

# circuito del Frignano



2013

**UISP**  
sportpertutti  
Comitato di Modena


**MONCHIO  
PIEVEPELAGO  
FRASSINORO  
LE POLLE di RIOLUNATO  
ZOCCA  
VITRIOLA  
LAMA MOCOGNO  
PAVULLO**

trail  
running  
**UISP**



informazioni risultati  
e classifiche su  
[www.uispmodena.it](http://www.uispmodena.it)  
[www.modenacorre.it](http://www.modenacorre.it)

**TROFEO DEL FRIGNANO** (aperto a tutti i tesserati ad Enti di promozione sportiva e Fidal)

1° class masch. e 1° class femm. : trofeo del frignano +  + maglia Circuito del Frignano

Tutti i partecipanti al Trofeo del Frignano (non tesserati UISP ) con min. 5 gare valide : maglia Circuito del Frignano o premio personalizzato equivalente.

**CAMPIONATO PROVINCIALE UISP DI CORSA IN MONTAGNA** (riservato solo ai tesserati UISP)

1° class di ogni categoria : maglia ADIDAS di campione provinciale +  + medaglia argento

2° class di ogni categoria : premio  + medaglia argento

3° class di ogni categoria : premio  + medaglia argento

Tutti i partecipanti al campionato provinciale UISP di corsa in montagna (solo tesserati UISP ) con min. 5 gare valide : medaglia con ordine d'arrivo


Tutti i partecipanti al campionato provinciale UISP di corsa in montagna (solo tesserati UISP ) con 8 gare valide : medaglia con ordine d'arrivo + maglia Circuito del Frignano.

Per ogni categoria sara' premiato il 1° se i classificati saranno fino a 5 in quella categoria, i primi 2 di categoria se i classificati saranno fino a 10 per quella categoria e i primi 3 se i classificati saranno piu' di 10 per quella categoria.

**PRIMO CLASSIFICATO M/F UISP**

Al primo concorrente UISP maschile e femminile della classifica generale andrà in premio **un soggiorno gratuito di una settimana per due persone** nella località turistica di Zaton (Croazia).

**CONCORRENTI DEL FRIGNANO**

Al primo concorrente maschile e femminile della classifica generale residenti in territorio del Frignano andrà un premio speciale offerto da  oltre ai premi di classifica.

**UISP - LEGA ATLETICA LEGGERA e PODISMO**

Via IV Novembre 40/H - 41123 Modena

Telefono 059 348827 - Fax 059 348810

Informazioni, risultati e classifiche su:

[www.uispmodena.it](http://www.uispmodena.it) (cliccare a sinistra su ATTIVITA' SPORTIVE e quindi su Atletica Leggera)

[www.modenacorre.it](http://www.modenacorre.it) cliccando sul logo verde UISP

# circuito del frignano

Comitato  
montano del  
**FRIGNANO**  
circuito del Frignano

**UISP**  
sportpertutti  
Comitato di Modena



**4° campionato provinciale uisp**

# di corsa in montagna

**articolato in 8 GARE:**

## **MONCHIO**

Sabato 29 giugno 2013 - "La panoramica di Monchio"  
Partenza ore 17.30 - km 10,000

## **PIEVEPELAGO**

Domenica 14 Luglio 2013 - "CorriPieve"  
Partenza ore 9.30 - km 13,000

## **FRASSINORO**

Domenica 21 Luglio 2013 - "La Cotta"  
Partenza ore 9.30 - km 9,500

## **LE POLLE di RIOLUNATO**

Domenica 28 Luglio 2013 - "Giro delle Polle"  
Partenza ore 9.30 - km 8,000

## **ZOCCA**

Domenica 4 agosto 2013 - "Camminata del Monte della Riva"  
Partenza ore 9.00 - km 11,000

## **VITRIOLA**

Domenica 11 agosto 2013 - "Giro delle Borgate"  
Partenza ore 9.00 - km 9,000

## **LAMA MOCOONO**

Giovedì 15 Agosto 2013 - "Camminata di Lama"  
Partenza ore 9.30 - km 7,800

## **PAVULLO**

Domenica 25 Agosto 2013 - "Giro delle 4 Torri"  
Partenza ore 9.00 - km 14,500



- Il **CIRCUITO PODISTICO DEL FRIGNANO** è un campionato articolato in otto gare podistiche competitive che si svolge nel territorio appenninico del Frignano modenese e dintorni.

