



FEDERAZIONE ITALIANA
DI ATLETICA LEGGERA

Comitato Regionale LIGURIA



Comune di Sarzana



Comune di Fosdinovo

2^ prova CDS Regionale Cross Assoluto

2^ prova CDS Giovanili di Cross

19 FEBBRAIO 2017 - Caniparola di Fosdinovo (MS)

ORGANIZZAZIONE

La ASD Atletica Sarzana con l'approvazione del Comitato Regionale FIDAL Liguria organizza la manifestazione in programma Domenica 19 Febbrario 2017 a Caniparola di Fosdinovo.

NORME DI PARTECIPAZIONE

Possono partecipare gli atleti regolarmente tesserati per l'anno 2017 per Società Fidal appartenenti alle seguenti categorie:

SENIORES M/F
PROMESSE M/F
JUNIORES M/F
ALLIEVI M/F
CADETTI M/F
RAGAZZI M/F
ESORDIENTI A M/F

ISCRIZIONI

Le iscrizioni dovranno essere effettuate tramite la procedura on-line entro le ore 24 di giovedì 16 febbraio.

Il giorno della gara, presso la segreteria tecnica a partire dall'orario di ritrovo, le società potranno ritirare la busta contenente l'elenco iscritti e i pettorali di gara.

CONFERMA ISCRIZIONI

La conferma delle iscrizioni alle gare in programma deve essere effettuata obbligatoriamente utilizzando l'apposito modulo, opportunamente predisposto per ogni società partecipante dalla segreteria tecnica e può essere ritirato presso la segreteria di campo a partire dalle ore 08,30.

PROGRAMMA ORARIO

10.00	Ritrovo Giurie e concorrenti categorie assolute e giovanili	
10.30	Chiusura conferma iscrizioni categorie assolute e giovanili	
10.45	Esordienti - Maschili km. 1 (1 giro "C")	
10.55	Esordienti - Femminili km. 1 (1 giro "C")	
11.05	Cadette - km. 2 (2 giri "C")	
11.15	Cadetti - km. 2,5 (1 giro "C" + 1 giro "B")	
11.35	Ragazzi - km. 1,5 (1 giro "B")	
11.50	Ragazze - km. 1,5 (1 giro "B")	
12.05	Allievi - Allieve - Juniores F km 4 (2 giri "A")	

**Federazione Italiana di Atletica Leggera
Comitato Regionale Liguria <http://liguria.fidal.it>**

www.fidal.it



Viale Padre Santo, 1 • 16122 Genova • tel. 010 511974 • fax 010 3513993



FEDERAZIONE ITALIANA
DI ATLETICA LEGGERA

Comitato Regionale LIGURIA

12.30	Senior F - Promesse F - Juniores M km 6 (3 giri "A")	
13.00	Seniores M - Promesse M km 10 (5 giri "A")	

Il Delegato Tecnico, in base ad esigenze tecnico-organizzative, può variare il programma orario.

SEGRETERIA DI CAMPO

La segreteria di campo, situata nella zona partenza/arrivo, costituisce il collegamento tra società, organizzazione e GGG, quale unico riferimento tecnico.

ZONA DI RISCALDAMENTO

Per il riscaldamento sarà disponibile il campo di calcio adiacente agli spogliatoi e al percorso di gara.

ACCESSO AL PERCORSO

Gli atleti avranno accesso al percorso esclusivamente attraverso la postazione della camera d'appello.

DOCCE

E' previsto, per i concorrenti , il servizio docce del campo di calcio

RISULTATI

I risultati saranno affissi su un apposito tabellone situato nei pressi della segreteria di campo.

RECLAMI

I reclami relativi allo svolgimento di una gara devono essere presentati verbalmente all'Arbitro entro 30' dalla ufficializzazione dei risultati dall'atleta o da un dirigente della società di appartenenza. In seconda istanza vanno inoltrati per iscritto, tramite la segreteria di campo, alla Giuria d'Appello, previa esibizione della tessera federale, accompagnati dalla tassa di €. 50,00 (restituibili in caso di accoglimento), entro 30' dalla comunicazione dell'Arbitro/delegato tecnico circa la decisione verso la quale si intende ricorrere.

