



L'ASD Podistica Mezzanese organizza:

# MARTEDI 3 Giugno 2025 ore 20,15 a Somma Lombardo (VA)



## VII Run For Avis di Sera

Corsa su strada Fidal valevole come quinta tappa del Giro Podistico del Varesotto 2025.

**Sponsor:**



# REGOLAMENTO

L'Associazione Sportiva Dilettantistica Podistica Mezzanese in collaborazione con Amatori Atletica Casorate S. organizzano la 7<sup>a</sup> edizione del Run For Avis di Sera, corsa su strada Fidal di km. 5,050, valevole come quinta tappa del Giro del Varesotto 2025.

## ISCRIZIONE ALLA GARA COMPETITIVA

Possano partecipare:

- *Atlete/i italiani e stranieri tesserate/i per Società regolarmente affiliate alla FIDAL per l'anno 2025 ed appartenenti alle categorie Allievi (16/17), Juniores (18/19 anni), Promesse (20/22 anni) e Seniores (da SF-SM a SF95-SM95 e oltre).*
- *Atlete/i italiani e stranieri tesserate/i per Società di Ente di Promozione Sportiva (disciplina Atletica Leggera) che hanno sottoscritto la convenzione con la FIDAL, **solo se in possesso di RUNCARD-EPS in corso di validità (data di validità non scaduta).** Sulla tessera dell'Ente dovrà essere chiaramente indicato Atletica Leggera e anno 2025.*

**N.B. = Dovranno presentare in originale il certificato medico di idoneità agonistica riportante la dicitura "Atletica Leggera", di cui sarà consegnata una copia agli organizzatori. Queste/i atlete/i verranno inseriti regolarmente nella classifica della gara, ma non potranno godere di rimborsi, bonus e accedere al montepremi in denaro e/o generici buoni valore.**

- *Possano partecipare cittadini italiani e stranieri residenti in Italia limitatamente alle persone di età da 20 anni (millesimale di età 2005) in poi, **non tesserati per una Società affiliata alla FIDAL ne' per una Società straniera di Atletica Leggera affiliata alla WA, ne' per una Società affiliata (disciplina Atletica Leggera) ad un Ente di Promozione Sportiva** in possesso di RUNCARD in corso di validità (data non scaduta) rilasciata direttamente dalla FIDAL ([info@runcard.com](mailto:info@runcard.com)).*

**N.B. = La tessera RUNCARD è rinnovabile. Sulla tessera RUNCARD è riportata la scadenza della stessa. Se il giorno della Manifestazione, durante il controllo della tessera, viene rilevato che la stessa è scaduta, l'atleta NON può partecipare, salvo presentazione di ricevuta dell'avvenuto rinnovo online.**

La loro partecipazione è comunque subordinata alla presentazione di un certificato medico di idoneità agonistica per Atletica Leggera valido in Italia che andrà esibito in originale agli Organizzatori. Una copia del certificato medico andrà consegnata per essere conservata agli atti della Società Organizzatrice di ciascuna manifestazione alla quale l'atleta in possesso di RUNCARD partecipa. **Queste/i atlete/i verranno inseriti regolarmente nella classifica della gara, ma non potranno godere di rimborsi, bonus e accedere al montepremi in denaro e/o generici buoni valore.**

- *Possano partecipare atlete/i stranieri tesserati per **Società straniera di Atletica Leggera affiliata alla WA.** Per gli atleti comunitari ci vuole l'autorizzazione della propria Federazione o Società; gli atleti extracomunitari oltre all'autorizzazione della propria Federazione dovranno esibire anche il permesso di soggiorno o visto d'ingresso.*

**N.B. = Gli atleti tesserati per Federazione Estera affiliata alla WA che non vengono iscritti dalla propria Federazione o Società o Assistente devono sottoscrivere un'autocertificazione che attesti il tesseramento.**

- *Possessori di RUNCARD italiani e stranieri residenti all'estero. Possano partecipare cittadini italiani e stranieri limitatamente alle persone di età da 20 anni (millesimale di età 2005) in poi, **non tesserati per una Società affiliata alla FIDAL ne' per una Società straniera di Atletica Leggera affiliata alla WA, ne' per una Società affiliata (disciplina Atletica Leggera) ad un Ente di Promozione Sportiva convenzionata con la FIDAL** in possesso di RUNCARD in corso di validità (data non scaduta) rilasciata direttamente dalla FIDAL ([info@runcard.com](mailto:info@runcard.com)).*

