

# MEZZA MARATONA DELLE MARINE

24 SET 2023

ISCRIZIONI

[www.timingrun.it](http://www.timingrun.it)

RITROVO 08.30 CENTRO COSTAVERDE



21 KM  
COMPETITIVA  
10 KM  
NON COMPETITIVA

## RUN COAST TO COAST

Il percorso tra Montenero Marina,  
San Salvo Marina e Vasto Marina

PER INFO:

Davide 338.4105639 Lucio 339.8821975 Gianpaolo 329.5975690

 **centroCostaverde**  
AL VILLAGGIO SHOPPING C'È ARIA DI CASA



Contrada Padula / SS16  
MONTENERO DI BISACCIA



# Regolamento

## Mezza maratona delle marine del 24 Settembre 2023

L'A.S.D Podistica Montenero in collaborazione con le "podistica San Salvo" è la " Podistica Vasto", con il patrocinio del comune di Montenero di Bisaccia ,comune di San Salvo, comune di Vasto ,organizzano la 1° MEZZA MARATONA DELLE MARINE.

Gara podistica che prevede un percorso di KM 21,097 omologato UISP e un percorso non competitivo di KM 10 .

La gara podistica denominata " MEZZA MARATONA DELLE MARINE " è aperta a tutti gli atleti regolarmente tesserati alla UISP o FIDAL o altri enti di promozione sportiva o possessori di runcard e che siano in possesso di certificato medico di idoneità sportiva.

Il percorso si snoda su un'area prettamente pianeggiante contrassegnato da cartelli indicativi sia per la competitiva di 21 km , che per la non competitiva di km 10 .

La gara competitiva di Km 21 che partirà dal centro commerciale "COSTA VERDE" comune di Montenero di Bisaccia contrassegnata con cartello 21 è freccia indicativa, attraverserà la marina di Montenero di bisaccia proseguendo per un tratto la ss16 per poi arrivare nel territorio di San Salvo marina attraversando tutto il lungo mare , per poi immettersi sulla pista ciclabile che porta al comune di Vasto. Percorrendo la pista ciclabile fino alla piazza "GUARDIA COSTIERA " dove ci sarà L'intermedio cronometrico per poi ripercorrere il percorso all'inverso.

Tempo Massimo 3:00ore

La gara non competitiva di Km 10 partirà insieme alla competitiva di km 21 , che seguirà il percorso identificato col i cartelli KM 10 e freccia indicativa.

La gara sarà gestita con personale autorizzato dall'organizzazione con: mezzo con cartello inizio gara e con altro mezzo con cartello fine gara.

E' obbligatorio seguire il percorso accuratamente segnalato con cartelli "km 21" o "km 10".

Le iscrizioni possono essere fatte tramite il sito TIMINGRUN o via mail al seguente indirizzo: [timingrun@gmail.com](mailto:timingrun@gmail.com)

La quota d'iscrizione fino al 15 Agosto ore 24:00 è di euro 15,00 ,fino al Sabato 30Agosto ore 24:00 è di euro 20,00 , fino al mercoledì 20 Settembre ore 24:00 è di euro 25.00. La quota d'iscrizione deve essere versata tramite versamento IBAN : IT43I 0818941190000000018754 Intestazione Asd Podistica Montenero con causale ( iscrizione mezza maratona delle marine e noime Atleta).

Per le società che iscrivono più di 15 atleti ci sarà uno sconto del 50% nel periodo sopra indicato al costo dell'iscrizione, valido fino al mercoledì 20 settembre ore 24:00 .

La quota d'iscrizione per la gara non competitiva di km 10 è di euro 8,00 .Per la non competitiva non è previsto lo sconto del 50% .

La gara competitiva di km 21 sarà cronometrata con cip in comodato d'uso è con rilievo cronometrico intermedio a metà percorso,giudici di gara UISP.

Il cip elettronico deve essere riconsegnato obbligatoriamente per evitare sanzione alla società di appartenenza del costo di euro 10.

Nel percorso della km 21 saranno previsti tre ristori ogni 5 km con acqua prodotti alimentari accuratamente sigillati.

## **PACCO GARA**

Per la gara competitiva di km 21 è previsto maglietta tecnica è medaglia celebrativa più pacco con prodotti alimentari.

Per la non competitiva di km 10 è previsto pacco con prodotti alimentare .

## **ASSISTENZA MEDICA**

Ambulanza è medico

## **PROGRAMMA ORARIO**

Ore 08:00 ritrovo presso arena centro commerciale COSTA VERDE “montenero di bisaccia “ ( cb ) Molise .

Ore 09:30 partenza gara competitiva di Km 21 e la non competitiva di Km 10 presso arena centro commerciale .

Ore 12:00 circa premiazione

## **PREMIAZIONE**

Saranno premiati :

1°-2°-3° assoluti maschili e femminili

1°-2°-3° maschili e femminili delle categorie : 18/30/35/40/45/50/55/60/65/70

Le prime tre società regionali con più atleti iscritti alle manifestazione . Le prime tre società extra regionali con più atleti iscritti alle manifestazione.

A S D. PODISTICA MONTENERO

A S D. PODISTICA SAN SALVO

A S D. PODISTICA VASTO