

17ª CORSA di S. MARTINO

Domenica 10 Novembre 2013
CONTROGUERRA (TE)

Gara podistica Internazionale Fidal
di Corsa Competitiva su strada di km 15

Gara del calendario
del 35° CRM Marche

Gara del circuito
"Piceni & Pretuzi"



Gara valevole



Gara Gemellata con **INVERNALISSIMA** del 15/12/2013

5° TROFEO



Ritrovo ore 8,30 in
PIAZZA del Commercio
Controguerra (TE)

• **3° Mangialonga Run**
Camminata non competitiva
di 5 Km e di 5 ristori aperta a tutti.

• **Gare Competitive Fidal**
per Ragazzi (km 0.7 - 1.5)



- **Ai primi 500 arrivati al traguardo della 15 Km un TELO SPUGNA omaggio**
Premi assoluti per i primi 8 m. e 5 f. Premi per i primi di tutte le Categorie Fidal m/f. Premi per le prime 50 società con più iscritti
- **Maxi lotteria gratuita + pennetta party + castagne e vino novello**
- **Pacchetto turistico "Weekendsport 2013" ad un prezzo Super Economico**

Iscrizioni, programma
e regolamento su:

www.corsadisanmartino.it
info@corsadisanmartino.it

Per informazioni
347.5802480 - fax 0861.809016



Comune di
CONTROGUERRA



Comune di
TORANO NUOVO



Provincia di
TERAMO



Regione
ABRUZZO



FIDAL



Rai Sport 1



PREMI GARA COMPETITIVA E RIMBORSI SPESE

All'atto della premiazione è obbligatorio esibire un documento d'identità.

I premi in denaro verranno corrisposti al lordo di eventuali ritenute fiscali (legge 342/2000) e previa presentazione del codice fiscale e dell'autocertificazione di cui all'art. 25 comma 4° L. 133/99

PRIMI 8 UOMINI ASSOLUTI DELLA KM 15

- 1° Rimborso spese € 350 + 5° Trofeo IPER + Prosciutto + Conf. Vini + Omaggio New Balance
- 2° Rimborso spese € 250 + Medaglia + Prosciutto + Conf. Vini + Omaggio New Balance
- 3° Rimborso spese € 150 + Medaglia + Prosciutto + Conf. Vini + Omaggio New Balance
- 4° Rimborso spese € 120 + Prosciutto + Medaglia + Omaggio New Balance
- 5° Rimborso spese € 100 + Prosciutto + Medaglia + Omaggio New Balance
- 6° Rimborso spese € 90 + Prosciutto + Medaglia + Omaggio New Balance
- 7° Rimborso spese € 80 + Prosciutto + Medaglia + Omaggio New Balance
- 8° Rimborso spese € 70 + Prosciutto + Medaglia + Omaggio New Balance

PRIME 5 DONNE ASSOLUTE DELLA KM 15

- 1° Rimborso spese € 250 + 5° Trofeo IPER + Prosciutto + Conf. Vini + Omaggio New Balance
- 2° Rimborso spese € 200 + Medaglia + Prosciutto + Conf. Vini + Omaggio New Balance
- 3° Rimborso spese € 150 + Medaglia + Prosciutto + Conf. Vini + Omaggio New Balance
- 4° Rimborso spese € 120 + Prosciutto + Medaglia + Omaggio New Balance
- 5° Rimborso spese € 100 + Prosciutto + Medaglia + Omaggio New Balance

PREMI SOCIETA'

Alla 1° Società un prosciutto, una lonza ed un pacco di pasta da 12 kg.

Dalla 2° alla 10° Società con prosciutti.

Dalla 11° alla 20° Società con prosciuttelli.

Dalla 21° alla 30° Società con lonze.

Dalla 31° alla 50° Società con pacchi di pasta.

Le classifiche delle società comprendono gli iscritti a tutte le gare in corso (competitive e non) pervenute entro i termini di iscrizione. Non verranno inclusi nelle classifiche delle società coloro che si iscriveranno il giorno stesso della gara.

