

23^a CORSA di S.MARTINO



DOMENICA
10 NOVEMBRE 2019
CONTROGUERRA (TE)

GARA PODISTICA NAZIONALE UISP 15Km

Gara Regionale Fidal

Gara valida 41° CRM Marche

Circuito "Piceni e Pretuzi"

Circuito Corrimaster

11° Trofeo Iper Conad



Partenza gara 15 Km ore 9.30 in Piazza del Commercio
CONTROGUERRA (TE) - ritrovo ore 8.00

9^a MANGIALONGA RUN



GARA NON COMPETITIVA di 5/8 Km + 5 ristori

ISCRIZIONI, PROGRAMMA e REGOLAMENTO:

www.corsadisanmartino.it

info@corsadisanmartino.it

info: 347.5802480

iscrizioni:

Fax 0861.1723013

corsadisanmartino@endu.net



SPONSOR TECNICO





23° CORSA di SAN MARTINO 2019

PROGRAMMA E REGOLAMENTO

ORGANIZZAZIONE

Gruppo Podistico AVIS Val Vibrata in collaborazione con la Pro Loco Controguerra, il Circolo Anziani Controguerra, l' Associazione MTB Controguerra", la Polisportiva Controguerra, i volontari tutti e con il patrocinio del Comune di Controguerra, di Torano Nuovo, della Provincia di Teramo e della Regione Abruzzo.

RITROVO

Ore 8,00 presso la Piazza del Commercio a Controguerra (Te)

PARTENZE GARE

Domenica 10 Novembre partenza delle gare ore 9,30 Km 15 competitiva e Mangialonga Run non competitiva di Km 5 e di km8

ISCRIZIONI e PAGAMENTI

La quota d'iscrizione è fissata in € 10,00 per la Corsa di San Martino di km 15 (pettorale con microchip) e di € 7,00 per la camminata "9° Mangialonga Run" di Km 5 / km 8 non competitiva .

Il costo della Mangialonga si riduce ad € 5,00 per i soli atleti delle società aderenti al CRM Marche.

Per la sola gara di 15 km le iscrizioni dei Gruppi e dei singoli si ricevono entro e non oltre le ore 20,00 di Giovedì 07/11/2019.

Le iscrizioni dei Gruppi si ricevono tramite e-mail all'indirizzo iscrizioni@corsadisanmartino.it oppure corsadisanmartino@endu.net oppure tramite Fax al n° 0861/1723013.

Per i soli singoli, tramite la sezione "Iscrizioni- on line" del sito www.corsadisanmartino.it che vi porterà alla sezione www.endu.net .

Per le società aderenti al Circuito Piceni & Pretuzi iscrizioni società sul sito www.piceniepretuzirunning.it.

Per le Società aderenti al Circuito Corrimaster iscrizioni società sul sito www.corrimaster.it.

Per gli atleti della camminata di km 5/km 8 le iscrizioni possono essere fatte anche fino a 15 min. prima della gara;

I pettorali di tutte le gare in corso potranno essere ritirati e pagati già da sabato pomeriggio al centro storico di Controguerra (ufficio riservato) oppure sul posto la mattina della gara dalle ore 7,30 alle ore 9,15.

Per la prenotazione e il pagamento del **pacchetto turistico** vedi apposita sezione sul volantino o sul sito www.corsadisanmartino.it .

Per info chiamare il sig. Raffaele Traini al 347 5802480 oppure Alberto Pompili al 338 9500265.

REGOLAMENTO e RESPONSABILITÀ

Possono partecipare alla gara competitiva tutti i tesserati FIDAL e UISP e altri enti di promozione sportiva in regola con il tesseramento 2019;

I singoli non appartenenti ad alcuna società sportiva dovranno presentare copia del certificato di idoneità fisica all'attività sportiva ai sensi del D.M. 18/02/1982 e del 28/02/1983. Possono partecipare anche tesserati di Enti di promozione sportiva riconosciuti dal CONI.

I presidenti di ciascuna società dovranno sottoscrivere, nel Fax o mail dell'iscrizione, la regolarità dei tesseramenti 2019 dei propri atleti e dell'adempimento degli stessi alle visite mediche per l'idoneità fisica all'attività sportiva. La gara si svolgerà con qualsiasi condizione atmosferica. L'organizzazione declina ogni responsabilità civile e penale per incidenti accaduti prima, durante e dopo la manifestazione.

