



## REGOLAMENTO "PARMA MEZZA MARATONA" 2023

Il CUS Parma Asd organizza la 25ª edizione della "PARMA MEZZA MARATONA by CFC – REALE MUTUA", manifestazione inserita nel calendario nazionale F.I.D.A.L., che si svolgerà domenica 10 settembre 2023 con inizio alle ore 9.15.

L'evento prevede le seguenti gare agonistiche: "PARMA MEZZA MARATONA" (sulla distanza CERTIFICATA di km 21,097) e "PARMA 10 KM" (sulla distanza di km 10,050).

La **MEZZA MARATONA** è gara classificata "FIDAL BRONZE 2023".

Sono inoltre previste due manifestazioni non competitive: **PARMA 10KM SPECIAL** e la camminata **CORRI PER LA VITA 5KM**.

### ISCRIZIONI

- on line: sul sito [www.endu.net](http://www.endu.net) con pagamento tramite carta di credito, SatisPay, bonifico diretto o bonifico bancario;
- via mail o fax: compilare l'apposito modulo (scaricabile dal sito [www.parmamezzamaratona.it](http://www.parmamezzamaratona.it)) con i propri dati e spedirlo, con la ricevuta di pagamento della quota di partecipazione, via fax allo 051/9525760 o via mail a [pmm@evodata.it](mailto:pmm@evodata.it). Il pagamento dovrà in questo caso essere effettuato tramite bonifico bancario intestato a Cus Parma Asd, IBAN IT70G0313812700000013246335 - BANCA REALE (per BONIFICO BANCARIO ESTERO - BIC: BRTOITTT, con maggiorazione di € 10 per ogni bonifico);
- direttamente presso la Segreteria CUS Parma.

Non saranno accettate iscrizioni prive della quota di partecipazione.

Le iscrizioni dovranno pervenire entro la data indicata nel capitolo "Quote di partecipazione", specificando la scelta della gara alla quale si ha intenzione di partecipare e chiuderanno alle ore 24.00 del 06/09. Non verranno accettate sostituzioni e/o cambi di gara a partire dal 28/08. Eventuali modifiche saranno considerate nuove iscrizioni.

Non saranno classificati gli atleti iscritti ad una gara che ne completeranno una diversa.

Le iscrizioni sul posto saranno possibili solo sabato 09/09 in orario 10.00-19.00, presso la Segreteria Operativa in via Università (vedere il capitolo "Quote di partecipazione"). In considerazione della difficoltà di gestione delle iscrizioni dell'ultima ora, potrebbe non essere garantito a chi si iscrive sul posto il pacco gara.

I possessori della RUNCARD dovranno inviare copia della tessera e copia del certificato medico agonistico con dicitura "Atletica Leggera".

### QUOTE DI PARTECIPAZIONE\*

#### MEZZA MARATONA

- Fino al 31/03/2023 € 20
- Dal 01/04 e fino al 27/08 € 25
- Dal 28/08 e fino al 06/09 € 30

\* Le iscrizioni con bonifici bancari fatti dall'estero sono maggiorate di € 10.

- Sabato 09 settembre € 35 SOLO presso la Segreteria Operativa in Via Università – PR

#### PARMA 10 KM

- Fino al 31/03/2023 € 15
- Dal 01/04 e fino al 27/08 € 18
- Dal 28/08 e fino al 06/09 € 20

\* Le iscrizioni con bonifici bancari fatti dall'estero sono maggiorate di € 10.

- Sabato 09 settembre € 25 SOLO presso la Segreteria Operativa in Via Università – PR

**GLI ISCRITTI ENTRO IL 27/08/2023 AVRANNO DIRITTO AL PETTORALE PERSONALIZZATO CON IL NOME e ALLA MAGLIETTA TECNICA DELLA TAGLIA RICHIESTA SULL'APPOSITO MODULO.**

Le sostituzioni e/o cambi di gara **a partire da lunedì 28 agosto 2023** saranno considerate nuove iscrizioni.

In caso di mancata partecipazione, per qualsiasi motivo non verrà restituita la quota di iscrizione.

Se comunicata l'assenza entro il 31/07, l'iscrizione verrà tenuta valida per l'edizione 2024, fatti salvi i soli costi di segreteria.

