



REGOLAMENTO

GARA PODISTICA COMPETITIVA

21 KM 30 KM

“DAL QUATAR FRAZIO”

Quartiere CAVA di FORLÌ

-Polisportivo MONTI-

Domenica 18 OTTOBRE 2026

EDIZIONE 2026

REGOLAMENTO E INFORMAZIONI

L'A.S.D GRUPPO PODISTICO AVIS FORLÌ (G.P. AVIS FO), affiliata alla Federazione Italiana di Atletica Leggera (FIDAL) con codice FC355, con l'approvazione del Comitato Regionale Fidal Emilia Romagna, con il supporto ed il patrocinio del Comune di FORLÌ, organizza le manifestazioni di atletica leggera di corsa su strada inserite in Calendario Regionale FIDAL di 20,950 KM e di 30,500 KM unitamente alla camminata ludico-motoria non competitiva di 10KM.

Il regolamento di gara è adottato in conformità di tutte le disposizioni normative vigenti al momento della stesura e potrà subire variazioni in ottemperanza ad eventuali situazioni obbligatorie sopravvenute. Tutti gli aggiornamenti conseguenti verranno pubblicati sui canali ufficiali di comunicazione: sito web (www.podistiavis.it) e social, che invitiamo a consultare:

sito web: www.podistiavisforli.it;

pagina facebook: Podisti Avis Forli;

instagram: Podisti Avis Forlì.

PROGRAMMA ORARIO

La manifestazione si svolgerà in data 18 ottobre 2026.

Ritrovo presso il Polisportivo MONTI quartiere Cava di FORLÌ ore 07:30.

Orari ritiro pettorale presso la Polisportiva MONTI Quartiere CAVA di FORLÌ:

- **Sabato 17 OTTOBRE 2026 dalle ore 14:00 alle ore 18:00;**
- **Domenica 18 OTTOBRE 2026 dalle ore 07:30 alle ore 08:30.**

Orari deposito borse Domenica 18 ottobre 2026 – Polisportiva MONTI dalle 07.30 alle 13.00 solo per i partecipanti alla 30,500 km e 20,950 km.

Orario di partenza per la 30,500 km e la 20,950 ore 09:00 da Via SILLARO di fronte l'ingresso del Polisportivo MONTI; per la camminata ludico motoria la partenza sarà libera dalle ore 08:30 mentre di gruppo alle ore 09:05 dopo la partenza ufficiale delle competitive. Gli orari potranno subire variazioni. Indicazioni dettagliate verranno prontamente aggiornate dall'Organizzazione attraverso i canali ufficiali di comunicazione: sito web e social.

La sintesi del programma della manifestazione prevede:

- **Ritrovo:** ore 07:30 presso il Polisportivo MONTI;
- **Ritiro pettorali:** il 18 Ottobre 2026 dalle ore 07:30 alle ore 08.30 (possibilità di ritiro pettorale sabato 17 OTTOBRE 2026 dalle ore 14:00 alle ore 18:00 presso Polisportiva Monti);
- **Chiusura iscrizioni camminata ludico motoria:** ore 08:50;
- **Controllo pre-gara:** obbligatorio dalle ore 08:45;
- **Partenza:** ore 9.00;
- **Arrivo primo atleta indicativo:** ore 10.30 per la 21 km ore 11:00 per la 30 Km;
- **Tempo limite per chiusura gara:** ore 13:00;
- **Inizio premiazioni individuali:** ore 12:30;
- **Chiusura manifestazione:** ore 13:30.

CARATTERISTICHE DEL PERCORSO

La gara competitiva si svolge sulla distanza di:

- Maschili: km 30,500 e Km 20,950 (☐ certificati FIDAL, ☒ non certificati)
- Femminili: km 30,500 e Km 20,950 (☐ certificati FIDAL, ☒ non certificati)

I percorsi si sviluppano prevalentemente su strade periferiche alla Città andando a toccare le 4 Frazioni (Castiglione, Cava, Quattro e Villagrappa); parte dei percorsi è pianeggiante e parte è collinare ma tutti su strade asfaltate. Le caratteristiche dei percorsi (mappe) saranno presenti in dettaglio nel sito www.podistiavis.it. I chilometri progressivi di gara saranno segnalati con appositi cartelli posti al lato della strada.

