

36° edizione



IN ITALIA:

COMPETITIVA 10: Adrano (Ct), Ancona, Aosta, Arco (Tn), Arezzo, Avellino, Bari, Bolzano (7 Aprile), Bra, Brescia, Cagliari, Civitavecchia (Rm), Enna, Ferrara, Frosinone, La Spezia, Latina, Livorno, Lucca (14 Aprile), Matera, Messina, Mestre (Ve), Padova, Palermo, Pesaro, Pescara, Ragusa, Reggio Emilia, Riccione (Rn) (7 Aprile), Sala Baganza (Pr), Salice Terme (Pv), Saracena (Cs), Siena, Terni, Trapani.

PASSEGGIATA LUDICO - MOTORIA: Adrano (Ct), Ancona, Aosta, Arco (Tn), Arezzo, Avellino, Bari, Bolzano (7 Aprile), Bra, Brescia, Cagliari, Civitavecchia (Rm), Enna, Ferrara, Frosinone, La Spezia, Latina, Livorno, Lucca (14 Aprile), Matera, Messina, Mestre (Ve), Padova, Palermo, Pesaro, Pescara, Ragusa, Reggio Emilia, Riccione (Rn) (7 Aprile), Sala Baganza (Pr), Salice Terme (Pv), Saracena (Cs), Settimo Torinese (To), Siena, Terni, Todi (Pg), Trapani.

ISTITUTI PENITENZIARI E MINORILI: Alessandria, Biella, Brescia, Cagliari, Catania, Catanzaro, Civitavecchia (Rm), Cremona, Enna, Ferrara, Firenze, Genova, Livorno, Milano, Monza, Parma, Ragusa, Reggio Emilia, Roma, Voghera (Pv).

NEL MONDO:

Ait Issad (Algeria), Beirut (Libano), Bengo (Angola), Benguela (Angola), Bron (Francia), Ginevra (Svizzera), Ivry Vitry (Francia), Luanda (Angola), Marsiglia (Francia), Namibe (Angola), Osaka (Giappone), Otsu (Giappone), Saint Caprais (Francia), Saint Ouen (Francia), Sarajevo (Bosnia Erzegovina), Tizi El Korn (Algeria), Tokio (Giappone), Tuzla (Bosnia Erzegovina), Yokohama (Giappone), Vieux Conde (Francia), Zavidovici (Bosnia Erzegovina).



1€

della tua iscrizione per fornire
materiale sportivo e regalare un
sorriso ai bambini che fuggono
dalla guerra in Siria.

#VVICITTÀ

L'UGUAGLIANZA È IN GIOCO

MANIFESTAZIONE
PODISTICA
INTERNAZIONALE
IN CONTEMPORANEA
SU PERCORSI COMPENSATI
DISTANZE: 12 KM
PASSEGGIATE LUDICO MOTORIE

DOMENICA 31 MARZO 2019

START ORE 9:30

PARTNER ISTITUZIONALE

Con il contributo di Assistenza Volontaria di Collecchio, Sala Baganza, Felino; Proloco di Sala Baganza; Associazione Sala Nostra, Gruppo Comunale di Protezione Civile Sala Baganza; Gruppo Alpini Sala Baganza; Unione Pedemontana Parmense Polizia Locale, GES - Gruppo Escursionistico Salese.

PERCORSI: Si sviluppano in buona parte su strada asfaltata e all'interno dell'area protetta del Parco Regionale dei Boschi di Carrega.

Gara competitiva 12 km - Passeggiata ludico motoria 12 km - 6 km - Percorso naturalistico 10 km, Yoga, "Enjoy trail", "Tuttingiro": percorso accessibile ANMIC

**DOMENICA 31 marzo, RITROVO ORE 8.00 con PARTENZA ORE 09.30 PER TUTTI
presso il CENTRO SPORTIVO JOKER CENTER di via Giuseppe di Vittorio di SALA BAGANZA (PR)**

ISCRIZIONI AGONISTICA

Entro e non oltre GIOVEDÌ 28/03: 9.00 €

Presso lo sportello tesseramento in UISP Parma, Via Testi 2 portare copia della tessera di affiliazione

Attraverso bonifico bancario:

IBAN IT18A0538712702000001021436 intestato a UISP Comitato di Parma, Via Testi, 2 - 43122 Parma.