**N.B. = La tessera RUNCARD è rinnovabile. Sulla tessera RUNCARD è riportata la scadenza della stessa. Se il giorno della manifestazione, durante il controllo della tessera, viene rilevato che la stessa è scaduta, l'atleta NON può partecipare, salvo presentazione di ricevuta dell'avvenuto rinnovo online.**

La loro partecipazione è comunque subordinata alla presentazione di un certificato medico di idoneità agonistica per Atletica Leggera valido in Italia. Possano inoltre presentare un certificato medico emesso nel proprio paese, ma conforme agli esami diagnostici previsti dalla normativa italiana per poter svolgere attività agonistica, che andrà esibito in originale, lasciandone copia, agli Organizzatori.

Conformemente ai dettami di legge vigenti (D.M. 18/02/1982) coloro che praticano attività sportiva agonistica devono sottoporsi preventivamente e periodicamente al controllo dell'idoneità specifica allo sport. La normativa italiana richiede che i soggetti interessati devono sottoporsi ai seguenti accertamenti sanitari:

- Visita Medica
- Esame completo delle urine
- Elettrocardiogramma a riposo e dopo sforzo
- Spirografia

Tutte le dichiarazioni e i referti degli esami devono essere autentici o conformi agli originali.

Copia del certificato medico andrà conservata agli atti della Società Organizzatrice di ciascuna manifestazione alla quale l'atleta in possesso di RUNCARD partecipa. **Queste/i atlete/i verranno inseriti regolarmente nella classifica**

della gara, ma non potranno godere di rimborsi, bonus e accedere al montepremi in denaro e/o generici buoni valore.

I partecipanti alle Manifestazioni possono essere sottoposti a controlli antidoping. Sono altresì soggetti alle disposizioni previste dall'art. 25 delle Norme FIDAL, qualora già soggetti a sospensione disciplinare.

**NON POSSONO PARTECIPARE:**

- **Atlete/i tesserate/i tesserate/i per altre FEDERAZIONI (es. Triathlon)**
- **Atlete/i tesserate/i per Società di Enti di Promozione Sportiva riconosciuti dal CONI ma non convenzionati con la FIDAL, che non abbiano sottoscritto la RUNCARD**
- **Possessori di MOUNTAIN AND TRAIL RUNCARD**
- **Certificati medici di idoneità agonistica riportanti diciture quali corsa, podismo, marcia, maratona, triathlon, mezza maratona ecc. non sono validi ai fini della partecipazione.**

**Certificati medici di idoneità agonistica per altri Sport non sono validi per la partecipazione: saranno accettati solamente quelli che riporteranno espressamente la dicitura "Atletica Leggera".**

## **CRONOMETRAGGIO E CLASSIFICHE**

La misurazione dei tempi e l'elaborazione delle classifiche è a cura di Atletica Casorate; le stesse sono convalidate dal Giudice Delegato Tecnico/Giudice d'Appello. La rilevazione sarà GUN TIME (allo sparo) e REAL TIME (solo a fine statistico). Tempo max 50 minuti.

Atletica Casorate segnala che: per essere classificato ogni atleta dovrà essere dotato di un **Chip** personale attivo/passivo da indossare durante la gara.

La consegna dei chip verrà effettuata direttamente da Atletica Casorate sul campo gara a partire dalle ore 18,00 fino alle ore 20,00.

## **COSTO D'ISCRIZIONE**

**10,00 euro fino alle ore 20,00 del 03/6.**

Con l'iscrizione alla gara competitiva ogni atleta avrà diritto ai seguenti servizi:

- **Pettorale che farà fede sull'iscrizione alla prova;**
- **Copertura Assicurativa**
- **Inserimento nella classifica della tappa, generale e della rispettiva categoria;**
- **Partenza nelle prime gabbie (ore 20,15)**
- **Ristoro take away al termine della corsa**

