

Cagliari Marathon Club



SARDEGNA



IL COMITATO REGIONALE FIDAL INDICE E L'A.S.D. CAGLIARI MARATHON CLUB, CON IL PATROCINIO DELLA REGIONE SARDEGNA ASSESSORATO AL TURISMO, IL COMUNE DI CAGLIARI E IL PARCO NATURALE REGIONALE MOLENTARGIUS-SALINE;

ORGANIZZA

“1° CROSS CITTA' DI CAGLIARI”

2° PROVA DEL FESTIVAL DEL CROSS; 1^ PROVA DEL CAMPIONATO REGIONALE DI SOCIETA' DI CROSS PROM/SEN; JUNIOR; ALLIEVIE/E

**CAGLIARI, DOMENICA 21 GENNAIO 2023
ORE 9.00**

Logistica e percorso.

La manifestazione avrà luogo presso l'area verde attrezzata all'interno dell'area del Parco Naturale Molentargius-Saline (*parco delle emozioni*) posto a 500 Mt. Dal teatro delle Saline di Cagliari. Il percorso, DA MT 2000 CIRCA CON VARIANTE PREVISTA DI 1000 MT, da percorrere più volte in base alle categorie, è prevalentemente pianeggiante, con manto erboso e tratti sterrati. Saranno predisposte le gabbie di partenza dove ogni società potrà schierare i propri atleti all'interno. È previsto un ampio parcheggio posto a 100 mt dal percorso gara.

Il ritrovo giurie e concorrenti è fissato per le ore 9.00

Regolamento.

Alla manifestazione possono partecipare tutte le società affiliate alla FIDAL con un numero illimitato di Atleti/e in regola con l'anno in corso. Possono partecipare anche i tesserati Runcard. Le iscrizioni per i tesserati FIDAL dovranno pervenire on-line entro le ore 21:00 del giorno mercoledì 17 gennaio 2024. La tassa iscrizione è di € 8,00 per le categorie junior, Promesse, Senior e Master comprende il pettorale, il servizio sanitario e la tassa gara. Per le altre categorie vigono le disposizioni contenute nel regolamento norme gestione associati 2024. Il requisito della regolarità della certificazione medica deve essere posseduto al momento della scadenza delle iscrizioni ed avere validità almeno fino al giorno della gara. I tesserati Runcard potranno partecipare purché in regola col tesseramento e con la certificazione medico sportiva e inviare l'iscrizione alla mail schirrupietro@tiscali.it, unitamente alla copia del certificato medico.

Dispositivo tecnico
Ritrovo giurie e concorrenti ore 09.00
Chiusura e conferma ore 09.30

RITROVO GIURIE E CONCORRENTI		09:00	RITROVO GIURIE E CONCORRENTI	
MASCILE			FEMMINILE	
6000m	SM 35/40/45/50/55	10:00		
		10:30	SF 35/40/45/50/55	4000m
4000m	SM 60 ed oltre	10:50		
		11:20	SF 60 ed oltre	3000m
200m	ESORDIENTI C	11:40	ESORDIENTI C	200m
300m	ESORDIENTI B	11:55	ESORDIENTI B	300m
600m	ESORDIENTI A	12:10	ESORDIENTI A	600m
		12:25	RAGAZZE	1000m
1000m	RAGAZZI	12:30		
		12:35	CADETTE	2000m
3000m	CADETTI	12:50		
		13:10	ALLIEVE	4000m
5000m	ALLIEVI	13:40		
		14:20	JUNIORES F	6000m
		14:20	PROMESSE+SENIOR F	8000m
8000m	JUNIORES M	15:20		
10000m	PROMESSE+SENIOR M	15:20		

*Il presente orario è puramente indicativo, e potrà variare per il buon andamento della manifestazione.

Premiazioni.

Verranno premiati i primi 3 classificati di ogni categoria giovanile in gara con medaglie, ed i primi 3 classificati delle altre categorie e fasce d'età in gara sia Uomini e Donne, con prodotti locali e/o medaglie.

**Al termine di ciascuna gara, verranno stilate le classifiche con gli ordini d'arrivo. I dirigenti delle società sono tenuti a prenderne visione e comunicare tempestivamente eventuali incongruenze. Eventuali reclami dovranno essere presentati entro 30' dall'esposizione degli ordini d'arrivo per iscritto al giudice d'appello accompagnati dalla tassa che verrà restituita nel caso in cui il reclamo venga accolto. Per quanto non contemplato espressamente in questo regolamento si rimanda alle norme generali della FIDAL*

Responsabilità.

L'A.S.D. Cagliari Marathon Club, e il GGG della FIDAL, declinano ogni responsabilità per quanto possa accadere a persone o cose, prima, durante o dopo la manifestazione.

