



4^a EDIZIONE
4 AGOSTO
2018

Ottimo Test in Preparazione
della "MezzaMaratona" del VCO

MERGOZZO

Running & Nordic Walking
1,5km - 8km - 17,5km



NEL SUGGESTIVO SCENARIO
DELLE RIVE DEL TOCE
UNA FANTASTICA CORSA
NELLA NATURA
ALLA SCOPERTA DEL FIUME

**RITROVO:
ORE 15:00**

presso il nuovo campo sportivo
di Mergozzo

**PARTENZA:
ORE 17:00**



SPORTWAY
MEGASTORE



grA
Corso Sempione,
Gravellona Toce (VB)
T. 0323 34 37 09
grafica | web | pubblicità



REGIONE PIEMONTE
ENTE DI GESTIONE DELLE AREE PROTETTE DEL TICINO E DEL LAGO MAGGIORE



ORGANIZZATA DA ASDGRAVELLONAVCO (VB034)
in collaborazione con
DIMENSIONE SPORT



T-SHIRT UFFICIALE
AI PRIMI 500 ISCRITTI
ALLA 17,5 KM

REGOLAMENTO

T-SHIRT UFFICIALE
AI PRIMI 500 ISCRITTI
ALLA 17,5 KM

MANIFESTAZIONE NON COMPETITIVA APPROVATA FIDAL
TUTTI POSSONO PARTECIPARVI: TESSERATI E NON

RITROVO: ore 15:00 presso il nuovo campo sportivo di Mergozzo - Partenza: ore 17:00

PERCORSO 17,5 KM: pianeggiante e ombreggiato sulla ciclabile della riva sx del Toce fino alla foce e ritorno.

PERCORSO 8 KM: pianeggiante con doppio passaggio sulla passerella che unisce Candoglia ad Ornavasso.

PERCORSO MINIGIRO 1,5 KM: anello pianeggiante intorno allo stadio.

ISCRIZIONI FINO A 15 MINUTI PRIMA DELLA PARTENZA

TEMPO MASSIMO: 3 ORE

QUOTA DI PARTECIPAZIONE KM 17,5: € 13,00, in contanti, entro **giovedì 2 agosto** presso **SPORTWAY** e bar **IL BUCO** a Gravellona toce; oppure entro **domenica 29 luglio** inviando, tramite e-mail, la scheda di iscrizione e copia bonifico bancario a gsgravellonavco@libero.it - € 18,00 in loco il giorno della gara

QUOTA DI PARTECIPAZIONE KM 8: € 7,00 iscrizioni il giorno della gara con t-shirt

QUOTA DI PARTECIPAZIONE 1,5 KM: € 2,00 iscrizioni il giorno della gara.

Premi 17,5 km: 20 maschili e 10 femminili - 8 Km: 10 maschili e 5 femminili.

Premi 1,5 Km: per tutti i ragazzi/e fino 14 anni

Tutti i premi sono a sorteggio - Vige Regolamento FIDAL PIEMONTE

PREMIO SPECIALE

La "Mezzamaratona del VCO" offre l'iscrizione gratuita per la 23ª edizione del 30 settembre 2018 ai primi 3 arrivati e alle prime 3 tre arrivate del percorso di 17,5 KM. iscrizione NON cedibile.

Ristori: per rispetto dell'ambiente la corsa sarà in semi-autosufficienza, sono garantiti 3 punti di rifornimento con acqua ai km: 3,5 - 9,5 - 14,5, Nessun rifornimento intermedio per la Km 8

AL TRAGUARDO RISTORO CON: ACQUA, SALI MINERALI, TÈ, BISCOTTI E CROSTATE; A DISPOSIZIONE SPOGLIATOI E DOCCE; AL TERMINE TUTTI A CENA CON LA CUCINA CURATA DAL MERGOZZO CALCIO: PASTA E GRIGLIATA.

LA MANIFESTAZIONE È IN REGOLA CON LE NORME ASSICURATIVE RIGUARDANTI LE MANIFESTAZIONI SPORTIVE; SI INVITANO COMUNQUE I PARTECIPANTI A MANTENERE UN COMPORTAMENTO ATTO A NON RECARRE DANNI AD ALTRI E A SE STESSI E RISPETTOSO DELL'AMBIENTE NEL QUALE SI SVOLGE LA MANIFESTAZIONE

INFO: Vanni 349-7314879 -- Simona 338-6339024 -- Telmo 339-1604429

SCHEDA ISCRIZIONE

Cognome

Nome

Anno di Nascita

Tel.

E-mail

CONTANTI

BONIFICO

Bonifico Bancario: Banco Popolare B.P.N.
IBAN: IT 50 W 050344544000000000164

Con l'iscrizione si dichiara l'idoneità a partecipare a manifestazioni podistiche non competitive e di essere in possesso del certificato medico agonistico o non-agonistico di sana e robusta costituzione in corso di validità.

Firma