



CAMPIONATI ITALIANI INDIVIDUALI e di SOCIETA' di CROSS MASTER

San Sperate, Domenica 3 marzo 2019

Organizzazione: CA104 - ATL. SAN SPERATE - Tel 070-9601382 - fax — sito:
<http://www.asdatleticasansperate.it/> — email: asdatleticasansperate@gmail.com

Comitato Regionale FIDAL Sardegna cr.sardegna@fidal.it

Responsabile Organizzativo:

Mauro Ambus - cell 328 4761061 - email: mauro.ambus@alice.it

Iscrizioni:

Entro lunedì 25 Febbraio collegandosi al sito federale per le Iscrizioni Online. La
tassa federale di € 6,00 dovrà essere pagata a mezzo bonifico Bancario intestato a
"Atletica San Sperate - Banco di Sardegna- IBAN : IT67L0101544090000070297326
indicando come causale "Iscrizione Campionati Cross Master". Copia del bonifico
dovrà essere inviata a asdatleticasansperate@gmail.com

*Sul posto verranno accettate iscrizioni come previsto dal deliberato dal Consiglio
Regionale*

Sarà allestito sul campo gara un punto ristoro e il servizio bar.

Presso il campo gara sarà presente uno stand nel quale saranno disponibile le
magliette ricordo della manifestazione, al costo di 8 €. (è gradita prenotazione)

Per il pranzo di domenica 3 marzo dalle ore 12:00 alle ore 16:00. Pasto completo a
13,00 € (un primo, un secondo, un contorno, frutta acqua o vino e dolce).

Prenotazione obbligatoria entro lunedì 25 febbraio tramite mail a
asdatleticasansperate@gmail.com

Consegna pettorali:

Sabato 2 marzo dalle 15:00 alle 20:00 presso **Ex Municipio**
(Via Risorgimento, 31, 09026 San Sperate CA)

e domenica 3 marzo dalle ore 8:00 presso la segreteria situata sul Campo Gara

Convegno

**Sabato 2 Marzo presso il Comune di San Sperate sito in via Sassari
Dalle 16,00 alle 20,00 si terrà un convegno sul tema “ La potenza
Aerobica Nel Mezzofondo “ il relatore sarà Claudio Pannozzo
responsabile Nazionale FIDAL del Fondo e Mezzofondo**

Notizie Utili:

Spogliatoi e segreteria presso il campo gara
Allestimento docce presso la palestra comunale in via Garau (saranno presenti
indicazioni, circa 1 km dal campo gara)
Cosa vedere a San Sperate: <http://www.turismosansperate.com/>
).

Sistemazione alberghiera:

<http://www.hotelsagittario.net/>
<http://www.flyhotelcagliari.it/>
<https://www.hotelpalladiumweb.com/>
<http://mansioresidence.it/>

Come raggiungere la località di svolgimento:

AEREOPORTO: Vedi allegato “aeroporto”
Nave: Vedi allegato “nave”

Gli organizzatori hanno predisposto un servizio navetta da e per:
Aeroporto – Alloggi – Campo gara.

Da San Sperate saranno presenti indicazioni per raggiungere il campo gara.

**Tutte le Società Interessate al servizio navetta, devono comunicare
l’orario d’arrivo, numero atleti giorno ed ora di partenza, recapito
telefonico del referente entro e non oltre il 22 febbraio a
bus@cogotziviaggi.it telefono 3356561345**

Premiazioni

Le premiazioni relative al Campionato Individuale avverranno al termine di ogni
specifica gara. Gli atleti premiandi dovranno trovarsi nella zona riservata alle
premiazioni a disposizione del Cerimoniale 5’ minuti prima dell’orario previsto
per la cerimonia. Le premiazioni relative al Campionato di Società avverranno al
termine delle specifiche gare femminili e maschili.

Saranno premiati individualmente i primi 5 atleti di ciascuna delle fasce d’età
previste.

Per il campionato di Società saranno premiate le prime 8 Società maschili e le
prime 8 Società femminili, mentre per il Campionato individuale verrà assegnata
la maglia di “Campione d’Italia” al primo classificato di ciascuna delle fasce d’età
prevista.

.

Percorso:

I percorsi, ricavati nel cuore del Parco di Pixinortu, misurano rispettivamente
1.000 mt o 2.000 mt. E sono prevalentemente pianeggianti.

RITROVO GIURIA E CONCORRENTI - ORE 08,00		
CATEGORIA ATLETI	Distanza	Ora
SF 60 E OLTRE	KM 3	09,30
SF 45-50-55	KM 4	09,50
SF 35 - 40	KM 4	10,15
SM 60 E OLTRE	KM 4	10,40
SM 55	KM 6	11,10
SM 50	KM 6	11,50
SM 45	KM 6	12,30
SM 40	KM 6	13,10
SM 35	KM 6	13,50

Il presente orario è puramente indicativo e potrà variare per il buon andamento della manifestazione, gli atleti dovranno confermare la partecipazione un ora prima della gara.

N.B. dalle ore 08.45 si disputeranno gare promozionali esordienti A B C e ragazzi maschili e femminili.



SS130

Presidente

II

San Sperate, 14/12/2018