

REGOLAMENTO

ARRANCADANA VERTICAL PIZZO CERESA

Domenica 1 ottobre 2023

ASD Albenga Runners, con il patrocinio del Comune di Cisano sul Neva e la collaborazione del Bar "A Cadana", organizzano una manifestazione podistica ludico motoria aperta a tutti denominata "Vertical Pizzo Ceresa" su un percorso su sentiero di 3,3 Km con dislivello positivo 600mt.

ISCRIZIONI

Inviare una mail a info@albengarunners.it allegando il modulo debitamente compilato reperibile dalla pagina Facebook Albenga Runners o facendone richiesta allo stesso indirizzo di posta elettronica.

COSTO ISCRIZIONE €10,00 Comprende:

1. Pacco gara con prodotti e maglia dell'evento;
2. Assicurazione RCT;
3. Assistenza medica;
4. Pasta Party finale;

PARTENZE:

Partenze singole, a partire dalle ore 9:30 ogni 15 secondi, **con la possibilità di variazioni in base alle disposizioni legislative e/o esigenze organizzative**, da Piazza Gollo e arrivo sul Pizzo Ceresa (714 mt alt)

Il percorso è lungo 3,3 Km si svolge completamente su sentieri tranne il breve tratto iniziale in asfalto

MODALITA' DI PARTECIPAZIONE

Sulla scheda iscrizione dovrà essere indicato il proprio miglior risultato sulla distanza dei 10km. Se non disponibile si dovrà inserire il dato stimato.

CHIUSURA ISCRIZIONI

Le iscrizioni si chiuderanno alle ore 8,30 del 28/09/2023. Sarà possibile anche iscriversi il giorno della gara fino alle 8:30 pagando la quota di € 15,00

I partecipanti dovranno ritirare il pettorale il giorno della manifestazione a partire dalle ore 8 contestualmente al pagamento della quota d'iscrizione.

Le iscrizioni si potranno chiudere anticipatamente a discrezione dell'organizzazione in base al numero di iscritti

COME SI SVOLGERA' LA MANIFESTAZIONE SPORTIVA

La partenza avverrà dalle 9:30 in Piazza Gollo (Cisano sul Neva) a partenza singola ogni 15 secondi. I partecipanti verranno chiamati dallo speaker e dovranno incolonnarsi in attesa di prendere il via.

L'arrivo è previsto sul Pizzo Ceresa a 714 metri di altitudine, in base alle condizioni meteo è consigliabile portare con sé un giubbino antivento. Verrà allestito un ristoro di sola acqua. Dopo la linea del traguardo, i partecipanti dovranno ridiscendere sullo stesso sentiero facendo attenzione a non intralciare la marcia degli altri concorrenti. All'arrivo saranno predisposti i tavoli per il Pasta Party.

CONTATTI

ASD Albenga Runners

info@albengarunners.it

Marco 328 8324856

Fabrizio 348 2943188