### QUOTE AGEVOLATE:



**A) ISCRIZIONI SQUADRE** (per le sole iscrizioni effettuate cumulativamente):

Sulle quote di riferimento del periodo:

- 1 iscrizione gratuita ogni 10 iscritti

**B) Tesserati CUS Parma Fidal 2023** (iscrizioni da effettuarsi **SOLO** presso la Segreteria CUS Parma):

**MEZZA MARATONA**

- Dall'apertura fino al 27/08 € 15

**PARMA 10 KM**

- Dall'apertura fino al 27/08 € 12

Poi quote come da regolamento generale.

**GLI ISCRITTI ENTRO IL 27/08/2023 AVRANNO DIRITTO AL PETTORALE PERSONALIZZATO CON IL NOME e ALLA MAGLIETTA TECNICA DELLA TAGLIA RICHIESTA SULL'APPOSITO MODULO.**

**SERVIZI COMPRESI NELLA QUOTA DI PARTECIPAZIONE**

La quota di partecipazione comprende:

- Pettorale di gara;
- Assistenza medica durante la manifestazione;
- Ristori lungo il percorso (km 5, 10, 12, 17 per **MEZZA MARATONA**, km 5 per **PARMA 10 KM**) e a fine gara;
- Maglia tecnica Erreà;
- Cronometraggio con sistema Chip "usa e getta" al pettorale;
- Medaglia di partecipazione;
- Pacco gara;
- Deposito borse custodito;
- Spogliatoi in loco oltre a docce e spogliatoi a circa 700 mt con servizio trasporto;
- Servizio massaggi by Cetilar.

**POSSONO PARTECIPARE**

La partecipazione all'evento **PARMA MEZZA MARATONA** sarà riservata agli atleti tesserati Fidal, mentre alla **PARMA 10 KM** potranno partecipare anche i tesserati con Enti di promozione.

Potranno inoltre partecipare gli atleti in possesso della RUNCARD 2023 ([www.runcard.com](http://www.runcard.com), disponibile per i nati nell'anno 2003 e precedenti), presentando anche il certificato medico agonistico con indicato "Atletica Leggera".

Gli atleti non tesserati per l'anno 2023 **potranno partecipare esclusivamente alla PARMA 10KM SPECIAL** (vedi informazioni sotto riportate).

Possono partecipare:

- "**MEZZA MARATONA**": **SOLO** atleti tesserati Fidal (o con RUNCARD), dalla categoria Junior in poi, quindi nati nel 2005 e precedenti;
- "**PARMA 10 KM**": atleti tesserati Fidal o Enti di promozione, dalla categoria Allievi in poi, quindi nati nel 2007 e precedenti.

I partecipanti all'evento **PARMA MEZZA MARATONA** 2023 sollevano in ogni caso da ogni responsabilità il Comitato Organizzatore circa la propria idoneità fisica a disputare la gara scelta e inoltre dichiarano di essersi allenati adeguatamente e con scrupolo.

**REQUISITI DI PARTECIPAZIONE ATLETI NON TESSERATI IN ITALIA** (per la **MEZZA MARATONA**)

Possono partecipare gli atleti italiani/stranieri non tesserati in Italia, limitatamente alle persone da 20 anni in poi (millesimo d'età) in possesso di uno dei seguenti requisiti:

- Atleti italiani e stranieri in possesso di Runcard (valevole come assicurazione sportiva e permesso a competere) e Atleti tesserati per un Ente di Promozione Sportiva (Sez. Atletica), in possesso di Runcard-EPS, limitatamente alle persone da 20 anni in poi, in possesso di un certificato medico di idoneità agonistica specifica per l'atletica leggera, in corso di validità, che dovrà essere obbligatoriamente consegnato, anche digitalmente, alle società organizzatrici di ciascuna manifestazione.



- Atleti italiani/stranieri non tesserati in Italia in possesso di tessera di club affiliati a Federazioni Estere di Atletica Leggera riconosciute dalla World Athletics. All'atto dell'iscrizione dovranno in alternativa presentare l'autocertificazione di possesso della tessera riconosciuta dalla World Athletics. L'autocertificazione andrà poi, comunque, firmata in originale al momento del ritiro del pettorale.