PREMIAZIONI

Per quanto riguarda la Classifica di Società si rimanda a quanto previsto dai Regolamenti Liguri Invernali 2017.

Per quanto riguarda la Classifica Individuale verranno premiati i primi 3 atleti di ogni categoria.

INFORMAZIONI

A.S.D. ATLETICA SARZANA atleticasarzana@katamail.com - www.atleticasarzana.it

RESPONSABILE ORGANIZZATIVO: Pier Luigi Pugnana tel. 347 4489472 – Roberto Galli tel. 348 7756641

RESPONSABILE SEGRETERIA: Paolo Bongiovanni – Donato Limongi

DELEGATO TECNICO: Bruno Della Godenza

NOTIZIE LOGISTICHE

Come raggiungere Caniparola:

AUTO: Autostrada A12 - Uscita casello di Sarzana e seguire le indicazioni per Fosdinovo /Castelnuovo M. alla 4° rotonda prendere la seconda uscita per Fosdinovo/Castelnuovo M.

Dopo due km. circa svolta a sinistra per Fosdinovo (seguire le indicazioni).

PARCHEGGIO: Ampio parcheggio nei pressi del campo sportivo

RISTORO: Bevanda calda a fine gara (gratuita). Funzionerà nel corso della manifestazione un punto di ristoro a cura della P.A.

PRANZO: Chi desiderasse pranzare in loco può prenotare al numero : 349-5048085. (prenotazioni almeno 2 giorni prima della gara). Menù: - (Pasta al pomodoro, arrosto con patate, acqua, caffè - €. 10,00)

N.B. Gli atleti e le società devono fornirsi di spilli e restituire il numero di gara alla fine della stessa presso la segreteria.

E' possibile prenotare a prezzi agevolati presso le seguenti strutture:

Il giardino delle Esperidi, Via Caniparola 32 Cell 338 9137765 - Cà Virgilio Via Boccognano Tel. 0187 68927



FEDERAZIONE ITALIANA
DI ATLETICA LEGGERA

Comitato Regionale LIGURIA

Ristoranti e pizzerie: Il Selvatico" – Tel. 0187 673178 - Le scuderie di Cocò" - Caniparola Tel. 0187 693248

C.D.S. Regionale di Cross ASSOLUTO

PROGRAMMA TECNICO

CATEGORIA	DISTANZA
Seniores / Promesse Maschili	10,000 m
Juniores Maschili	Da 6,000 m a 8,000 m
Allievi	Da 4,000 m a 5,000 m
Seniores / Promesse Femminili	Da 6,000 m a 8,000 m
Juniores Femminili	Da 4,000 m a 6,000 m
Allieve	4,000 m

Il campionato si articola in due prove

NORME DI PARTECIPAZIONE ASSOLUTO

Ciascuna Società può partecipare con un numero illimitato di atleti italiani e stranieri.

Gli atleti stranieri in "quota italiani" concorrono alla formazione della classifica di società per il numero massimo di punteggi previsto.

Gli atleti stranieri extracomunitari che si trovano nelle condizioni di cui al p. 3.2 delle Disposizioni Generali gareggiano in "quota italiani" e possono concorrere alla formazione della classifica di Società.

Gli atleti in "quota stranieri" (extracomunitari che non rientrano nei parametri del p. 3.2 delle Disposizioni Generali) possono concorrere alla formazione della classifica di Società per un massimo di un punteggio.

Per ogni gara del programma tecnico verrà stilata una classifica di Società dove saranno inserite solo le Società che nel complesso delle due prove hanno classificato un minimo di tre atleti.

Per ogni singola prova e per ogni categoria, verrà assegnato 1 punto al primo classificato, 2 al secondo e così via.

Per ciascuna gara del programma tecnico la società che consegna il minor punteggio è proclamata "campione regionale di categoria di corsa campestre". In caso di parità di punteggio si tiene conto del miglior piazzamento individuale.

Ai fini del titolo di Campione regionale di società di corsa campestre vengono assegnati 20 punti alla 1° Società classificata di ciascuna gara del programma tecnico, 19 alla seconda società e così via scalando. La società che ottiene il maggior punteggio sommando tre punteggi conseguiti in tre diverse gare è proclamata vincitrice del titolo di "Campione regionale di società di corsa campestre". Le società che ottengono meno di tre punteggi non si classificano ai fini del conseguimento di tale titolo.

