

**CAMPIONATI REGIONALI INDIVIDUALI DI CORSA CAMPESTRE 2010
CATEGORIA MASTER U/D**

Il Comitato Regionale Lombardia della FIDAL indice il Campionato Regionale Individuale di Corsa Campestre riservato agli atleti ed alle atlete delle Categorie Master U/D tesserati per l'anno 2010 a Società Lombarde.

Partecipano alle Gare previste dal Programma:

- gli Atleti e le Atlete delle Categorie Master tesserati/e per l'anno 2010 per Società Lombarde
- gli Atleti e le Atlete stranieri della Categoria Master tesserati/e per l'anno 2010 per Società Lombarde ma non concorrono all'assegnazione del titolo e dei premi

La manifestazione, si terrà in prova unica a **DESENZANO DEL GARDA (BS) IL 21 FEBBRAIO 2010**

La lunghezza del percorso sarà la seguente :

Donne : Km. 3 – 4
Uomini : Km. 6 – 8

La successione delle partenze sarà indicata nel programma specifico della manifestazione che sarà divulgato a cura della società organizzatrice.

Ritrovo ore 8.30
Termine Conferma Iscrizioni ore 9.30
Inizio Gare ore 10.00

Premiazioni:

Verranno premiati con medaglia i primi tre classificati M/F di ogni categoria.

CAMPIONATO REGIONALE DI SOCIETÀ CAMPESTRE MASTER U/D - TROFEO LOMBARDIA

Il Comitato Regionale Lombardia della FIDAL indice il Campionato Regionale di Società di Corsa Campestre riservato agli atleti ed alle atlete delle Categorie Master U/D tesserati per l'anno 2010 a Società Lombarde.

Le manifestazioni valide sono le seguenti:

Prova	Data	Località
1 ^a prova:	06 gennaio 2010	SAN GIORGIO SU LEGNANO (MI)
2 ^a prova:	17 gennaio 2010	PADERNO DUGNANO (MI)
3 ^a prova:	31 gennaio 2010	S. VITTORE OLONA (MI)
4 ^a prova:	14 febbraio 2010	MORBEGNO (SO)
5 ^a prova:	21 febbraio 2010	DESENZANO DEL GARDA (BS) Campionato Regionale Individuale

Gli Orari di svolgimento della 1^a Prova (S. Giorgio su Legnano) per esigenze televisive sono i seguenti: Ritrovo Ore 8.15 – Partenza 1^a Gara ore 9.15	
Gli Orari di svolgimento della 2^a prova (Paderno Dugnano) per problemi tecnici sono i seguenti: Ritrovo Ore 8.00 – Partenza 1^a Gara ore 9.30	
Gli Orari di svolgimento della 3^a Prova (S. Vittore Olona): per esigenze televisive sono i seguenti: Ritrovo Ore 9.00 – Partenza 1^a Gara ore 10.30	
Orari di svolgimento della della 4^a prova (Morbegno) e della 5^a prova (Desenzano d/G):	Ritrovo ore 8.30 Termine Conferma Iscrizioni ore 9.30 Inizio Gare ore 10.00

PUNTEGGI

In tutte le gare previste verranno assegnati i seguenti punteggi individuali:

-M35-M40-M45	50 punti al 1° class. ed a scalare di un punto sino al 50° posto.	-F35-F40-F45	50 punti al 1° class. ed a scalare di un punto sino al 50° posto
-M50-M55 -M60	30 punti al 1° class. ed a scalare di un punto sino al 30° posto.	-F50-F55 F60	30 punti al 1° class. ed a scalare di un punto sino al 30° posto
-M65-M70-M75-M80 e oltre	15 punti al 1° class. ed a scalare di un punto sino al 15° posto.	-F65-F 70-F75-F80 e oltre	15 punti al 1° class. ed a scalare di un punto sino al 15° posto

In ogni categoria verrà assegnato un punto a tutti coloro che si classificheranno al termine della gara.

CLASSIFICA PER SOCIETÀ

Le classifiche verranno stilate sommando i punteggi ottenuti dai migliori 4 atleti/e di Società per ognuna delle Categorie di età fino ad un massimo di 20 punteggi e conseguiti da ogni Società in 4 delle 5 manifestazioni previste.

Esiste l'obbligo di partecipare alla prova di Campionato Regionale Individuale U/D prevista per il **21 FEBBRAIO 2010 a Desenzano del Garda (BS)**.

In caso di parità, la Classifica di Società sarà determinata tenendo conto del miglior piazzamento ottenuto dalla Società (somma dei punti di una prova). In caso di ulteriore parità varrà il miglior piazzamento del singolo atleta in almeno due manifestazioni.

PREMI

A cura del C.R.L. verranno premiate le prime 3 (tre) Società Uomini e le prime 3 (tre) Società Donne.

