33° CROSS DELLA VALLAGARINA

Organizzazione: U.S. Quercia Trentingrana - Rovereto

REGOLAMENTO *33° CROSS DELLA VALLAGARINA*

1. L'U.S. Quercia Trentingrana di Rovereto organizza con l'approvazione della F.I.D.A.L. nazionale la **33ª edizione del** ***Cross della Vallagarina,*** gara internazionale di corsa campestre maschile e femminile.

2. La manifestazione si svolgerà a Villa Lagarina (Trento) domenica 17 gennaio 2010 con il seguente programma tecnico:
   gare maschili: allievi e junior km 4,5 - senior/promesse km 8,7
   gara femminili: allieve e junior km 3,9 - e senior/promesse km 5,6

3. **Gare giovanili**: il programma sarà completato dalle seguenti gare riservate alle categorie giovanili e amatori, a carattere interregionale:
   ragazzi km 1,6 **cadetti** km 2,6 **master (mm35-mm55) e amatori uomini** km 4,9
   ragazze km 1,6 **cadette** km 2,1 **master m. (mm60 e oltre)** km 3,3
   master f. e **amatori donne** km 3,3

4. **Iscrizioni**: vanno inviate esclusivamente per iscritto entro mercoledì 13 gennaio 2010, al seguente numero di fax: 0464-46.15.00 o alla e-mail us_quercia@yahoo.com. Contributo organizzativo di Euro5,00 per atleta per le categorie Amatori e Master. **Per le iscrizioni sul posto sovratassa di Euro 5,00 ad iscrizione.**

5. **Ritrovo**: è fissato alle ore 10,30 presso il campo sportivo di Villa Lagarina, dove funzionerà la segreteria gare per la conferma iscrizioni e il ritiro dei pettorali.

6. Per quanto non contemplato nel presente regolamento, valgono le norme tecniche della F.I.D.A.L. e del G.G.G..

Rovereto, 17 novembre 2009.

Carlo Giordani
(Presidente U.S. Quercia Trentingrana - Rovereto)

GIORGIO MALFER
Presidente Comitato Provinciale
FIDAL TRENTO

FEDERAZIONE ITALIANA DI ATLETICA LEGGERA
Comitato Provinciale FIDAL TRENTINO

FAVOREVOLE

EUROPEAN ATHLETICS
PERMIT MEETING

Cross della Vallagarina

FEDERAZIONE ITALIANA DI ATLETICA LEGGERA

33° CROSS DELLA VALLAGARINA

Organizzazione: U.S. Quercia Trentingrana - Rovereto

PROGRAMMA ORARIO DEL 33° *CROSS DELLA VALLAGARINA*

Ritrovo e conferma iscrizioni.....ore 10.30
AMATORI M. (MM60 e oltre)
AMATORI e MASTER F. (2 giri grandi = 3.370m).....ore 11.40
AMATORI e MASTER M. (MM35-MM55) (3 giri grandi = 4.920m).....ore 12.00
RAGAZZE (2 giri piccoli = 1.610m).....ore 12.30
RAGAZZI (2 giri piccoli = 1.610m).....ore 12.45
CADETTE (1 giro piccolo + 1 giro medio = 2.110m).....ore 13.00
CADETTI (2 giri medi = 2.610m).....ore 13.15
ALLIEVE e JUNIOR F. (1 giro piccolo + 2 giri grandi = 3.940m).....ore 13.35
ALLIEVI e JUNIOR M. (1 giro medio + 2 giri grandi = 4.440m).....ore 14.00
PROMESSE e SENIOR FEMMINILE (1giro piccolo + 3 grandi = 5.590m).....ore 14.30
PROMESSE e SENIOR MASCHILE (1giro piccolo + 5 grandi = 8.690m).....ore 15.00

N.B.: Il programma orario potrà subire variazioni per esigenze televisive.

LIMITI DI PARTECIPAZIONE: alla gara senior maschile potranno partecipare soltanto atleti in possesso di uno dei seguenti limiti: 4'05" sui 1.500m - 15'30" sui 5.000m - 31'30" sui 10.000m - 9'45" sui 3.000siepi.

SITO WEB
http://www.usquercia.it/cross e-mail: us_quercia@yahoo.com

PREMI

- Premi individuali per gli atleti italiani della gara Assoluta Maschile e e Assoluta Femminile:
  1. classificato/a = 1.000Euro
  2. classificato/a = 800Euro
  3. classificato/a = 700Euro
  4. classificato/a = 600Euro
  5. classificato/a = 500Euro
  6. classificato/a = 400Euro

- Premi ai primi 6 classificati delle gare giovanili;
- Ulteriori premi saranno resi noti il giorno della gara.

FAVOREVOLE

FEDERAZIONE ITALIANA ATLETICA LEGGERA
Comitato Provinciale FIDAL TRENTINO

GIORGIO MALFER
Presidente Comitato Provinciale
FIDAL TRENTO

EUROPEAN ATHLETICS
PERMIT MEETING

Cross della Vallagarina

FEDERAZIONE ITALIANA DI ATLETICA LEGGERA