PREMI AGGIUNTIVI: A tutte le società sportive che raggiungeranno Controguerra con arrivi in pullman organizzati di almeno 45 persone (da indicare nel fax o email all'atto dell'iscrizione) verrà riservato loro, in aggiunta ai premi già spettanti, un prosciutto.

PREMI PER CATEGORIE 15 KM

Maschile

I primi 10 delle categorie M30 - M35 - M40 - M45

I primi 7 delle categorie TM (23-29) - M50 - M55

I primi 5 delle categorie A (16-22) - M60 - M65 - M70 - M75 e oltre

Femminile

Le prime 7 delle categorie TF (16-29) - F30 - F35 - F40 - F45

Le prime 5 delle categorie F50 - F55 - F60 - F65 - F70 e oltre

Tutte le categorie maschili e femminili verranno premiate con prosciutti, prosciuttelli, lonze, salami e premi in natura e materiale tecnico New Balance a scalare.

GARA RAGAZZI (Categorie Giovanili)

Le Gare dei Ragazzi si svolgeranno alle ore 9,40 dopo la partenza della km 15.

Categorie Gara di km 0.7

Esordienti A (maschile e femminile).....nati negli anni 2002/2003 (10-11 anni)

Esordienti B (maschile e femminile).....nati negli anni 2004/2005 (8-9 anni)

Esordienti C (maschile e femminile)..... nati negli anni 2006/2007 (6-7 anni)

Categorie Gara di km 1.5

Ragazzi/e (maschile e femminile)..... nati negli anni 2000/2001 (12 - 13 anni)

Cadetti/e (maschile e femminile)..... nati negli anni 1998/1999 (14 - 15 anni)

Premi ai 3 primi uomini e alle prime 3 donne di ciascuna categoria con coppe, medaglie, zainetti, giochi Lisciani e premi in natura.

CATEGORIA DISABILI

Verranno premiati i primi 3 Assoluti Uomini e Donne appartenenti alla categoria disabili iscritti alla Federazione Italiana Sport Disabili.

GARA NON COMPETITIVA "3° MANGIALONGA RUN"

La gara non competitiva denominata "3° Mangialonga Run" di km 5, in quanto tale, non prevede né una classifica né alcuna premiazione. Coloro che vi parteciperanno tuttavia avranno diritto al ritiro del pacco gara a loro riservato che potrà essere ritirato nell'apposito camion posto a circa 200 metri dopo l'arco di arrivo.

PREMIO EXTRA

Qualora verrà battuto il record del percorso della km 15 maschile e/o femminile al vincitore verrà aggiunto un premio supplementare in denaro di € 150,00.

PACCHETTO TURISTICO "WEEKENDSPORT 2013"

ACCOGLIENZA ATLETI ED ACCOMPAGNATORI

Per gli atleti e accompagnatori che vorranno pernottare il fine settimana offriamo un pacchetto turistico con due diverse opzioni:

- **PACCHETTO COMPLETO** al prezzo complessivo di € 55,00 per persona comprensivo di: pernottamento il sabato sera, due pasti completi (cena sabato e pranzo domenica), prima colazione, gita turistica, castagnata con vino novello e ballo in piazza il sabato sera, pettorale gara.

- **PACCHETTO RIDOTTO** al prezzo scontato di euro 40,00 per persona qualora vogliate rinunciare ad un pranzo o ad una cena previsti presso i ristoranti convenzionati.

Gli alloggi sono localizzati presso gli agriturismi e/o gli alberghi convenzionati della zona e saranno comunicati con largo anticipo dall'organizzazione via email o via telefono. La richiesta di camere singole saranno soggette ad un **supplemento di euro 10,00**.