NORME DI PARTECIPAZIONE GIOVANILE

Per essere classificata una Società deve avere almeno 3 atleti classificati in entrambe le prove. Possono partecipare anche le società con uno o due atleti iscritti, ma non verranno classificate al C.d.S.

Il primo classificato dell'ordine di arrivo riceverà 1 punto, il secondo 2 e così via. La somma dei punti ottenuti nelle due prove dai tre migliori atleti di una stessa società determinerà la classifica finale. Sarà proclamata vincitrice la squadra che avrà totalizzato il punteggio più basso.

Le classifiche saranno stilate per categoria.

In caso di parità si aggiudicherà il titolo la Società che ha classificato il numero maggiore di atleti nell'arco delle due prove.

Per quanto non contemplato dal presente dispositivo, si rimanda al R.T.I.. al Regolamento specifico della manifestazione ed alle norme Generali pubblicate su "Vademecum attività 2017".



FEDERAZIONE ITALIANA
DI ATLETICA LEGGERA

Comitato Regionale LIGURIA

LO SPORT E' CULTURA E TURISMO.

Per questo motivo l'Atletica Sarzana vuole proporre quest'anno un modo innovativo di fare sport. In collaborazione con gli Assessorati ed Enti ad essi collegati si è pensato di regalare ai partecipanti, atleti, accompagnatori e cittadini, competizioni (cross, strada, pista) correlate di iniziative specifiche finalizzate a far conoscere ai "foresti" la storia, le tradizioni e il cibo tipico della vallata del Magra e di tutta la Lunigiana. Ogni manifestazione sportiva sarà una storia a parte, un evento diverso nei suoi risvolti sportivo logistici.

VIENI A CORRERE TRA LE VIGNE E GLI ULIVI DI LUNIGIANA

Alla presentazione uscirà allo scoperto questa innovativa edizione del "lunae cross country", manifestazione di corsa campestre in programma il 19. febbraio 2017 tra i filari delle vigne di Caniparola, con l'organizzazione di Atletica Sarzana, PA. La Concordia di Fosdinovo e con il patrocinio dei Comuni di Fosdinovo e di Sarzana. Il tracciato si snoderà all'interno delle vigne e dei terrazzamenti, tra piante di ulivi giovani e secolari. Il percorso partirà dal campo sportivo di Caniparola, attraverserà i vastissimi prati verdi che costeggiano il Viale Malaspina, salirà sulla dolce collina tra i filari dei vigneti di vermentino e albarola, per scendere nei prati contigui al torrente Isolone tra le piante di ulivo fino a tornare al campo sportivo.

DOVE SI CORRE

Fosdinovo si trova nella Bassa Val di Magra, a nord della piana di Luni e di Bocca di Magra. Fu oggetto di scontri tra i Malaspina e i vescovi di Luni.

Il suo imponente castello, forse il meglio conservato della Lunigiana, accoglie il visitatore al suo arrivo nel borgo, dopo alcuni chilometri di tortuosa salita arrivando da Sarzana. Visitabile accompagnati da una guida, il castello racchiude molte leggende e storie, come che abbia ospitato Dante e che un fantasma di una fanciulla castigata dai genitori per essersi innamorata di uno stalliere compaia nelle sue stanze.

Nei dintorni di Fosdinovo è possibile ammirare la villa Malaspina di Caniparola, fulcro vitale di questo cross.

SARZANA

Sarzana si trova in territorio ligure, nella bassa Val di Magra, nel cuore della Lunigiana, diretta discendente dell'antica città di Luni. Sarzana ha origini antiche e una storia affascinante dominata da più signori e città. Castruccio Castracani, Spinetta Malaspina, i Pisani, i Visconti. I Genovesi e i Fiorentini.

La città conserva ben due castelli, la fortezza Firmafede, di origine pisana e la fortezza di Sarzanello, antica residenza vescovile e simbolo della città.



Federazione Italiana di Atletica Leggera
Comitato Regionale Liguria <http://liguria.fidal.it>

www.fidal.it

Viale Padre Santo, 1 • 16122 Genova • tel. 010 511974 • fax 010 3513993