Successivamente, per confermare l'iscrizione, inviare a segreteria@uispparma.it:

- modulo iscrizione compilato in ogni sua parte
- copia del bonifico
- copia del tesserino di affiliazione

ECCO DOVE VA 1 EURO DELLA VOSTRA ISCRIZIONE: a favore di Terre des Hommes per i rifugiati siriani che scappano dalla guerra.

PREMIAZIONI:

Premiazioni di categoria: vedi <http://www.uisp.it/parma/pagina/vivicitta-2019>

Verranno premiati anche il 1° uomo e la 1ª donna, e le prime 10 società più numerose.

RITIRO PETTORALI E GADGET PER I COMPETITIVI

- Presso il comitato UISP di Parma, ufficio Atletica:
- Sabato 30 Marzo dalle 9.00 alle 13.00

Sul posto: domenica 31 Marzo dalle ore 08.00 alle ore 09.00. Alla manifestazione agonistica possono partecipare atleti di ambo i sessi che abbiano compiuto il 18° anno. **Si ricorda che all'atto dell'iscrizione è OBBLIGATORIO presentare il tesseramento UISP, FIDAL, RUNCARD o ALTRO ENTE DI PROMOZIONE SPORTIVA validi per l'anno sportivo in corso. Si ricorda che NON è possibile partecipare con il solo certificato medico.**

ISCRIZIONE ATTIVITA' NON COMPETITIVE sul posto dalle ore 8.00.

- Camminata ludico motoria, Percorso Naturalistico, TUTTINGIRO (percorso accessibile pensato insieme all'ANMIC).
- Yoga, Enjoy Trail, Percorso Naturalistico con GAE, sul posto, salvo esaurimento disponibilità in fase di preiscrizione.
- Adulti con gadget: 5.00 € (fino ad esaurimento) 3.00 € senza gadget
- Bambini: 3.00 € (con gadget); 1 € (senza gadget)

ATTIVITÀ A NUMERO LIMITATO IN CUI È CONSIGLIATA LA PREISCRIZIONE

- **PUNTO YOGA** (adulti): ritrovo dall' Arco della Gazzetta a Sala Baganza, accompagnamento presso il Casinetto dei Boschi in cui si svolgerà l'attività. Termine attività ore 12.00 circa - Rientro libero. Max 20 persone.
- **Percorso naturalistico con GAE** alla scoperta della natura e della storia del Parco. Max 25 persone. (Il percorso è parte del calendario UISP Parma di "RITROVATI, scopri Parma e dintorni a piedi o in bicicletta").
- **"ENJOY TRAIL"** (adulti): sarà a disposizione un "tecnico allenatore/accompagnatore gruppi nella disciplina del Trail Running" (figure certificate UISP nazionale) che, oltre a farvi correre, vi consiglierà circa tutti quegli aspetti imprescindibili per allenarsi in maniera efficace ed efficiente (abbigliamento, stretching, tecnica di corsa, gestione della fatica, ecc.). Dedicato a chi già possiede una minima preparazione nella corsa. Obbligo certificato medico NON AGONISTICO indicante ultimo ECG. Max 10 persone.



Per prenotarsi occorre mandare un'email a segreteria@uispparma.it con nome cognome e l'attività prescelta. Pagamento in loco.

RISTORO E VIVIPARTY: Ristori lungo i percorsi e all'arrivo. VIVIPARTY a cura del Gruppo Alpini e Protezione Civile Sala Baganza

SERVIZIO PRONTO INTERVENTO E SICUREZZA

La manifestazione avrà una copertura sanitaria coordinata e organizzata dall' assistenza Volontaria dei comuni partecipanti e limitrofi. Lungo tutto il tracciato di Vivicittà i limiti di sicurezza saranno garantiti dalle Associazioni di Protezione Civile e Polizia Locale presenti sul territorio.

CONTATTI

UISP PARMA via Testi, 2 - 43122 Parma Tel. 0521/707411;
fax. 0521/707420
INFO, MODULO ISCRIZIONI e LOCANDINA SCARICABILE:
www.uisp.it/parma

GAZZETTA DI PARMA