



REGOLAMENTO LUGORUN21K - PROVA COMPETITIVA

7 maggio 2023 – Lugo (Ra)

LUGORUN21K Edizione 2023 – KM 21,097 – PERCORSO:

PARTENZA: Pavaglione di Lugo (Piazza Mazzini) → Piazza dei Martiri → Via della Libertà → Via Risorgimento → Via Acqualcalda → Via di Giù → Viale Europa → Via Veneto → Viale Dante → Via Toscana → Piazzale Veterani dello Sport → Stadio Lugo → Piazzale Veterani dello Sport → Via Toscana → Viale Europa → Via Pescantini → Attraversamento Via Brignani → Parco del Loto → Via Canale Inferiore Dx → Via Ferrari → Via Foro Boario → Attraversamento Via De' Brozzi → Via Circondario Ponente → Via Montessori → Via Capozzi → Via Moruzzi → Imbocco Canale dei Mulini → Via G. D'Annunzio → Via Monti → Via Ippolito Nievo → Via Collodi → Parco delle Lavandaie (ingresso dalla sede Consulta Lugo Ovest) → Uscita Parco delle Lavandaie su Via Villa → Via Villa → via Canale Superiore SX → Via Balzarina → Via Canaletta → Via Sammartina → Via Villa – SP 21 – Via Fondagnolo – Via Cantoncello – Via Dei Prati – Via Grilli – Via Castellazzo – Via Zagonara → Via Canaletta → Attraversamento SP21 → Via Canaletta → Via Sammartinia → Via Canale Superiore SX → Via Villa → Via Cento → Via Garibaldi → Piazza Trisi → Pavaglione di Lugo → **ARRIVO**

REQUISITI DI PARTECIPAZIONE: Atleti in possesso di Certificato Medico attestante l'idoneità all'attività agonistica (Atletica leggera) rilasciato ai sensi del D.M. 18/02/1982 valido al 07/05/2023 e tessera UISP /Fidal/RunCard e Enti di promozione riconosciuti dal Coni.

COSTI E MODALITÀ ISCRIZIONI:

Iscrizioni sulla piattaforma ENDU direttamente all'indirizzo <https://www.endu.net/it/events/lugorun21k>

Per i primi 500 iscritti la quota di partecipazione comprende T-Shirt dell'Evento e Medaglia.

Quote:

Dal 03 Novembre al 31 Dicembre 2022 → Euro 15,00 + commissioni piattaforma Endu

Dal 01 Gennaio al 15 Aprile 2023 → Euro 20,00 + commissioni piattaforma Endu

Dal 16 Aprile al 02 Maggio 2023 → Euro 25,00 + commissioni piattaforma Endu

Sabato 6 e domenica 7 Maggio 2023 iscrizioni sul posto (solo in caso di disponibilità pettorali) → Euro 28,00

Dal 22/12/2022 al 02/05/2023 iscrizioni anche nei laboratori **Annafietta Mosaicisti** nelle sedi di **Lugo** (Piazza Mazzini n. 2 Loggiato del Pavaglione) e **Ravenna** (Via Argentario n. 21) e al **Circolo Tennis Darsena di Ravenna** in via Curzola n. 1 senza commissioni Endu alla tariffa prestabilita in base alla data di iscrizione (esclusivamente in presenza).

POSSIBILITÀ DI INDICARE LA TAGLIA DELLA T-SHIRT AL MOMENTO DELL'ISCRIZIONE.

Premio di partecipazione in prodotti alimentari per tutti, **t-shirt e medaglia per i primi 500 iscritti.**

Non sarà possibile iscriversi il giorno della gara

RITIRO PETTORALI, CHIP E T-SHIRT DELL'EVENTO

Sabato 06/05/2023 dalle ore 14.00 alle ore 19.00 c/o gazebo ritiro pettorali Piazza Trisi Lugo;

Domenica 7 Maggio dalle ore 7.30 alle ore 9.00 c/o gazebo ritiro pettorali Piazza Trisi Lugo;

Chip e pettorale a perdere. Si ricorda che il pettorale di gara è personale, non deve essere ceduto o scambiato e deve essere attaccato al petto in modo visibile durante la gara.

AREA EVENTO

RITROVO: DOMENICA 07/05/2023 DALLE ORE 7.30 ALLE ORE 9.00

PIAZZA TRISI LUGO C/O INGRESSO ATLETI

ZONA RISCALDAMENTO

Gli atleti potranno effettuare il riscaldamento in tutta l'area circostante a Piazza Mazzini (zona partenza) rispettando il codice della strada.

ZONA PARTENZA

La start line sarà delimitata con nastro colorato e da arco gonfiabile LUGORUN21k.

ZONA ARRIVO

L'arrivo coincide con il punto di partenza. Tutti gli atleti verranno fatto defluire in un percorso obbligato dove verrà consegnato il premio di partecipazione.

PREMIAZIONI

Dalle ore 11.45 in poi gli atleti (AVVISO SOLO PER LA GARA AGONISTICA) potranno accedere nell'area premiazioni. Saranno premiati 3 ATLETI alla volta per ogni categoria. Sarà cura dello speaker chiamare nominativamente gli atleti premiati nell'area premiazioni. Dalla quarta posizione fino al completamento dei premiati per ogni categoria, le premiazioni avverranno nell'apposito gazebo premiazioni.

