

REGOLAMENTO - GARA COMPETITIVA – 10 Km

RITROVO E PARTENZA

Il ritrovo sarà alle 08:00 davanti all'ingresso principale del Giardino Inglese, sito in Via Libertà. La partenza sarà alle 9:30 (con il segnale radio RAI-GRI). La gara si svolgerà in qualsiasi condizione meteorologica. Il tempo massimo è di 2 ore. I partecipanti che entrano nella zona chiusa di partenza non potranno più uscire.

PERCORSO E ARRIVO

Il circuito, visualizzabile su www.uisp.it/palermo, è di circa 5 km da ripetere due volte per un totale di 10. È interamente e principalmente pianeggiante. Il percorso sarà chiuso al traffico e presidiato dalla polizia locale e dalla Protezione Civile e toccherà i luoghi più caratteristici della città di Palermo. Sarà garantita l'assistenza sanitaria, con la presenza di medico e ambulanze. La manifestazione sarà controllata dal gruppo Giudici di Gara della Fidal. Il sistema di cronometraggio sarà a cura di Mysdam: tutti gli atleti dovranno indossare un chip elettronico alla scarpa fornito dall'organizzazione e lo dovranno restituire alla fine della gara, pena la squalifica e il pagamento di 20 euro.

QUOTA E MODALITÀ DI ISCRIZIONE

Fino al 24/03 2019 10 euro. Dal 25/03 al 29/03 (termine ultimo), 15 euro. Le iscrizioni si potranno effettuare:

- Presso Tecnica Sport, Via Aquileia 38
- Scaricando online la copia del modulo d'iscrizione presso il sito www.uisp.it/palermo e inviandola per email, firmata e scannerizzata, all'indirizzo vivicitta.palermo@uisp.it, allegando la tessera Eps o Fidal e la copia del certificato medico e del bonifico.
- **Per ogni società che iscriverà 10 atleti in un'unica soluzione, vi saranno due iscrizioni gratuite.**

ETÀ MINIMA E MODALITÀ DI PARTECIPAZIONE

Possono partecipare tutti gli atleti che alla data del 31 marzo 2019 abbiano compiuto il diciottesimo anno di età, delle categorie Junior/Senior M/F e Senior Master M/F, in regola con il tesseramento per l'anno agonistico 2019. Tutti gli atleti partecipanti devono essere tesserati alla Fidal, alla Uisp o a un ente di promozione sportiva riconosciuto dal Coni, che abbia sottoscritto la convenzione con la Fidal e Run Card e devono essere in possesso di un certificato medico, in corso di validità, che attesti l'idoneità all'attività agonistica.

RITIRO PETTORALE E PACCO-GARA

Il pacco-gara e il relativo pettorale si potranno ritirare nei giorni 29 e 30 marzo presso il Vivicià Expò del Giardino Inglese, dalle 09:00 alle 13:00 e dalle 15:00 alle 19:00, a Palermo. Sarà consentito solamente alle società e agli iscritti che provengono da altre province il ritiro del pacco-gara il giorno della manifestazione nella zona di partenza e di arrivo entro e non oltre le ore 8:30. **N.B. Per i primi 700 iscritti sarà garantita la maglia tecnica della manifestazione.**

RISTORO E PREMIAZIONE

Gli atleti giunti regolarmente al traguardo riceveranno la medaglia ufficiale della gara. Per tutti i partecipanti è inoltre previsto un ristoro finale e, durante la manifestazione, due rifornimenti di acqua e Sali minerali e uno spugnaggio. Saranno premiati i primi tre di ogni categoria M/F e i primi tre assoluti M/F. La premiazione si svolgerà alla fine della manifestazione, non appena saranno pronte le classifiche stilate dai giudici. I premi non consegnati potranno essere ritirati presso la sede della Uisp Palermo, in via Alfredo Oriani 4, entro e non oltre 15 giorni dalla fine della gara.