REQUISITI DI PARTECIPAZIONE

In base a quanto previsto dalle “Norme per l’Organizzazione delle Manifestazioni Non Stadia” emanate dalla FIDAL, possono partecipare atleti tesserati in Italia—in possesso di uno dei seguenti requisiti:

- Atleti tesserati per il 2026 per società affiliate alla FIDAL
- Atleti italiani e stranieri in possesso di Runcard (valevole come assicurazione sportiva e permesso a competere) e Atleti tesserati per un Ente di Promozione Sportiva (Sez. Atletica), in possesso di Runcard-EPS, limitatamente alle persone da 20 anni (nati nel 2006), sia per la 30,500 km che per la 20,950 Km, in possesso di un certificato medico di idoneità agonistica specifica per l’atletica leggera, in corso di validità, che dovrà essere obbligatoriamente consegnato, anche digitalmente, alle società organizzatrici di ciascuna manifestazione.

In particolare, per la gara di 30,500 km possono partecipare tutti gli atleti con età anagrafica 20 anni (2006 millesimo di età); mentre per la 20,500km i tesserati FIDAL/UISP con età anagrafica 18 anni (millesimo 2018)

Inoltre per i/le tesserati/e Runcard standard e Runcard stranieri possono partecipare alla 30,500 Km e alla 20,950 Km coloro i quali sono nati nell'anno 2006 e annate precedenti.

L’iscrizione alla gara e la consegna del relativo pettorale sono subordinati alla presentazione, da parte dell’atleta, del tesseramento in corso di validità.

I/le tesserati/e Runcard standard e stranieri ed Enti di Promozione Sportiva dovranno obbligatoriamente presentare il certificato medico agonistico in corso di validità per l’atletica leggera.

I/le Runcard mountain & trail e nordic e fitwalking non possono iscriversi.

Per le CAMMINATE LUDICO MOTORIE, l’iscrizione alla camminata, implica la tacita dichiarazione di autocertificazione di idoneità fisica alla pratica dell’attività sportiva “non agonistica”, secondo quanto previsto dalla normativa vigente in materia e pertanto esonera gli organizzatori dal richiedere tale certificato medico. Il partecipante solleva la società organizzatrice da ogni responsabilità, circa la propria idoneità fisica, a prendere parte alla manifestazione e da ogni responsabilità, sia civile che penale, per danni a persone e/o cose da lui causati o a lui derivati dalla partecipazione alla corsa.

ISCRIZIONI E QUOTE

Gara Agonistica

La quota individuale d'iscrizione è fissata in:

- € 20,00 per la 21 km e € 30,00 per la 30 km entro domenica 11 ottobre 2026;
- € 25,00 per la 21 km e € 35,00 per la 30 km dal 12 ottobre al 15 ottobre 2026.

Le iscrizioni potranno essere effettuate attraverso il form dell'evento sul sito www.timingrun.it entro 15/10/2026 alle ore 23:59.

Sarà possibile iscriversi il giorno 17 ottobre 2026 presso la polisportiva MONTI **dalle ore 14:00 alle ore 18:00** con quote fissate in € 30,00 per la 21 km e € 40,00 per la 30 km.

Per le Società Sportive affiliate Fidal che iscrivono complessivamente dai 10 atleti in su è previsto una iscrizione gratis ogni 10 atleti.

La quota comprende: pettorale, pacco gara di partecipazione, servizio di cronometraggio, assistenza medica, deposito borse, tre ristori (uno lungo il percorso e all'arrivo).

Camminate Ludico – Motorie

Le iscrizioni alle camminate ludico motorie saranno accettate solo la mattina dell'evento entro le ore 9.00. La quota d'iscrizione è fissata in € 5,00 e comprende: assistenza medica, ristori (lungo il percorso per la distanza di 10 km, all'arrivo per tutte le distanze) e premio di partecipazione (premio alimentare).

