

## PROGRAMMA

**Sabato 06 maggio 2023**

### FESTA del PODISTA

Spazi Polifunzionali di Via Irma Bandiera, 23

**Dalle ore 17,00**

- Raduno Spazio Polifunzionale di Via Irma Bandiera
- Musica con un gruppo musicale
- S. Messa presso la Chiesa di S. Paolo 300 m. dalla festa
- E' il momento della bruschetta ternana, della piadina romagnola a cura del gruppo "Podistica Voltana", della "Sbrisolona" a cura dei gruppi di Mantova
- Esibizione varie
- Penne party - Cena per tutti offerta dall'organizzazione
- Gran ballo del podista
- La Corrida - esibizione di podisti allo sbaraglio

**Domenica 07 maggio 2023**

### MARATONA DELLE ACQUE

Ore 08,00 Raduno al Campo di atletica in Via Prati

Ore 09,00 Partenza dal Campo di atletica per Corso Tacito

Ore 09,30 Partenza ufficiale della "Maratona delle Acque" Corso Tacito

Ore 10,00 Musica al Campo di atletica

Ore 10,30 Animazione in pista per i più piccoli con il gruppo "Metamorfosi"

Ore 10,45 Esibizione di gruppi folcloristico

Ore 10,30 Minipercorsi all'interno del Campo Scuola

Ore 12,00 Premiazioni

Ore 13,30 Chiusura con l'arrivo dell'ultimo partecipante

CANCELLO ORARIO Marmore Alta ore 12:00

**Sarà previsto l'attuazione del protocollo ANTICOVID secondo le direttive di Legge previste per il periodo di svolgimento dell'evento**

**INFO: A.S.D. AMATORI PODISTICA TERNI**  
Via Medici, 40 - 05100 TERNI

www.amatoripodisticaterni.it  
email: [sede@amatoripodisticaterni.it](mailto:sede@amatoripodisticaterni.it)  
MORICONI Luca : 339.8516473  
SARDONINI Edgardo: 349.3768953  
FIORINI Giuliano: 360.960179

## HOTEL CONVENZIONATI

### HOTEL \* \* \* \*

**BEST WESTERN GARDEN HOTEL** viale Bramante 4/6 - Terni

tel. 0744.300041 - fax 0744.300414 -

e-mail: [info@gardenhotelterni.it](mailto:info@gardenhotelterni.it)

**MICHELANGELO PALACE HOTEL** Viale della Stazione 23 - Terni

tel. 0744.202711 - fax 0744.2027200

e-mail: [info@michelangelohotelumbria.it](mailto:info@michelangelohotelumbria.it)

**HOTEL VALENTINO**

Via Plinio II il Giovane 3/5

Terni tel. 0744.402550 - fax 0744.403335

e-mail: [info@hotelvalentinoterni.com](mailto:info@hotelvalentinoterni.com)

**TERRA UMBRA HOTEL**

S.P. Maratta Bassa 61 - Narni Scalo - tel. 0744.750304 - fax 0744.751014

e-mail: [info@terraumbra.it](mailto:info@terraumbra.it)

### HOTEL \* \* \*

**CLASSIC HOTEL IL TULIPANO**

Via C. A. della Chiesa 24 - Terni - tel. 0744.306024 - fax 0744.300628

e-mail: [info@classichotelterni.com](mailto:info@classichotelterni.com)

**HOTEL DE PARIS**

Viale della Stazione 52 - Terni - tel. 0744.58047 - fax 0744.58047

e-mail: [info@hoteldeparis.it](mailto:info@hoteldeparis.it)

**HOTEL MILLENNIUM**

P.za Dante Alighieri - Terni - tel. 0744.44221 - fax 0744.4422400

e-mail: [info@millenniumhotelumbria.it](mailto:info@millenniumhotelumbria.it)

**HOTEL FINA**

Via Tuderte 419 - Narni Scalo - tel. 0744.733648 - fax 0744.750326

e-mail: [info@hotelfina.it](mailto:info@hotelfina.it)

**HOTEL LA ROCCA**

Via Flaminia Km 91 - Narni - tel. 0744.744423 - fax 0744.744424

e-mail: [info@laroccahotel.it](mailto:info@laroccahotel.it)

**HOTEL DUOMO**

Piazza Duomo 4 - San Gemini - tel. 0744.630015 - fax 0744.630336

e-mail: [albergo.duomo@gruppobacus.com](mailto:albergo.duomo@gruppobacus.com)

**HOTEL DEL LAGO**

Strada del Porto 71 - Piediluco - tel. 0744.368450 - fax 0744.360142

- e-mail: [info@hoteldellago.com](mailto:info@hoteldellago.com)

**HOTEL MIRALAGO**

Via Noceta - Piediluco - tel. 0744.360022 - fax 0744.360163

e-mail: [info@miralagohotel.net](mailto:info@miralagohotel.net)

