

# Regolamento

VIII edizione Mezza del Lago di Vico



Domenica 25 ottobre

Lago di Vico - Località Arenari - Ronciglione (VT)

Ritrovo ore 7:30 - partenza gara ore 09:30 Mezza Maratona e 09:40 Nordic e Fit Walking.

## INFORMAZIONI TECNICHE

L'ASD FORHANS TEAM, sotto l'egida del CSI e della Fidal Lazio, organizza il 25 OTTOBRE 2015 una manifestazione podistica denominata " MEZZA MARATONA DEL LAGO DI VICO" di Km 21,097.

NOVITA' : Farà da corollario una camminata di Nordic Walking a cura degli istruttori della Scuola Nazionale Nordic Waling.

La manifestazione si compone delle seguenti prove:

**Mezza Maratona:**

Ristori: 5 - 11 - 17 e all'arrivo

Percorso: giro del Lago in senso anti-orario

**Nordic Walking:**

Ristori: 5 Km e all'arrivo

Percorso: 10 Km in andata e ritorno

## REQUISITI DI PARTECIPAZIONE

L'iscrizione alla manifestazione è aperta:

- Mezza maratona:**
  - a tutti gli atleti/e italiani regolarmente iscritti alla FIDAL per l'anno 2015, che abbiano compiuto il 18° anno di età, presentando o la dichiarazione firmata del presidente della propria associazione sportiva **oppure** ricevuta della FIDAL dell'avvenuto tesseramento per l'anno in corso.
  - ai tesserati agli Enti di Promozione Sportiva riconosciuti dal Coni, purché tale tessera sia stata rilasciata in base alle norme della legge sulla tutela sanitaria dell'attività sportiva agonistica e nel rispetto delle convenzioni stipulate con la FIDAL
  - a tutti gli atleti non tesserati possessori della RunCard che abbiano regolare certificato medico agonistico valido per l'atletica leggera
- Fit e Nordic Walking:**
  - La partecipazione alla manifestazione Nordic Walking è promozionale e quindi aperta a tutti previa iscrizione e pagamento della quota.



## MODALITA' DI ISCRIZIONE

E' possibile iscriversi:

- ESCLUSIVAMENTE mediante la procedura online sul sito [www.forhansteam.com](http://www.forhansteam.com)
- Inviando il modulo iscrizione per società scaricabile dal sito, all'indirizzo mail [iscrizioni@forhansteam.it](mailto:iscrizioni@forhansteam.it)

Le iscrizioni dovranno essere complete di:

- Copia del cedolino Fidal o della tessera EPS in corso di validità o della Runcard Fidal + certificato medico per i non tesserati. In alternativa la dichiarazione del presidente della società di appartenenza che attesti il regolare tesseramento dell'atleta per l'anno in corso.
- Attestazione del pagamento della quota (da allegare sul modulo online o via inviare via mail)

Le iscrizioni alla manifestazione si chiuderanno tassativamente alle ore 20.00 di Mercoledì 21 Ottobre 2015.

Le iscrizioni pervenute senza l'attestazione di pagamento alle ore 20.00 di Giovedì 22 Ottobre SARANNO CONSIDERATE **NON VALIDE**.

**Non saranno accettate iscrizioni il giorno della gara.**

## QUOTE DI PARTECIPAZIONE

**Mezza Maratona:** 16€

**Fit e Nordic Walking:** 10 €

Pagamento con Bonifico Bancario su C/C n° 80012 A.S.D. FORHANS TEAM presso B.C.C. IBAN IT 33 H 08812 03200 000000080012.