RIMBORSO DELLA QUOTA DI PARTECIPAZIONE

- **Annullamento gara**

In caso di annullamento gara per cause di forza maggiore non dipendenti e/o non riferibili alla volontà dell'organizzazione, motivi atmosferici, revoca della autorizzazione allo svolgimento da parte degli Organi Pubblici competenti, e/o in caso di interruzione, sospensione della gara, nessun rimborso sarà dovuto ai partecipanti in merito alla quota di iscrizione.

L'organizzazione si riserva di verificare la possibilità di iscrizione a quota agevolata per l'edizione successiva.

- **Rinuncia partecipazione**

L'impossibilità a partecipare alla gara da parte di un atleta iscritto deve essere comunicata via e-mail a info@podistiavisforli.it entro e non oltre lunedì 12 ottobre 2026 per avere diritto al posticipo dell'iscrizione all'edizione successiva. Non è previsto in nessun caso il rimborso della quota di iscrizione.

RITIRO PETTORALI + MICROCHIP E PACCO GARA

Il ritiro dei pettorali e microchip e pacco gara avverrà presso il Polisportivo MONTI quartiere CAVA in Forlì il giorno:

- Sabato 17 OTTOBRE 2026 dalle ore 14:00 alle ore 18:00;
- Domenica 18 OTTOBRE 2026 dalle ore 07:30 alle ore 08:30.

CRONOMETRAGGIO E CLASSIFICHE

Gestione computerizzata della gara competitiva mediante misurazione dei tempi con chip usa e getta (da non restituire) e l'elaborazione delle classifiche a cura della Federazione Italiana Cronometristi della sezione incaricata.

La misurazione dei tempi e l'elaborazione delle classifiche è a cura di TIMINGRUN ed è effettuato tramite chip passivo; le stesse sono convalidate dal Giudice Delegato Tecnico/Giudice d'Appello.

TEMPO LIMITE

Il tempo limite per concludere la competitiva di 30 Km è di 4h (quattro ore) mentre il tempo limite per concludere la 21km 3h (tre ore)

In coda alla 30 Km sarà presente lo staff dell'organizzazione ed eventualmente le forze dell'ordine che valuteranno l'effettiva chiusura del percorso in base alla situazione degli ultimi partecipanti. Gli atleti che saranno sul percorso dopo il passaggio del "fine gara" saranno considerati fuori gara; pertanto potranno continuare solo nel pieno rispetto del codice della strada, al fine di tutelare la loro incolumità.

Si segnala che in alcuni tratti il traffico verrà governato durante il passaggio degli atleti. Si invita, pertanto, l'atleta a porre attenzione e a rispettare obbligatoriamente il codice della strada. Addetti dell'organizzazione saranno comunque presenti fino al termine della gara. Gli atleti giunti al traguardo oltre il tempo limite non verranno classificati.

RISTORI

3 sul percorso e 1 alla fine.

SERVIZI

Spogliatoi servizi igienici garantiti all'interno del Polisportivo MONTI; e sarà allestito un deposito borse in prossimità degli stessi.

PREMIO DI PARTECIPAZIONE

- COMPETITIVI:**

Tutti gli arrivati nei limiti fissati per ogni percorso competitivo riceveranno la medaglia di Finisher.

Tutti i premi sono in natura ed in parte offerti dagli sponsor (ovvero prodotto alimentari e gadget tecnico)

Premiazioni assoluti

Saranno premiati i primi tre classificati uomo e le prime tre classificate donna di tutte le manifestazioni competitive (21 KM e 30 KM) con prodotti tecnici o alimentari che verranno effettuate in zona arrivo.

Premiazioni di categoria

Verranno inoltre premiati con prodotti alimentari (e/o gadget) per ogni gara (21KM e 30 KM) i primi 5 atleti delle categorie maschili e femminili come qui specificate (con esclusione dei primi 3 arrivati assoluti):

5 AMATORI (AM) 2008-1982	5 DONNE A (DA) 2008-1982
5 VETERANI A (VA) 1981-1970	5 DONNE B (DB) 1981-1970
5 VETERANI B (VB) 1969-1960	5 DONNE C (DC) 1969 e prec.
5 VETERANI C (VC) 1959 e prec.	

