



6^a EDIZIONE

"MARAFRAUS 2025"

GUASILA DOMENICA 26 OTTOBRE
IMPIANTI SPORTIVI LARGO PADRE MIRTO ORE 8.30
PARTENZA GARE ORE 9.30

L'A.S.D. A.M.P.A. Training, con il patrocinio del comune di Guasila e con l'approvazione della F.I.D.A.L. Sardegna, organizza la sesta edizione della "MARAFRAUS 2025", manifestazione podistica competitiva, di camminata ludico motoria e di corsa promozionale giovanile.

Alla corsa competitiva possono partecipare tutti gli atleti di tutte le categorie regolarmente tesserati alla F.I.D.A.L. per il 2025, i tesserati agli enti di promozione sportiva riconosciuti dal C.O.N.I. e in convenzione con la F.I.D.A.L. e i tesserati "Runcard" in regola con l'anno corrente. Il requisito della regolarità della certificazione medica deve essere posseduto al momento della scadenza delle iscrizioni e avere validità almeno fino al giorno della gara.

Le iscrizioni per i tesserati F.I.D.A.L. dovranno pervenire on-line tramite l'apposita sezione "Servizi Online" nei siti federali sardegna.fidal.it o fidal.it entro le h 21:00 di Mercoledì 22 Ottobre 2025.

Le iscrizioni alla camminata ludico motoria, aperta a tutti, potranno essere effettuate registrandosi al seguente link <https://forms.gle/7C5wXYvBgDsPrZye7>

Allo stesso link potranno iscriversi i bambini non tesserati fidal degli istituti diversi rispetto all'IC G.Cima di Guasila che vogliano approcciarsi al mondo dell'atletica.

partecipando alla corsa promozionale scolastica dedicata.

Il tesserati degli EPS o RUN CARD dovranno inviare la propria iscrizione (sempre con la stessa scadenza) tramite mail all'indirizzo schirrupietro@tiscali.it assieme alla copia del certificato medico di idoneità all'attività agonistica per Atletica Leggera e copia della propria tessera EPS o RUNCARD in corso di validità per l'anno 2025.

La camminata ludico motoria è aperta a tutti e la partecipazione ad essa è possibile attraverso compilazione di un modulo di iscrizione di una dichiarazione di responsabilità.

PROGRAMMA TECNICO		
Ritrovo giuria e concorrenti	ore 8.30	
CORSA PROMOZIONALE GIOVANILE SCOLASTICA		
BABY SPRINT	ore 9.30	50 mt
1^-2^ primaria	A seguire	100 mt
3^-4^ primaria		100 mt
5^ primaria e 1^ secondaria		200 mt
2^ e 3^ secondaria		200 mt
Premiazioni e Scuole		
GARE FIDAL		
ESORDIENTI C		200 mt
ESORDIENTI B		300 mt
ESORDIENTI A		400 mt
RAGAZZI/E		800 mt
CADETTI/E		1000 mt
ALLIEVI/E		1500 mt
GARA COMPETITIVA J/P/SM/F		8000 mt
CAMMINATA LUDICO MOTORIA		4000 mt
PREMIAZIONI	A seguire	
RISTORO	A seguire	

La corsa competitiva e la ludico motoria si svolgeranno su un circuito cittadino misto tra asfalto e pista di 2000 mt adiacente al campo sportivo, da percorrere 4 volte, per un totale di 8 km circa, con partenza dalla pista dell'impianto sportivo comunale sito nel largo padre Mirto.

La camminata ludico motoria avrà luogo allo stesso orario della competitiva e il suo percorso misurerà 4 km con un due giri del percorso.

Le gare delle categorie giovanili si svolgeranno tutte all'interno della pista d'atletica. Sarà previsto per gli interessati un servizio docce al termine delle gare e un servizio colazioni e bar che sarà attivo all'interno del campo di largo padre Mirto.

La corsa promozionale Giovanile prevederà la partecipazione di tutti gli alunni di ogni ordine e grado dell'Istituto Comprensivo Statale "Gaetano Cima" del plesso di Guasila e darà diritto ai partecipanti della Scuola Secondaria di primo grado che si classificheranno, alla convocazione per gli incontri di atletica leggera previsti dal M.I.U.R in occasione dei Campionati Sportivi Studenteschi.

