



5° ShortTrail dei 3 Conventi

3° ShortTRAIL di San Valentino a coppie miste di genere

Per ogni coppia giunta al traguardo **1 bottiglia di spumante**

Domenica

11/02/2018

h. 9,30

Montefollonico

A.S.D. e Onlus Atletica Sinalunga e A.S.D. Arezzo Nordic Walking con il Patrocinio del Comune di Torrita di Siena in collaborazione con le associazioni sportive e culturali di Montefollonico organizzano:

5° ShortTRAIL dei 3 Conventi Competitiva di **km 11,000**

3° ShortTRAIL di San Valentino Competitiva a coppie, miste di genere di **Km 11,000**

➤ **ISCRIZIONI 5° ShortTRAIL dei 3 Conventi** - non sono ammessi atleti liberi o con solo certificato su carta intestata della società con 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 **Giovedì 8/02/2018 contributo € 5,00;**

Iscrizioni eseguite da venerdì 9 e/o pagamento effettuato **Domenica 11 contributo € 7,00**

➤ **ISCRIZIONI 3° ShortTRAIL di San Valentino (Festa degli INNAMORATI)**

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 11,000

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

PARTENZA: Ore 9,30 in via del Pianello a Montefollonico

RIFORNIMENTI: Numero 1 rifornimento lungo il percorso oltre a ristoro finale

PACCO GARA

SHORT TRAIL: Per tutti premio di partecipazione in natura.

PREMIAZIONI

5° ShortTrail dei 3 Conventi



1 PROSCIUTTO per 1° uomo e 1a donna
(esclusi dalla premiazione di cat).

PREMIAZIONI

3° ShortTRAIL 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 2000 al 1979
- B) nati dal 1978 al 1969
- C) nati dal 1968 al 1959
- D) nati 1958 e prec.

DONNE

- E) nate dal 2000 al 1969
- F) nate 1968 e prec

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

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

PASSEGGIATA ludico motoria e percorso NORDIK WALKING partenza alle H 9,30

in collaborazione con la A.S.D. Arezzo NordicWalking di Km. 6 c.a ai sensi della Legge Regionale del 9 Luglio 2003 n. 35 sulla Tutela Sanitaria dello Sport e successive modifiche aperta ai nati dal 2000 ecc.

Iscrizioni € 3,00 anche domenica 11.02.2018. Per tutti i partecipanti premio in natura

La manifestazione si effettuerà con qualsiasi condizione atmosferica. - **DOCCE** c/o Campo Sportivo a mt 500 dall' arrivo

Il percorso in parte aperto al traffico ed è fatto quindi obbligo ai concorrenti di rispettare il Codice della Strada.

Il Servizio sanitario sarà curato dalla Pubblica Assistenza di Torrita di Siena con Medico e DAE

Il Regolamento completo sul sito: [www:atleticasinalunga.it](http://www.atleticasinalunga.it) - Per informazioni: info@atleticasinalunga.it - Tel 3683156996



DAMAR
IMPIANTI & TELEFONIA



Sinalunga (SI) via Trento 227
Camucia (AR) via Lauretana,37