## **CATEGORIE GARA COMPETITIVA**

In base all'anno di nascita, gli atleti verranno suddivisi nelle seguenti categorie Fidal:

| Donne  | Uomini | Anni             |
|--------|--------|------------------|
| -AF-   | -AM-   | Dal 2008 al 2009 |
| -JF-   | -JM-   | Dal 2006 al 2007 |
| -PF-   | -PM-   | Dal 2003 al 2005 |
| -SF-   | -SM-   | Dal 1991 al 2002 |
| -SF35- | -SM35- | Dal 1986 al 1990 |
| -SF40- | -SM40- | Dal 1981 al 1985 |
| -SF45- | -SM45- | Dal 1976 al 1980 |
| -SF50- | -SM50- | Dal 1971 al 1975 |

| Donne  | Uomini | Anni             |
|--------|--------|------------------|
| -SF55- | -SM55- | Dal 1966 al 1970 |
| -SF60- | -SM60- | Dal 1961 al 1965 |
| -SF65- | -SM65- | Dal 1956 al 1960 |
| -SF70- | -SM70- | Dal 1951 al 1955 |
| -SF75- | -SM75- | Dal 1946 al 1950 |
| -SF80- | -SM80- | Dal 1941 al 1945 |
| -SF85- | -SM85- | Dal 1936 al 1940 |
| -SF90- | -SM90- | Dal 1931 al 1935 |

## **CLASSIFICHE**

Al termine della gara verrà stilata la classifica generale M/F e la classifica di categoria che poi verranno pubblicate sul sito: [girodelvaresotto.it](http://girodelvaresotto.it) e su [atletica-casorate.it](http://atletica-casorate.it).

La **classifica individuale** sarà stilata a **tempi** in base alla rilevazione dei chip a cura di **Atletica Casorate**.

## **PREMIAZIONI**

Al termine della gara verranno premiati con riconoscimenti di varia natura i **primi 5 atleti classificati assoluti M/F**. Inoltre verranno premiati i **primi 3 di due categorie estratte a sorteggio** poco prima del via.

## **RECLAMI**

Eventuali reclami andranno presentati entro 30 minuti dall'esposizione delle classifiche della categoria interessata. **PRIMA ISTANZA:** verbalmente al Giudice d'arrivo; **SECONDA ISTANZA:** per iscritto al giudice d'appello accompagnati dalla tassa reclamo di 100,00 euro restituibile in caso di accoglimento dello stesso.

**Per quanto non contemplato nel presente regolamento valgono le norme regolamentari Fidal.**

## **CONTROLLO TESSERA E IDENTITA' ATLETI/E**

Il G.G.G. puo' effettuare il controllo della tessera federale e dell'identita' dell'atleta secondo quanto previsto negli art. 8 e 9 presenti nelle Norme Attività Disposizioni Generali.

## **SCARPE DI GARA**

I requisiti delle scarpe utilizzate in gara devono corrispondere a quanto previsto dall'Athletics Shoe Regulation WA. Per il rispetto delle norme il GGG effettua controlli a campione sulle scarpe utilizzate nella manifestazione. Se la scarpa non è certificata nella WA Shoe Compliance List o non è stata identificata il risultato resta non ufficializzato in attesa di ulteriori accertamenti (in tal caso la scarpa può essere ritirata dai Giudici). Successivamente, in caso di mancata approvazione della scarpa, il risultato deve essere cancellato e l'atleta può essere squalificato.

## **ASSITENZA MEDICA – RCT**

Sarà presente dall'orario di ritrovo della manifestazione fino a 30' oltre il tempo massimo della gara il medico e l'ambulanza.

La società organizzatrice ha provveduto all'assicurazione RCT e al servizio di sicurezza.

## **PIANO DI SICUREZZA**

Il Comitato Organizzatore ha provveduto a predisporre adeguato piano sanitario e di sicurezza in ottemperanza alla normativa vigente e in cooperazione con gli Enti Locali.

## **DICHIARAZIONE DI RESPONSABILITA'**

Con l'iscrizione alla gara denominata GIRO DEL VARESOTTO, l'atleta, consapevole delle sanzioni penali previste in caso di dichiarazioni non veritiere e di falsità negli atti (art.26 l.15/68 e art.489 c.p.) dichiara e di conseguenza conoscere, accettare e rispettare il regolamento della manifestazione GIRO DEL VARESOTTO; di essere consapevole che la partecipazione agli eventi sportivi agonistici è potenzialmente un'attività a rischio se non si è adeguatamente preparati e in condizioni fisiche idonee; di essere consapevole che per iscriversi si deve essere in possesso del certificato medico di idoneità agonistica all'atletica leggera in corso di validità e di aver compiuto 18 anni (o 20 anni in base alla gara) alla data dell'evento (per atleti/e tesserati per società Fidal vale l'anno di nascita); di iscriversi volontariamente e di assumermi tutti i rischi derivanti dalla partecipazione all'evento: cadute, contatti con veicoli, con altri partecipanti, spettatori o altro, condizioni di tempo, incluso caldo torrido, freddo estremo e/o umido, traffico e condizioni della strada, ogni tipo di rischio ben conosciuto e da me valutato. Essendo a conoscenza di quanto sopra, considerando l'accettazione dell'iscrizione, l'atleta per suo conto e nell'interesse di nessun altro, solleva e libero il Comitato organizzatore della manifestazione GIRO DEL VARESOTTO, gli enti promotori, tutti gli sponsor e partner organizzativi dell'evento, la FIDAL, il GGG di tutti i presenti e futuri reclami o responsabilità di ogni tipo, conosciuti o sconosciuti, derivati dalla sua partecipazione all'evento.

