REGOLAMENTO

"Cross in Fiore"

San Giovanni in Fiore (CS) – Domenica 6 aprile 2014

1) ORGANIZZAZIONE

L'Associazione Sportiva Dilettantistica **Cosenza K42** con la collaborazione della F.I.D.A.L. Comitato Regionale Calabria e Provinciale di Cosenza, organizza a San Giovanni in Fiore (CS) per **domenica 6 aprile 2014** una manifestazione di cross denominata

"CROSS IN FIORE"

2) PARTECIPAZIONE

Alla manifestazione possono partecipare tutte le Società Sportive, affiliate alla FIDAL per l'Anno 2014 ed agli Enti di Promozione, con un numero illimitato di Atleti/e, purché in regola con il tesseramento per l'anno in corso e la certificazione sanitaria comprovante l'idoneità all'attività agonistica per le seguenti categorie: Esordienti, Ragazzi, Cadetti, Allievi, Juniores, Promesse, e Senior Master sia Maschili che Femminili.

3) RITROVO GIURIA E CONCORRENTI

Il ritrovo della giuria e dei concorrenti è fissato **presso l'Agriturismo Tenuta di Torre Garga – Bivio Garga Km 83.400 – ss 107 San Giovanni in Fiore (CS) alle ore 9.30** per effettuare il ritiro del pettorale di gara.
Inizio gare **ore 10.00**. Tutti gli atleti dovranno essere muniti di n° 4 spille di sicurezza.

4) PROGRAMMA TECNICO E PERCORSO

Il programma tecnico della Manifestazione è il seguente:
ESORDIENTI C Maschili e Femminili: m 300
ESORDIENTI B Maschili e Femminili: m 500
ESORDIENTI A Maschili e Femminili: m 800
RAGAZZE km.1,5
RAGAZZI km 2
CADETTE km.2
CADETTI km.2,5
ALLIEVE: km.4
ALLIEVI: km.4
JUNIORES e PROMESSE femminili: km.4
JUNIORES: e PROMESSE maschili km.6
SENIOR MASTER UOMINI da SM35 a SM55 km 6
SENIOR MASTER UOMINI da SM60 ed oltre km 4 e MASTER DONNE da SF35 a SF55 km 4
MASTER DONNE da SF60 d oltre km 3

5) ISCRIZIONE

L'iscrizione è **GRATUITA** e deve essere effettuata esclusivamente online collegandosi al sito www.fidal.it alla pagina dei servizi online fino a **GIOVEDI' 3 APRILE 2014. (IL NUMERO DI GARA VERRA' CONSEGNATO DALL'ORGANIZZAZIONE)**
I tesserati con gli Enti di Promozione Sportiva possono iscriversi tramite posta elettronica **al seguente indirizzo CS361@FIDAL.IT rispettando la data del 3 aprile 2014 e oltre ad essere effettuata dal Presidente dell'Associazione è necessario inviare copia del tesseramento e del certificato medico**.
Non sono validi **certificati medici** agonistici rilasciati per altri sport **e** riportanti diciture come corsa, **podismo**, **maratona**, mezza **maratona** ecc. –

Non è possibile effettuare l'iscrizione il giorno della manifestazione

6) CLASSIFICHE E PREMI

Con medaglia i primi **3 classificati** delle categoria **ESORDIENTI – RAGAZZI – CADETTI – maschili e femminili** e Medaglia ricordo per tutti i partecipanti delle categorie **ESORDIENTI – RAGAZZI – CADETTI – maschili e femminili**
Saranno premiati con coppe per le **Categoria Maschile e Femminile**:

- I primi 3 classificati della categoria **ALLIEVI;**
- I primi 3 classificati della categoria **JUNIORES;**
- I primi 3 classificati della categoria **PROMESSE:**
- I primi 3 classificati della categoria **SENIOR MASTER** in base alla loro categoria di appartenenza previste dalla FIDAL;

7) ASSISTENZA SANITARIA

L'assistenza sanitaria per tutta la durata della manifestazione è garantita da medici dell'Azienda Sanitaria e da medici aderenti all'Associazione;

8) MODIFICHE E RESPONSABILITA'

L'ASD COSENZA K42, il Comitato Regionale e Provinciale Fidal, il GGG di Cosenza, declinano ogni responsabilità per quanto possa accadere a persone, animali o cose, prima, durante e dopo la manifestazione. Per quanto non contemplato nel presente REGOLAMENTO vigono le norme tecniche e statutarie della FIDAL in materia di gare.

9) CONOSCENZA DEL REGOLAMENTO

Con l'atto d'iscrizione i partecipanti manifestano la piena conoscenza e la completa accettazione del presente regolamento.

10) TRATTAMENTI DATI: I partecipanti autorizzeranno il trattamento dei propri dati personali ai sensi della legge 675\96.

11) INFORMAZIONI: All'interno dell'Agriturismo Tenuta Torre Garga in prossimità della zona partenza, è prevista la presenza di locali adibiti al servizio spogliatoio/doccia, e inoltre possibile usufruire di una **convenzione per il pranzo** presso il ristorante della medesima struttura. Contattare AUDIA PAOLO al 328-1569686 -- email: paudia@hotmail.it

Come raggiungere l'Agriturismo Tenuta di Torre Garga:

Autostrada SA/RC uscita Cosenza Sud imboccare la SS107 direzione Crotone, all´83° km e 400 si trova contrada Garga-

CONVENZIONE PER IL PRANZO

Antipasto: Delizie della Tenuta di Torre Garga

Primi:

- Vialone al Sotto Bosco Silano e Radicchio Orti dei Monti
- Paccheri trafilati al bronzo con Salsiccia pomodorini Pachino e macerata di Basilico

Secondo:

- Reale di Vitello alle verdurine trifolate e Patate alla Paesana IGP SILA

Dolce della casa

Vino Cantina Tenuta di Torre Garga

Euro 17,00 e gradita la prenotazione telefonando al 328-1569686 (Paolo Audia)

Pernotto in Pensione Completa 45 euro a persona