

**CAMPIONATI REGIONALI INDIVIDUALI DI CROSS**  
**1° FASE CDS DI CROSS A/J/P/S**  
**FOLIGNO (PG)**  
**ATLETICA WINNER FOLIGNO**  
**22-01-2017**

**RITROVO** presso il Ristorante Pizzeria Winner Via Gran Sasso Foligno

- ore: 8.30 GARE assoluti
- ore: 10.00 GARE giovanili

**ORARI GARE:**

<b>GARA</b>	<b>ORARIO</b>	<b>DIST.</b>	<b>CATEGORIA</b>	<b>ANNI</b>
<b>A</b>	09.30	5000 m 3000 m ALLIEVE	ASSOLUTE F/JUNIORES F/ALLIEVI-E/ OVER 60	
<b>B</b>	10.00	8000 m	ASSOLUTI M/JUNIOR M/MASTER UNDER 60	
<b>C</b>	11.00	200m	ESORDIENTI C F	2010/2011
<b>D</b>	11.05	200 m	ESORDIENTI C M	2010/2011
<b>E</b>	11.10	400 m	ESORDIENTI B F	2009/2008
<b>F</b>	11.20	400 m	ESORDIENTI B M	2009/2008
<b>G</b>	11.30	600 m	ESORDIENTI A F	2007/2006
<b>H</b>	11.40	600 m	ESORDIENTI A M	2007/2006
<b>I</b>	11.50	1000 m	RAGAZZE	2005/2004
<b>L</b>	12.00	1000 m	RAGAZZI	2005/2004
<b>M</b>	12.10	2000 m	CADETTE	2003/2002
<b>N</b>	12.25	2500 m	CADETTI	2003/2002

**TASSA ISCRIZIONE:**

ESORDIENTI – RAGAZZI – CADETTI - ALLIEVI: 3 euro ad atleta

JUNIOR-PROMESSE-SENIOR-MASTER: 7,00 euro a gara

**MODALITA' ISCRIZIONE GARE A/B:** Preiscrizioni Società (CRITERIUM CROSS) entro Venerdì 20 Gennaio ore 20,00 e-mail: atletica.eps@gmail.com o Fax 0742.391710 per i singoli è possibile iscriversi fino a mezzora prima della gara esibendo il tesserino FIDAL o EPS.

**ISCRIZIONI CAMPIONATO DI SOCIETA' FIDAL ALLIEVI – JUNIOR – PROMESSE – SENIOR TRAMITE IL SERVIZIO ON LINE FIDAL,** referente iscrizioni Arianna Mencaroni (340.528.2764) ariannamencaroni86@yahoo.it

### **MODALITA' ISCRIZIONE GARE C/D/E/F/G/H/I/L/M/N:**

Iscrizioni tramite il servizio on line della FIDAL entro le 20.00 di Venerdì' 20/01/2017, verranno accettate iscrizioni il giorno della manifestazione previo pagamento di una tassa di euro 5,00 a gara per tutte la categorie.

#### **PREMIAZIONI GARE ASSOLUTI ORE 11.15:**

I primi 3 assoluti/e con premi in natura.  
I primi 10 delle seguenti categorie:

- Assoluti (18-34 anni)
- Sm-35 (35-39 anni)
- Sm-40 (40-44 anni)
- Sm-45 (45-49 anni)
- Sm-50 (50-54 anni)
- Sm-55 (55-59 anni)
- Sm-60 (60-64 anni)
- Sm-65 (65 e oltre)
- Femm. Und/40 (18-39)
- Femm. Over/40 (40 e oltre)

Le prime 3 società.

#### **PREMIAZIONI GARE GIOVANILI ORE 11.45:**

I primi 6 di ogni categoria **ESORDIENTI - RAGAZZI - CADETTI - ALLIEVI**

---

#### **PREMIAZIONI CAMPIONATO REGIONALE:**

##### **Maglia di Campione Regionale Umbro di Cross 2017 FIDAL:**

Al primo classificato di tutte le categorie Giovanili **Esordienti Ragazzi Cadetti Allievi:**

Al primo classificato delle seguenti categorie **Assolute e master Maschili e Femminili:**

- Junior (18-19 anni)
- Promesse (20-22 anni)
- Assoluti (23-34 anni)
- Sm-35 (35-39 anni)
- Sm-40 (40-44 anni)
- Sm-45 (45-49 anni)
- Sm-50 (50-54 anni)
- Sm-55 (55-59 anni)
- Sm-60 (60-64 anni)
- Sm-65 (65 e oltre)

#### **COME RAGGIUNGERE IL RITROVO:**

Uscita **FOLIGNO NORD**, proseguire dritto alla prima rotatoria, alla seconda girare a sinistra (direzione ospedale). Il ritrovo è sulla sinistra. Attenersi alle norme sulle limitazioni del traffico emanate dal Comune di Foligno.

#### **SPOGLIATOI E DOCCE:**

Saranno disponibili 2 tende mobili della Protezione Civile da utilizzare come spogliatoio e sarà possibile fare la doccia presso la Palestra Fisiogym che dista 1 km dal percorso.

#### **PER INFORMAZIONI:**

AGOSTINO CEPPI: 347.9427176 GIORGIO FUSARO: 347.9178813 MAURIZIO CANDELLORI  
(CAT. GIOVANILE): 329.949/7927