



Regolamento MezzaCiocia...ra 2023

Art. 1 Definizione

Endurance Training, con la collaborazione tecnica dell'Associazione Italiana Cultura e Sport (AICS) di Frosinone, con il patrocinio del Comune di Frosinone

Organizza:

Il 29 gennaio 2023 la VII° edizione della MezzaCiocia...ra, manifestazione podistica di 21,097 km e 13 km con ritrovo alle ore 7:30 nel parco Matusa di Frosinone e partenza alle ore 09:00.

La finalità della manifestazione è quella di promuovere il podismo incentivando le società, lo spirito di gruppo e di aggregazione. Trascorreremo una mattinata di sport, divertimento e benessere. Gli atleti saranno accompagnati durante la gara, da band musicali e gruppi folkloristici mentre all'arrivo ad attenderli troveranno un ottimo ristoro e un abbondante pasta party.

Art. 2 Partecipanti

Possono partecipare tutti gli atleti maggiorenni (nati prima del 30/01/2005) tesserati AICS, o con altri enti di promozione sportiva, runcard o Fidal purché in regola con le norme sulla tutela sanitaria sportiva. L'organizzazione darà a chi non è affiliato la possibilità di tesserarsi con Ente di Promozione Sportiva ad un costo di 10 €, purché in regola con il certificato di idoneità sportiva agonistica.

Art. 3 Iscrizione

Il contributo richiesto agli atleti è di € 8 per la 13 km e € 10 per la 21,097 km fino al 15 gennaio 2023, dal 16 fino al 26 gennaio la quota sarà di 12 € per la 13 km e € 15 per la 21,097 km. Pagamento da effettuarsi tramite bonifico bancario IBAN: IT66N0301503200000002575465 intestato ad **Endurance Training con causale: Iscrizione MezzaCiocia...ra.**

Le *preiscrizioni* al **costo agevolato** si chiudono domenica 15 gennaio alle ore 24:00 allegando obbligatoriamente copia del bonifico ed elenco con i nominativi degli atleti, distinguendoli tra chi partecipa alla 13 km e chi alla 21,097 km.

Le *preiscrizioni* al **costo intero** si chiudono giovedì 26 gennaio alle ore 24:00, allegando obbligatoriamente copia del bonifico ed elenco con i nominativi degli atleti, distinguendoli tra chi partecipa alla 13 km e chi alla 21,097 km.

Dal sabato, giorno precedente la gara, presso Il Corridore e fino ad 1 ora prima della manifestazione, potranno essere *iscritti* nuovi atleti ad un **costo** di 15 € per la 13 km e 20 € per la 21,097 km. E' possibile altresì sostituire gli atleti *preiscritti* (entro il 15 o 26 gennaio) pagando la differenza di costo tra la *prescrizione* e l'*iscrizione* (dal sabato fino ad 1 ora prima della gara), il pagamento avviene in contanti per gli atleti che si vogliono aggiungere o sostituire a quelli *preiscritti*.

L'iscrizione si effettua inviando una doppia mail a: **info@raceservice.it** e **mezzaciocia@libero.it**, allegando la dichiarazione di responsabilità del presidente (per le iscrizioni di società) o del singolo atleta, utilizzando i modelli disponibili su Race service.

Art. 4 Percorso

Percorso totalmente chiuso al traffico per la giornata ecologica. Il percorso, prevalentemente pianeggiante con qualche leggera altimetria, si snoderà nella parte bassa di Frosinone, come da piantina allegata.

Art. 5 Ritiro pettorali

Ritiro pettorali il giorno precedente la manifestazione presso Il CORRIDORE via Monte Lepini Frosinone, dalle ore 10:00 fino alle ore 18:00, o la mattina della manifestazione fino a 30' prima dello start nella zona antistante la partenza.

Art. 6 Servizi

- Assistenza medico-sanitaria
- Ristoro in gara con te sali minerali acqua carbogel e frutta
- Musica e gruppi folkloristici
- Pacemaker
- Speaker
- Sistema di rilevamento con chip

- Abbondante ristoro finale con pasta party
- Area massaggi post gara
- Medaglia ai finisher della 21,097 km.

Art. 7 Servizio Pacer

Per la mezza maratona é previsto il servizio Pacer per le seguenti fasce di tempo:

- 1 h 30' celeste
- 1 h 35' rosso
- 1 h 45' giallo
- 2 h 00' verde

Art. 8 Cronometraggio e classifica

La redazione della classifica di società sarà effettuata tramite chip che ogni atleta posizionerà nei lacci delle scarpe e dovrà essere restituito all'arrivo pena ammenda di 20 €. Il servizio sarà curato da Race service di Gianluca Bonanni.

Art. 9 Tempo limite

Il tempo massimo di gara è fissato in 2h e 35' per la mezza maratona.

Tutti gli atleti che transiteranno al km 15 in 2h e 15' saranno invitati dagli addetti a fermarsi o a procedere in autonomia e sotto la propria responsabilità al di fuori della manifestazione sportiva. L'Organizzazione in tal caso non potrà garantire i servizi di gara (blocco del traffico, ristori e assistenza medica) e non sarà pertanto responsabile di qualsiasi situazione possa venire a verificarsi.

Art. 10 Premiazione

Saranno premiati con premi in natura i primi 3 assoluti maschile e femminile per entrambe le gare.

Saranno premiati con rimborso spese le prime 5 società con minimo di **35 punti** :

- 1° società classificata € 500,00
- 2° società classificata € 350,00
- 3° società classificata € 250,00
- 4° società classificata € 150,00
- 5° società classificata € 50,00

L'atleta conquisterà 1 punto per la propria società se conclude la 13 km e 2 punti se conclude la 21,097 km.

E' previsto anche un:

Bonus di **50 €** a tutte le società con più di **40 atleti** arrivati al traguardo;

Bonus di **50 €** a tutte le società provenienti fuori provincia di Frosinone con più di **20 atleti** arrivati al traguardo.

La società organizzatrice è esclusa dalla classifica.

Nel caso di parità nel punteggio, tra società, prevale chi nella precedente edizione ha conquistato più punti.

Non sono previste classifiche e premi di categoria

Art. 11 Reclami

Eventuali reclami dovranno essere presentati entro 30 minuti dall'affissione della classifica di società accompagnata dalla tassa di 50 € che sarà restituita in caso di accettazione.

Art. 12 Trattamenti dati personali

Ai sensi dell'articolo 13 del Dlgs 30 giugno 2003, n.196 si informa:

- che i dati contenuti nella scheda di iscrizione sono richiesti per l'iscrizione, per preparare l'elenco dei partecipanti, la classifica, per espletare i servizi dichiarati nel regolamento e per l'invio di materiale informativo MezzaCiocia...ra o dei suoi partners;
- che le conseguenze del mancato conferimento dei dati o delle informazioni di cui sopra consistono nella non ammissione alla manifestazione;
- che i diritti dell'interessato in relazione al trattamento di dati personali sono elencati all'articolo 7 del citato D.L.vo n. 196/03".

In qualsiasi momento l'interessato potrà consultare, modificare, cancellare gratuitamente i propri dati scrivendo al responsabile del trattamento dei dati personali presso Endurance Training.

Con l'iscrizione alla gara i partecipanti dichiarano di conoscere e accettare il seguente regolamento, di sollevare l'organizzazione da ogni e qualsiasi responsabilità in caso di incidente o altro che possa loro capitare durante e dopo la manifestazione, nel rispetto delle norme.

Info:

mezzaciocia@libero.it

Segreteria cell. 3386348726