Possono partecipare tutti i concorrenti maschili e femminili, **tesserati UISP, Fidal o altri Enti di promozione sportiva, in regola con il tesseramento e le norme sanitarie previste per le gare agonistiche.**

Ogni gara ha un regolamento e una propria premiazione oltre a quella finale del circuito.

La classifica finale del circuito del Frignano verrà stilata derivandola dalle singole classifiche assolute di ogni gara in calendario.

La classifica, sia maschile che femminile, verrà effettuata sulla base delle singole classifiche di ogni gara in calendario assegnando un punteggio a scalare che assegna al primo classificato 100 punti, al secondo un punto in meno, cioè 99 punti, al terzo due punti in meno e quindi a scalare di un punto ogni concorrente classificato, così fino ad assegnare un punto a tutti i concorrenti regolarmente classificati.

Nelle gare con meno di cento concorrenti giunti al traguardo, ai fini della classifica del Circuito, si assegneranno al primo/a classificato/a tanti punti quanti sono i concorrenti regolarmente classificati e a seguire 1 punto in meno fino ad assegnare 1 punto all'ultimo concorrente classificato.

Al termine delle otto gare in programma verrà stilata una unica classifica (una maschile e una femminile) sommando i migliori 4 punteggi ottenuti dai concorrenti nelle otto prove e scartando gli eventuali altri.

Per partecipare al trofeo e alle premiazioni finali è necessario partecipare ad almeno 5 gare su 8.

Per ogni gara regolarmente effettuata oltre le cinque migliori, verrà assegnato un bonus di 5 punti per gara effettuata oltre la quarta. Un ulteriore bonus di 15 punti sarà assegnato a chi parteciperà a tutte le otto gare in programma. Tali punti si aggiungeranno a quelli ottenuti nella somma delle migliori cinque classifiche.

Al primo uomo e alla prima donna andrà il Trofeo del Frignano.

Saranno premiati tutti i concorrenti che porteranno regolarmente a termine almeno 5 delle gare in calendario.

Premio speciale al primo atleta maschile e femminile residenti nel territorio del Frignano.

- **CAMPIONATO PROVINCIALE UISP DI CORSA IN MONTAGNA**

**Il campionato provinciale individuale UISP di corsa in montagna è riservato ai soli atleti tesserati UISP delle società affiliate alla UISP di Modena o singoli atleti tesserati UISP presso il Comitato Provinciale di Modena.**

Possono partecipare alle gare e avere diritto al montepremi atleti anche di altre province purchè tesserati UISP; questi non concorreranno al titolo di Campione Provinciale.

Dalle classifiche di ogni gara verranno individuati i concorrenti maschili e femminili tesserati UISP suddivisi nelle seguenti categorie:

A MASCHILE	1995/ 1984	da 18 a 29 anni
B MASCHILE	1983/ 1974	da 30 a 39 anni
C MASCHILE	1973/ 1964	da 40 a 49 anni
D MASCHILE	1963/ 1954	da 50 a 59 anni
E MASCHILE	1953 E PRECEDENTI	da 60 anni e oltre
F FEMMINILE	1995 / 1974	da 18 a 39 anni
G FEMMINILE	1973/1964	da 40 a 49 anni
H FEMMINILE	1963 E PRECEDENTI	da 50 anni e oltre

Per ogni gara sarà redatta un'apposita classifica per categoria (maschile e femminile) ottenuta assegnando i punti acquisiti da ciascuno nella classifica generale assoluta, secondo la posizione occupata e tenendo conto di tutti i concorrenti anche non UISP.