CHIP

A ogni partecipante alla km 15 della Corsa di San Martino insieme al pettorale sarà consegnato un microchip per la rilevazione elettronica del tempo.

Il Chip, che andrà applicato alla scarpa, dovrà essere **obbligatoriamente riconsegnato** subito dopo l'arrivo con contestuale consegna all'atleta del pacco gara. Gli atleti che si ritirano o che non prenderanno parte alla gara dovranno comunque restituire il Chip presso i camion destinati alla consegna pacco gara che sarà posta nei pressi dell'Arrivo. Per i Chip non restituiti sarà applicata una penale di € 15,00 che verrà richiesta alla società di appartenenza del singolo atleta o al singolo atleta stesso.

GIUDICI E RECLAMI

La regolarità della gara competitiva sarà garantita dai giudici arbitri FIDAL e UISP coadiuvata dai tecnici cronometristi della SDAM.

L'assistenza sanitaria sarà garantita dalla Croce Rossa (due ambulanze) ed un medico per tutto il percorso di gara. Eventuali reclami potranno essere presentati entro 20'min. dal termine della gara al Giudice Arbitro secondo le normative Fidal.

PARCHEGGI, BAGNI E DOCCE

Ampi parcheggi segnalati nelle vicinanze della partenza. È previsto un servizio docce e spogliatoio e servizi igienici nella palestra comunale adiacente all'arrivo della gara. La palestra e gli spogliatoi saranno presidiati da un custode per tutta la mattinata.

SERVIZIO MASSAGGI

È previsto un servizio massaggi pre e post gara nelle vicinanze della partenza offerto dallo Studio Stefano Casalena (info 3476464389)

SERVIZIO DEPOSITO CHIAVI

Viene garantito, per tutta la giornata sportiva (max ore 12,30) , un servizio **gratuito personalizzato di deposito chiavi**, localizzato in prossimità dell'arrivo della gara (sotto l'arco del centro storico) che vi permetterà di lasciare custodite le vostre chiavi dell'auto e/o altri oggetti di carattere personale (cellulari, orologi, borse, marsupi ecc.)

PACCO GARA

A tutti i partecipanti alla km 15 una confezione di 500 gr di pasta, una bottiglia di vino locale, un succo di frutta, uno snack dolce + un Gatorade.

Ai partecipanti alla km 5/ km 8 una confezione di 500 gr di pasta, un succo di frutta, uno snack dolce. Grande ristoro finale con Pennetta Party ai frutti di mare, castagne, vino novello e degustazione di prodotti locali offerti dall'organizzazione.

PREMI GARE COMPETITIVE

All'atto della premiazione è obbligatorio esibire un documento d'identità. I premi in denaro verranno corrisposti al lordo di eventuali ritenute fiscali (legge 342/2000) e previa presentazione del codice fiscale e dell'autocertificazione di cui all'art. 25 comma 4° L. 133/99

NON SONO PREVISTI INGAGGI IN DENARO AD ATLETI TOP RUNNER, NE' RIMBORSI SPESA DI ALCUN GENERE.

PRIMI 8 Uomini ASSOLUTI della Km 15

- | | |
|-----------------------------|---|
| 1° Buono spesa valore € 300 | + 11° Trofeo IperConad + Conf. Vini + Omaggio New Balance |
| 2° Buono spesa valore € 200 | + Medaglia + Conf. Vini + Omaggio New Balance |
| 3° Buono spesa valore € 150 | + Medaglia + Conf. Vini + Omaggio New Balance |
| 4° Buono spesa valore € 120 | + Medaglia + Omaggio New Balance |
| 5° Buono spesa valore € 100 | + Medaglia + Omaggio New Balance |
| 6° Buono spesa valore € 90 | + Medaglia + Omaggio New Balance |
| 7° Buono spesa valore € 80 | + Medaglia + Omaggio New Balance |
| 8° Buono spesa valore € 70 | + Medaglia + Omaggio New Balance |

PRIME 5 Donne Assolute della km 15

- | | |
|-----------------------------|---|
| 1° Buono spesa valore € 200 | + 11° Trofeo IperConad + Conf. Vini + Omaggio New Balance |
| 2° Buono spesa valore € 150 | + Medaglia + Conf. Vini + Omaggio New Balance |
| 3° Buono spesa valore € 120 | + Medaglia + Conf. Vini + Omaggio New Balance |
| 4° Buono spesa valore € 100 | + Medaglia + Omaggio New Balance |
| 5° Buono spesa valore € 80 | + Medaglia + Omaggio New Balance |

PREMI SOCIETA'

Verranno premiate le prime 15 società con più iscritti alle gare in corso.

