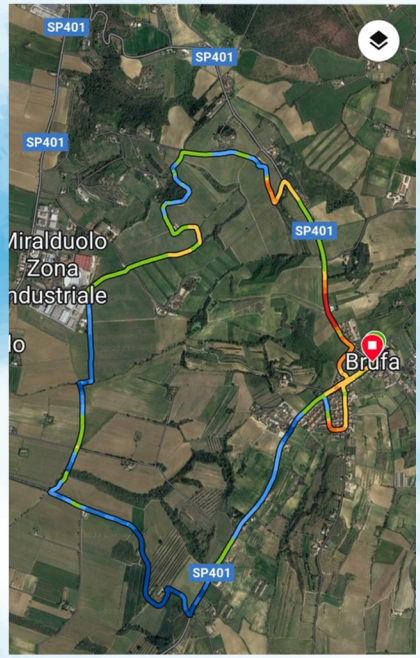
REGOLAMENTO

1) REQUISITI DI PARTECIPAZIONE
L'iscrizione è riservata a coloro che abbiano compiuto 18 anni di età (o li compieranno nel corso dell'anno solare) e che sono in possesso di tessera fidal runcard o di un qualsiasi ente di promozione sportiva ufficialmente riconosciuto dal c.o.n.i., rilasciata in base alle norme sulla tutela sanitaria dell'attivita sportiva agonistica (d.m. del 182/82), da presentare al momento dell'iscrizione.

2) IL PERCORSO
Il percorso della gara è di 10.5 Km.
Il tempo massimo per concludere la gara è di 1h e 30'.



Categorie:
Primi 10 classificati esclusi gli assoluti.
Maschili: amat-35-40-45-50-55-60-65-70
Femminili: amat-35-40-45-50-55-60-65-70

Garantite assistenza medica e docce

PROGRAMMA

ore 7:30 Ritrovo e iscrizioni in piazza Mancini
ore 9:00 Partenza della gara
ore 11:00 Premiazioni e ristoro finale

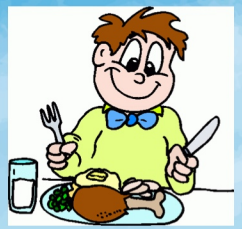
GARA COMPETITIVA

Iscrizioni su www.icron.it

SCADENZA PRE-ISCRIZIONI: VENERDI' 25 AGOSTO ORE 24, quota € 8
POSSIBILITA' DI ISCRIVERSI ANCHE LA MATTINA DELLA GARA FINO A MEZZ'ORA PRIMA DELLA PARTENZA

PASSEGGIATA LUDICO-MOTORIA di 4.5 Km aperta a tutti, quota € 3

PREMIAZIONI
Primi 3 assoluti Uomini e Donne
Prime 3 Società (verranno conteggiati gli atleti che taglieranno il traguardo)



PRANZO FINALE !!
Pasto completo
bevande incluse
a solo 15 € presso l'area
"Brufa in Festa"
(gradita la prenotazione)

COME RAGGIUNGERCI

- Da **Terni**: uscita E45 consigliata: Deruta Nord; indicazioni per Torgiano; al semaforo direzione Assisi/Bastia per 1km circa quindi indicazione per Brufa.
- Da **Perugia** - Città di Castello - Foligno: uscita E45 consgliata; Ponte San Giovanni; indicazione per Torgiano; attraversato l'abitato di Ferriera indicazione per Brufa.

Per informazioni:
Daniele Falaschi 3492827931 falaschidaniele@gmfspa.it