**Visita la pagina del DITT con gli hotel e le convenzioni.**

**tel. 0744 431949 [www.umbriaexperience.it](http://www.umbriaexperience.it)**

**SABATO 06 MAGGIO**

**"FESTA DEL PODISTA"**

Musica, folklore, animazione

e festosa cena, seduti e al

coperto, offerta

dall'organizzazione

**DOMENICA 07 MAGGIO**

**"PRANZO di SALUTO"**

Organizzato dal gruppo

al costo di € 13,00

**Una straordinaria occasione per trascorre**

**un fine settimana davvero speciale**

**nel segno dello sport, del turismo e dell'amicizia**



FEDERAZIONE ITALIANA AMATORI SPORT PER TUTTI - APS  
Associazione di Promozione Sociale

Decreto n. 10191 del 23/07/2001  
Registro Regione Lombardia  
Sezione F-APS progressivo 247

EVENTO IN ATTUAZIONE DEGLI SCOPI ISTITUZIONALI FIASP

AMATORI PODISTICA TERNI

45°

**Maratona DELLE ACQUE**

**DOMENICA 07 MAGGIO TERNI**

UNA STRAORDINARIA OCCASIONE PER TRASCORRE  
UN FINE SETTIMANA DAVVERO SPECIALE  
NEL SEGNO DELLO SPORT, DEL TURISMO E  
DELL'AMICIZIA

**CORSA DELLE ACQUE  
FIDAL 20 E 10 KM**

FEDERAZIONE ITALIANA DI ATLETICA LEGGERA

Comune di Terni

Regione Umbria

FONDAZIONE CASSA DI RISPARMIO DI TERNI E NARNI

acea ambiente

Camera di Commercio Terni

## CARISSIMI "AMICI PODISTI"

Lasciatemi esprimere il mio compiacimento per il traguardo raggiunto delle **45 edizioni di questa storica e straordinaria manifestazione** dal grande fascino che negli anni ha coniugato turismo, cultura, tradizioni, costume e sport in un susseguirsi di significative iniziative, in un contesto naturale quanto mai fresco e stimolante e di grande valenza ambientale.

La "**Maratona delle acque**" si svolge a **Terni** in Umbria nel cuore verde d'Italia, una Regione dalle ineguagliabili bellezze artistiche, dai tanti centri medievali, dalle mille Chiese e Castelli, dai meravigliosi scorci naturali, dalle tante inimitabili cittadine quali: Assisi, Perugia, Narni, Trevi, Spello, Todi, Orvieto, Deruta, Spoleto, Gubbio .... dove da sempre si respira un'atmosfera di pace e serenità, insomma un territorio tutto da vivere e gustare anche partecipando alla "**Maratona delle acque**". L'appuntamento sportivo di Terni prevede, come da tradizione: sabato 06 maggio la "**FESTA DEL PODISTA**" un ricco programma con musica, folclore, animazione e festosa cena insieme, al coperto e comodamente seduti, offerta dall'organizzazione.

**Domenica 07 maggio giornata dedicata alla "MARATONA delle ACQUE"** una camminata che si snoda nei selvaggi sentieri delle Cascate delle Marmore a contatto diretto con la grande, spumeggiante massa d'acqua del fiume Velino che si getta, dopo un salto di 165 metri, nel fiume Nera. Uno spettacolo unico tutto da gustare insieme alla musica e ai ricchi ristoranti a base di deliziosi prodotti tipici posti lungo la spettacolare escursione. Con queste convinzioni che vi invito a Terni dove sarete accolti dalla nostra comunità che fa della ospitalità il principio fondante del sincero rapporto di amicizia che lega da sempre la gente umbra al viandante, al pellegrino, al turista e, da quaranta anni, anche al podista.

**Il Presidente Luca Moriconi**  
**A.S.D. Amatori Podistica Terni**



**INTERSPORT**

TERNI

Via Luigi Corradi 1/E - Str. Maratta Bassa - Tel. 0744301476 - @intersportterni

## INFO UTILI Ludico-Motorio

Il raduno e l'arrivo è fissato al Campo Scuola di atletica leggera di Via Prati. La partenza verrà data per tutti ore 9,30.

**Km. 10,00 "Percorso del turista"** Prevede la camminata fino alle Cascate delle Marmore (km. 10,000), l'escursione nel Parco delle Cascate (km. 1,000) da qui bus-navetta che riporterà i partecipanti a Terni.

**Km. 20,5 "Percorso dell'acqua"**

Con la camminata e completa: l'escursione nel Parco, la straordinaria risalita delle Cascate

\*I contributi di partecipazione richiesti per il seguente evento posto in essere in diretta attuazione degli scopi istituzionali della FIASP sono sottoposti al regime fiscale di cui al Decreto Legislativo 03 luglio 2017 n.117 Art. 85 Codice del Terzo Settore che prescrive non considerarsi commerciali. Si ricorda che, SOLAMENTE PER I NON SOCI FIASP, per potersi iscrivere a qualunque evento FIASP sarà obbligatorio acquisire il documento di partecipazione con la maggiorazione di € 0,50 rilasciando il proprio nome, cognome e data di nascita. Il supplemento del contributo di partecipazione di € 0.50 definito " quota federale istituzionale " richiesto ai non SOCI FIASP è finalizzato a consentire agli stessi la partecipazione all'evento che comprende la fruizione di tutti i servizi federali ai sensi dell'Art. 6.4 dello Statuto.

