



## **1^ Edizione della Gara Podistica "PICO RUN DAY"**

**21 Dicembre 2025**

**Ritrovo ore 08:45 - Partenza ore 10:00**

**Pico (FR) P.zza Ferrucci**

### **Gara competitiva di km 9.8** **Prova non competitiva a passo libero di km 2.5**

La manifestazione a carattere regionale, organizzata dall' **A.S.D. BERRUNNING**, con il patrocinio del Comune di Pico, sotto l'egida del Comitato Regionale della Fidal Lazio, si svolgerà domenica **21 Dicembre 2025** con ritrovo alle ore 08.45 in P.zza Ferrucci, nel Comune di Pico (FR) e partenza alle ore **10:00**.

#### **REQUISITI DI PARTECIPAZIONE**

**Possono partecipare alla gara competitiva di km 9.8:**

1. Gli atleti italiani e stranieri tesserati per società affiliate alla Fidal, o tesserati con un ente di promozione sportiva (in convenzione con la FIDAL) che abbiano compiuto il **16mo** anno di età (**millesimo di età**).

Le iscrizioni delle società dovranno essere sottoscritte dal presidente della società che si assume tutte le responsabilità relative ai propri atleti, in particolare per quanto concerne il rispetto delle norme che regolano la disciplina giuridica sulla tutela sanitaria relativa all'attività sportiva agonistica. Nel caso di iscrizioni individuali, gli atleti dovranno presentare, all'atto del ritiro del pettorale, la tessera rilasciata dall'ente di promozione sportiva, o il cedolino di iscrizione per l'anno in corso rilasciato dalla Fidal o dichiarazione del Presidente della società di appartenenza che attesta il loro tesseramento e copia del certificato medico.

2. Gli atleti tesserati Runcard che abbiano compiuto il **20mo** anno di età (**millesimo di età**) consegnando la tessera e il certificato medico agonistico specifico per l'atletica leggera.

#### **NON E' POSSIBILE PARTECIPARE ESIBENDO IL SOLO CERTIFICATO MEDICO AGONISTICO**

**La passeggiata non competitiva di Km 2.5 è aperta a tutti.**

## PERCORSO

La prova competitiva si svolge su un circuito di circa 4.9 km, da ripetere due volte, mentre la prova non competitiva si svolge su un circuito ridotto di km 2.5 che condivide solo in parte il percorso della prova competitiva.

Per la prova competitiva viene fissato un tempo massimo di 1 ora e 30 minuti.

## MODALITA' DI ISCRIZIONE GARA COMPETITIVA 9.8 KM

L'iscrizione per la gara competitiva, potrà essere effettuata a partire dal **21 Novembre 2025** fino a Venerdì **19 Dicembre 2025**, nel seguente modo:

- bonifico bancario:

IBAN: **IT56G0529674650CC0060001160** intestato a **MTB PICO LUPI DEGLI AURUNCI** causale **"Iscrizione PICO RUN DAY"**;

Le iscrizioni possono essere effettuate tramite il sito: [www.digitalrace.it](http://www.digitalrace.it) nell'**area gare** unitamente alla copia del bonifico.

Sarà possibile iscriversi anche domenica mattina 21 Dicembre, fino a 30 minuti prima della partenza, presso il luogo di ritrovo della gara al costo di **15 €**.

## MODALITA' DI ISCRIZIONE GARA NON COMPETITIVA 2.5 KM

L'iscrizione per la gara non competitiva, potrà essere effettuata la mattina della gara, fino a 30 minuti prima della partenza.

## QUOTA D'ISCRIZIONE

**Per la prova competitiva la quota è di 12 €**

E' garantito il pacco gara ai primi **150** atleti iscritti che comprende anche una medaglia ricordo.

## RITIRO DEI PETTORALI E PACCO GARA

Il pettorale e il pacco gara dovranno essere ritirati la mattina della gara dalle 08:00 fino alle 09:00 sul luogo di ritrovo e partenza della manifestazione.

## CRONOMETRAGGIO E CLASSIFICHE

La gestione della classifica competitiva sarà a cura di **digitalrace**, unitamente al pettorale verrà consegnato il chip elettronico da restituire a fine gara (risarcimento di Euro 20 per ogni chip non restituito).