Con l'iscrizione alla manifestazione, autorizza espressamente la società organizzatrice, unitamente ai soggetti giuridici con i quali intrattiene rapporti professionali e commerciali relativi e connessi, alla ripresa delle immagini dell'evento, all'acquisizione gratuita del diritto di utilizzare le immagini fisse e in movimento sulle quali potrà apparire, prese in occasione della sua partecipazione alla gara su tutti i supporti visivi nonché sui materiali promozionali e/o pubblicitari prodotti e diffusi in tutto il mondo e per il tempo massimo previsto dalle leggi, dai regolamenti, dai trattati in vigore, compresa la proroga eventuale che potrà essere apportata a periodo previsto. Dichiara altresì di aver letto all'atto dell'iscrizione l'informativa privacy disponibile sul sito [www.girodelvaresotto.it](http://www.girodelvaresotto.it) e di avere espresso il mio consenso al trattamento dei dati personali, nelle modalità previste. I dati saranno trattati per le finalità previste dal Regolamento UE n. 2016/679 ("GDPR") ed utilizzati esclusivamente per le finalità previste nell'informativa pubblicata sul sito [www.girodelvaresotto.it](http://www.girodelvaresotto.it).

## **AVVERTENZE FINALI**

Il Comitato Organizzatore si riserva di modificare il presente regolamento in qualunque momento per motivi che riterrà opportuni per una migliore organizzazione della gara, dopo averne dato comunicazione e ottenuto approvazione dalla FIDAL. Per quanto non previsto dal presente regolamento, valgono le norme tecnico statutarie della FIDAL e del G.G.G.. Eventuali modifiche a servizi, luoghi e orari saranno opportunamente comunicate agli atleti iscritti oppure saranno riportate sul sito [www.girodelvaresotto.it](http://www.girodelvaresotto.it). Inoltre la documentazione contenente le informazioni essenziali per prendere parte alla gara sarà consegnata dall'organizzazione unitamente al pettorale.

## **PUNTO RACCOLTA ISCRIZIONI GARA COMPETITIVA**

➤ Le iscrizioni si ricevono **di persona** a partire dal **18 Febbraio** fino alle 19,00 di **Lunedì 2 GIUGNO 2025** presso il punto d'iscrizione ufficiale **PU.MA SPORT** di Casorate Sempione (via Torino 27); i tesserati RUNCARD devono allegare oltre al modulo di iscrizione anche copia della propria tessera e del certificato medico.

- **via mail ([atlcasorate@gmail.com](mailto:atlcasorate@gmail.com))** allegando la scheda d'iscrizione, copia della tessera e del certificato medico (se eps e runcard) e il versamento della quota d'iscrizione sul C/C bancario IBAN **IT68 1053 8750 5600 0004 2377 311** intestato a: A.S.D. Amatori Atletica Casorate S. (BPER BANCA filiale di Somma L.do).
- on line con pagamento elettronico sul sito [girodelvaresotto.it](http://girodelvaresotto.it).

Sul sito [www.atletica-casorate.it](http://www.atletica-casorate.it) verrà pubblicata ed aggiornata quotidianamente la lista degli iscritti.  
Informazioni e contatti: [girodelvaresotto.it](http://girodelvaresotto.it) [atletica-casorate.it](http://atletica-casorate.it) e-mail: [atlcasorate@gmail.com](mailto:atlcasorate@gmail.com)

## **ISCRIZIONE GARA NON COMPETITIVA**

Per gli appassionati che non hanno la tessera Fidal/Runcard ma che vogliono partecipare all'evento, è prevista la possibilità di iscrizione alla gara non competitiva . Il costo di iscrizione è di **5,00 euro** da effettuarsi sul posto la sera della gara. Con l'iscrizione ogni partecipante avrà un pettorale gara, la copertura assicurativa all'evento e un ristoro finale. La partenza è prevista alle ore 20,15 in coda alla gara competitiva.