

CORRI sulla FRANCIGENA a MONTERIGGIONI

9 - 10 NOVEMBRE 2019 – EDIZIONE 20.2

REGOLAMENTO

MONTERIGGIONI SPORT & CULTURA ASD con il Patrocinio del COMUNE di MONTERIGGIONI e della REGIONE TOSCANA ed in collaborazione con la Uisp Siena Atletica Leggera, le Associazioni escursionistiche del territorio e il “TEAM BIKE PIONIERI” ORGANIZZA le seguenti MANIFESTAZIONI SPORTIVE CON PARTENZA E ARRIVO AD ABBADIA A ISOLA PER SABATO 9 e DOMENICA 10 NOVEMBRE 2019:

Domenica 10 Novembre

A-Francigena Trail 22 - competitiva a categorie U/D km 22,200 - partenza alle ore 9,30
B-Francigena Trail 14 - competitiva a categorie U/D km 14,100 - partenza alle ore 9,30
C- Passeggiata e Nordic Walking U/D km 10,00 - partenza dalle ore 9,30 alle ore 9,45
D- Passeggiata corta U/D km 5 - partenza dalle ore 9,30 alle ore 9,45.

RITROVO alle ORE 8,30 - TEMPO MASSIMO PER TUTTI I PERCORSI h 3:30

Tutte le corse e le passeggiate partono e arrivano ad ABBADIA A ISOLA

I percorsi sono tutti frecciati e presidiati nei punti più importanti

Attenzione: fra i Km 5/6 e dei due percorsi e fra i km 11/12 percorso lungo: strada sconnessa.

MODALITA' E COSTO ISCRIZIONE: **SULLA PIATTAFORMA ENDU**

www.endu.net/events/francigena

LE ISCRIZIONI SONO APERTE :

fino al 15.09.2019 -	€ 12 per 14 km,	€ 16 per la 22 km
dal 16.09.2019 al 31.10.2019 -	€ 14 per 14 km,	€ 18 per la 22 km
dal 01.11.2019 al 07.11.2019 -	€ 16 per 14 km,	€ 20 per la 22 km
Iscrizione la mattina della corsa:	€ 20 per 14 km,	€ 25 per la 22 km.

Passeggiate fino al 7.11.2019 -	€ 10 per la 10 km ,	€ 5 per la 5 km.
La mattina della corsa,	€ 13 per la 10 km	€ 8 per la 5 km.

Le iscrizioni con gli stessi costi, modalità e scadenze potranno essere fatte inviando i seguenti dati: Nome, Cognome, anno di Nascita, Codice fiscale e recapito telefonico a: iscrizionifrancigenamsc@gmail.com su carta della società per i gruppi e pagamento sul sito www.monteriggionisportcultura.it a mezzo PayPal o carta di credito. La verifica dell'esistenza dei requisiti sanitari e societari sarà verificata tramite la piattaforma di ENDU. Saranno accettate tutte le iscrizioni degli E.P.S. Runcard e Fidal.

CONSEGNA PETTORALI SABATO 9 DALLE ORE 15,00 ALLE ORE 19,00 PRESSO LA SALA CONFERENZE DEL COMPLESSO MONUMENTALE DI ABBADIA A ISOLA – LA DOMENICA MATTINA PRIMA DELLA PARTENZA NELLA SALA TINAIA.

Le Corse di cui ai punti A e B sono suddivise nelle seguenti CATEGORIE con premiazione dei primi tre:

- UOMINI – Categoria A-2001/1980) - Categoria B - 1979/1970 - Categoria C- 1969/1960 –Categoria D- 1959/1950 – Categoria E – 1949 e precedenti
- DONNE - Categoria A - 2001/1980 – Categoria B - 1979/1970 – Categoria C – 1969 e precedenti

IL PREMIO DI PARTECIPAZIONE, DIFFERENZIATO PER LE CORSE E PER LE PASSEGGIATE, DA

RITIRARE CON LA CONSEGNA DEL PETTORALE O DEL CARTELLINO NELLA SALA TINAIA.

PREMIAZIONE delle 8 società più numerose (minimo 5 iscritti) ORE 11,00 a seguire LE PREMIAZIONI DI CATEGORIA DELLE CORSE A e B CHE SARANNO EFFETTUATE IMMEDIATAMENTE ALL'ARRIVO DEL TERZO ARRIVATO DI OGNI CATEGORIA.

I PREMI DI CATEGORIA SARANNO CONSEGNATI SOLO AGLI ATLETI
PRESENTI SUL PODIO DELLE PREMIAZIONI

ATTENZIONE !!! l'Associazione Monteriggioni Sport & Cultura ha scelto l'AMBIENTE . Nei ristori lungo il percorso e all'arrivo, non verranno usati materiali usa e getta. Verrà consegnato a tutti i partecipanti, insieme al pettorale o cartellino un bicchiere chiudibile da utilizzare per tutta la manifestazione.

Nei ristori ci saranno contenitori con rubinetto.

*E' CONSENTITA LA SCORTA IDRICA INDIVIDUALE *

Consigliati: cellulare carico * Scarpe da Trail * scorta idrica ½ litro.

In funzione docce presso l'ostello.

L'assistenza ed i servizi della manifestazione sul percorso termineranno inderogabilmente alle ore 12,30 fino a 2 km dall'arrivo.

Iniziative del sabato 09 Novembre

ore 9,30 in collaborazione con le associazioni "Camminare nella Montagna Senese", "Camminando a Quercegrossa", "Gruppo Escursionisti Berardenga" e di Nordik Wolking "SI-VA" avrà luogo la passeggiata "Alla scoperta dei luoghi e del paesaggio lungo la via Francigena". Durata circa ore 3.30 Iscrizione € 5,00 (gratis per i ragazzi con meno di 12 anni) con assicurazione e ristoro finale.

Percorso: Partenza e arrivo: Abbadia Isola -

Sono consigliati: scarpe idonee allo scopo e capi di abbigliamento adatti alla stagione con impermeabile ed eventuale ricambio. Adeguata dotazione di acqua e snack per eventuale spuntino.

I Partecipanti dovranno essere in buono stato di salute ed in grado di affrontare lunghezza e dislivello indicati. Comunicare, in privato agli organizzatori, prima della partenza eventuali allergie e/o patologie

E' fatto obbligo ai concorrenti di rispettare il codice della strada; Per quanto non previsto nel presente regolamento valgono le norme di quello Provinciale e Nazionale UISP. La manifestazione si svolgerà con qualsiasi condizione atmosferica e l'organizzazione declina ogni responsabilità per eventuali danni o incidenti che dovessero verificarsi prima durante e dopo lo svolgimento della manifestazione.

Servizio assistenza medica effettuato dalla Pubblica Assistenza di Castellina Scalo.

Servizio lungo il percorso curato dai volontari del TEAM BIKE PIONIERI

Abbadia a Isola si raggiunge uscendo all'uscita di Monteriggioni della Superstrada Firenze-Siena e successivamente percorrendo la strada Provinciale per Colle di Val d'Elsa, dopo 1 km bivio a sx per Abbadia a Isola con destinazione dopo 500 metri.

PER INFO: Marcello 346.7231199 piani.marce@libero.it – Mauro 328.8274400 taruk@libero.it - Luca 393.4762302 lgianozzi@gmail.com – montsportasd@gmail.com