I primi tre di ogni categoria verranno premiati sul palco, gli altri potranno ritirare il premio nell'apposito stand presentando il pettorale.

I premi non ritirati entro il termine di chiusura evento non verranno spediti né consegnati nei giorni successivi.

NON SONO PREVISTI PREMI IN DENARO

- **NON COMPETITIVI:**

Prodotti alimentari.

Saranno effettuate le PREMIAZIONI di SOCIETÀ (minimo 10 presenze) alle prime 10 società con prodotti alimentari e/o gadget.

SERVIZIO SANITARIO

L'assistenza medica è garantita lungo tutto il percorso ed in zona Partenza/Arrivo

RECLAMI

Eventuali reclami dovranno essere presentati nel rispetto delle norme della FIDAL e del R.T.I.

DIRITTI DI IMMAGINE PRIVACY

Con l'iscrizione, i concorrenti autorizzano l'organizzazione all'utilizzo gratuito, senza limiti territoriali e di tempo, di immagini fisse e in movimento che li ritraggano in occasione della partecipazione alla manifestazione. Con l'iscrizione l'atleta inoltre acconsente a che l'organizzazione raccolga, utilizzi e/o diffonda i dati personali dichiarati al fine di formare l'elenco dei partecipanti alla gara, di redigere le classifiche ufficiali e in genere, per tutte le operazioni connesse alla partecipazione alla gara, nonché per finalità promozionali, co-marketing turistico informative. Dichiaro inoltre di concedere la propria autorizzazione ad utilizzare qualsiasi sua immagine relativa alla partecipazione all'evento per qualsiasi legittimo utilizzo senza remunerazione.

DICHIARAZIONE DI RESPONSABILITA'

Con l'iscrizione alla 30KM e/o 21KM, l'atleta dichiara di conoscere nell'interezza e di accettare incondizionatamente il presente regolamento nonché di essere consapevole che il partecipare agli eventi sportivi in generale è potenzialmente un'attività a rischio.

L'atleta dichiara, inoltre, di assumersi tutti i rischi derivanti dalla propria partecipazione all'evento: cadute, contatti con veicoli, con altri partecipanti, spettatori o altro, condizione meteorologiche, traffico e condizioni della strada, ogni tipo di rischio ben conosciuto e valutato.

Con l'invio del modulo di iscrizione on-line l'atleta solleva e libera l'Organizzazione, l'Amministrazione Comunale di Forlì, l'Amministrazione Regionale dell'Emilia Romagna, tutti gli Sponsor dell'evento, i rispettivi rappresentanti, successori, funzionari, direttori, membri, agenti ed impiegati dei soggetti sopra citati, di tutti i presenti e futuri reclami o responsabilità

di ogni tipo, nonché per danni a persone e/o cose, conosciuti o sconosciuti, derivati dalla propria partecipazione all'evento.

Inoltre, con l'invio del modulo di iscrizione on-line il concorrente dichiara di non essere a conoscenza di alcuna condizione medica pregressa o di lesioni che possano porlo a rischio nel corso dell'evento.

L'atleta autocertifica altresì l'inesistenza di sanzioni sportive, civili e/o penali per doping, e dichiara di non aver assunto – e di non assumere – sostanze inserite nella lista antidoping della World Antidoping Agency (WADA).

Si rammenta che, in base alla normativa federale vigente, i concorrenti potranno essere sottoposti a controlli antidoping da parte delle competenti autorità.

AVVERTENZE FINALI

Il Comitato Organizzatore si riserva di modificare il presente regolamento in qualunque momento per motivi che 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 <https://www.podistiavisforli.it>. Inoltre la documentazione contenente le informazioni essenziali per prendere parte alla gara sarà consegnata dall'organizzazione unitamente al pettorale.

INFORMAZIONI E CONTATTI

Sito web: <https://www.podistiavisforli.it>

Referente organizzativo: Gemma Lorenzo

Telefono: +39 339 7021060

E-mail: info@podistiavisforli.it