NOTE TECNICHE

Gara agonistica di km 21,097 interamente pianeggiante e interamente nel territorio del Comune di Lugo

PARTENZA Ore 9.45 - durata massima ore 2.30

Rilevamento cronometrico a cura di di MySDAM Official Timer - Detecht, TEMPO MASSIMO: 2h30

Percorso presidiato dalle ore 9.45 alle ore 12.30

RISTORI: tre lungo il percorso (7 Km, 14 km, 19 km) con liquidi + solidi ed uno all'arrivo.

Predisposto sistema di raccolta rifiuti mediante posizionamento di un adeguato numero di contenitori.

ASSISTENZA MEDICA: n.2 ambulanze, medico, DAE e personale sanitario.

BAGNI: presenza di bagni in zona arrivo/partenza, non previsto l'utilizzo di docce o deposito borse

ATLETI RITIRATI: Le postazioni di ristoro 7-14-19 km funzioneranno come punto di ritrovo per i ritirati, da lì verranno condotti sino in zona arrivo.

PREMI INDIVIDUALI LUGORUN21K

1° UOMO ASSOLUTO e 1ª DONNA ASSOLUTA (esclusi dai premi di categoria)

PREMIO CATEGORIA UOMINI

AMATORI (nati dal 1979 al 2005) 1° -25°

VETERANI A (nati dal 1969 al 1978) 1° -25°

VETERANI B (nati dal 1959 al 1968) 1° -20°

VETERANI C (nati nel 1958 e precedenti) 1° -10°

PREMIO CATEGORIA DONNE

DONNE A (nate dal 1979 al 2005) 1ª -12ª

DONNE B (nate dal 1969 al 1978) 1ª - 15ª

DONNE C (nate nel 1968 e precedenti) 1ª -6ª

PREMI DI SOCIETÀ

Prodotti in natura alle prime 20 società con un minimo di 10 partecipanti (andranno sommate le presenze della gara agonistica con quelle della camminata). Le premiazioni, a partire dalle 11.15, si svolgeranno presso il l'area Premiazioni nella piazza del Pavaglione Lugo. Per evitare ogni forma di assembramento, per il ritiro del premio sarà ammesso un solo rappresentante di società.



REGOLAMENTO LUGORUN – CAMMINATA LUDICO-MOTORIA 9KM 7 maggio 2023 – Lugo (Ra)

LUGORUN LUDICO-MOTORIA Edizione 2023 – KM 9 CIRCA – PERCORSO:

PARTENZA: Pavaglione di Lugo (Piazza Mazzini) → Piazza dei Martiri → Via della Libertà → Via Risorgimento → Via Acqualcalda → Via di Giù → Viale Europa → Via Veneto → Viale Dante → Via Toscana → Piazzale Veterani dello Sport → Stadio Lugo → Piazzale Veterani dello Sport → Via Toscana → Viale Europa → Via Pescantini → Attraversamento Via Brignani → Parco del Loto → Via Canale Inferiore Dx → Via Ferrari → Via Foro Boario → Attraversamento Via De' Brozzi → Via Circondario Ponente → Via Montessori → Via Capozzi → Via Moruzzi → Imbocco Canale dei Mulini → Via G. D'Annunzio → Via Monti → Via Ippolito Nievo → Via Collodi → Parco delle Lavandaie (ingresso dalla sede Consulta Lugo Ovest) → Uscita Parco delle Lavandaie su Via Villa → Via Villa → Circondario Ponente → Via Amendola → Piazza Trisi → Pavaglione di Lugo → **ARRIVO**

Tutti gli incroci saranno presidiati da volontari dell'organizzazione dalle ore 10 alle 12.45.
I partecipanti sono tenuti al rispetto del Codice della Strada.

ISCRIZIONI

Sabato 6 (dalle ore 14 alle 19) e **domenica 7 Maggio** (dalle ore 8.00) **2023 iscrizioni sul posto** nell'apposito gazebo allestito nell'area del Pavaglione di Lugo.

Fino al 30 Aprile 2023 iscrizioni **SOLAMENTE** alla sede di LUGO del Comitato Uisp Ravenna-Lugo (Piazzale Veterani dello Sport n. 4 - tribune stadio comunale)

- Euro 2,50 con pacco gara per i tesserati Uisp (Settore Atletica leggera, Nordic Walking- camminatori), Fidal o altri Enti;
- Euro 5,00 per i non tesserati con pacco gara o per i tesserati Uisp di altre discipline sportive diverse dall'Atletica Leggera.
- Iscrizione gratuita per bambini fino a 12 anni, se accompagnati da un genitore, con copertura assicurativa garantita

Partenza alle ore **10.00. Attenzione!** Prima di questo orario il percorso **non sarà** presidiato pertanto è **vietato immettersi sul percorso prima di tale orario.**

A tutti gli iscritti sarà consegnato un tagliando di partecipazione da conservare per il ritiro del pacco gara all'arrivo. Senza tale tagliando non sarà possibile ritirare il pacco gara.

Contributo organizzativo:

Euro 2,50 con pacco gara per i tesserati Uisp (Settore Atletica leggera, Nordic Walking- camminatori), Fidal o altri Enti;
Euro 5,00 per i non tesserati con pacco gara o per i tesserati Uisp di altre discipline sportive diverse dall'Atletica Leggera.

Iscrizione gratuita per bambini fino a 12 anni, se accompagnati da un genitore, con copertura assicurativa garantita

Per info: responsabile organizzativo Alessandro Mantella | Uisp Ravenna-Lugo Tel. 0545.26924
lugo.ravennalugo@uisp.it <https://www.uisp.it/ravennalugo>