Alla 1° Società un Trofeo, un prosciutto e un pacco di pasta da 12 kg.

Dalla 2° alla 5° Società un prosciutto e pacchi di pasta.

Dalla 6° alla 10 con lonze e pacchi di pasta.

Dalla 11° alla 15° società con pacchi di pasta

Premi alle prime 3 società fuori regione Abruzzo e Marche (i premi non sono cumulativi)

Premiazioni a parte saranno riservate alle società aderenti al CRM Marche 2019
con almeno 5 iscritti. (i premi non sono cumulativi)

Le classifiche delle società comprendono gli iscritti a tutte le gare in corso (competitive e non) pervenute entro i termini d'iscrizione.

Non verranno inclusi nelle classifiche delle società coloro che si iscriveranno il giorno stesso della gara.

PREMI AGGIUNTIVO: A tutte le società sportive che raggiungeranno Controguerra con arrivi in pullman organizzati di almeno 45 persone (da indicare nel fax o email all'atto dell'iscrizione) verrà riservato loro un prosciutto, in aggiunta agli eventuali premi già spettanti.

PREMI PER CATEGORIE 15 KM

MASCHILE

- I primi 10 delle categorie SM30 - SM35 - SM40 - SM45
I primi 7 delle categorie SM (23-29) - SM50 - SM55 - SM60
I primi 5 delle categorie A (18-22) - SM65 - SM70 - SM75 - SM80 e oltre

FEMMINILE

- Le prime 5 delle categorie SF (18-29) - SF30 - SF35 - SF40 - SF45 - SF50 - SF55 - SF60
Le prime 3 delle categorie SF65 - SF70 - SF75 e oltre

Tutte le categorie maschili e femminili verranno premiate con premi in natura e materiale tecnico New Balance a scalare.

PREMIO EXTRA

Qualora verrà battuto il *record del percorso della km 15* maschile e/o femminile al vincitore verrà aggiunto un premio supplementare in denaro di € 150,00.



IPER CONAD
A COLONNELLA

GATORADE

COMA IT
idro • termo • sanitari
Via Adriatica km 401
ALBA ADRIATICA -TE

COSEV
S.p.a.
...per una sicurezza totale
degli impianti e delle reti ...
Via Petrarca, 6 - Nereto (TE)
Tel. 0861 855177

ASPIRAPIA
Emmegrafiche
by MARCON S.r.l.

ESCA
Condipresto

Eurofrigor
C.da Valle Cupa, 11 / Controguerra (TE)
Tel. 0861 809922 info@eurofrigor.it

POLISERVICE
Società dei Comuni della Val Vibrata

PORTA ROMANA
FORNITURE EDILI DAL 1982
VIA SALARIA SUPERIORE - ASCOLI PICENO 053-25429

GARDEN FRUIT

JUMBO
NERETO - S.OMERO

GÖBA
MONTECASSIANO
Via G. Matteotti,15
Tel. e Fax 0733.598000 - info@goba.it
WWW.GOBA.IT

AVIS
ASSOCIAZIONI VOLONTARI ITALIANI SANGUE
IO DONO E TU?
Via Iachini NERETO TE
tel. 0861 856612

Action
INTEGRATORI PER LO SPORT

CANTINA
COLONNELLA

new balance

InfoService
soluzioni software

AV ALLUMINIO
VAL VIBRATA
Tessili - lavorazioni in ferro battuto

BCC PICENA
Credito Cooperativo
Sede Centrale e Direzione Generale, Castiglione (AP)

STUDIO STEFANO CASALENA
Dott. Stefano Casalena
Prestigiosi Consulenti Professionisti
stefano-casalena@gmail.com tel 3476464389

ITALGO Srl
TRASPORTI e LOGISTICA
Contrada Tronto snc - NERETO (TE)
tel.086182936 fax.0861 807091

pepsi

Panificio
Di Brandimarte
Corso Umberto I, n°5 - TORANO NUOVO (TE)
Tel. 051-856800 - Tel. ab. 0861-856811

SALPI
i Classici del Sapore
SALPI UNO S.r.l.
Industria Alimentare
Ditta Comunale Massena - 64070 ANCARANO (TE)
tel. 0661-370973 e-mail - fax 0661-370978
www.salpi.it - E-mail: salpi@salpi.it

