



REGOLAMENTO "PARMA MEZZA MARATONA" 2024

Il CUS Parma Asd organizza la 26ª edizione della "PARMA MEZZA MARATONA", manifestazione inserita nel calendario nazionale F.I.D.A.L., che si svolgerà domenica 8 settembre 2024 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 9,950).

La **MEZZA MARATONA** è gara classificata "FIDAL BRONZE 2024".

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

ISCRIZIONI

Per **MEZZA MARATONA** e per **PARMA 10 KM** sono possibili con queste modalità:

- on line: sul sito www.endu.net con pagamento tramite carta di credito, SatisPay, bonifico diretto o bonifico bancario;
- via mail: compilare l'apposito modulo (scaricabile dal sito www.parmamezzamaratona.it) con i propri dati e spedirlo, con la ricevuta di pagamento della quota di partecipazione, via mail a 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 le date indicate nel capitolo "Quote di partecipazione", specificando la scelta della gara alla quale si ha intenzione di partecipare e chiuderanno alle ore 24.00 del 04/09. Non verranno accettate sostituzioni e/o cambi di gara a partire dal 25/08. 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 07/09 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 allegare all'atto dell'iscrizione copia della tessera e copia del certificato medico agonistico, che deve riportare la dicitura "Atletica Leggera".

QUOTE DI PARTECIPAZIONE*

MEZZA MARATONA

- Fino al 31/03/2024 € 20
- Dal 01/04 e fino al 25/08 € 25
- Dal 26/08 e fino al 04/09 € 30

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

- Sabato 07 settembre € 35 SOLO presso la Segreteria Operativa in Via Università – PR

PARMA 10 KM

- Fino al 31/03/2024 € 15
- Dal 01/04 e fino al 25/08 € 18
- Dal 26/08 e fino al 04/09 € 20

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

- Sabato 07 settembre € 22 SOLO presso la Segreteria Operativa in Via Università – PR

GLI ISCRITTI ENTRO IL 25/08/2024 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 26 agosto 2024** 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 2025, 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 2024 (iscrizioni da effettuarsi **SOLO presso la Segreteria CUS Parma**):

MEZZA MARATONA

- Dall'apertura fino al 25/08 € 18

PARMA 10 KM

- Dall'apertura fino al 25/08 € 12

Poi quote come da regolamento generale.

GLI ISCRITTI ENTRO IL 25/08/2024 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** è riservata agli atleti tesserati Fidal, mentre alla **PARMA 10 KM** possono partecipare anche i tesserati ad enti di promozione sportiva.

Potranno inoltre partecipare gli atleti in possesso della RUNCARD 2024 (www.runcard.com, disponibile per i nati nell'anno 2004 e precedenti), presentando anche il certificato medico agonistico con indicato "Atletica Leggera".

Gli atleti non tesserati per l'anno 2024 **potranno partecipare esclusivamente alla PARMA 10KM SPECIAL** (vedi informazioni sotto riportate).

Questi ulteriori dettagli su chi può partecipare alle gare agonistiche:

- **MEZZA MARATONA**: **SOLO** atleti tesserati Fidal (o con RUNCARD), dalla categoria Junior in poi, quindi nati nel 2006 e precedenti;

- **PARMA 10 KM**: atleti tesserati Fidal o enti di promozione sportiva convenzionati, dalla categoria Allievi in poi, quindi nati nel 2008 e precedenti.



I partecipanti all'evento **PARMA MEZZA MARATONA** 2024 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 2024 (che dovrà comunque essere acquistata in autonomia dall'atleta sul sito www.runcard.com), potete scrivere per supporto tecnico a 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. 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 2024. 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 in fase di iscrizione (o alla consegna del pacco gara per esigenze particolari).

Se scegli questa opzione, prima di effettuare l'iscrizione scrivi a 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 31/03/2024 € 15
- Dal 01/04 e fino al 25/08 € 18
- Dal 26/08 e fino al 05/09 € 20

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

- Sabato 07 e domenica 08 settembre € 22 SOLO presso l'apposito Stand in Piazza Garibaldi

GLI ISCRITTI ENTRO IL 25/08/2024 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 **04 settembre 2024*** con queste modalità:

- presso la Segreteria del CUS Parma (*fino al 05/09/2024 compreso);
- on line: sul sito www.endu.net con pagamento tramite carta di credito, SatisPay, bonifico diretto o bancario;
- via mail: compilare l'apposito modulo (scaricabile dal sito www.cusparma.it) con i propri dati e spedirlo, con la ricevuta di pagamento della quota di partecipazione, via mail a 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);

Non saranno accettate iscrizioni prive della quota di partecipazione.