Al termine delle gare e prima delle premiazioni, si assisterà alla lettura, da parte degli studenti, di alcuni passi tratti dalle principali opere dell'antropologo Giulio Angioni, guidati dai docenti della scuola secondaria di primo grado dell'IC Gaetano Cima di Guasila.

ISCRIZIONI E ADESIONI

La quota di iscrizione per le categorie Junior, Promesse, Senior maschili e femminili è di 15 Euro per adulti per corsa competitiva e 8 Euro per la camminata, per il settore giovanile la quota è quella della Federazione, i quali si potranno corrispondere in loco all'atto del ritiro del pettorale o mediante bonifico intestato a Asd Ampa Training Iban [IT23C0101585980000070674336](#)

Gli accompagnatori e gli esterni che volessero godere del ristoro post gara potranno acquistare il ticket sul posto e prenotare all'indirizzo mail ampatraining@gmail.com al costo di 5 Euro. In tutti i casi le adesioni per il consumo del pasto dovranno essere comunicate entro e non oltre Mercoledì 22 Ottobre 2025.

La partecipazione dei bambini e ragazzi tesserati alla fidal avverrà previa iscrizione nell'apposita sezione "Servizi Online", mentre per i bambini e ragazzi non tesserati che volessero partecipare alla corsa promozionale scolastica.sarà prevista la compilazione della scheda attraverso il link <https://forms.gle/7C5wXYvBgDsPrZye7>
La quota di partecipazione comprende Tassa Federale, assicurazione RCT, medaglia ricordo, assistenza medica, premi, ristori durante e dopo la gara.

PREMIAZIONI

Verranno premiati i primi tre e le prime tre assolute e i primi tre e le prime tre delle categorie :

Esordienti C/B/A, Ragazzi/e; Cadetti/e; Allievi/e; Junior Promesse e Senior m/f 23/34 F/M (classifica unica); Senior Master F/M categorie 35, 40, 45, 50, 55, 60, 65, 70, 75 80 e oltre) con coppe e medaglie e premi in natura, esclusi coloro che son rientrati nei primi tre assoluti/e.

Verranno inoltre premiati i primi e le prime tre della camminata ludico motoria, ulteriori 5 premi a estrazione a chi consegnerà il pettorale e i primi e le prime tre di tutte le categorie dei bambini e i ragazzi che parteciperanno alla Corsa promozionale scolastica.

Sarà infine prevista una medaglia di partecipazione all'evento per tutti i partecipanti.

DIRITTI D'IMMAGINE. Gli atleti partecipanti alla 6^a edizione della "Marafraus" all'atto dell'iscrizione, autorizzano espressamente l'Organizzazione, all'acquisizione del diritto di utilizzare le immagini fisse o in movimento che lo ritraggono durante la propria partecipazione all'evento.

RESPONSABILITA' E PRIVACY. Con l'iscrizione alla " Marafraus" il partecipante dichiara di conoscere nell'interezza e di accettare il presente

regolamento e di esonerare gli organizzatori da ogni responsabilità, sia civile che penale, per danni a persone e/o cose da lui causati o a lui derivati. Gli atleti partecipanti dovranno rispettare le norme del Codice della Strada. Inoltre il soggetto dichiara di non essere a conoscenza di alcuna condizione medica pregressa o di lesioni che possano porlo a rischio nel corso dell'evento.

Ai sensi dell'articolo 13 del D.L.vo 30 giugno 2003, n.196 si informa: a) che i dati contenuti nella scheda di iscrizione sono richiesti per l'iscrizione, per preparare l'elenco dei partecipanti, l'archivio storico, per espletare i servizi dichiarati nel regolamento e per l'invio di materiale informativo della "Marafraus" o dei suoi partner; b) che le conseguenze del mancato conferimento dei dati o delle informazioni di cui sopra consistono nella non ammissione alla manifestazione; c) che i diritti dell'interessato in relazione al trattamento di dati personali sono elencati all'articolo 7 del citato D.L.vo n. 196/03. In qualsiasi momento l'interessato potrà consultare, modificare, cancellare gratuitamente i propri dati scrivendo a ampatraining@gmail.com o chiamando il **3493279051 (Fabrizio)** o il **3473039300 (Gisella)**

VARIE. Per tutto quanto non previsto nel presente regolamento si rimanda ai regolamenti specifici e alle leggi vigenti in materia. L'organizzazione si riserva di variare in qualunque momento ogni clausola del presente Regolamento per motivi di forza maggiore.

Guasila, li 02/10/2025

La Rappresentante Legale
Margherita Medas