Al termine delle 8 gare in programma verrà stilata una unica classifica (una maschile e una femminile) per categoria sommando i migliori 5 punteggi ottenuti dai concorrenti nelle otto gare in programma e scartando gli eventuali altri.

Per ogni gara regolarmente effettuata oltre le quattro, sarà assegnato un bonus di 5 punti per gara effettuata oltre la quarta. Un ulteriore bonus di 15 punti sarà assegnato a chi parteciperà a tutte le otto gare in programma. Tali punti si aggiungeranno a quelli ottenuti nella somma delle migliori cinque classifiche.

Al primo di ogni categoria andrà maglia e titolo di CAMPIONE PROVINCIALE UISP 2013 di corsa in montagna.

Per ogni categoria sarà premiato il 1° se i classificati saranno fino a 5 in quella categoria, i primi 2 di categoria se i classificati saranno fino a 10 per quella categoria e i primi 3 se i classificati saranno più di 10 per quella categoria.

Si ricorda che a termine di legge **la partecipazione alle gare agonistiche è riservata esclusivamente ad atleti tesserati a società sportive (non sono ammessi atleti liberi) e in regola con le normative sanitarie (certificato medico tipo B).**

- Al Circuito del Frignano possono partecipare tutti i concorrenti maschili e femminili, **tesserati UISP, Fidal o altri Enti di promozione sportiva, in regola con il tesseramento e le norme sanitarie previste per le gare agonistiche.**
- Il Campionato Provinciale di Corsa in Montagna è riservato ai soli atleti tesserati UISP.
- Il programma delle gare è indicativo. Farà testo il volantino ufficiale di ogni gara.

### LE PREMIAZIONI VERRANNO EFFETTUATE ALLA FINE DELLE 8 GARE

luogo e data saranno comunicati successivamente

*Risultati e classifiche saranno pubblicati sui siti:*

[www.uispmodena.it](http://www.uispmodena.it)

[www.modenacorre.it](http://www.modenacorre.it)



ANGOLO DEL PODISTA  
**LUPO SPORT**  
MODENA

VIA GIARDINI, 507 Tel e Fax 059-342310  
[www.luposport.com](http://www.luposport.com) [lupo@luposport.com](mailto:lupo@luposport.com)

## circuito del Frignano

### gara 1

## Monchio di Palagano

Sabato 29 giugno

**“La panoramica di Monchio”**

ritrovo: Monchio centro

partenza: ORE 17,30

percorso: KM. 10 - MISTO ASFALTO, STERRATO, BOSCO

partenza: ORE 17,30 - non competitiva KM. 5/8/10

info/iscrizioni: 335 473924 - 335 427269 - 0536 970030

Fax 0536 970603 Pol. Monchio

ercolegrandi@libero.it

#### IL TERRITORIO

Il territorio è molto esteso e raggruppa oggi almeno tre zone che furono nei secoli distinte: La prima è la sezione sud orientale, coincidente con la frazione di Lama di Monchio, la seconda è la zona centrale, che si raggruppa intorno al nuovo centro abitato costruito intorno alla Parrocchiale (dedicata alla BV Assunta) e all'antico castello e che ha finito con il concentrare la maggioranza della popolazione e a conglobare l'originaria parrocchia della Monchio "alta" di Santa Giulia; la terza sezione è la zona bassa, ampiamente spopolata, che raggiunge il fiume Dolo-Draccone, e che era un tempo collegata al vicino territorio di Vitriola-Montefiorino, gravitando intorno ai centri di "Mogno" e alla Parrocchia di San Vitale.