PROGRAMMA

- Arrivo Sabato (mattina o primo pomeriggio) e sistemazione presso gli agriturismi e/o alberghi assegnati dall'organizzazione e localizzati a Controguerra o dintorni;
- Mattina/Pomeriggio visita gratuita in completa autonomia alle cantine e frantoi che aderiscono all'iniziativa "Cantine & Frantoi Aperti" seguendo la mappa dettagliata che vi verrà consegnata presso gli hotel/B&B al vostro arrivo.
- Cena sabato presso i ristoranti convenzionati che verranno comunicati con anticipo agli atleti (ore 20.15);
- Sabato notte (dalle ore 21.30 in poi) "Festa di San Martino" al centro storico del paese con castagne, vino novello, musica e ballo, presentazione dei Top Runners con consegna dei pettorali a cura di Paolo Sinibaldi. Visita gratuita presso l'Enoteca Comunale al centro storico di Controguerra;
- Pernottamento e prima colazione presso gli agriturismi/alberghi assegnati dall'organizzazione;
- Domenica ore 8,30 ritrovo in Piazza del Commercio. Ore 9,30 partenza della Gara comp. km 15 e della "3°Mangialonga Run" camminata di km 5 e di 5 ristori;
- Ore 9,40 partenza gare ragazzi. Ore 10,30 ristoro finale con pasta party e a seguire premiazioni finali;
- Pranzo Domenica presso i ristoranti convenzionati (ore 13,00).

Il pacchetto turistico è comprensivo dell'iscrizione GRATUITA a tutte le gare in corso con consegna del pettorale da ritirare presso le strutture alberghiere assegnate.

PRENOTAZIONI E PAGAMENTO

Attenzione: i posti sono limitati. Sono necessarie **prenotazioni on line** sul sito www.corsadisanmartino.it oppure telefonare al 347/5802480 (sig. Raffaele Traini) o 320/2895494 (sig. Mauro Scarpantonio) entro e non oltre Domenica 3 Novembre 2013.

La prenotazione deve essere obbligatoriamente seguita da pagamento anticipato a mezzo bonifico bancario versando il relativo importo su c/c bancario CARILO SPA intestato a "G.P. Avis Val Vibrata" il cui IBAN è: IT70P06195769600000000440 con causale "PACCHETTO TURISTICO 2013". La certificazione dell'avvenuto bonifico vi darà pieno diritto di prenotazione. Maggiori informazioni li trovate sul sito www.corsadisanmartino.it. La prenotazione potrà essere annullata fino a Giovedì 7 Novembre con restituzione garantita dell'intero importo del pagamento effettuato.

LOTTERIA GRATUITA

E' istituita una lotteria gratuita riservata ai soli atleti della Gara COMPETITIVA di km 15:

- Tutti gli atleti della gara della km 15 avranno diritto alla partecipazione gratuita ad una lotteria che prevede l'assegnazione casuale di 250 buoni ritiro premi che potete casualmente trovare all'interno del vostro pacco gara. I premi saranno offerti dall'organizzazione e da Lisciani Giochi.

STAMPA, FOTO E TV

La corsa sarà teletrasmessa in differita da Raisportsat 1 (data da comunicare sul sito) e da VERA TV (digitale terrestre, canale 639) il mercoledì successivo alle ore 21,00 e il giovedì alle ore 23,00. I servizi fotografici saranno a cura di Foto Castagnoli di Cesenatico e acquistabili successivamente on line sul sito internet www.fotocastagnoli.it (tel.0547-680068). I servizi stampa saranno a cura del nostro addetto stampa dr. Paolo Sinibaldi. Le Gare saranno commentate sul posto in amplificazione dai cronisti Paolo Sinibaldi e Roberto Paoletti. Le Classifiche delle Gare potranno essere consultate a partire dalla sera stessa della gara sul sito internet www.corsadisanmartino.it e sul sito tecnico www.tds-live.com

RUNNING FOR AFRICA 2013

è l'iniziativa umanitaria promossa dal Gruppo Podistico Avis Val Vibrata in collaborazione con la Caritas a cui la Corsa di San Martino darà piena adesione e promuoverà il giorno

10 Novembre 2013. Si tratta di un'iniziativa che prevede di regalare alle giovani popolazioni africane le nostre vecchie SCARPETTE da RUNNING che non usiamo più. A ciò possiamo aggiungere tutte le nostre T-SHIRT che spesso riceviamo come pacco gara e che non abbiamo mai indossato. Se avete a casa le vostre vecchie scarpette da running, dopo averle ben lavate (magari in lavatrice per una maggiore sterilizzazione), le potete depositare il giorno della gara nel grande raccoglitore che metteremo a disposizione sotto un apposito gazebo "RUNNING FOR AFRICA". Deposita in regalo anche le tue T-SHIRT che non hai mai indossato e che hai accumulato nel corso dei tuoi anni di sport e podismo. Partecipa anche tu, regalaci le tue vecchie scarpette e le tue T-Shirt. Aiuterai così le giovani popolazioni africane a praticare al meglio il podismo e lo sport in generale.