RISTORO

Alla fine di ogni prova, gli atleti potranno ristorarsi presso il punto allestito dall'organizzazione nel campo gara.

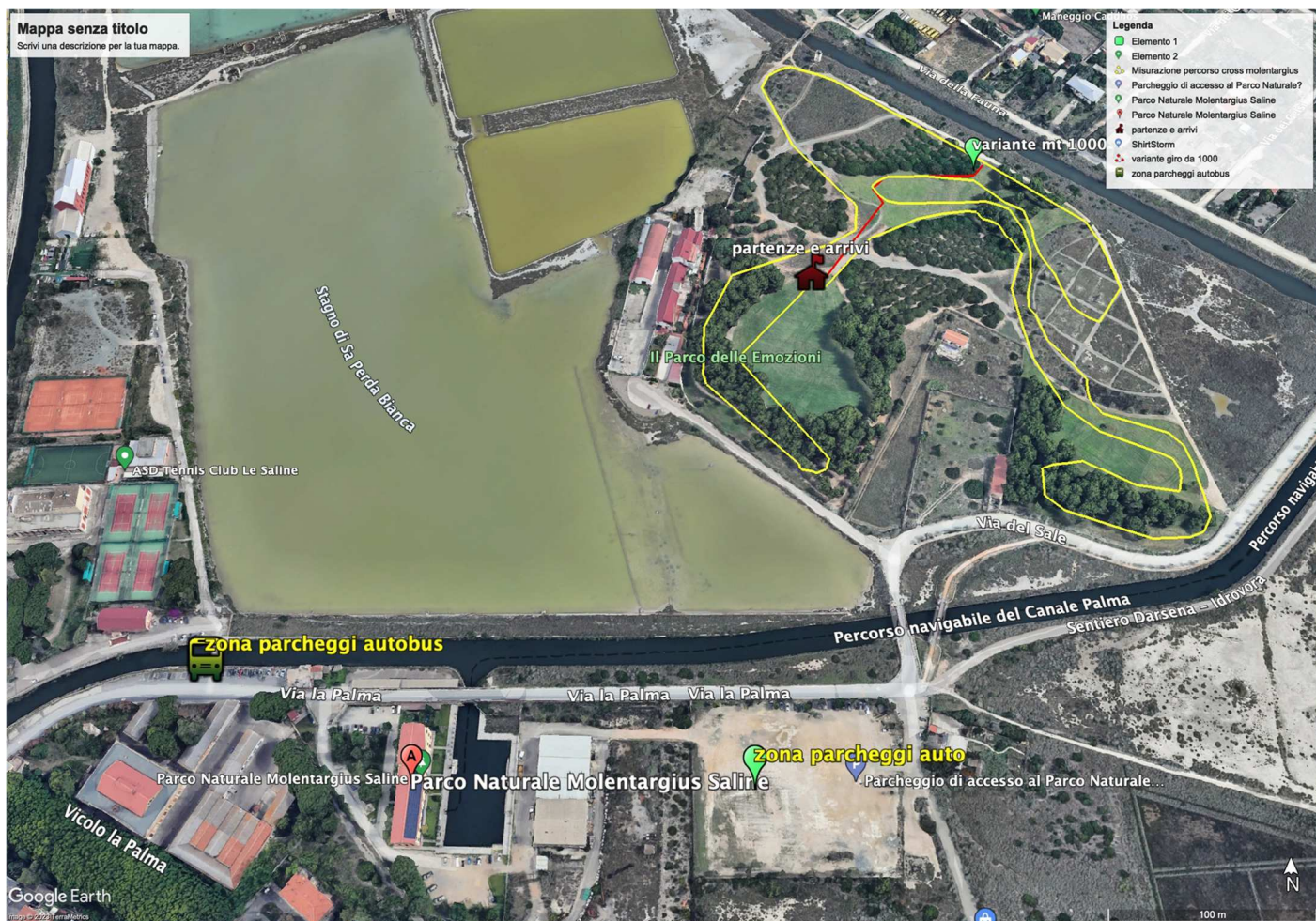
INFORMAZIONE E CONTATTI

Email: segreteria@cagliarirespira.it
a.cabboi@gmail.com

cellulare: 3474949675 (segreteria)
3473368794 (Andrea Cabboi)

Cagliari 22/12/2023

Il Presidente dell'A.S.D. Cagliari Marathon Club
Paolo Serra



L'occasione sarà una vetrina per apprezzare le bellezze naturali faunistiche e ambientali che il parco offre. saranno possibili visite guidate o noleggiando biciclette per visitare l'intera area. Ulteriori informazioni in merito, sarà possibile reperirle sul sito internet www.parcamolentargius.it