\* polizza R.C. contro terzi della Federazione Italiana Amatori Sport per Tutti. La manifestazione è omologata dalla F.I.A.S.P. - Comitato di Terni Perugia al n° 2/2023 ed è valida per tutti i concorsi della Federazione.

\* Con l'iscrizione, considera l'idoneità fisica del partecipante conforme la normativa di legge previstadal D.M. sulla tutela sanitaria per l'attività sportiva non competitiva. L'organizzazione, pertanto in base alle vigenti normative, non è tenuta a richiedere obbligatoriamente il certificato medico di buona salute del partecipante. Declina ogni responsabilità civile e penale per quanto fisicamente possa accadere prima, durante e dopo al singolo iscritto alla manifestazione. E' fatto obbligo ai partecipanti di apporre sul proprio cartellino di iscrizione: Cognome e nome, posizionarlo sul petto e conservarlo integro e leggibile fino al ritiro del riconoscimento.

\* Fatto salvo quanto previsto dalla copertura organizzativa, Il comitato organizzatore, pur avendo cura della buona riuscita dell'iniziativa, declina ogni responsabilità per tutto quanto possa accadere a persone e cose prima, durante e dopo la manifestazione; ricorda che il partecipante è tenuto a rispettare le norme del Codice della Strada (art. 134).

\* INFORMATIVA BREVE SUI DATI PERSONALI - FIASP tratta i dati personali richiesti in fase d'iscrizione ( nome cognome e data di nascita ) per finalità di carattere organizzativo dell'evento e assicurativo coinvolgendo se del caso, la Compagnia Assicurazione Spa. Entrambe le finalità NON richiedono il consenso degli interessati. I dati trattati da FIASP non saranno trasmessi all'estero e saranno conservati sino al termine dell'evento e, quindi distrutti. In ogni caso non saranno oggetto di processo decisionale automatizzato, né di profilazione. Il conferimento dei dati richiesti, ai sensi dell'Art. 6.4 vigente Statuto FIASP, è necessario per procedere con l'iscrizione e autorizzare l'interessato alla partecipazione dell'evento. Lo stesso può comunque esercitare i diritti riconosciuti dalla legge, anche proponendo reclamo all'Autorità Garante per la Protezione dei Dati personali.

## CONTRIBUTO DI PARTECIPAZIONE

**Maggiorazione non socio Fiasp € 0,50**

Minipercorsi € 2,50

Percorsi Km. 10 e 20,5 CON DONO PROMOZIONALE € 10

Percorsi Km 10/20,5 SENZA DONO PROMOZIONALE € 3

**DONO PROMOZIONALE**

A tutti i partecipanti in regola con l'iscrizione, confezione Speciale Farchioni-Mastri Birrai Umbri e Medaglia.

**Ai gruppi con un minimo di 30 iscritti cesto di prodotti tipici locali.**

## ISCRIZIONI

L'organizzazione, con l'iscrizione, considera l'idoneità fisica del partecipante conforme la normativa di legge prevista dal D.M. sulla tutela sanitaria per l'attività sportiva ludico-motoria. **E' possibile iscriversi fino a ½ ora prima della partenza.**

## INFO UTILI Competitivo

I percorsi di Km10,00 e 20,5 COMPETITIVI sono identici a quelli ludico-motorio.

**ISCRIZIONI** Tramite il servizio ICRON.IT La partecipazione è riservata esclusivamente agli atleti in regola con il tesseramento FIDAL o Enti di Promozione Sportiva, riconosciuti dal CONI e in regola per l'anno 2023, provvisti di certificato medico di idoneità alla pratica sportiva agonistica. **Le iscrizioni si chiudono tassativamente Venerdì 05 maggio alle ore 20.00.**

Percorso del Turista comp. km 10 € 10,00

Percorso dell'acqua comp. - Km. 20,5 € 15,00

## PREMI GARA COMPETITIVA

**Assoluti:** Ai primi 3 maschi e 3 femmine

**TROFEO E PRODOTTI TIPICI LOCALI**

**CATEGORIE MASCHILI**

**1. A (18-34 anni) 3 PREMI**

**2. B (35-39 anni) 3 PREMI**

**3. C (40-44 anni) 3 PREMI**

**4. D (45-49 anni) 3 PREMI**

**5. E (50-54 anni) 3 PREMI**

**6. F (55-59 anni) 3 PREMI**

**7. G (60-64 anni) 3 PREMI**

**8. H (65-69 anni) 3 PREMI**

**9. I (70 anni in poi) 3 PREMI**

**CATEGORIE FEMMINILI**

**1. L (18-34 anni) 3 PREMI**

**2. M (35-44 anni) 3 PREMI**

**3. N (45-54 anni) 3 PREMI**

**4.O (55-64 anni) 3 PREMI**

**5. P (65 anni in poi) 3 PREMI**