



**Domenica 12/02/2017 ore 9,15 a Montefollonico (SI)**  
**4° TRAIL dei 3 Conventi**  
**2° TRAIL di San Valentino a coppie miste di genere**  
**4° ShortTrail dei 3 Conventi**



A.S.D. e Onlus Atletica Sinalunga con il Patrocinio del Comune di Torrita di Siena in collaborazione



con LA MONTEFOLLONICO il Centro Polivalente, alla A.S.D. Polisportiva Montanina di Montefollonico organizzano: **4° TRAIL dei 3 Conventi** Competitiva di **Km 22,400 (Ecotrail)**  
**4° ShortTrail dei 3 Conventi** con percorso non competitivo di **Km 11** **2° TRAIL di San Valentino** Competitiva **a coppie miste di genere di Km 22,400 (Ecotrail)**  
**GLI ATLETI LIBERI SONO AMMESSI SOLO SE IN POSSESSO DI RUNCARD**



**TEMPO MASSIMO H 4,00-CANCELLO ORARIO all'intersezione con via del Giglio al Km 16,250 dalle h 12,00**

**➤ ISCRIZIONI 4° TRAIL dei 3 CONVENTI** (Le iscrizioni verranno chiuse al raggiungimento di 200 partecipanti)

su carta intestata della società indicando chiaramente Nome, Cognome, Data di Nascita, Numero di tessera, Ente di appartenenza il tutto a firma del responsabile della Società consegnate a mano o inviate via e-mail a **info@atleticasinalunga.it** accompagnate dalla ricevuta del bonifico del contributo iscrizione di tutti gli atleti. Bonifico con causale "Contributo iscrizione Trail dei 3 Conventi" intestato a: A.S.D. e Onlus Atletica Sinalunga IBAN: IT91B0103072041000001428831

Gli atleti se pur iscritti ad un gruppo sportivo che faranno le iscrizioni in maniera individuale dovranno allegare copia del tesserino, del bonifico e del certificato medico sportivo come previsto dal decreto interministeriale 24.04.13.

Le iscrizioni incomplete non verranno prese in carico

Il contributo iscrizione varia in funzione della data in cui viene inviata la documentazione completa oltre al pagamento:

Iscrizioni eseguite e pagamento effettuato entro **Mercoledì 8/02/2017 contributo € 20,00;**

Iscrizioni eseguite e pagamento effettuato entro **Sabato 11/02/2017 contributo € 25,00;**

Iscrizioni eseguite e pagamento effettuato **Domenica 12/02/2017 contributo € 30,00**

**➤ ISCRIZIONI 2° TRAIL di San Valentino (Festa degli INNAMORATI)**

dovranno essere effettuate con le stesse modalità e contributi quote iscrizioni come sopra indicando, chiaramente che trattasi di coppia mista di genere.

I componenti la coppia dovranno percorrere insieme l'intero percorso di Km 22,400

**➤ ISCRIZIONI 4° ShortTrail dei 3 Conventi**

con le stesse modalità previste per i partecipanti alla competitiva sia per le società che per singoli.

Iscrizioni eseguite e pagamento effettuato entro **Sabato 11/02/2017 contributo € 5,00;**

Iscrizioni eseguite e pagamento effettuato **Domenica 12/02/2017** prima della partenza **contributo € 8,00**

RITROVO: Ore 8,00 in via del Pianello a Montefollonico

PARTENZA: Ore 9,15 in via del Pianello a Montefollonico

SERV. SANITARIO: Sarà curato dalla Pubblica Assistenza di Torrita di Siena con MEDICO e DAE

RIFORNIMENTI: Numero 4 rifornimenti lungo il percorso oltre a ristoro finale

INFORMAZIONI Tiezzi Massimo 368 3156996 [www.atleticasinalunga.it](http://www.atleticasinalunga.it) e [info@atleticasinalunga.it](mailto:info@atleticasinalunga.it)

**PACCO GARA** **TRAIL:** ai primi 200 iscritti: Premi in natura vari + **BUONO PASTO** (Bruschetta, primo, secondo, contorno, dolci acqua, vino birra e vinsanto) da consumare da seduti all'interno del Teatro Bruno Vitolo di Montefollonico  
**SHORT TRAIL:** premi in natura vari.

**PRA NZO** I partecipanti allo Short Trail e gli accompagnatori possono prenotare entro Mercoledì 8 Febbraio 2017 un buono pasto versando sempre con bonifico bancario un contributo di **€ 13,00** a persona.  
**IL PRANZO SARA' LIMITATO AD UN MASSIMO DI 250 PARTECIPANTI**

**PREMIAZIONI**

**4° Trail dei 3 Conventi**

**1 PROSCIUTTO** per i primi **3 uomini e le prime 3 donne** (esclusi dalla premiazione di categoria).

**PREMIAZIONI**

**2° TRAIL di San Valentino a coppie miste di genere**

**Premiate le prime 3 coppie**  
 I premi sono al momento in fase di definizione

**Premi in natura anche per i primi tre delle 6 categorie:**

**UOMINI**

- A) nati dal 1999 al 1978
- B) nati dal 1977 al 1968
- C) nati dal 1967 al 1958
- D) nati 1957 e prec.

**DONNE**

- E) nate dal 1999 al 1968
- F) nate 1967 e prec

**Le premiazioni dopo le H 13,00 all'interno del Teatro durante il pranzo**

**MATERIALE OBBLIGATORIO**

Prima della partenza a cura dell'organizzazione verrà effettuato il controllo del seguente materiale obbligatorio:  
**SCARPE DA TRAIL - ESPOSIZIONE DEL PETTORALE GARA**

**MATERIALE CONSIGLIATO**

Data la stagione si consiglia un'adeguato abbigliamento invernale, in particolare maglia a manica lunga e guanti. Considerando che si aderisce alla campagna promossa da Spirito Trail "IO NON GETTO I MIEI RIFIUTI" si consiglia di munirsi di TAZZA O BICCHIERE, è inoltre consigliato portarsi dietro un TELEFONO CELLULARE

**Maggiori dettagli, informazioni su regolamento, percorso, profilo altimetrico, premi ecc. in aggiornamento sul sito [www.atleticasinalunga.it](http://www.atleticasinalunga.it)**

**Numero telefonico di EMERGENZA dell'organizzazione attivo il giorno della manifestazione 3668140052 (gestore TIM)**

In contemporanea con partenza alle H 9,30

**1ª MONTANINA** gara su strada competitiva di Km 11,1 e ludico motoria di Km 5