categorie

### **ALLIEVI -JUNIORES - PROMESSE - SENIORES –(da SF-SM a SF95SM95 e oltre;**

2. **Atleti/e stranieri/e tesserati/e per Federazioni straniere affiliate alla WA.** presentando, all'atto dell'iscrizione:
  - per gli atleti/e stranieri comunitari : autorizzazione della Federazione di appartenenza;
  - per gli atleti/e extra-comunitari : oltre all'autorizzazione della propria Federazione , il permesso di **soggiorno o visto di ingresso.**

N.B. Gli atleti "tesserati" per una Federazione straniera affiliata alla WA che non vengono iscritti dalla propria Federazione o Club o Assistente devono sottoscrivere un'autocertificazione che ne attesti il tesseramento.

3. **Atleti/e italiani o stranieri tesserati per Società od Enti di Promozione (EPS)** che hanno sottoscritto la convenzione con la FIDAL SOLO se in possesso di RUNCARD-EPS in corso di validità (data di validità non scaduta).

N.B. questi atleti dovranno presentare copia del certificato medico di idoneità agonistica riportante la dicitura "atletica leggera" , certificato che sarà consegnato agli Organizzatori. Questi atleti/e pur apparendo in classifica non potranno godere di bonus-rimborsi e accedere al montepremi in denaro o generici buoni valore.

4. **Possessori di RUNCARD italiani e stranieri residenti in Italia.** Possono partecipare cittadini italiani e stranieri residenti in Italia limitatamente alle persone di età da 20 anni ( classe 2006) in poi, non tesserati per una Società affiliati 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](mailto:info@runcard.com)).

N.B. la tessera RUNCARD è rinnovabile. Sulla tessera RUNCARD è riportata la scadenza della stessa. Se il giorno della manifestazione, durante il controllo della tessera, viene rilevato che la stessa è scaduta, l'atleta NON può partecipare, salvo presentazione di ricevuta dell'avvenuto rinnovo on-line. 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. Copia del certificato medico andrà conservata agli atti della Società Organizzatrice di ciascuna manifestazione alla quale l'atleta in possesso di RUNCARD partecipa. Questi atleti/e verranno inseriti regolarmente nella classifica della gara, ma non potranno godere di rimborsi, bonus o accedere al montepremi o generici buoni valore.

5. **Possessori di RUNCARD italiani e stranieri residenti all'estero.** Possono partecipare cittadini italiani e stranieri limitatamente alle persone di età da 20 anni ( classe 2006) in poi, non tesserati per una Società affiliati 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](mailto:info@runcard.com)).



# RUN-ICHESE TEN

II edizione – 24/05/2026 ore 8.45

## Regolamento

N.B. la tessera RUNCARD è rinnovabile. Sulla tessera RUNCARD è riportata la scadenza della stessa. Se il giorno della manifestazione, durante il controllo della tessera, viene rilevato che la stessa è scaduta, l'atleta NON può partecipare, salvo presentazione di ricevuta dell'avvenuto rinnovo on-line. La loro partecipazione è comunque subordinata alla presentazione di un certificato medico di idoneità agonistica per Atletica Leggera valido in Italia (gli atleti stranieri possono presentare il 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 agli Organizzatori. Copia del certificato medico andrà conservata agli atti della Società Organizzatrice di ciascuna manifestazione alla quale l'atleta in possesso di RUNCARD partecipa.

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 per 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; - spirometria.

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

Copia del certificato medico andrà conservata agli atti della Società Organizzatrice di ciascuna manifestazione alla quale l'atleta in possesso di RUNCARD partecipa.

Questi atleti/e verranno inseriti regolarmente nella classifica della gara, ma non potranno godere di rimborsi, bonus o accedere al montepremi o generici buoni valore.

### Alla gara NON possono partecipare:

- Atleti/e tesserati/e per altre Federazioni (es. Triathlon)
- Atleti/e tesserati/e per Enti di Promozione Sportiva riconosciuti dal CONI ma non convenzionati con la FIDAL
- Possessori di certificati medici di idoneità sportive per altri Sport o riportanti diciture quali corsa, Podismo, Marcia, cross, maratona, mezza maratona, ecc...

**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.**

### Atleti Diversamente Abili

Possono partecipare gli atleti diversamente abili purché in possesso della tessera rilasciata dalla FISPEL/FIDAL per l'anno 2026. È fatto obbligo agli atleti non vedenti di provvedere personalmente all'accompagnatore.