### gara 2

## Pievepelago

Domenica 14 luglio

**“Corripieve”**

ritrovo: CENTRO, p.zza Vittorio Veneto (Municipio)

partenza: ORE 9,30

percorso: KM. 13 - PERCORSO MISTO STERRATO

partenza: ORE 9,30 - non competitiva KM. 4/9

info/iscrizioni: 338 3199072 - 333 2570822 fax 0536 71303

Convenzioni con ristoranti per pranzo e alberghi per pasti e pernottamento

VALIDA ANCHE COME PROVA “TROFEO BERLINGUER DI PODISMO”

#### IL TERRITORIO

Abitata anticamente dai celti e dai liguri friinati, nel II secolo a.C. fu colonizzata dai romani. Il toponimo, che in documenti medievali compare nelle forme Pelavo, Pellavi, Pellago e Pelago, richiama una "pieve" sorta presso un "pelago", riferito a un bacino idrico formato dallo Scoltenna. Sul finire del settecento entrò a far parte del Regno d'Italia al termine del restaurato governo estense. La sua storia successiva è al centro di un'intensa attività culturale. Tra le testimonianze storico-architettoniche figurano: il ponte della Fola, risalente al Medioevo; la pieve di San Michele Pelago, del XII secolo; la parrocchiale e una torre medievale, i resti di capanne celtiche, a casoni.



## circuito del Frignano

### gara 3

## Frassinoro

Domenica 21 luglio  
"La cotta"

partenza: ore 9,30

percorso: KM. 9,5 - PERCORSO MISTO ASFALFALTO/STERRATO/BOSCO

premi: ai primi masch. e femm.

Gran Premio Montagna M/F a metà percorso

premi a tutti i partecipanti

percorsi anche non competitivi e cat. giovanili KM. 2,6 partenza ore 9,35

info/iscrizioni: tel. 333 8545938 - 334 6289554 fax 0536 971002

info@asfrassinoro.it - www.asfrassinoro.it

stand gastronomici

#### IL TERRITORIO

Frassinoro, è un bellissimo comune in provincia di Modena, fa inoltre parte della Comunità Montana dell'Appennino Modena Ovest. Bellissimi sono i monumenti che si possono ammirare, come la Chiesa di Santa Maria e San Claudio. Le prime basi di questa chiesa furono messe alla fine dell'anno 1000, infatti, Beatrice Lorena e sua figlia, Matilde di Canossa, fondarono proprio a Frassinoro un monastero benedettino. La chiesa era bellissima, molto ricca, ed il marmo, proveniva proprio da Frassinoro, ed ancora oggi, si può ammirare questa meravigliosa chiesa.



### gara 4

## Le Polle Riolutato

Domenica 28 luglio  
"Giro delle polle"

ritrovo: Località LE POLLE di RIOLUNATO

partenza: ORE 9,30

percorso: KM. 8 - PERCORSO INTERAMENTE STERRATO - solo competitiva

info/iscrizioni: 338 6453109 - casabenassi@gmail.com

premiazioni per categoria

#### IL TERRITORIO

Il territorio che costituisce l'odierno comune di Riolutato ospitava un tempo le tre comunità separate ed indipendenti di Riolutato, Brocco e Flaminatico.

Nel Medioevo la Comunità di Riolutato aveva il centro principale in una rocca (l'odierno paese di Castello) a lungo governata dalla nobile famiglia di Montegarullo, il cui massimo esponente Obizzo venne ucciso, secondo la leggenda, non la storia, a Riolutato durante le lotte che lo contrapponevano agli Estensi per il dominio del Frignano.

Da questa rocca dipendeva anticamente anche il borgo situato sul fondovalle nei pressi del fiume Scoltenna che, nel corso del '500, cresciuto di abitanti e di importanza, iniziò a prevalere.



## gara 5

### Zocca

**Domenica 4 agosto**  
**“Camminata del Monte della Riva”**

ritrovo: Zocca via del Mercato (Municipio)

partenza: ore 9,00

percorso: **KM. 11 - MISTO STERRATO, ASFALTO**

percorsi non competitivi di KM. 2,5/7/11 partenza ore 9,00

info/iscrizioni: 333 9854311 ASD Atletica Zocca - claudiorolix66@libero.it



#### IL TERRITORIO

Zocca nasce nel medioevo come base di un importante mercato di scambi. I commercianti si ritrovavano al centro del territorio del paesino, un tronco di legno tagliato. Il "ciocco di legno" in dialetto è detto "zocca".