Oltre questo termine sarà possibile iscriversi solo in Piazza Garibaldi nei giorni di sabato 07 e domenica 08. Pettorale e pacco gara degli iscritti entro il 05 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	07 settembre - dalle 10.00 alle 19.00
domenica	08 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@pammamezzamaratona.it l'elenco di tutti gli atleti interessati, entro lunedì 02 settembre.

ORARI EVENTI

Venerdì 06 settembre 2024

Parma - Campus Universitario

Ore 15.30 “ERREA’ PARMA KIDS” manifestazione dedicata a bambini e ragazzi dai 4 ai 14 anni (su distanze 300/600 m)

Sabato 07 settembre 2024



Parma - Piazza Garibaldi
Ore 10.00 APERTURA EXPO'

Domenica 08 settembre 2024

Parma - Piazza Garibaldi

Ore 09.15 "MEZZA MARATONA"

Ore 09.15 "PARMA 10 KM"

Ore 09.15 "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
MASCHILE	Cat. JM/PM/SM	(2006-1990)	dal 1° - al 3° Class. premi in natura a scalare
	Cat. SM35	(1989-1985)	dal 1° - al 3° Class. premi in natura a scalare
	Cat. SM40	(1984-1980)	dal 1° - al 3° Class. premi in natura a scalare
	Cat. SM45	(1979-1975)	dal 1° - al 3° Class. premi in natura a scalare
	Cat. SM50	(1974-1970)	dal 1° - al 3° Class. premi in natura a scalare
	Cat. SM55	(1969-1965)	dal 1° - al 3° Class. premi in natura a scalare
	Cat. SM60	(1964-1960)	dal 1° - al 3° Class. premi in natura a scalare
	Cat. SM65	(1959-1955)	dal 1° - al 3° Class. premi in natura a scalare
	Cat. SM70	(1954-1950)	dal 1° - al 3° Class. premi in natura a scalare
	Cat. SM75 e over	(1949 e prec.)	dal 1° - al 3° Class. premi in natura a scalare
FEMMINILE	Cat. JF/PF/SF	(2006-1990)	dalla 1 ^a - alla 3 ^a Class. premi in natura a scalare
	Cat. SF35	(1989-1985)	dalla 1 ^a - alla 3 ^a Class. premi in natura a scalare
	Cat. SF40	(1984-1980)	dalla 1 ^a - alla 3 ^a Class. premi in natura a scalare
	Cat. SF45	(1979-1975)	dalla 1 ^a - alla 3 ^a Class. premi in natura a scalare
	Cat. SF50	(1974-1970)	dalla 1 ^a - alla 3 ^a Class. premi in natura a scalare
	Cat. SF55	(1969-1965)	dalla 1 ^a - alla 3 ^a Class. premi in natura a scalare
	Cat. SF60	(1964-1960)	dalla 1 ^a - alla 3 ^a Class. premi in natura a scalare
Cat. SF65	(1959-1955)	dalla 1 ^a - alla 3 ^a Class. premi in natura a scalare	



Cat. SF70	(1954-1950)	dalla 1 ^a - alla 3 ^a Class. premi in natura a scalare
Cat. SF75 e over	(1949 e prec.)	dalla 1 ^a - alla 3 ^a 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 9,950 km.

CRONOMETRAGGIO ELETTRONICO

Sarà effettuato da un Official Timer EvoData – Timing&Data Solutions 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)

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 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 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 24ª 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 07 e domenica 08 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**" l' 8° TROFEO GUIDO SANI.

Saranno premiati il 1° e la 1ª al traguardo delle categorie ALLIEVI o JUNIOR (anni 2008-2005).

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

Contattare la Segreteria del Cus Parma allo 0521.905532 (15.30-18.00) oppure via mail all'indirizzo 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.