



26th EDIZIONE PORTA UN AMICO PIANTEREMO UN ALBERO

TERNI - 3 OTTOBRE 2021



GARA PODISTICA E PASSEGGIATA ECOLOGICA
Non competitiva: Km 2,700 - Km 5,250 Km 13,000
Competitiva: Km 13,000



Raduno ore 8,15
presso il parco "Emanuela Loi" (Viale Trento)
Partenza ore 10.00 Km 2,700
ore 10:15 Km 5,250 e Km 13,000

Associazione Myricaè
Viale Trento, 39 - 05100 Terni
Tel. 338.837.6142 - Tel. e fax 0744.235.173
www.associazionemyricaè.it
associazionemyricaè@gmail.com



REGOLAMENTO

L'associazione di volontariato – cultura ambiente podistica bike - Myricaie di Terni organizza la 26° edizione dell'evento podistico denominato "Porta un amico planteremo un Albero", che si terrà domenica 3 ottobre, in Terni attraverso le vie cittadine limitrofe al parco "Emanuela Loi" dove avranno luogo le seguenti gare:

1) GARA PODISTICA COMPETITIVA DI 13,00 KM.

- PARTENZA prevista alle ore 10:15 da viale Trento n. 39. ARRIVO presso la sede dell'associazione Myricaie all'interno del parco "Emanuela Loi". Il giorno della gara il ritrovo sarà presso la sede dell'associazione alle ore 8:15.

Le superfici di corsa sono costituite da strade comunali asfaltate del centro urbano della città di Terni, gli incroci e attraversamenti di strade verranno debitamente indicati e presidiati.

La gara si caratterizza come competizione in autosufficienza idrica e alimentare. È comunque previsto un solo punto di ristoro a circa metà competizione, ove verrà distribuita solo acqua in bottigliette di plastica da mezzo litro, in ottemperanza alle norme anti Covid-19.

In caso di ritiro il concorrente dovrà riconsegnare il pettorale ai responsabili dell'organizzazione.

N.B. tutti gli atleti partecipanti alla gara competitiva dovranno essere in possesso di tessera agonistica e di certificato medico agonistico in corso di validità che dovrà essere presentato all'iscrizione, oltre alle prescrizioni anticovid-19 successivamente illustrate. In caso di mancata consegna del certificato medico agonistico o consegnandone uno scaduto di validità, si avrà l'annullamento dell'iscrizione alla gara competitiva senza alcun rimborso della quota versata.

La quota d'iscrizione alla gara competitiva di 13,00 km è di € 10,00 euro; sarà possibile iscriversi fino a venerdì 1 ottobre alle ore 18:00.
N.B. non saranno ammesse iscrizioni oltre tale termine.

La gara competitiva di km 13,00 è valida come campionato IT RUN patrocinato da AICS Direzione Nazionale.

2) PASSEGGIATA ECOLOGICA NON COMPETITIVA DI 5,25 KM

-PARTENZA prevista alle ore 10:15 da viale Trento n. 39, Terni. ARRIVO presso la sede dell'associazione Myricaie all'interno del parco "Emanuela Loi". Il giorno dell'evento il ritrovo sarà presso la sede dell'associazione ore 8:15.

La quota d'iscrizione alla passeggiata ecologica non competitiva di km 5,25 è di € 5,00 e la partecipazione è aperta a tutti.

Sarà possibile iscriversi a tale iniziativa anche la mattina stessa dell'evento fino alle ore 09:30, presso gli spazi appositamente allestiti, senza creare assembramenti.

3) PASSEGGIATA ECOLOGICA NON COMPETITIVA DI 2,70 KM.

Si svolgerà interamente attraverso i sentieri interni del parco "Emanuela Loi".

La partecipazione è aperta a tutti, soprattutto ai partecipanti più piccoli che si spera siano numerosi.

- PARTENZA prevista alle ore 10:00 dal parco "Emanuela Loi" presso la sede dell'associazione Myricaie, viale Trento n. 39. ARRIVO nel medesimo luogo. Il giorno dell'evento il ritrovo sarà presso la sede dell'associazione alle ore 8:15

La quota d'iscrizione alla passeggiata ecologica non competitiva di km 2,70 è di € 5,00 e la partecipazione è aperta a tutti.

