



organizza

con il patrocinio del Comune di DOBERDO' DEL LAGO - OBČINA DOBERDOB  
in collaborazione con

**CENTRO VISITE GRADINA**

ed in collaborazione con il Comitato Provinciale FIDAL e il Gruppo Giudici Gara di Gorizia

## **7<sup>A</sup> GRADINA 5k**

cross sul Carso valida come

**4<sup>A</sup> PROVA del 31° TROFEO PROVINCIA DI GORIZIA**



**DOMENICA 12 MARZO 2023 ore 10**

presso Centro visite Gradina - via Vallone 32, Doberdò del Lago

- Le iscrizioni dovranno essere accompagnate dalla somma di Euro 7,00 per ogni singolo atleta, da versare al momento della conferma iscrizione;
- **Gli iscritti al Trofeo Provincia di Gorizia 2023, dovranno soltanto confermare la loro presenza il giorno della gara;**
- Per i non iscritti al Trofeo Provincia di Gorizia 2023, ma risultanti atleti/e del settore FIDAL Allievi, Juniores, Promesse, Seniores, Seniores over 35 del Friuli Venezia Giulia e tesserati appartenenti agli Enti di Promozione Sportiva in convenzione con la F.I.D.A.L., in regola con il tesseramento 2023 e con le norme assicurative e di tutela sanitaria previsti dalla legge, **le iscrizioni sono aperte fino alle ore 24.00 di venerdì 10 marzo 2023**, inviando una mail all'indirizzo [atleticamonfalcone@gmail.com](mailto:atleticamonfalcone@gmail.com) indicando n° tesserino, nome, cognome, società, categoria di appartenenza e, se tesserati per **Enti di Promozione Sportiva o in possesso di RUNCARD**, inviare anche copia del Certificato Medico Agonistico in corso di validità;
- **Il giorno della gara NON saranno accettate iscrizioni;**
- La gara si svolgerà con qualsiasi condizione atmosferica;
- L'organizzazione, declina ogni responsabilità civile e penale per quanto possa accadere a persone e cose prima, durante e dopo la manifestazione. La manifestazione, tuttavia, è assicurata secondo le norme vigenti dalla F.I.D.A.L. nazionale. Per quanto non ottemperato nel presente regolamento, valgono le norme tecniche della F.I.D.A.L. Seniores, Seniores over 35 e del G.G.G.;
- L'assistenza medica e sanitaria sarà garantita durante la manifestazione dalla presenza del medico;
- Per info [www.atleticamonfalcone.blogspot.it](http://www.atleticamonfalcone.blogspot.it) o 3930066513 (Roberto).

#### PROGRAMMA:

<b>PERCORSO</b>	circuito unico di 5200 metri, completamente su terreno carsico, tranne un breve tratto su ghiaia
<b>RITROVO</b>	ore 9
<b>TERMINE RITIRO PETTORALI</b>	ore 9.45
<b>PARTENZA</b>	ore 10
<b>PREMIAZIONI</b>	ore 12.15 ca. di Categoria e Società come da regolamento 31° Trofeo Provincia di Gorizia

**Saranno poi premiati i primi 3 atleti uomini e donne classificati assoluti** (non cumulativi con le premiazioni del Trofeo).

#### COME RAGGIUNGERE LA ZONA DI PARTENZA/ARRIVO

##### DALL'AUTOSTRADA A4 VENEZIA-TRIESTE

Uscire al casello autostradale del Lisert (Monfalcone) – Seguire l'indicazione per Gorizia – Giunti al paese di Iamiano/Jamlje svoltare per Doberdò del Lago/Doberdob, una volta arrivati nel centro di Doberdò girare a destra subito dopo la farmacia

##### DA GORIZIA

Imboccare la strada del Vallone (S.S. dell'Isonzo N°55) – Giunti in località Devetachi/Devetaki svoltare a destra per Lago di Doberdò e Doberdò del Lago/Doberdob, una volta arrivati nel centro di Doberdò girare a sinistra subito prima della farmacia .



PERCORSO DI GARA - freccia rossa indicazione per primo giro, freccia gialla ultimo tratto fino al traguardo