MA QUANTI SIETE?!



CAMPER IN CORSA - 7° Raduno Podistico Nazionale di Camperisti Runners

L'iniziativa è riservata ai soli camperisti runners e passeggiatori che vorranno cimentarsi nella 17° Corsa di San Martino, gara podistica competitiva di km 15 e camminata non competitiva di km 5 + gare per ragazzi (vedi sito internet).

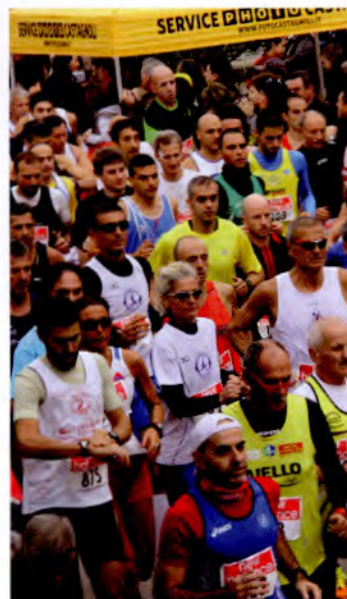
L'iniziativa prevede l'adesione piena al programma del **Pacchetto Turistico Weekendsport 2013** (ad esclusione della sistemazione alberghiera). Possono partecipare tutti i camperisti d'Italia che alloggeranno con il loro camper/roulotte nell'area parcheggio attrezzata presso il campo sportivo di Controguerra. Potete aderire alle due diverse opzioni:

- **Pacchetto COMPLETO** è di € 30,00 per persona + € 5,00 per l'equipaggio comprensiva di posteggio camper, visita Cantine & Frantoi (vedi programma), la cena del sabato, il pranzo della domenica.
- **Pacchetto RIDOTTO** è di € 15,00 per persona + € 5,00 per l'equipaggio qualora vogliate aderire alla sola cena del sabato o al solo pranzo della domenica + visita Cantine & Frantoi + posteggio camper.

Chi volesse partecipare alle gare dovrà aggiungere € 3,00 per persona valido sia per l'iscrizione alla passeggiata non competitiva di 5 km, sia per l'iscrizione alla gara competitiva di km 15 (le gare dei bambini/ragazzi sono gratuite). La partecipazione alle gare sportive **obbliga necessariamente i camperisti-runners ad indossare abbigliamento rigorosamente sportivo** (tuta, divisa, abbigliamento tecnico sportivo, ecc.)

Le iscrizioni alle gare daranno diritto al ritiro, a fine competizione, del ricco pacco gara e alla partecipazione della lotteria gratuita.

Le iscrizioni per l'adesione al 3° Raduno Podistico "Camper in Corsa" vanno fatte entro e non oltre il **5 NOVEMBRE 2013** al numero di tel. **338 8014074** (Sig. Giacinto) oppure tramite email a: camperclub.truentumsbt@yahoo.it oppure g.romandini58@gmail.com direttamente dal sito www.corsadisanmartino.it nell'apposita sezione "Camper in corsa"



"3° MANGIALONGA RUN"

CAMMINATA NON COMPETITIVA DI 5 KM E DI 5 RISTORI

Anche quest'anno la camminata non competitiva di km 5 sarà caratterizzata dall'invitante spirito di **unione tra corsa sportiva e gusto del palato**. La passeggiata prevede infatti ben 5 ricchi e succulenti ristori previsti lungo il breve percorso di gara caratterizzati ognuno da diverse specialità gastronomiche locali:

- 1° ristoro (km 2): Assaggi di affettati misti + vino novello (c/o Ristorante "La Pineta");
- 2° ristoro (km 3): Assaggi di diversi tipi di formaggio + vino novello (c/o Az. Agrituristica Tavoletti);
- 3° ristoro (km 4): Assaggio di piatto di fagioli con le cotiche + vino novello;
- 4° ristoro (km 5): Frittura di pesce;
- 5° ristoro (km 5): Pasta party ai frutti di mare e ... chi più ne ha più ne metta!!