### **RUN CARD**

Se volete acquistare la tessera RUNCARD 2023 (che dovrà comunque essere acquistata in autonomia dall'atleta sul sito [www.runcard.com](http://www.runcard.com)), potete scrivere per supporto tecnico a [info@parmamezzamaratona.it](mailto:info@parmamezzamaratona.it): la quota prevista è di € 30, con validità annuale (che NON VA PAGATA al Comitato Organizzatore di Parma Mezza Maratona). Per i non residenti in Italia e i tesserati agli Enti promozione sportiva (EPS) è invece prevista una quota agevolata di € 15,00. Al ritiro del pacco gara è necessario comunque presentare in originale il certificato medico agonistico che verrà conservato, in copia, agli atti della Società organizzatrice.

### **ISCRIZIONE CUS PARMA RUNNING TEAM**

In alternativa alla RUN CARD potete sottoscrivere il tesseramento al CUS PARMA Running Team, con una quota promozionale di € 25. Il tesseramento avrà validità dal 01 settembre al 31 dicembre 2023. Con il tesserino Fidal potrete partecipare sia alla **MEZZA MARATONA** che alla **PARMA 10 KM**. Obbligatorio consegnare certificato medico agonistico con dicitura ATLETICA LEGGERA in originale alla consegna del pacco gara. Se scegli questa opzione, prima di effettuare l'iscrizione scrivi a [running@cusparma.it](mailto:running@cusparma.it) per ricevere le informazioni relative alle procedure da seguire.

### **PARMA 10KM SPECIAL**

La **PARMA 10KM SPECIAL** è una manifestazione NON COMPETITIVA.

Sarà possibile partecipare alla "**PARMA 10KM SPECIAL**", usufruendo in parte dei servizi offerti per gli atleti competitivi.

Costo iscrizioni:

- Fino al 31/03/2023 € 15
- Dal 01/04 e fino al 27/08 € 18
- Dal 28/08 e fino al 07/09 € 20

\* Le iscrizioni con bonifici bancari fatti dall'estero sono maggiorate di € 10.

- Sabato 09 e domenica 10 settembre € 25 SOLO presso l'apposito Stand in Piazza Garibaldi

**GLI ISCRITTI ENTRO IL 27/08/2023 AVRANNO DIRITTO AL PETTORALE PERSONALIZZATO CON IL NOME e ALLA MAGLIETTA TECNICA DELLA TAGLIA RICHIESTA SULL'APPOSITO MODULO.**

Gli iscritti hanno diritto a:

- Pettorale di gara;
- Assistenza medica durante la manifestazione;
- Ristori lungo il percorso (km 5) e a fine gara;
- Maglia tecnica Erreà;
- Cronometraggio con sistema Chip "usa e getta" al pettorale;
- Medaglia di partecipazione;
- Pacco gara;
- Deposito borse custodito;
- Spogliatoi in loco oltre a docce e spogliatoi a circa 700 mt con servizio trasporto;
- Servizio massaggi by Cetilar.

Agli atleti iscritti alla manifestazione non competitiva **PARMA 10KM SPECIAL** sarà consegnato il chip "usa e getta" al pettorale per la rilevazione del tempo finale, ma NON sarà pubblicata nessuna graduatoria individuale, essendo la manifestazione non competitiva.

L'iscrizione sarà possibile fino al **07 settembre 2023** con queste modalità:

- presso la Segreteria del CUS Parma;



- on line: sul sito [www.endu.net](http://www.endu.net) con pagamento tramite carta di credito, SatisPay, bonifico diretto o bancario;
- via mail o fax: compilare l'apposito modulo (scaricabile dal sito [www.cusparma.it](http://www.cusparma.it)) con i propri dati e spedirlo, con la ricevuta di pagamento della quota di partecipazione, via fax allo 051/9525760 o via mail a [pmm@evodata.it](mailto:pmm@evodata.it). Il pagamento dovrà in questo caso essere effettuato tramite bonifico bancario intestato a Cus Parma Asd, IBAN IT70G031381270000013246335 - BANCA REALE (per BONIFICO BANCARIO ESTERO - BIC: BRTOITTT);

Non saranno accettate iscrizioni prive della quota di partecipazione.

Oltre questo termine sarà possibile iscriversi solo in Piazza Garibaldi nei giorni di sabato 10 e domenica 11.

Pettorale e pacco gara degli iscritti entro il 07 settembre saranno consegnati presso la Segreteria Operativa in via Università.