**INFO ISCRIZIONI:** Ramona 340.8118910

**INFO TECNICHE:** Paolo 340.1516784

## PETTORALI E PACCO GARA

Ritiro del pettorale: Sabato 24 ottobre dalle 11:00 alle 18:00 presso il negozio LBM in Via Tuscolana 151 - Roma  
Domenica 25 ottobre dalle 07:30 alle 08:45 sul campo gara

**N.B.** all'atto del ritiro del pettorale :

- per tutti gli atleti tesserati Fidal, sarà necessaria la dichiarazione di tesseramento valido per l' anno in corso del Presidente della società, redatta su carta intestata della società e firmata dal Presidente.
- per gli atleti tesserati con gli Enti di Promozione Sportiva farà fede la data di validità del tesserino.

**Il Chip TDS sarà posizionato sul retro del pettorale. Al termine della prova, alla riconsegna del chip, verrà consegnato contestualmente il PACCO GARA;**

**per ogni Chip mancante saranno addebitate alla società o al singolo atleta € 18,00.**

Il PACCO GARA e la MEDAGLIA sono garantiti ai primi 1.300 atleti che porteranno a termine la mezza maratona e ai primi 200 atleti della Nordic Walking.



## PREMIAZIONI

Le premiazioni si svolgeranno al termine della manifestazione. Gli atleti premiati dovranno ritirare personalmente il premio o delegare altri in forma scritta.

### Premiazioni INDIVIDUALI:

#### Mezza Maratona:

- I primi 3 atleti assoluti M/F con prodotti tecnici o alimentari
- I primi 5 atleti di ogni categoria M/F (i premi non sono cumulabili con quelli assoluti)

**N.B.** la partecipazione alla mezza darà diritto ai punti bonus validi per la Forhans Cup di triathlon.

**Nordic Walking:** I partecipanti al percorso Nordic Walking verranno accreditati di un punteggio che varrà ai fini della premiazione finale del Circuito NW Forhans. Consultare il [regolamento](#) completo.

### CATEGORIE DI RIFERIMENTO:

#### Maschili

SM1 (1997-1986)  
SM 30 (1985-1981)  
SM 35 (1980-1976)  
SM 40 (1975-1971)  
SM 45 (1970-1966)

SM 50 (1965-1961)  
SM 55 (1960-1956)  
SM 60 (1955-1951)  
SM 65 (1950-1946)  
SM 70 e oltre (1945 e prec.)

#### Femminili

SF1 (1997-1986)  
SF 30 (1985-1981)  
SF 35 (1980-1976)  
SF 40 (1975-1971)  
SF 45 (1970-1966)

SF 50 (1965-1961)  
SF 55 (1960-1956)  
SF 60 (1955-1951)  
SF 65 (1950-1946)  
SF 70 e oltre (1945 e prec.)

### Premiazioni di SOCIETA'

Verranno premiate le prime 15 Società con il maggior numero di punti ottenuti (minimo 20) con rimborso spesa. Saranno assegnati 1 punto ad arrivato per la mezza maratona e 0,5 per la Nordic Walking.

1a Società € 600	5a Società € 100
2a Società € 400	6a ,7a ,8a Società € 80
3a Società € 200	9a ,10a Società € 70
4a Società € 150	11a -15a Società € 50

### INFORMAZIONI

- Info iscrizioni: Ramona 340.8118910
- Nordic Walking: Alessandra Cazzola 338.3664726
- Sito: [www.forhansteam.it](http://www.forhansteam.it)

### Note aggiuntive:

- L'organizzatore declina ogni responsabilità per eventuali incidenti che dovessero verificarsi prima, durante e dopo la manifestazione fatto salvo quanto previsto dalla copertura assicurativa.
- Diritto di immagine: con l'iscrizione alla "Mezza Maratona del Lago di Vico e Nordic walking " l'atleta autorizza espressamente l'organizzazione all'acquisizione del diritto, unitamente ai media loro partner, di utilizzare le immagini fisse o in movimento sulle quali potrà apparire, prese in occasione della sua partecipazione alla gara, su tutti i supporti, compresi i materiali promozionali e/o pubblicitari, in tutto il mondo e per tutto il tempo massimo previsto dalle leggi, dai regolamenti, dai trattati in vigore.