## Servizi alla partenza

### Ritrovo

Centro Sportivo di Ranica – Via Matteotti 6

### Ritiro pettorali:

I pettorali ed i chip si potranno essere ritirati

- il giorno della gara dalle ore 7,00 alle ore 8.30 presso il ritrovo .

### Segreteria

La segreteria della gara si trova c/o il Centro Sportivo di Ranica

### Deposito borse

Il deposito borse sarà presso il Centro Sportivo di Ranica





# RUN-ICHESE TEN

II edizione – 24/05/2026 ore 8.45  
Regolamento

## Servizi al ritrovo

Parcheggi ,assistenza medica e pronto soccorso.



## La Gara

### Partenza

La partenza della gara è fissata per le ore 8.45 La partenza è posizionata presso il Centro Sportivo di Ranica – Via Matteotti in prossimità della zona ritrovo

### Percorso

percorso cittadino a 1 giro all'interno comune Ranica .Percorso stradale asfaltato, con breve tratto sterrato nei parchi, interamente chiuso al traffico.

### Arrivo

La linea di arrivo si trova in Via Matteotti - Ranica

### Tempo limite

Il tempo limite di gara è di 1 ore e 20 minuti.

### Ristori

Come da regolamento FIDAL è previsto un punto di ristoro al km 5 lungo il percorso.

### Timing e CHIP

Il servizio di cronometraggio sarà effettuato mediante microchip che consente di registrare anche il tempo effettivo Il chip è strettamente personale e non può essere scambiato.

Oltre il Gun Time sarà presente anche il "Real time" che inizierà con il passaggio sulla linea di partenza e finirà con il passaggio sulla linea d'arrivo; i partecipanti dovranno transitare su apposite pedane predisposte per il rilevamento del codice chip. Saranno squalificati i concorrenti non transitati su dette pedane, o per i quali saranno rilevati tempi sulla distanza tra un controllo e l'altro giudicati dai giudici FIDAL presenti alla manifestazione non attendibili. Il chip sarà posizionato sul retro del pettorale e non dovrà essere rimosso per nessun motivo, pena l'esclusione dalla classifica.

La classifica generale e per categoria sarà disponibile presso l'ufficio Segreteria al campo gara; in ogni caso sarà pubblicata sui sito [www.runnersbergamo.it](http://www.runnersbergamo.it).

### Servizio Sanitario

Lungo il percorso saranno dislocate delle postazioni fisse con ambulanze con medico e personale specializzato per il primo soccorso.

### Servizio "scopa"

Gli atleti che dovessero ritirarsi saranno indirizzati all'arrivo. E' previsto il servizio scopa che accompagnerà l'ultimo concorrente fino all'arrivo

## Servizi all'arrivo

### Ristoro finale

Al termine della gara è previsto il ristoro con generi di conforto solidi e liquidi secondo i criteri e le indicazioni FIDAL.

### Servizio Sanitario

Nella zona di arrivo, al termine della corsa, ci sarà una postazione di servizi sanitari con medico e personale specializzato per il primo soccorso.



# RUN-ICHESE TEN

II edizione – 24/05/2026 ore 8.45  
Regolamento

## Riconoscimenti e pacco gara:

Per tutti i partecipanti è previsto :  
Pettorale con micro chip  
Capo di abbigliamento  
medaglia FINISHER  
ristoro finale



## Premiazioni

Le premiazioni avverranno in loco.

CLASSIFICA GENERALE M/F		CLASSIFICA SOLO ITALIANI o equiparati	
1°	€ 110,00 in B.V.	1°	€ 50,00 in B.V.
2°	€ 90,00 in B.V.	2°	€ 40,00 in B.V.
3°	€ 50,00 in B.V.	3°	€ 25,00 in B.V.

Dal 4° al 5° posto M/F sono previsti premi con beni degli sponsor o B.V. I premi sono cumulabili

## Altre Premiazioni :

primi tre classificati delle categorie MASTER M/F in base al tempo ufficiale (dallo sparo al traguardo) anni 35 ÷ 39 , 40 ÷ 44 , 45 ÷ 49 , 50 ÷ 54 , 55 ÷ 59 , 60 ÷ 64 , 65÷69, 70 ÷ 74,>75;

I premi NON sono cumulabili con quelli eventualmente vinti nella classifica generale e verranno consegnati **solo** durante la cerimonia di premiazione, i premi non saranno spediti o consegnati altrove, gli atleti tesserati RUN CARD non potranno accedere alle premiazioni di classifica sia assoluti, sia di categoria

## Assicurazione e Piano di Sicurezza

L'organizzazione ha stipulato polizze per RCT e predisporrà il piano di sicurezza redatto secondo le Norme dell'Amministrazione e della Polizia Locale.