### SEGRETERIA OPERATIVA

Sarà dislocata a Parma, in via Università (a fianco di Piazza Garibaldi), presso la Sede dell'Università di Parma con i seguenti orari:

sabato 09 settembre - dalle 10.00 alle 19.00

domenica 10 settembre - dalle 07.00 alle 09.30

### RITIRO PETTORALI

Verranno consegnati presso la Segreteria Operativa in via Università, agli orari di apertura sopra indicati.

Le società, con almeno 10 atleti iscritti, che vogliono effettuare il ritiro pacchi gara cumulativamente, dovranno inviare via e-mail [info@parmamezzamaratona.it](mailto:info@parmamezzamaratona.it) l'elenco di tutti gli atleti interessati, entro lunedì 04 settembre.

### ORARI EVENTI

#### Sabato 09 settembre 2023

Parma - Piazza Garibaldi

Ore 10.00 APERTURA EXPO'

Parma - Campus Universitario

Ore 15.30 "PARMA KIDS" manifestazione dimostrativa di running per ragazzi dai 4 ai 13 anni (sulla distanza di 300/600 m)

#### Domenica 10 settembre 2023

Parma - Piazza Garibaldi

Ore 09.15 "MEZZA MARATONA"

Ore 09.30 "PARMA 10 KM"

Ore 09.30 "PARMA 10KM SPECIAL" (gara non competitiva - griglia dedicata)

A seguire "CORRI PER LA VITA" (gara non competitiva di 5km)

**Saranno possibili variazioni degli orari di partenza dovute ad esigenze organizzative.**

### PREMIAZIONI

Avverranno indicativamente, sul palco ufficiale per i primi assoluti e di categoria e presso la Segreteria Operativa per tutti gli altri, alla conclusione di ogni competizione, con la seguente programmazione:

dalle 10.15 premiazione "PARMA 10 KM"

dalle 11.45 premiazioni "MEZZA MARATONA"

➤ **PARMA 10 KM** verranno premiati:

- **CAT. UNICA MASCHILE** ai primi 10 con premi in natura.
- **CAT. UNICA FEMMINILE** alle prime 10 con premi in natura.

Le premiazioni dei primi 3 arrivati M/F avverranno sul palco principale subito all'arrivo, le altre premiazioni una volta ufficializzate avverranno presso l'Infopoint.

➤ **MEZZA MARATONA**

- **CAT. UNICA MASCHILE** ai primi 3 con premi in natura.
- **CAT. UNICA FEMMINILE** alle prime 3 con premi in natura.



A seguire, tolti solo i primi 3 assoluti, ci saranno le seguenti premiazioni:

	Categoria	Anni	Premiati
MASCILE	Cat. JM/PM/SM	(2005-1989)	dal 1° - al 3° Class. premi in natura a scalare
	Cat. SM35	(1988-1984)	dal 1° - al 3° Class. premi in natura a scalare
	Cat. SM40	(1983-1979)	dal 1° - al 3° Class. premi in natura a scalare
	Cat. SM45	(1978-1974)	dal 1° - al 3° Class. premi in natura a scalare
	Cat. SM50	(1973-1969)	dal 1° - al 3° Class. premi in natura a scalare
	Cat. SM55	(1968-1964)	dal 1° - al 3° Class. premi in natura a scalare
	Cat. SM60	(1963-1959)	dal 1° - al 3° Class. premi in natura a scalare
	Cat. SM65	(1958-1954)	dal 1° - al 3° Class. premi in natura a scalare
	Cat. SM70	(1953-1949)	dal 1° - al 3° Class. premi in natura a scalare
	Cat. SM75 e over	(1948 e prec.)	dal 1° - al 3° Class. premi in natura a scalare
FEMMINILE	Cat. JF/PF/SF	(2005-1989)	dalla 1 <sup>a</sup> - alla 3 <sup>a</sup> Class. premi in natura a scalare
	Cat. SF35	(1988-1984)	dalla 1 <sup>a</sup> - alla 3 <sup>a</sup> Class. premi in natura a scalare
	Cat. SF40	(1983-1979)	dalla 1 <sup>a</sup> - alla 3 <sup>a</sup> Class. premi in natura a scalare
	Cat. SF45	(1978-1974)	dalla 1 <sup>a</sup> - alla 3 <sup>a</sup> Class. premi in natura a scalare
	Cat. SF50	(1973-1969)	dalla 1 <sup>a</sup> - alla 3 <sup>a</sup> Class. premi in natura a scalare
	Cat. SF55	(1968-1964)	dalla 1 <sup>a</sup> - alla 3 <sup>a</sup> Class. premi in natura a scalare
	Cat. SF60	(1963-1959)	dalla 1 <sup>a</sup> - alla 3 <sup>a</sup> Class. premi in natura a scalare
	Cat. SF65	(1958-1954)	dalla 1 <sup>a</sup> - alla 3 <sup>a</sup> Class. premi in natura a scalare
	Cat. SF70	(1953-1949)	dalla 1 <sup>a</sup> - alla 3 <sup>a</sup> Class. premi in natura a scalare
	Cat. SF75 e over	(1948 e prec.)	dalla 1 <sup>a</sup> - alla 3 <sup>a</sup> Class. premi in natura a scalare

