

REGOLAMENTO UFFICIALE “LA CORSA AL BIGNE”

ART. 1 INFORMAZIONI

La Ternana Marathon Club organizza domenica 23 Agosto 2026 a Montecchio (TR) la 1^a edizione della gara di 10 km, denominata LA CORSA AL BIGNE’ – Eco&Urban Trail nei Borghi di Montecchio, Tenaglie e San Rocco. Con il patrocinio del Comune di Montecchio, sotto l’egida del Comitato di Terni della C.S.E.N. (Centro Sportivo Educativo Nazionale). Si possono richiedere informazioni via Whatsapp al numero 3476217014

ART. 2 ACCETTAZIONE DEL REGOLAMENTO

Iscrivendosi alla manifestazione i partecipanti accettano implicitamente il presente regolamento.

ART. 3 PROGRAMMA ORARIO

Il ritrovo è previsto a Montecchio dalle ore 15.30 presso Piazza Garibaldi. La partenza è prevista alle ore 17.30 da Piazza Garibaldi, dove è previsto anche l’arrivo.

ART.4 REGOLAMENTO COMPETITIVA REQUISITI DI PARTECIPAZIONE

ATLETI TESSERATI IN ITALIA

Possono partecipare atleti tesserati in Italia limitatamente alle persone da 18 anni in poi (compiuti) in possesso di uno dei seguenti requisiti:

- Atleti tesserati per il 2024 per società affiliate alla FIDAL o a Enti di Promozione Sportiva affiliati al CONI
- Atleti in possesso di Runcard (valevole come assicurazione sportiva e permesso a competere)

La partecipazione è comunque subordinata: a) o alla presentazione di un certificato medico di idoneità agonistica specifica per l’atletica leggera, in corso di validità, che dovrà essere esibito agli organizzatori in originale e conservato, in copia, agli atti della Società organizzatrice di ciascuna manifestazione.

Il certificato medico per gli stranieri non residenti può essere emesso nel proprio paese, ma devono essere stati effettuati gli stessi esami previsti dalla normativa italiana: 1) visita

medica; 2) esame completo delle urine; 3) elettrocardiogramma a riposo e dopo sforzo; 4) spirometria.

ATLETI NON TESSERATI IN ITALIA

Possono partecipare gli atleti italiani/stranieri non tesserati in Italia, limitatamente alle persone da 16 anni in poi (millesimo d'età) in possesso di uno dei seguenti requisiti:

- Atleti con tessera di club affiliati a Federazioni Estere di Atletica Leggera riconosciute dalla WA. All'atto dell'iscrizione dovranno in alternativa presentare l'autocertificazione di possesso della tessera riconosciuta dalla IAAF. L'autocertificazione andrà poi, comunque, firmata in originale al momento del ritiro del pettorale.
- Atleti in possesso di Runcard (valevole come assicurazione sportiva e permesso a competere), limitatamente alle persone da 20 anni in poi. La partecipazione è comunque subordinata, oltre che al possesso della "RUNCARD": a) o alla presentazione di un certificato medico di idoneità agonistica specifica per l'atletica leggera, in corso di validità, che dovrà essere esibito agli organizzatori in originale e conservato, in copia, agli atti della Società organizzatrice di ciascuna manifestazione.

Il certificato medico per gli stranieri non residenti può essere emesso nel proprio paese, ma devono essere stati effettuati gli stessi esami previsti dalla normativa italiana: 1) visita medica; 2) esame completo delle urine; 3) elettrocardiogramma a riposo e dopo sforzo; 4) spirometria.

Le preiscrizioni avranno tre differenti scadenze:

1. mercoledì 15 Luglio 2026 alle ore 23:59:00, o al raggiungimento di 150 iscritti. Il costo è di 11€ comprensivo di pacco gara.
2. domenica 9 Agosto 2026 alle ore 23:59:00, o al raggiungimento di 150 iscritti. Il costo è di 13€ comprensivo di pacco gara.
3. Venerdì 21 Agosto 2026 alle ore 23:59:00, o al raggiungimento di 150 iscritti. Il costo è di 15€ comprensivo di pacco gara.

NON SARA' POSSIBILE ISCRIVERSI IL GIORNO DELLA GARA, salvo diverse disposizioni a discrezione dell'Organizzatore; l'eventuale iscrizione tardiva avrà il costo di 18€ e non garantisce il pacco gara.

Le preiscrizioni si effettuano esclusivamente attraverso il portale della Podistica Carsulae, accessibile direttamente dal sito www.podisticacarsulae.it. Chi si iscrive online potrà pagare contestualmente all'iscrizione tramite carta di credito o in maniera differita tramite bonifico bancario secondo indicazioni riportate sul sito.

Le iscrizioni inoltrate tramite portale e non regolarizzate con carta di credito o bonifico saranno annullate entro la propria tranche di iscrizione. Copia del bonifico dovrà essere inviata all'indirizzo cronopodisticacarsulae@gmail.com. La classifica sarà redatta in "Gun time". Non sarà possibile ritirare il pettorale per la prova competitiva senza tesseramento valido o con il solo certificato medico.

ART. 5 REGOLAMENTO NON COMPETITIVA O PASSEGGIATA ECOLOGICA.