Zocca è conosciuta per la famosa crescentina (o tigella), originariamente cotta nel camino con una foglia di castagno, che si può degustare nei locali del corso principale del paese. La tigella è il manufatto in terracotta da scaldare fra le braci e dove si cuoce poi la crescenta impilando 1 tigella, 1 foglia, 1 crescenta, 1 foglia, 1 tigella ecc. È inoltre sede della "Compagnia della cunza" con annesso museo del borlengo, specialità tipica locale. Nella stagione autunnale Zocca diviene la "Regina della Castagna", grazie al frutto tipico della zona, insieme al Marrone di Zocca.



## gara 6

### Vitriola di Montefiorino

**Domenica 11 agosto**  
**“Giro delle borgate”**

ritrovo: Vitriola

partenza: ORE 9,00

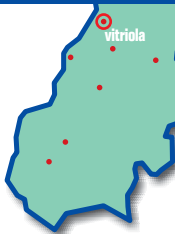
percorso: **KM. 9,00 - MISTO STERRATO, ASFALTO**

percorsi non competitivi di KM. 2/5/9 partenza ore 9,00

anche GARE GIOVANILI

info/iscrizioni: 348 7062930 - 328 4197867 ASD Sportinsieme/Castellarano

info@asdsportinsieme.it



#### IL TERRITORIO

La corte di Vitriola costituiva la parte bassa delle Terre della Badia; ed era posta in Vai Dragone, in Val Dolo e per poca parte anche in Vai di Secchia. Il nucleo della corte di Vitriola era in Vitriola, nella località detta anche oggi Corte; ed ivi sorgeva il castello di Vitriola, colla sua chiesa di S. Andrea Apostolo.

Il castello di Vitriola era di non grande importanza come opera difensiva, perché situato in luogo pianeggiante; ma era abbastanza ampio, e serviva specialmente per custodirvi i prodotti agricoli, raccolti nelle terre dipendenti dalla corte, e per residenza del gastaldo. Consisteva di tre alte torri quadrangolari, elevate alla distanza di circa venti metri l'una dall'altra, disposte a triangolo, congiunte ed in parte attorniate da altri edifici: il tutto recinto da muro, con ingresso da levante





## circuito del Frignano

### gara 7

## Lama mocogno

Giovedì 15 agosto

**"Camminata di lama"**

ritrovo: ZONA TREPPI ruzzola - piscina

partenza: ore 9,00

percorso: **KM. 7,8 PERCORSO MISTO ASFALTO/STERRATO**

percorsi non competitivi di KM. 2,8/7,8

info/iscrizioni: solo anticipate tel. 0536 44358/0536 55044 - fax 0536 401615

chiusura a 150 iscritti



#### IL TERRITORIO

Il nome di Lama, molto comune in passato, ha il significato di un luogo paludoso, infatti dove sorge il vecchio campo sportivo, c'era una piccola Lama: uno stagno che fu colmato in parte nel 1904, quando venne costruita l'attuale Piazza XXIII Marzo. Lama divenne così il nome proprio della borgata dove si tenevano il mercato e la fiera annuale di S. Matteo, ossia un luogo particolarmente favorevole al commercio, in quanto a quel tempo lì si intersecavano vie importanti che mettevano in comunicazione i paesi della Valle Scoltenna con quelli della Val Rossena, ossia il medio e l'alto Frignano.



### gara 8

## Pavullo

Domenica 25 agosto

**"Giro delle 4 torri"**

ritrovo: STADIO COMUNALE "MINELLI"

partenza: ORE 9,00

percorso: **KM. 14,5 - PERCORSO MISTO ASFALTO/STERRATO**

percorsi non competitivi di KM. 6,5/9,1/14,5 e cat. giovan.

