

6A EDIZIONE POFI RUN

IL GIRO DELL'OCARO

POFI (FR) 20 NOVEMBRE 2022

ORE 10:00

10 KM



CONSIGLIO
REGIONALE
DEL LAZIO

www.pofisportiva.wordpress.com



L’A.S.D. POFISPORTIVA,
in collaborazione il Comitato Provinciale AICS FROSINONE

organizza, il 20 novembre 2022

la 6° Edizione della “POFI RUN – Il Giro dell’Ocaro” gara di corsa su strada di carattere regionale sulla distanza di 10 km.

PARTECIPAZIONE:

possono partecipare alla competizione:

- atleti italiani e stranieri che abbiano compiuto il 18esimo anno di età alla data di svolgimento della gara e che siano in possesso di tesseramento FIDAL, AICS (ente di promozione Sportiva Riconosciuto dal Coni)
- tutti gli atleti italiani tesserati per gli Enti di Promozione Sportiva (sez. atletica), nel rispetto delle convenzioni stipulate con la FIDAL e della normativa sanitaria.
- Possono, inoltre, partecipare cittadini italiani e stranieri, limitatamente alle persone di 20 anni in poi (millesimo di età), non tesserati né per una società affiliata alla FIDAL né per una Federazione straniera di Atletica Leggera affiliata alla WA, né per un Ente di Promozione Sportiva (sezione Atletica), ma in possesso della RUNCARD, rilasciata dalla FIDAL. La loro partecipazione è comunque subordinata alla presentazione (da parte sia degli italiani che degli stranieri residenti e non residenti) di un certificato medico d’idoneità agonistica specifico per l’atletica leggera in corso di validità in Italia, che dovrà essere esibito agli organizzatori in originale e conservato, in copia, agli atti della società organizzatrice di ciascuna manifestazione alla quale l’atleta in possesso della RUNCARD partecipa.

NOVITA’: previste una gara promozionale Allievi/e (anni 2005 – 2006) sulla distanza di 5km ed una camminata non competitiva di 5 km (entrambe necessitano di iscrizione)

1. ISCRIZIONE: le preiscrizioni dovranno pervenire entro e non oltre le ore 18:00 del giorno 18 novembre 2022 all’indirizzo e-mail asdpofisportiva@gmail.com oppure dal modulo di iscrizione presente sul sito www.pofisportiva.wordpress.com

L’atleta dovrà indicare i propri dati personali, inviare copia di tesserino, certificato medico di idoneità alla pratica agonistica dell’Atletica Leggera e copia del cedolino di avvenuto pagamento.

Per le iscrizioni di squadra, sarà sufficiente la dichiarazione del presidente della società su carta intestata.

Il costo di iscrizione è di 10,00 € dall’apertura fino al 18 novembre.

Previsto ricco pacco gara.

Il pagamento della quota di iscrizione potrà avvenire la mattina della gara.

Sarà prevista la possibilità di iscrizione in loco al costo di 12,00 €.

Le iscrizioni si chiuderanno a 300 partecipanti.

Il ritrovo è fissato presso il piazzale del negozio EURO EDIL in Via Padre Silvestro 32 a Pofi (FR) a partire dalle ore 8:00.

Il ritiro di pettorali e pacchi gara potrà avvenire la mattina della gara dalle ore 8:00 alle ore 9:30.

2. PERCORSO E PARTENZA: la gara si svolgerà sulla distanza di 10 km (2 giri da 5 km) su strada asfaltata con circa 50 mt di dislivello a giro.

La partenza, prevista alle ore 10:00.

3. RISTORO E ARRIVO: sono previsti 2 rifornimenti con acqua, uno nei pressi della partenza ed uno a metà giro. E’ previsto un ristoro take away all’arrivo.

Non appena ritirato il ristoro take away, gli atleti dovranno abbandonare l’area.

4. PREMIAZIONI: verranno premiati i primi tre assoluti maschili e le prime tre assolute femminili.

Verranno inoltre premiati i primi cinque atleti e le prime cinque atlete di ogni categoria:

- SM ed SF
- SM35 ed SF35
- SM40 ed SF40
- SM45 ed SF45
- SM50 ed SF50
- SM55 ed SF55
- SM60 ed SF60
- SM65
- SM70 ed oltre

Verranno premiate le 3 società con il maggior numero di atleti (minimo 20):

- PRIMA SOCIETA' CLASSIFICATA: 15 gratuità
- SECONDA SOCIETA' CLASSIFICATA: 10 gratuità
- TERZA SOCIETA' CLASSIFICATA: 5 gratuità

L'organizzazione si riserva la facoltà di aumentare il numero delle società premiate in base al numero di iscritti totali.

CATEGORIA INSEPARABILI: coppia (uomo-donna) che deve arrivare con un distacco massimo di 3 secondi l'uno dall'altra. All'atto di iscrizione bisogna comunicare il/la proprio/a compagno/a per permettere ai giudici di gara di stilare la classifica.

5. CLASSIFICHE E CRONOMETRAGGIO: la classifica verrà stilata dal gruppo di Giudici di Gara Aics Pofisportiva in collaborazione con il sistema di cronometraggio RACESERVICE.

L'atleta potrà esporre reclamo in materia di classifiche previo pagamento quota cauzionale di 40,00€ che verrà restituita in caso di ricorso accolto.

6. PRECISAZIONI E REGOLE DA RISPETTARE: tutte le attività seguiranno rigorosamente il PROTOCOLLO ANTICOVID-19 .

Verrà nominato un COVID MANAGER ed un responsabile dello staff. Tutto lo staff verrà formato affinché sia in grado di svolgere tutti i compiti assegnati nel rispetto delle NORME ANTICOVID-19.

Verranno messe a disposizione varie postazioni con gel disinfettante all'interno del villaggio di gara.

RACCOMANDAZIONI:

- preservare la propria incolumità e quella degli altri nelle attività di riscaldamento, gara e recupero.
- igienizzare le mani