## Squalifica

La partecipazione con pettorale di un altro corridore, la cessione del pettorale, tagli di percorso o qualsiasi altro fatto grave che verrà rilevato dall'organizzazione causerà l'estromissione dalla classifica e la squalifica dalla manifestazione oltre ai provvedimenti disciplinari previsti dalla FIDAL. Il pettorale non può essere rimosso o ridotto.

## Reclami

Eventuali reclami dovranno essere presentati entro 30 minuti dall'esposizione della classifica della categoria interessata ed:

PRIMA ISTANZA = verbalmente al giudice d'arrivo;

SECONDA ISTANZA = per iscritto al giudice d'appello accompagnati dalla tassa di reclamo di € 100,00 restituibile in caso di accoglimento dello stesso.

Il G.G.G. può effettuare il controllo del tesseramento e dell'identità dell'atleta secondo quanto previsto dal Regolamento FIDAL. Qualora, durante un controllo, un atleta risulti sprovvisto della tessera federale o ricevuta di tesseramento on-line o documento di identità, andrà compilata, da parte della Società d'appartenenza dell'atleta, una dichiarazione di tesseramento. Per quanto non contemplato valgono le norme tecnico-statutarie della FIDAL valevoli per l'anno 2026

REGOLA TECNICA 5 – 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.



# RUN-ICHESE TEN

II edizione – 24/05/2026 ore 8.45  
Regolamento

## Diritto d'immagine

Con la sottoscrizione della scheda d'iscrizione alla RUN-ICHESE TEN 2025, l'atleta, sin da ora, autorizza espressamente l'organizzazione all'utilizzo gratuito di immagini, fisse e/o in movimento, ritraenti la propria persona e prese in occasione della sua partecipazione alla corsa.

La presente autorizzazione alla utilizzazione della propria immagine deve intendersi prestata a tempo indeterminato e senza limiti per l'impiego in pubblicazioni e filmati vari, ivi inclusi, a mero titolo esemplificativo e non limitativo, materiali promozionali e/o pubblicitari e realizzati su tutti i supporti.

## Dichiarazione di Responsabilità

Con la firma della scheda d'iscrizione l'atleta dichiara di conoscere ed accettare il regolamento del Diecimila sul Brembo 2025, pubblicato sui siti [www.runnersbergamo.it](http://www.runnersbergamo.it) e di conoscere i regolamenti FIDAL. Dichiara inoltre espressamente sotto la propria responsabilità, non solo di aver dichiarato la verità ma di esonerare gli organizzatori, la FIDAL, gli sponsor e 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 Privacy Regolamento (UE) 2016/679

dell'articolo 13 del Regolamento (UE) 2016/679 (GDPR)

### DICHIARAZIONE

Io sottoscritto \_\_\_\_\_ tessera FIDAL nr \_\_\_\_\_

tesserato per la società \_\_\_\_\_ codice FIDAL \_\_\_\_\_

#### dichiaro

sotto la mia responsabilità che la società ha provveduto alla ri affiliazione ed al rinnovo del mio tesseramento per l'anno 2026 e di essere in regola con la certificazione di idoneità all'attività agonistica;

- allegando la certificazione on-line dell'avvenuto tesseramento;
- sollevando la società organizzatrice da ogni responsabilità nel caso ciò non sia riscontrabile.

Data \_\_\_\_\_

FIRMA \_\_\_\_\_

**Per tutto quanto non contemplato nel presente regolamento, valgono le norme contenute nel regolamento FIDAL anche in ordine ai tesseramenti.**

- Runners Bergamo Via Vacha, 12 - 24123 Bergamo (Bg)
- Fax +39 035 19910600
- Infoline cell. +39 338 2567715
- Sito internet [www.runnersbergamo.it](http://www.runnersbergamo.it)
- Email [info@runnersbergamo.it](mailto:info@runnersbergamo.it)

FIDAL C.R. LOMBARDIA  
REGOLAMENTO APPROVATO IL

28. 04. 2026