**L'organizzatore si riserva di apportare modifiche al numero di premiazioni e alle procedure di consegna premi in base alle normative vigenti il giorno della manifestazione.**

### PERCORSO

Pianeggiante con leggerissime ondulazioni, si snoda in parte all'interno del centro storico, con partenza ed arrivo in Piazza Garibaldi. Il percorso della "**MEZZA MARATONA**" si snoderà su un percorso unico da 21,097 km (certificato Fidal), mentre quello della "**PARMA 10KM**" sarà su un unico giro da 10,050 km.

### CRONOMETRAGGIO ELETTRONICO

Sarà effettuato da un Official Timer **MySDAM** con tecnologia basata sull'utilizzo di chip "usa e getta" al pettorale. La misurazione dei tempi e l'elaborazione delle classifiche sono a cura del Delegato Tecnico o Giudice d'Appello Fidal. Ad ogni partecipante verrà consegnato un chip "usa e getta" già integrato nel pettorale.

### ASSEGNAZIONE NUMERI DI PETTORALE

I numeri di pettorale saranno assegnati in maniera automatica in base alla data di arrivo dell'iscrizione, in base alla gara scelta: **MEZZA MARATONA** dal numero 1 al 1999 (colore giallo), **PARMA 10 KM** dal 2001 al 2999 (colore verde), **PARMA 10KM SPECIAL** dal numero 3001 in avanti (colore nero).

### TEMPO MASSIMO

E' fissato in 3 ore.

### GRIGLIE DI PARTENZA

Verrà prevista una griglia di merito, in base ai tempi di iscrizione, indicati dagli atleti sui moduli di iscrizione e verificati dal C.O.. Dietro a questa griglia, la partenza avverrà su un'unica linea, comprendente gli atleti iscritti alle gare competitive, senza differenziazioni. A seguire partiranno gli iscritti alla **PARMA 10KM SPECIAL**, quindi gli iscritti alla



Corri per la Vita. Le premiazioni saranno formulate in base alle classifiche elaborate con il tempo ufficiale (allo sparo). Saranno pubblicate anche le classifiche con il Real Time ([www.sdam.it](http://www.sdam.it))

### **PACER**

Saranno presenti i Pacers del CUS Parma, che correranno la " **MEZZA MARATONA** " con questi ritmi (minuti al km): 4'30" (tempo finale: 1h35'), 4'45" (1h40'), 5'00" (1h45'), 5'15" (1h50'), 5'30" (1h56').

### **MEDAGLIA DI PARTECIPAZIONE**

Verrà consegnata a tutti i finisher delle 2 gare competitive e della **PARMA 10KM SPECIAL**.

### **DEPOSITO BORSE CUSTODITO**

In zona arrivo Piazza Garibaldi (a fianco della Segreteria Operativa, via Università) sarà a disposizione il Deposito Borse. All'interno della busta contenente il pettorale troverete un adesivo che andrà posizionato alla borsa. La borsa verrà ridata indietro al proprietario dietro presentazione del pettorale di gara.

### **SERVIZIO FOTOGRAFICO**

Sarà gestito da ENDUpix, grazie al riconoscimento facciale (vale per le gare competitive e per la 10 KM SPECIAL). Poche ore dopo la gara, visitate [www.endupix.net](http://www.endupix.net) e seguite le varie informazioni: potrete scaricare le foto direttamente online.

