

CONTIGLIANO (Rieti) 13 / 14 / 15 / 16 NOVEMBRE 2020

4 MARATONE di AUTUNNO... a CONTIGLIANO per RIPARTIRE...

RITROVO: Giovedì 12 Novembre 2020 ore 16,00

Ostello "Villa FRANCESCHINI" - via Ettore Franceschini 7 - Contigliano (Rieti)

(N.B.: sono Gare competitive con max 50 Atleti, vengono Rispettate le Disposizioni del Decreto Ministeriale e seguendo le Normative Vigenti in Tema di COVID-19)

3° Tappa - DOMENICA 15 NOVEMBRE 2020

CONTIGLIANO (Ri)

Ore 7,30 **RITROVO: Palestra Comunale** (dietro scuola) - Piazza degli Eroi - Contigliano (Rieti)

Ore 8,00 **PARTENZA MARATONA:** km 42,2 (1 Giro di km 13 + 2 Giri di km 14,6)

Ore 9,30 **PARTENZA LUNGHISSIMO:** km 28,6 (1 Giro di km 14 + 1 Giro di km 14,6)

Ore 9,30 **PARTENZA MEDIO e n.c. :** km 14,0 (1 Giro di km 14)

REGOLAMENTO: (GARA APERTA a tutti i TESSERATI Uisp, Fidal, Runcard e Eps) si possono iscrivere al **Tour 4 MARATONE di Autunno**, tutti gli **ATLETI TESSERATI** con Società Sportive o EPS (Uisp, Aics, Asi, Csi, Endas, ecc.) ed in regola con la **Visita Medica** per l'anno 2020
INFORMAZIONI e ISCRIZIONI GARE: Vedi sul Sito: WWW.ICRON.IT

i COMANDAMENTI del 1° Tour 4 Maratone di Autunno di Contigliano

- il **Tour** si divide in 3 Circuiti di 4 Tappe: 4 Maratone (+ Ultra Maratona Sei Ore) - 4 Lunghissimi - 4 Medi

- è **Obbligatorio** scegliere il **Circuito** cui **Partecipate** alla prima **Tappa** del **Tour**

- per entrare in **Classifica** è necessario **Portare a Termine** almeno **3 Tappe** su **4** del **Circuito** Scelto

(esempio: chi sceglie il **Tour** delle **Maratone** dovrà partecipare a minimo **3 Maratone** su **4**)

- ad ogni **Gara Portata a Termine** verranno assegnati **1 PUNTO** in base al percorso scelto:

1 Punto per la **Maratona** - **1 Punto** per il **Lunghissimo** - **1 Punto** per il **Medio**

- **VINCITORI** del **Circuito** di 4 Maratone o 4 Lunghissimi o 4 Medi

- **Vince** chi avrà partecipato a più **Gare** (minimo 3); in caso di **Parità** di **Punteggio**:

- **Vince** chi avrà ottenuto il **Miglior Piazzamento** nella **Gara Finale** di **Lunedì 16 Novembre 2020**

INFORMAZIONI QUOTA ABBONAMENTO per 4 GARE: (inclusa iscrizione Tour valore 10 €)

- **QUOTA:** 4 MARATONE 110 € - 4 LUNGHISSIMI 90 € - 4 MEDI 50 €

INFORMAZIONI QUOTA per 1 GARA: (Vedi anche Volantino Singole Gare)

- **QUOTA:** MARATONA 35 € - SEI ORE 35 € - LUNGHISSIMO 25 € - MEDIO 15 €

N.B.: chiusura iscrizioni Giovedì 12 Novembre, Quota Extra 5 € chi si iscrive dal 13 Novembre in poi

INFORMAZIONI PAGAMENTO QUOTA GARA: il GIORNO della GARA oppure **BONIFICO**

BONIFICO a: ASD RUNNERS RIETI TOUR - IBAN: IT32U0306914601100000004140

ISCRIZIONE TOUR di 4 TAPPE o SINGOLA TAPPA COMPRENDE:

PACCO GARA 3 o 4 TAPPE: 1 Pacco Gara Tour + Colazione (Caffè o Cappuccino) + Ristoro fine Gara

PACCO SINGOLA TAPPA: 1 Pacco Gara Singola + Colazione (Caffè o Cappuccino) + Ristoro fine Gara

PREMI SINGOLA GARA INDIVIDUALI:

Premi Singola Gara (Maratona - Lunghissimo - Medio): 1° / 3° Ass. U/D e 1° / 3° di Cat. U/D

DIPLOMA di PARTECIPAZIONE: da Scaricare on-line sul Sito: WWW.ICRON.IT

MEDAGLIA: ricordo a tutti gli Atleti **Classificati** nella **Maratona** e **Lunghissimo**

RISTORI GARA: ogni 4 km. circa, più ristoro **Fine Gara**

TEMPO LIMITE MARATONA: 7h (+ 30 minuti extra fino a chiusura Computer del Cronometraggio)

DOCCE non DISPONIBILI: forse solo **Spogliatoio** e **Fontana** zona **Arrivo Gara**

PREMI FINALI 1° Tour 5 MARATONE di AUTUNNO (Vedi regolamento)

14° RUNNERS RIETI TOUR 2020

4 MARATONE DI AUTUNNO di CONTIGLIANO

il più Bel Tour Podistico del Centro Italia...

Iscrizioni Gare: WWW.ICRON.IT

e-mail: felice.petroni@live.it

Cell e WhatsApp 328 0825088 (Felice) - Fax: 0746 203990