RUN YOU

FRESH

PACCHETTO TURISTICO "Weekendsport 2019"

ACCOGLIENZA ATLETI ED ACCOMPAGNATORI:

Per gli atleti e accompagnatori che vorranno pernottare il fine settimana offriamo un pacchetto turistico con due diverse opzioni:

PACCHETTO COMPLETO al prezzo complessivo di **€ 55,00** per persona comprensivo di: pernottamento il sabato sera, due pasti completi (cena sabato e pranzo domenica), prima colazione, gita con pullman o automuniti al Santuario di S.Gabriele ad Isola del Gran Sasso con successiva visita alla capitale della ceramica teramana di Castelli (prenotazione posti pullman con aggiunta di € 5,00), visita enoteca comunale, castagnata con vino novello e ballo in piazza il sabato sera..

PACCHETTO RIDOTTO al prezzo scontato di **€ 40,00** a persona qualora vogliate usufruire solo di un pranzo o di una cena previsti presso i ristoranti convenzionati.

Gli alloggi sono localizzati presso gli agriturismi e/o gli alberghi convenzionati della zona e saranno assegnati e comunicati con largo anticipo dall'organizzazione via email o via telefono. La richiesta di camere singole saranno soggette ad un supplemento di euro 10,00.

PRENOTAZIONI E PAGAMENTO:

Attenzione: i posti sono limitati. Sono necessarie prenotazioni esclusivamente on line sul sito www.corsadisanmartino.it. Per info telefonare al 347/5802480 (sig. Raffaele Traini) o 320/2895494 (sig. Mauro Scarpantonio) entro e non oltre Domenica 3 Novembre 2019. I pagamenti degli alberghi/B&B e dei ristoranti andranno pagati sul posto direttamente ai titolari delle strutture ricettive. Le quote sono suddivise in € 25,00 per il pernottamento e prima colazione e in € 15,00 per ciascun pasto (cena o pranzo). I pettorali di gara invece saranno pagati direttamente sul posto al loro ritiro che sarà disponibile già dal sabato pomeriggio (ore 15,00) al centro storico di Controguerra presso l'apposito gazebo. I posti pullman eventualmente prenotati per la gita di sabato pomeriggio saranno pagati sul posto prima di salire sul bus (€ 5,00 a persona).

Il programma completo e tutte le info su www.corsadisanmartino.it

CAMPER IN CORSA - 12° Raduno Podistico Nazionale di Camperisti Runners

L'iniziativa può prevedere l'adesione piena al programma del Pacchetto Turistico Weekend Sport 2019 (ad esclusione della sistemazione alberghiera). Possono partecipare tutti i camperisti d'Italia che alloggeranno con il loro camper/roulotte nell'area parcheggio attrezzata presso la piazzetta collocata dietro l'arrivo della gara. I posti parcheggio sono limitati.

Potete aderire al

PACCHETTO UNICO è di € 15,00 per persona (cena del sabato) + € 5,00 per l'equipaggio comprensiva di posteggio camper, + € 5,00 posto pullman per visita al Santuario di S.Gabriele a Isola del Gran Sasso e visita alla capitale della ceramica Castelli (posto pullman da prenotare).

L'iscrizione alle gare in corso dovrà essere fatta invece secondo regolamento e prezzi previsti (vedi "Iscrizioni gare on line" del sito www.corsadisanmartino.it).

Le prenotazioni per l'adesione al 12° Raduno Podistico "Camper in Corsa" vanno fatte entro e non oltre il 3 NOVEMBRE 2019 sul sito www.corsadisanmartino.it nell'apposita sezione "Camper in corsa" oppure tramite email a: rivieracamper@libero.it.

Riferimenti telefonici Lidio tel. 348-6059221

8° MANGIALONGA RUN camminata non competitiva di 5 km (forse!) e... 5 ristori !

E' forse la gara più amata dai meno avvezzi alla competizione sportiva. Qui non c'è sfida, non c'è classifica, non c'è competizione ma solo tanta voglia di stare insieme in un percorso suggestivo, immerso tra i vigneti e gli uliveti della vallata.

Quest'anno la gara si arricchisce di ben due percorsi alternativi:

PERCORSO NATURA di 8 km circa, nuovo percorso panoramico dentro i vigneti e i laghi della vallata;



PERCORSO RELAX di 5 km che ripercorre il classico giro adatto a tutte le famiglie con bambini.