### **SERVIZIO DOCCE E SPOGLIATOI**

L'organizzazione prevede il posizionamento di tende spogliatoi nelle immediate vicinanze del deposito borse. Oltre a quelle, a circa 700 metri da Piazza Garibaldi, sarà a disposizione la Palestra scolastica di B.go Felino, raggiungibile da un servizio navetta approntato per l'occasione, dove sarà possibile fare la doccia ed utilizzare gli spogliatoi. Il Bus partirà da P.le Corte D'Appello (a 100 metri dal deposito borse- Segreteria Operativa).

### **DICHIARAZIONE DI RESPONSABILITA'**

Con la firma della scheda d'iscrizione il concorrente dichiara di conoscere ed accettare il regolamento della Parma Mezza Maratona, pubblicato sul sito [www.cusparma.it](http://www.cusparma.it) e di aver compilato con informazioni veritiere la stessa scheda. Dichiara inoltre espressamente sotto la propria responsabilità, non solo di aver dichiarato la verità (art. 2 legge 04/01/1968 n°15 come modificato dall'art. 3 comma 10 legge 15/05/1997 n°127), ma di esonerare gli organizzatori del CUS Parma da ogni responsabilità, sia civile che penale, per danni a persone e/o cose da lui causati o a lui derivati.

**Ogni partecipante dichiara di rispettare tassativamente le normative vigenti emanate dal Governo italiano valide il giorno di gara.**

### **DIRITTI D'IMMAGINE**

Con l'iscrizione alla Parma Mezza Maratona l'atleta autorizza espressamente gli organizzatori e i media partner, ad utilizzare le immagini fisse o in movimento che eventualmente lo ritraggano durante la propria partecipazione su tutti i supporti, compresi i materiali promozionali e/o pubblicitari, in tutto il mondo e per tutto il tempo massimo previsto dalle leggi, dai regolamenti, dai trattati in vigore, compresa la proroga eventuale che potrà essere apportata al periodo previsto.

### **CORRI PER LA VITA 5 KM**

Si svolgerà la 23ª edizione di CORRI PER LA VITA, manifestazione non competitiva aperta a tutti, che si svolgerà sulla distanza di 5km. Il costo dell'iscrizione prevede un versamento minimo di € 5, con parte del ricavato devoluto in beneficenza. L'iscrizione sarà possibile presso la Segreteria CUS Parma a partire dal 1 giugno, e poi sabato 09 e domenica 10 settembre direttamente nello stand delle Associazioni coinvolte, in Piazza Garibaldi.

I partecipanti alla Corri per la Vita 5 km sollevano in ogni caso da ogni responsabilità il CUS Parma circa la propria idoneità fisica ad effettuare la camminata ed inoltre dichiarano di essersi allenati con scrupolo ed adeguatamente.

### **TROFEO GUIDO SANI**

Verrà assegnato sulla prova "**PARMA 10 KM**" il 7° TROFEO GUIDO SANI.



Saranno premiati il 1° e la 1ª al traguardo delle categorie ALLIEVI o JUNIOR (anni 2007-2004).

#### **VARIE**

Per tutto quanto non previsto nel presente regolamento si rimanda ai regolamenti generali della FIDAL NAZIONALE. Il Gruppo Giudici di Gara potrà squalificare gli atleti che non transiteranno dai punti di rilevazione dislocati sul percorso. La Società organizzatrice si riserva di variare in qualunque momento ogni clausola del presente Regolamento per motivi di forza maggiore dopo averne dato comunicazione e ottenuto approvazione dalla FIDAL.

#### **INFORMAZIONI**

Per qualsiasi tipo di informazione NON riguardante le iscrizioni contattare la Segreteria del Cus Parma allo 0521.905532 (15.30-18.00) oppure via mail all'indirizzo [info@parmamezzamaratona.it](mailto:info@parmamezzamaratona.it).

La Segreteria CUS Parma osserverà i seguenti orari: dal lunedì al venerdì dalle 10.30 alle 18.30.

#### **RICORSI**

Eventuali reclami dovranno essere presentati nel rispetto delle norme Fidal e del R.T.I..

**Il presente regolamento potrà subire modifiche in base alle normative del periodo.**