MODALITA' DI ISCRIZIONE

Le iscrizioni potranno essere effettuate direttamente presentandosi presso la sede dell'Associazione MYRICAIE in viale Trento n. 39 Terni, o tramite fax al numero 0744-285173, o a mezzo e-mail all'indirizzo: associazionemyricaie@gmail.com. Le richieste dovranno essere debitamente corredate da copia dell'avvenuto versamento della quota d'iscrizione effettuato a mezzo Bonifico Bancario su IBAN IT 42F 032 960 160 100 006 639 8231, Banca Fideuram intestato ad Associazione Myricaie Terni, con la seguente motivazione:

"ISCRIZIONE GARA COMPETITIVA PORTA UN AMICO PIANTEREMO UN ALBERO DEL 03 OTTOBRE 2021 DI KM 13,00 oppure PASSEGGIATA ECOLOGICA DI KM 5,25 o 2,7 KM"

Le iscrizioni per i Gruppi Sportivi o Scolastici si chiuderanno entro le ore 18:00 di venerdì 01 ottobre 2021 e devono essere consegnate o inviate a Myricaie Associazione di volontariato viale Trento, 39 cap 05100 Terni, tel. 0744.285.173 -338.6376142, email associazionemyricaie@gmail.com.

Per la gara podistica competitiva, le società sportive dovranno presentare l'elenco degli iscritti su carta intestata firmata dal Presidente o dal Responsabile del Gruppo che costituirà attestato della piena idoneità fisica dei partecipanti con l'osservanza, quindi, del D.M. 18/02/882, inerente la tutela sanitaria per l'attività agonistica.

Per quanto riguarda le passeggiate ecologiche non competitive, l'organizzazione, con l'iscrizione, considera attestata l'idoneità fisica del partecipante conforme alla normativa di legge prevista dal D.M. sulla tutela sanitaria per l'attività sportiva non competitiva.

RITIRO PETTORALI COMPETITIVI E "NC"

Per la gara competitiva e le passeggiate ecologiche, sarà possibile ritirare i pettorali fino al giorno precedente la gara, sabato 02 ottobre 2021, a partire dalle ore 09:00 fino alle 19:00 presso la sede dell'Associazione Myricaie in viale Trento n. 39 Terni (opzione raccomandata); in via residuale sarà possibile ritirarli anche la mattina della manifestazione a partire dalle ore 8:30 presso gli spazi debitamente preparati e segnalati nei pressi della sede dell'associazione, evitando gli assembramenti. Il pettorale deve essere portato davanti ed essere visibile sempre nella sua totalità durante tutta la corsa.

Templistica manifestazione e tempo massimo:

Il tempo massimo per la durata della competizione è fissato intorno alle ore 12:00 del 03.10.2021.

Balisaggio:

I percorsi saranno debitamente segnalati con opportune frecce di segnaletica. Saranno posti opportuni cartelli indicatori lungo tutto il percorso.

Etica della competizione "Porta Un Amico Planteremo Un Albero"

L'atleta deve:

- non fare uso di sostanze dopanti per partecipare alla manifestazione;
- non gettare a terra alcun tipo di rifiuto;
- non uscire dal tracciato o abbandonare la manifestazione senza segnalarlo all'organizzazione;

L'evento verrà aperto con una breve dimostrazione di una lezione dell'attività sportiva denominata "Pre-pugilistica Myricaie" curata dall'istruttrice Mascia MOSCETTI a cui parteciperanno gli associati della Myricaie.

REFERENTI:

Giorgio CECERA cell: 339.244.8401 - Maurizio CAPRADOSI cell: 339.692.6616
Luciana PANNUZI cell: 347.941.3311 - Concetta PANNUZI cell: 333.620.2168

I primi 300 classificati della gara podistica riceveranno una canotta tecnica

I partecipanti della passeggiata ecologica riceveranno una t-shirt tecnica (max 300)

**IN PIU' RICCHI PREMI PER TUTTI
(vedi sito www.associazionemyricaie.it)**

**La manifestazione si terrà nel rispetto delle normative anti Covid-19
(necessaria auto-certificazione per tutti)**