Per partecipare alla CORSA NON COMPETITIVA (ludico-motoria CSEN) di 10km non servono certificati medici o tesseramenti. La prova si disputa sullo stesso tracciato di quella competitiva, non prevede una classifica. E' possibile partecipare alla PASSEGGIATA ECOLOGICA NEI PERCORSI DEL CAMMINO DEI BORGHI SILENTI di circa 5km. La partenza è prevista alle 17:30 in coda alla partenza dei partecipanti competitivi. Le preiscrizioni per la corsa non competitiva seguono le stesse modalità della gara competitiva sul sito www.podisticacarsulae.it . Posti Limitati 50

Per la PASSEGGIATA ECOLOGICA è possibile iscriversi su whatsapp al numero 3476217014. Posti Limitati 50 al costo di 8 euro senza pacco gara.

NON SARA' POSSIBILE ISCRIVERSI IL GIORNO DELLA GARA, salvo diverse disposizioni a discrezione dell'Organizzatore; l'eventuale iscrizione tardiva avrà il costo di 15€ senza pacco gara.

ART. 6 RITIRO PETTORALI

Sarà possibile ritirare i pettorali sabato 22 Agosto dalle 10 alle 18 e domenica 23 Agosto dalle ore 10 alle ore 16 presso il locale "La Perla" in via Battisti 12 a Montecchio. Per i gruppi sportivi (da 5 iscritti in su) il ritiro deve essere effettuato da un rappresentante del gruppo stesso.

ART. 7 TEMPI LIMITE

Il tempo massimo di gara è di 1 ora e 45 minuti. Il percorso sarà riaperto in coda all'ultimo atleta in gara secondo tabella cronometrica decisa dalle autorità competenti.

ART. 8 PREMI, MONTEPREMI E CATEGORIE

Non è previsto un montepremi in denaro. I partecipanti verranno premiati con beni di natura alimentare. Saranno premiati i primi tre della Classifica Generale Maschile e Generale. Verranno inoltre premiati i primi 3 di ogni categoria prevista dalle normative FIDAL, con premi di varia natura:

CATEGORIE MASCHILI	CATEGORIE FEMMINILI
SM	UNDER 30
SM 35	30 - 39
SM 40	40 - 49
SM 45	50 - 59
SM 50	OVER 60
SM 55	
SM 60	
OVER 65	

Saranno premiate anche le prime 5 società con almeno 15 iscritti (sia alla NON COMPETITIVA LUDICO MOTORIA sia alla COMPETITIVA sia alla PASSEGGIATA ECOLOGICA, sia come VOLONTARI lungo il percorso) con beni di natura alimentare.

La classifica sarà basata sul seguente punteggio:

- 3 punti per ogni atleta iscritto alla GARA COMPETITIVA
- 2 punto per ogni iscritto alla NON COMPETITIVA e alla PASSEGGIATA ECOLOGICA
- 1 punto per ogni VOLONTARIO messo a disposizione lungo il percorso (partecipazione gratuita)

Non partecipa alla classifica a squadra la Ternana Marathon Club in qualità di organizzatore

ART. 9 GRIGLIE

La partenza sarà effettuata a due scaglioni, con gli atleti competitivi in testa alla corsa, senza divisioni o chiusure.

ART. 10 TEMPI

La misurazione dei tempi e l'elaborazione delle classifiche è a cura della Podistica Carsulae; le stesse sono convalidate dal Giudice Delegato Tecnico/Giudice d'Appello.

ART. 11 RISULTATI

Le classifiche ufficiali della gara saranno rese disponibili sul sito www.podisticacarsulae.it .

ART.12 RISTORI

La società organizzatrice mette a disposizione degli atleti rifornimenti con acqua naturale durante il percorso e con ristoro al termine della gara a base di bevande e prodotti alimentari presso il locale "La Perla" di Via Battisti 12 – Montecchio

ART. 13 DANNI

L'organizzazione non è responsabile per danni a persone e cose prima, durante e dopo la manifestazione.

ART. 14 RECLAMI

Eventuali reclami dovranno essere presentati per iscritto e consegnati entro 30 minuti dal termine della gara, al giudice responsabile, accompagnati dalla tassa di Euro 100,00, che sarà restituita in caso di accoglimento del reclamo.

ART. 15 REGOLE

Per tutto quanto non completato in questa sede vale il regolamento FIDAL.

ART. 16 PRIVACY I dati forniti saranno trattati nel rispetto delle norme previste dal D.Lgs 30.06.2003 n. 196. Con la sottoscrizione del modulo di partecipazione, l'atleta autorizza l'organizzazione a trattare i dati personali e le immagini personali, fisse e/o in movimento, che ritraggono la propria persona in occasione della partecipazione a La Corsa al Bigné, nonché la loro pubblicazione anche su internet.

ART. 17 INFORMAZIONI

Per informazioni su La Corsa al Bigné contattare:

Tommaso Moroni: 347-6217014

o scrivere a info@ternanamarathonclub.it

ART. 18 MODIFICHE ED INTEGRAZIONI

La società organizzatrice si riserva il diritto di modificare ed integrare , dopo approvazione FIDAL, il presente regolamento per cause di forza maggiore. Variazioni o comunicazioni saranno riportate sul sito ufficiale www.ternanamarathonclub.it

ART. 19 ASSISTENZA MEDICA

Durante la manifestazione sarà garantita l'assistenza medica e l'ambulanza.