Albo d'Oro della Corsa di San Martino

Uomini Anno Donne

Angeluggi Marino (Ita)	1997	Guzzi Barbara (Ita)
Ciafrè Rino (Ita)	1998	Gorra Orietta (Ita)
Lattanzi Giovanni (Ita)	1999	Gorra Orietta (Ita)
Caprari Mirco (Ita)	2000	Gorra Orietta (Ita)
D'Alimonte Luigi (Ita)	2001	Mancini Marcella (Ita)
Grande Daniele (Ita)	2002	Morlacchi Silvana (Ita)
Barbi Roberto (Ita)	2003	Mancini Marcella (Ita)
Annini Adil (Mar)	2004	Narcisi Ilenia (Ita)
Ahman Larby (Mar)	2005	Mancini Marcella (Ita)
Isaac Tanni (Ken)	2006	Giacomozzi Paola (Ita)
Kiptum Tabut (Ken)	2007	Mancini Marcella (Ita)
Kelifi Mehidi (Alg)	2008	Mancini Marcella (Ita)
Meli Ezeziel (Ken)	2009	Jebet Salina (Ken)
Zaid Issam (Mar)	2010	Lamachi Meryem (Mar)
Kisorio Kimeli (Ken)	2011	Janat Hanae (Mar)
Rono Julius (Ken)	2012	Soumia Labani (Mar)

Record percorso maschile 44', 34" Rono Julius (2012)
Record percorso femminile 52', 14" Lamachi Meryem (2010)



Programma e Regolamento della 17ª Corsa di San Martino



Pescara



ORGANIZZAZIONE

Gruppo Podistico AVIS Val Vibrata in collaborazione con la Pro Loco Controguerra, il Circolo Anziani di Controguerra, l'Ass. Ciclistica "Gli Amici di Controguerra", i volontari tutti e con il patrocinio del Comune di Controguerra, di Torano Nuovo e la Provincia di Teramo

RITROVO

Ore 8,30 presso piazza del Commercio a Controguerra (Te)

PARTENZE GARE

Ore 9,30 : Km 15 competitiva e Km 5 non competitiva ;
Ore 9,40 : partenza delle gare per ragazzi (km 0.7 e a seguire km 1.5)

ISCRIZIONI E PAGAMENTI

La quota d'iscrizione è fissata in € 7,00 per la km 15 (pettorale con microchip) e di € 5,00 per la camminata "3° Mangialonga Run" di Km 5 non competitiva. Per le gare dei ragazzi la quota d'iscrizione è fissata in € 2,00 per la km 0.7 e km 1,5 (all'arrivo pacco gara riservato ai ragazzi).

Le iscrizioni dei Gruppi (indicando nome, cognome, anno di nascita dell'atleta, categoria e società di appartenenza) e dei singoli si ricevono entro e non oltre le ore 20,00 di Giovedì 7/11/2013 tramite Fax al n°0861/809016 o tramite e-mail all'indirizzo iscrizioni@corsadisanmartino.it e/o , per i soli singoli, tramite la sezione "Iscrizioni-online" del sito www.corsadisanmartino.it ;

Per gli atleti della camminata di km 5 le iscrizioni possono essere fatte anche 15 min prima della gara; I pettorali di tutte le gare in corso potranno essere ritirati e pagati sul posto la mattina della gara dalle ore 7,30 alle ore 9,15.