TROFEO DELLE PROVINCIE LOMBARDE DI CORSA CAMPESTRE – Categoria MASTER U/D

Il Comitato Regionale Lombardia della F.I.D.A.L. indice la 1^a edizione del "Trofeo delle Provincie Lombarde di Corsa Campestre", manifestazione di corsa campestre per rappresentative provinciali riservata alla Categoria Master U/D

La manifestazione si terrà in prova unica a **a Desenzano del Garda (BS)**, in data **21 FEBBRAIO 2010** contestualmente al Campionato Regionale di corsa campestre cat. Master.

CRITERI DI CONVOCAZIONE RAPPRESENTATIVE PROVINCIALI

Ogni squadra sarà composta da un massimo di 10 rappresentanti per le categorie femminili e 10 rappresentanti per le categorie maschili, uno per ciascuna delle seguenti categoria di età: F/M35-F/M40-F/M45-F/M50-F/M55-MF/M60-F/M65-F/M70-F/M75-F/M80 e oltre

Il criterio di convocazione degli atleti di ciascuna rappresentativa provinciale sarà basato sui risultati dei campionati provinciali individuali e, in subordine, sui risultati individuali ottenuti dagli atleti che prenderanno parte al campionato regionale di società come qui indicato:

- saranno convocati gli atleti vincitori del campionato provinciale 2010 di ciascuna categoria di età prevista dal regolamento del Trofeo
- qualora non esistano campioni provinciali e' lasciata facoltà ai responsabili master provinciali di convocare gli atleti componenti la rappresentativa secondo criteri di loro scelta.

COMUNICAZIONE DELLA COMPOSIZIONE DELLE RAPPRESENTATIVE PROVINCIALI

La composizione delle rappresentative provinciali dovrà essere comunicata dai Comitati Provinciali al Comitato Regionale entro **il mercoledì precedente la gara**.

Si invitano i Comitati Provinciali a rendere riconoscibili durante la disputa della gara gli atleti componenti della rappresentativa.

PUNTEGGI E CRITERI DI CLASSIFICA

Per ogni categoria di sesso/età saranno assegnati 15 punti al primo atleta facente parte delle rappresentative provinciali classificato e punteggi a scalare di un'unità per tutte le successive posizioni di classifica.

Il punteggio complessivo della provincia sarà dato dalla somma di tutti i punteggi acquisiti dai suoi atleti sia delle categorie femminili che maschili

La classifica finale sarà stilata sulla base dei migliori 10 punteggi ottenuti da ciascuna Provincia

In caso di parità, la classifica sarà determinata tenendo conto dei migliori piazzamenti ottenuti dagli atleti della Provincia nella classifica finale di ciascuna categoria.

PREMI

A cura del C.R.L. verrà premiata sul campo di gara al termine della manifestazione la prima provincia classificata con la consegna del Trofeo delle Provincie Lombarde.

marciacaratesi



Amici dello Sport di Briosco - Atl. VIS Nova Giussano - Atl. Cesano Maderno
Marathon Club Seveso - GP Villasantese - ASD Marciacaratesi

organizzano:

XXIV CAMPIONATO BRIANZOLO DI CORSA CAMPESTRE

La partecipazione è riservata ai tesserati FIDAL ed agli Enti di Promozione Sportiva
(sono esclusi gli atleti in possesso del solo certificato medico di Idoneità Agonistica)

1^ PROVA Briosco - org. Amici dello Sport di Briosco - tel. 0362-95648
Sabato 16 gennaio Località Monbello c/o Baita degli Alpini - Capriano di Briosco

2^ PROVA Giussano - org. Atletica Vis Nova Giussano - tel. 348-5491661
Sabato 23 gennaio Località Laghetto di Giussano

3^ PROVA Cesano Maderno - org. Atl. Cesano Maderno - tel. 335-8254452
Sabato 30 gennaio Villaggio SNIA - str. Per Ceriano L. - via Marconato

4^ PROVA Seveso - org. Marathon Club Seveso - tel. 0362 - 508526
Sabato 13 febbraio Bosco delle Querce - via Negri - Seveso

5^ PROVA Parco di Monza - org. GP Villasantese - tel. 039-2752490
Sabato 20 febbraio Cascina San Fedele - Entrata Porta Monza

6^ PROVA Carate Brianza - org. ASD Marciacaratesi - tel. 338-8575295
Sabato 27 febbraio Residenza "Il Parco" - viale Garibaldi, 37 - Carate Brianza

Per tutte le prove ritrovo ore 13.45 e inizio gare ore 14.40

Info: <http://www.marciacaratesi.it/> - [mailto: infotiscali@marciacaratesi.it](mailto:infotiscali@marciacaratesi.it)

Le premiazioni si terranno venerdì 12 marzo a Carate Brianza
Auditorium Residenza "Il Parco" viale Garibaldi, 37

XXIX TROFEO EMILIO MONGA

Rassegna Regionale individuale e di società di corsa campestre

U.S. ACLI indice la rassegna regionale di corsa campestre riservata ad atleti amatori/veterani M/F associati alle società lombarde affiliate all'ASSA, alla Fidal ed agli Enti di Promozione Sportiva.