escursione guidata 4 Torri

escursione guidata Fitwalking KM. 9,1 (partenza ore 8,00)

escursione Nordikwalking KM. 14 (partenza ore 8,00)

info/iscrizioni: tel. e fax 0536 20663 - maurobazzani@gmail.com

chiusura iscrizioni a 250 iscritti

**GARE GIOVANILI VALIDE PER IL "CIRCUITO RAGAZZI IN CORSA UISP 2013" e "GRAN PRIX NISSAN SKIPASS"**



#### IL TERRITORIO

Pavullo nel Frignano, comune emiliano della provincia di Modena, sorge su un altipiano tra le valli del Secchia e del Panaro. Il toponimo deriva dal termine dialettale "paludi", con riferimento alla zona paludosa in cui il paese sorge. Pavullo nel Frignano ha antiche origini, esse pare risalgono ai liguri, popolazione seguita dai romani che ne fecero un insediamento militare, questa sua funzione fece sì che nel Medioevo il territorio mantenesse una struttura difensiva. Successivamente in zona sorsero diverse pievi, così, a partire da XII sec., il comune ebbe un'organizzazione religiosa, abolendo la vecchia struttura militare. Nel 1832, il comune divenne capoluogo del Frignano.



## MARCIA DEI TORI

### CAPANNO TASSONI

**Domenica 26 maggio 2013**

ritrovo: rif. CAPANNO TASSONI di Ospitale di Fanano

partenza: ore 9,30

percorso: KM. 13 dislivello + 650 mt.

iscrizioni e info: 059 696808 - 059 230083 - 059 641405 - 0536 68364

[www.caicarpi.it](http://www.caicarpi.it) - [www.capannotassoni.it](http://www.capannotassoni.it) - [www.uispmodena.it](http://www.uispmodena.it)

ore 12,00 MARCIA DEI TORELLI, KM. 1 per ragazzi fino a 15 anni



## MARATONINA DEI DUE PASSI

### PIANDELAGOTTI

**Sabato 27 Luglio 2013**

ritrovo: Centro Fondo Boscoreale

partenza: ore 10,00

percorso: KM. 18 dislivello + 650 mt.

iscrizioni competitiva e info:

online [www.modenacorre.it](http://www.modenacorre.it) o direttamente nelle corse podistiche modenesi o presso negozio LUPO SPORT via Giardini, MO.

€ 10 fino al 15 giugno - € 12 fino al 15 luglio - oltre € 15

Premiazioni:

Ricchi premi a tutti i competitivi

Primi 10 uomini e 5 donne assoluti

Trofeo "Ferruccio Cosci" al più giovane e al più anziano

iscrizione non competitiva: 1 €. sul posto - premio partecipazione km 5/9

PARTENZA, RITROVO e ARRIVO al Centro Fondo "BOSCO REALE"

percorso RINNOVATO

Possibilità all'arrivo di SPOGLIATOI con DOCCIA e possibilità di pernottamento e pranzo a prezzo convenzionato.



# CASCATE DEL BUCAMANTE

## SERRAMAZZONI

**Domenica 29 settembre 2013**



# Wild Trail

ritrovo: Serramazzone - Via Braglia (piazzale Albergo Valverde)

partenza: ore 9,30 da Piazza del Municipio

percorso: KM. 23 (Disl. + 992 mt.) sterrato + single track + sottobosco + 4% asfalto

iscrizioni competitiva e info:

presso negozio FREE RUN FORMIGINE Via Svevo 20

Tel. 059 9787106 - alberto03zak@alice.it

Premi ai primi e ai partecipanti



# Coupon

ellograf modenese

Via Rainusso, 164 - MODENA  
[www.ellografmodenese.com](http://www.ellografmodenese.com)

valida da 1/5/13 al 31/07/13, non cumulabile con altre offerte.

**Sconto 15%**  
su uno zaino o astuccio



**Sconto 25%**  
su una t-shirt personalizzata



**Sconto 20%**  
su una felpa personalizzata



# INTERSPORT®

SPORT TO THE PEOPLE

NOVA SPORT

Via Giovanni XXIII 18/20 - Sassuolo (MO)

Tel 0536-801610



**informazioni risultati  
e classifiche su  
[www.uispmodena.it](http://www.uispmodena.it)  
[www.modenacorre.it](http://www.modenacorre.it)**