I pettorali di coloro che hanno aderito al "Pacchetto Turistico Weekendsport 2013" comprensivi di buoni pasto, potranno essere ritirati il sabato al loro arrivo nei rispettivi alberghi o agriturismi assegnati. Per la prenotazione e pagamento del pacchetto turistico vedi apposita sezione sul volantino o sul sito web www.corsadisanmartino.it

Per info chiamare il sig. Raffaele Traini al 347/5802480 oppure Mauro Scarpantonio al 320/2895494.

REGOLAMENTO E RESPONSABILITA'

Possono partecipare alla gara competitiva tutti i tesserati FIDAL e UISP in regola con il tesseramento 2013.

I singoli non appartenenti a nessuna società sportiva dovranno presentare copia del certificato di idoneità fisica all'attività sportiva ai sensi del D.M. 18/02/1982 e del 28/02/1983. Possono partecipare anche tesserati di Enti di promozione sportiva riconosciuti dal CONI.

I presidenti di ciascuna società dovranno sottoscrivere, nel Fax dell'iscrizione, la regolarità dei tesseramenti 2013 dei propri atleti e dell'adempimento degli stessi alle visite mediche per l'idoneità fisica all'attività sportiva. La gara si svolgerà con qualsiasi condizione atmosferica. L'organizzazione declina ogni responsabilità civile e penale per incidenti accaduti prima, durante e dopo la manifestazione.

CHIP

A ogni partecipante alla km15 della Corsa di San Martino insieme al pettorale sarà consegnato un micro-Chip per la rilevazione elettronica del tempo.

Il Chip, che sarà punzonato al pettorale di gara, dovrà essere obbligatoriamente riconsegnato subito dopo l'arrivo assieme al pettorale stesso con contestuale consegna all'atleta del pacco gara. Gli atleti che si ritirano o che non prenderanno parte alla gara dovranno comunque restituire il Chip presso i locali destinati alla consegna del pacco gara che sarà posta nei pressi dell'Arrivo. Per i Chip non restituiti sarà applicata una penale di € 15,00 che verrà richiesta alla società di appartenenza del singolo atleta o al singolo atleta stesso.

REGOLARITA' E RECLAMI

La regolarità delle gare competitive sarà garantita dai giudici arbitri FIDAL coadiuvata dai tecnici cronometri della TDS.

L'assistenza sanitaria sarà garantita dalla Croce Rossa (due ambulanze) e da un medico per tutto il percorso di gara.

Eventuali reclami potranno essere presentati entro 20' dal termine della gara al Giudice Arbitro secondo le normative Fidal.

PERCORSO

La gara competitiva di km 15 parte da Controguerra, prosegue per Torano Nuovo, si attraversa il paese e si scende verso Nereto per poi tornare a Controguerra (per C.da San Giuseppe). Percorso ben segnalato da frecce, cartelli e contachilometri. Saranno garantiti almeno 3 ristori (o più di 3) lungo il percorso di gara. Circuito agrituristico per la km 5 con ben 5 ristori tipici riservati. Circuito cittadino per le gare dei Ragazzi con ristoro finale.

PARCHEGGI E DOCCE

Ampi parcheggi segnalati nelle vicinanze della partenza. E' previsto un servizio docce e spogliatoio e servizi igienici nella palestra comunale adiacente all'arrivo della gara. La palestra e gli spogliatoi saranno presidiati da un custode per tutta la mattinata.

SERVIZIO DEPOSITO CHIAVI

Viene garantito, per tutto l'arco della giornata sportiva, un servizio gratuito personalizzato di deposito chiavi, localizzato in prossimità dell'arrivo della gara e che vi permetterà di lasciare custodite le vostre chiavi dell'auto e/o altri oggetti di carattere personale (cellulari, orologi, borse, marsupi ecc.)

PACCO GARA

A tutti i partecipanti alla km 15 una confezione di 500 gr di pasta, una bottiglia di vino locale, un succo di frutta, uno snake dolce +un Garorade. Ai partecipanti alla Km 5 una confezione di 500 gr di pasta ed una bottiglia di vino locale, un succo di frutta, uno snake dolce. Per i ragazzi premi diversi in natura. Grande ristoro finale con Pennetta Party ai frutti di mare, castagne, vino novello e degustazione di prodotti locali offerti dall'organizzazione.