Possono partecipare tutti gli atleti tesserati Fidal o agli EPS e chi presenterà certificato agonistico di visita medica di tipo B non scaduto. Si ricorda che il responsabile è sempre il Presidente di società.

Non possono partecipare atleti delle categorie Junior/Promesse e Senior tesserati Fidal, anche se tesserati ad un EPS.

Atleti fuori Regione: possono partecipare senza portare punti alla società e senza andare a premi.

La manifestazione del 29° Trofeo Monga (ideato nel 1981 dalla U.S. ACLI), si svolgerà, in 5 prove, come segue:

1a prova	20 dicembre 2009	Treviglio (Bg)	Rotazione:	F/H –MiniMonga - G/I
2a “	17 Gennaio 2010	Paderno Dugnano (Mi)	“	G/I –MiniMonga - F/H
3a “	24 Gennaio 2010	Busto Arsizio (Va)	“	F/H –MiniMonga - G/I
4a “	7 Febbraio 2010	Cinisello (Mi)	“	G/I – MiniMonga - F/H
5a “	14 Febbraio 2010	Cologno al Serio (Bg)	“	F/H– MiniMonga– G/I

Lunghezza del percorso:

Km. 3-4 circa per le categorie femminili A/B/C/D/E/E1 e L/L1 maschile - Km. 6-7 circa per le categorie maschili F/G/H/I

La successione delle partenze sarà indicata nei programmi delle singole prove redatti e distribuiti a cura delle società organizzatrici, ma che avrà la seguente traccia:

Ore 8,15 ritrovo – ore 9,00 chiusura iscrizioni società – ore 9,15 chiusura iscrizioni singoli – ore 9,30 inizio gare con tutte le categorie femminili e la L e L1 maschile. A rotazione le altre categorie con i seguenti orari di massima: 9,50 – 10,50.

CLASSIFICHE

Di Società: per ogni categoria, a conclusione di ogni gara verranno attribuiti al primo classificato tanti punti quanti sono i classificati, a scalare di uno fino a dare un punto all'ultimo.

Vi sarà una classifica distinta di Società Maschile e Femminile che risulterà dalla sommatoria dei punteggi ottenuti nelle prove e nelle varie categorie dagli atleti/e appartenenti alla stessa squadra.

La Società che avrà ottenuto il punteggio maggiore vincerà il Trofeo Monga 2010

Individuale: verranno assegnati al primo di ogni categoria 50 punti, al secondo 49 ecc.; vince la rassegna individuale l'atleta che ha totalizzato più punti, sommando i punteggi ottenuti nelle prove, quante esse siano.

PREMIAZIONI

Al termine di ogni prova, a cura delle società organizzatrici, verranno premiati i primi tre atleti/e classificati per ogni categoria.

Atleti con certificati medici non vanno a premi.

Le premiazioni avranno inizio 20 minuti dopo la partenza dell'ultima serie. I premi devono essere ritirati dagli atleti. In loro assenza tali premi passano al successivo classificato. Non sono ammesse deleghe neppure ai dirigenti della società di appartenenza.

A conclusione del Trofeo Monga, a cura di U.S. ACLI verranno premiati i primi tre atleti/e delle rispettive classifiche individuali di categoria, nonché le prime 20 società maschili e le prime 10 società femminili.

CATEGORIE	Donne	CAT. A	92-91-90-89-88-87-86-85-84-83-82-81	CAT. F	Uomini
		CAT. B	80-79-78-77-76-75-74-73-72-71	CAT. G	
		CAT. C	70-69-68-67-66-65-64-63-62-61	CAT. H	
		CAT. D	60-59-58-57-56-55-54-53-52-51	CAT. I	
		CAT. E	50-49-48-47-46-45-44-43-42-41	CAT. L	
		CAT. E1	40 e precedenti	CAT. L1	

ISCRIZIONI

Il pettorale, non scambiabile tra gli atleti, è valido per tutte le prove e costa Euro 1,00

Per ogni manifestazione la quota di iscrizione è di Euro 1,50 per atleti iscritti dalle società convenzionate, su unica lista firmata dal Presidente. Iscrizioni aggiunte, individuali, di società non collegate e con certificati medici, saranno considerate singole e l'iscrizione costerà, per ogni singola gara, Euro 3,00.

Trofeo MINI-MONGA riservato a ragazzi/e cadetti/e nati negli anni 97/98 e 95/96

Percorso massimo mt. 1200 – Partenza unica ore 10,30 – Classifiche separate M/F per rag. e cad.

Trattasi di sperimentazione, quindi è richiesta la massima collaborazione.

Premi: secondo disponibilità delle società organizzatrici. Iscrizione gratuita.