## PREMIAZIONI

### PREMIAZIONE ASSOLUTI UOMINI/DONNE

|                    |                                             |
|--------------------|---------------------------------------------|
| 1° Classificato/a: | Confezione di prodotti alimentari + trofeo. |
| 2° Classificato/a: | Confezione di prodotti alimentari + trofeo. |

**PREMI DI CATEGORIA****UOMINI**

|                           |         |
|---------------------------|---------|
| AM (16-17anni) 2008/2009  | primi 3 |
| JM (18-19 anni) 2007/2006 | primi 3 |
| SM (20-34 anni) 2005/1991 | primi 3 |
| SM (35-39 anni) 1990/1986 | primi 3 |
| SM (40-44 anni) 1985/1981 | primi 3 |
| SM (45-49 anni) 1980/1976 | primi 3 |
| SM (50-54 anni) 1975/1971 | primi 3 |
| SM (55-59 anni) 1970/1966 | primi 3 |
| SM (60-64 anni) 1965/1961 | primi 3 |
| SM (65-69 anni) 1960/1956 | primi 3 |
| SM (70-74 anni) 1955/1951 | primi 3 |
| SM (75-79 anni) 1950/1946 | primi 3 |

**DONNE**

|                           |         |
|---------------------------|---------|
| AF (16-17 anni) 2008/2009 | prime 3 |
| JF (18-19 anni) 2007/2006 | prime 3 |
| SF (20-34 anni) 2005/1991 | prime 3 |
| SF (35-39 anni) 1990/1986 | prime 3 |
| SF (40-44 anni) 1985/1981 | prime 3 |
| SF (45-49 anni) 1980/1976 | prime 3 |
| SF (50-54 anni) 1975/1971 | prime 3 |
| SF (55-59 anni) 1970/1966 | prime 3 |
| SF (60-64 anni) 1965/1961 | prime 3 |
| SF (65-69 anni) 1960/1956 | prime 3 |
| SF (70-74 anni) 1955/1951 | prime 3 |
| SF (75-79 anni) 1950/1946 | prime 3 |

**PREMI DI SOCIETA'**

Rimborso spese per le prime 6 società con un minimo di 20 atleti classificati.

|                 |            |
|-----------------|------------|
| 1° Classificata | € 300 r.s. |
| 2° Classificata | € 200 r.s. |
| 3° Classificata | € 100 r.s. |
| 4° Classificata | € 80 r.s.  |
| 5° Classificata | € 60 r.s.  |
| 6° Classificata | € 40 r.s.  |

**SEGNALAZIONI CHILOMETRICHE E RISTORI**

Sarà assicurato un ristoro intermedio (al passaggio dei 5° km) e un ristoro finale. La segnalazione chilometrica sarà indicata in modo visibile con apposita cartellonistica.

**ASSISTENZA MEDICA E GIURIA**

Gli Atleti durante lo svolgimento della gara saranno assistiti da un servizio medico, al seguito con ambulanza fornita di defibrillatore. Il servizio di giuria sarà espletato dal Gruppo Giudici Gare. Ai fini della sicurezza individuale degli Atleti, il Percorso sarà sottoposto alla sorveglianza e vigilanza degli addetti dell'organizzazione.

**RECLAMI**

I Reclami vanno presentati per iscritto e consegnati, al Giudice d'Appello, entro 30 minuti dalla pubblicazione dei risultati accompagnati dalla tassa di € 50,00 (cinquanta/00) che verranno restituite se il reclamo verrà accolto

**INFORMAZIONI**

Pagina Facebook:



ASD Berrunning

infoline: Daniele Bernardelli 3401977638  
Grossi Stefano 349.7544901

mail: tedeschi.andrea.at@gmail.com  
mail: stefanog79@hotmail.it

**A.S.D. BERRUNNING**

Via Le Caselle,41/I c.a.p. 03040 Settefrati (FR) Tel:3401977638

Con l'iscrizione alla corsa podistica "PICO RUN DAY" il partecipante dichiara di conoscere tutti gli articoli del presente regolamento, in particolare quello che attiene l'obbligatorietà del rispetto delle norme sulla tutela sanitaria dell'attività sportiva agonistica e conferma, sotto la propria responsabilità, di aver dichiarato la verità (art. 2 legge 4/1/68 n. 15 come modificato dall'art. 3 comma 10 legge 15/5/1997 n. 127).

Per quanto non contemplato nel presente regolamento si fa riferimento al Regolamento tecnico-organizzativo approvato dalla FIDAL. Il partecipante inoltre esonera gli organizzatori, l'A.S.D. BERRUNNING e i loro collaboratori, tutti gli sponsor e qualsiasi altra persona o entità correlata all'evento da ogni responsabilità civile e penale per danni a persone e/o cose da se causati o se derivati. Autorizza gli enti coinvolti all'utilizzo di foto, video o qualsiasi altro materiale che lo riguardi registrato durante l'evento e, ai sensi del D.Lgs. n. 196/03, al trattamento dei dati personali (ex art. 13), dei dati sensibili (art. 4 lett. D e art. 26). Sarà possibile modificare o cancellare i propri dati in ogni momento.

L'evento avrà luogo anche in caso di poggia. Se, per circostanze straordinarie fosse annullato, tutti i proventi delle quote di iscrizione saranno comunque devoluti in beneficenza. L'organizzazione si riserva di modificare, in qualunque momento, ogni clausola del presente regolamento per motivi di forza maggiore.

PICO (FR), 15/10/2025

A.S.D. BERRUNNING