Le passeggiate prevedono entrambe ben 5 ricchi e succulenti ristori previsti lungo il breve percorso di gara caratterizzati ognuno da diverse specialità gastronomiche locali:

1° ristoro (km 2): Assaggio di Pecora alla Controguerrese c/o Azienda Agricola Maurizi (km 5) e c/o ex lago di Crescenzi (km 8);

2° ristoro (km 3): Assaggio di Polenta casareccia c/o Azienda Agricola Lidia & Amato + vino novello

3° ristoro (km 4): Assaggio di Fagioli con le cotiche c/o tenuta Montori

4° ristoro (km 4,5): Assaggio di Trippa alla contadina (c/o scuola materna Via Fermi);

5° ristoro (km 5): Pasta party ai frutti di mare... chi più ne ha più ne metta!! (all'arrivo)



Si raccomanda a tutti i partecipanti di:

- indossare abbigliamenti rigorosamente sportivo (tute, divise sportive ecc.);
- di partire non prima delle 9,30 e di collocarsi alla partenza dietro al corteo degli atleti competitivi della 15 km;
- di rispettare rigorosamente le fermate ai ristori in ordine cronologico, come indicato dai cartelli freccia verdi per la km 8, blu per la km 5 verticali disposti lungo il percorso e di usufruire di un solo assaggio per ogni punto di ristoro.





ALBO D'ORO DELLA CORSA DI SAN MARTINO

Uomini

Angelucci Marino (Ita)
Ciafrè Rino (Ita)
Lattanzi Giovanni (Ita)
Caprari Mirco (Ita)
D'Alimonte Luigi
Grande Daniele (Ita)
Barbi Roberto (Ita)
Annini Adil (Mar)
Ahmam Larby (Mar)
Isaac Tanui (Ken)
Kiptum Tabut (Ken)
Kelifi Mehidi (Alg)
Meli Ezekiel (Ken)
Zaid Issam (Mar)
Kisorio Kimeli (Ken)
Rono Julius (Ken)
Rono Julius (Ken)
xHicham Boufars (Mar)
Zaid Jaouad (Mar)
Dourmi Said (Mar)
J. Kipruto Koech (Ken)
Mang'agta Andrew (Ken)

Anno

1997
1998
1999
2000
2001
2002
2003
2004
2005
2006
2007
2008
2009
2010
2011
2012
2013
2014
2015
2016
2017
2018

Donne

Guzzi Barbara (Ita)
Gorra Orietta (Ita)
Gorra Orietta (Ita)
Gorra Orietta (Ita)
Mancini Marcella (Ita)
Morlacchi Silvana (Ita)
Mancini Marcella (Ita)
Narcisi Ilenia (Ita)
Mancini Marcella (Ita)
Giacomozzzi Paola (Ita)
Mancini Marcella (Ita)
Mancini Marcella (Ita)
Jebet Salina (Ken)
Lamachi Meryem (Mar)
Janat Hanae (Mar)
Soumia Labani (Mar)
Chebet Eunice (Ken)
Laura Giordano (Ita)
Laura Giordano (Ita)
Lamachi Meryem (Mar)
Marcella Mancini (Ita)
Kemboi Vivian Jerop (Ken)

Record personale maschile tempo 44;34" Rono Julius (2012)

Record personale femminile tempo 52;14" Meryem Lamachi (2010)

STAMPA, FOTO E TV



La corsa sarà teletrasmessa in differita da TVRS sul canale 11 del digitale terrestre il giovedì successivo alla gara alle ore 21,40.

I servizi stampa saranno a cura del nostro addetto stampa dr. Paolo Sinibaldi. Le Gare saranno commentate sul posto in amplificazione dai cronisti Paolo Sinibaldi e Roberto Paoletti. Le Classifiche delle Gare potranno essere consultate a partire dalla sera stessa della gara sul sito internet www.corsadisanmartino.it e sul sito tecnico www.sdam.it.

Le foto della gara potranno essere scaricate gratuitamente sul sito www.corsadisanmartino.it una settimana dopo la gara.

GEMELLAGGI



19 Aprile 2020 a San Benedetto del Tronto con la sua riviera delle palme nella 21 km più partecipata delle Marche, la più veloce mezza maratona del centro italia (www.avisatleticasbt.it).



9 Febbraio 2020 a Barletta, nella città della Disfida e la città del campione Pietro Paolo Mennea, la Mezza Maratona pugliese con oltre 3000 atleti partecipanti.

23^a CORSA di S.MARTINO
DOMENICA 10 Novembre 2019