

La **PODISTICA FORMIGINESE**
con il patrocinio del Comune di Formigine

DOMENICA 20 OTTOBRE

organizza

ECOCAROVANA 2024

CITTÀ DI FORMIGINE



PLASTIC FREE
e con compensazione
della CO₂ mediante
la piantumazione di alberi



4^A CAROVANA 10K

10 km (Percorso omologato)

Gara regionale UISP

inserita nel IX Gran Prix Modenese



44^A CAMMINATA DELLA CAROVANA

Percorsi non competitivi di 3, 6,5 e 10,5 km

RITROVO PIAZZA CALCAGNINI - FORMIGINE (MO) - ORE 8.00



ECOCAROVANA 2024

CITTÀ DI FORMIGINE

44[^] CAMMINATA DELLA CAROVANA 5[^] EDIZIONE ECOSOSTENIBILE

MANIFESTAZIONE NON COMPETITIVA CON PERCORSI DI KM 3, 6,5 E 10,5

PERCHÉ È IMPORTANTE ESSERCI:

- Perché sarà un'edizione **PLASTIC FREE**;
- Perché verranno **PIANTATI ALBERI** nei parchi cittadini per compensare l'anidride carbonica prodotta
- Per fare attività insieme all'aria aperta;
- Perché vi sarà un "Punto salute" con controlli sanitari gratuiti grazie alla "Croce Rossa" di Sassuolo e a "Star Bene" Associazione Diabetici;
- Perché potrai venire in bicicletta alla partenza e lasciarla in rastrelliere vigilate;
- Perché i premi saranno di produttori locali, di qualità e a km 0.

PROGRAMMA E REGOLAMENTO

ISCRIZIONI: per i gruppi a **GIAMPAOLO 348 5335571, PAOLO 320 0380666**,
oppure inviando una mail a **pod.formiginese@gmail.com** entro le ore 12 del 19/10/24;
per i singoli la mattina della gara entro le 8.45.

QUOTA DI ISCRIZIONE: € 2,00

PARTENZA ALLE ORE 9.00

PREMIAZIONI:

Premiazione singoli: lambrusco di Castelvetro D.O.P. Rosso Fosco della cantina Pedemontana di Formigine
(ogni partecipante può ritirare un solo premio)

Premiazione società sportive: alle ore 11 con premi in natura (minimo di 10 atleti).



Croce Rossa Italiana
Comitato di Sassuolo

MEDIA PARTNER



E' GARANTITA L'ASSISTENZA MEDICA A CURA DELL'A.V.A.P. DI FORMIGINE
MANIFESTAZIONE INSERITA NEL CALENDARIO DEL COORDINAMENTO PODISTICO MODENESE
LA MANIFESTAZIONE SI SVOLGERA' CON QUALSIASI CONDIZIONE ATMOSFERICA
MANIFESTAZIONE A CARATTERE RICREATIVO-LUDICO-MOTORIO DELIBERA REGIONALE DELL'EMILIA ROMAGNA
N° 1395 DEL 17/01/2005

TUTTI I PARTECIPANTI SI DOVRANNO ATTENERE ALLE NORMATIVE ANTI-COVID VIGENTI

L'organizzazione considera con l'iscrizione l'idoneità fisica del partecipante come da normativa di legge per le gare non competitive.

La società organizzatrice declina ogni responsabilità per eventuali incidenti prima, durante e dopo la manifestazione si pone

l'obbligatorietà al partecipante di rispettare il codice della strada.



4^A CAROVANA 10K

GARA COMPETITIVA DI 10 KM



GARA REGIONALE UISP CON PERCORSO OMOLOGATO



PARTENZA: ORE 10.00 IN PIAZZA CALCAGNINI

REGOLAMENTO

ISCRIZIONI: Riservate ad atleti tesserati Uisp, Fidal o Runcard in regola con la certificazione agonistica specifica per Atletica Leggera.

Possono partecipare tutti gli atleti nati nel 2008 e precedenti (dalla categoria Allievi in poi)

Le iscrizioni si effettuano solo sul portale

www.irunning.it/emiliaromagna

fino alle ore 24,00 di venerdì 18 ottobre 2024

I tesserati Fidal e Runcard devono consegnare tassativamente il certificato medico secondo le seguenti modalità: caricandolo sul portale

www.irunning.it al momento dell'iscrizione oppure inviandolo alla mail: paolocavazzuti65@gmail.com oppure presentandolo al momento del ritiro pettorale, anche in formato digitale.

Non ci si potrà iscrivere il giorno della gara
Cronometraggio a cura del Gruppo Giudici Uisp di Modena. Il chip sarà da consegnare a fine manifestazione per poter ritirare il pacco gara

Quota di iscrizione: € 10,00 da pagare al ritiro pettorale, la mattina della gara.

Non saranno disponibili spogliatoi e docce ma sarà previsto un deposito borse.

PREMIAZIONI:

Pacco gara (consegnato al ritiro del chip): ½ kg di Parmigiano Reggiano del Caseificio San Bartolomeo + Lambrusco di Castelvetro D.O.P. Rosso Fosco della cantina Pedemontana di Formigine.

Premiazione atleti: verranno premiati sul palco i primi 10 uomini classificati e le prime 10 donne con:

1°M/F eco-medaglia +1 kg di parmigiano reggiano + buono benzina + salame

2°M/F eco-medaglia +1 kg di parmigiano reggiano + buono benzina + mortadella

3°M/F eco-medaglia +1 kg di parmigiano reggiano + buono benzina

4° e 5° M/F eco-medaglia + pera di prosciutto

dal 6° al 10° M/F eco-medaglia + 1 salame + 1 mortadella

INTEGRATORI E/O COSMETICI
OFFERTI DA:



Farmacia S. Pietro

PREMIAZIONE DI CATEGORIA (CON ESCLUSIONE DEGLI ASSOLUTI/E):

verranno premiati i primi 3 allievi/e e i primi 5 atleti delle seguenti categorie con premi in natura

CAT. A MASCHILE 2006/1985

CAT. B MASCHILE 1984/1980

CAT. C MASCHILE 1979/1975

CAT. D MASCHILE 1974/1970

CAT. E MASCHILE 1969/1965

CAT. F MASCHILE 1964/1960

CAT. G MASCHILE 1959 E PRECEDENTI

ALLIEVI /ALLIEVE 2008/2007

CAT. H FEMMINILE 2006/1985

CAT. I FEMMINILE 1984/1980

CAT. L FEMMINILE 1979/1975

CAT. M FEMMINILE 1974/1970

CAT. N FEMMINILE 1969/1965

CAT. O FEMMINILE 1964 E PRECEDENTI

INFORMAZIONI: PAOLO 320 0380666, GIAMPAOLO 348 5335571
e sulla pagina facebook della Podistica Formiginese



Diritto di immagine: con l'iscrizione alla gara competitiva e non competitiva si autorizza gli organizzatori ad utilizzare gratuitamente le immagini che eventualmente verranno fatte durante la manifestazione.

E' GARANTITA L'ASSISTENZA MEDICA A CURA DELL'A.V.A.P. DI FORMIGINE
MANIFESTAZIONE INSERITA NEL CALENDARIO DEL COORDINAMENTO PODISTICO MODENESE
LA MANIFESTAZIONE SI SVOLGERA' CON QUALSIASI CONDIZIONE ATMOSFERICA
TUTTI I PARTECIPANTI SI DOVRANNO ATTENERE ALLE NORMATIVE ANTI-COVID VIGENTI