

592° Palio del drappo verde di Verona

agonistica di 10.000 mt
partenza ore 9.30



36^ Sgambada de San Giuseppe

non competitiva
di 4-11-18 km
partenza ore 8.30



www.mombocar.it



domenica 15 marzo 2009



Associazione
ALBA Onlus
Progetto Fibrosi Cistica
in Bielorussia



Gara Nazionale Fidal di 10.000 metri
3^ prova del circuito VERONA CON LA CORSA 2009

La nuova convenzione Fidal-CSI 2009 consente la partecipazione ai tesserati CSI con almeno 35 anni (1974 e precedenti), tutti gli altri dovranno sottoscrivere il cartellino giornaliero del costo di 5 euro.

Percorso in Centro Storico a Verona, omologato Fidal nel 2008.
Partenza ed arrivo a Verona in Via Guido d'Arezzo. Tempo max 1h30'

Le ISCRIZIONI (dal 1 Feb) dovranno pervenire munite di:

- scheda di iscrizione (individuale da ritagliare oppure elenco per i gruppi) con i segg. dati: cognome e nome, data di nascita, sesso, telefono, mail, denominazione società e indirizzo postale; per i tesserati Fidal o CSI: numero tessera e codice società;
- quota di iscrizione o copia di avvenuto versamento in c/c postale 19822329 (IBAN IT421 07601 11700 000019822329), oppure c/c bancario 4463054 (IBAN IT16A 02008 11700 000004463054) entrambi int. G.S.D. Mombocar;
- certificato medico di idoneità agonistica (validità max 1 anno), obbligatorio per tutti, anche per i tesserati Fidal e CSI;
- fotocopia tessera Fidal o CSI;
- i NON tesserati devono indicare sul certificato medico (per l'assicurazione) il tipo e il numero del proprio documento d'identità

Chiusura iscrizioni e versamenti: **MERCOLEDÌ 11/3 ore 22.**

Non si accettano pagamenti il giorno della gara.

Non si accettano iscrizioni prive del pagamento e degli allegati

DOVE INVIARE L'ISCRIZIONE: e-mail mombocar@tin.it, oppure Fax 045-9251595, oppure tramite invio postale al GSD Mombocar Via Marconi, 5 - 37057 San Giovanni Lupatoto (VR). La sede sociale sarà aperta ogni venerdì sera ed inoltre mercoledì sera 11/3 dalle ore 21 alle ore 22.30, ultimo giorno utile per le iscrizioni al Palio.

quote iscrizione	Fidal	CSI 1974 e prec	cert. medico
fino al 1 marzo	10,00 euro	10,00 euro	15,00 euro
dal 2 al 8 marzo	14,00 euro	14,00 euro	19,00 euro
dal 9 al 11 marzo	16,00 euro	16,00 euro	20,00 euro

CONSEGNA PETTORALE e CHIP (senza cauzione):

- sabato 14/3 (ore 10-12 e 15-17) presso il negozio KM SPORT a San Martino Buon Albergo (VR), Via Vespucci 13;
- il giorno della gara presso la Scuola GUARINO (zona arrivo);
- gli iscritti NON tesserati Fidal sono pregati di ritirare personalmente il pettorale, dovendo firmare il tesseramento giornaliero.



Patrocínio
Regione del Veneto



Non-Competitiva a passo libero aperta a tutti di km 4-11-18 km
omologata dall'UNIONE MARCIATORI VERONESI
e dalla FIASP Com. Prov. VERONA
(nota di approvazione n. 87 del 09.12.2008),
per i concorsi Piede Alato, IVV e Podismo Rosa Provinciale

PARTENZA da Via Zagata (Verona) dalle ore 8.30 alle ore 9.00
Tempo max 3h30 (18 km), 2h30 (11 km) e 1h30 (4 km)

CONTRIBUTO di partecipazione: 2,50 euro con premio e ristori;
1,00 euro solo ristori

ISCRIZIONE GRUPPI: Martedì sera 10.3 presso la sede UMV; Sabato 14.3 (ore 10-12 e 16-22) al telefono 045.9251595 oppure c/o sede sociale Mombocar (Via Marconi, n. 5 37057 S. Giovanni Lupatoto VR)

ISCRIZIONI SINGOLI: anche sul luogo di gara fino alle 8.30

VERSAMENTO QUOTE: anche sul luogo di gara, domenica mattina (gruppi e singoli); oppure sul c/c postale (IBAN IT421 07601 11700 000019822329), oppure c/c bancario 4463054 (IBAN IT16A 02008 11700 000004463054) entrambi int. G.S.D. Mombocar

CHIUSURA ISCRIZIONI: per i singoli fino all'orario di partenza; per i gruppi fino alle ore 22 di sabato 14 marzo

CONSEGNA CARTELLINI: anche sul luogo di gara, a partire dalle ore 7.30 presso gli stands della manifestazione

Commissario T.S. FIASP: Danilo Berzacola
Timbrature Fiasp: GP Cà di Cozzi

RICONOSCIMENTI INDIVIDUALI SGAMBADA
- agli iscritti a quota intera confez. da 1 kg. di RISO SAN MARCO (qualità Vialone Nano)
- ai soli arrivati: sacchetto ristoro con 2 brioches PALI'

PREMI PER I GRUPPI PODISTICI (iscritti Sgambada + Palio):
- al 1° Gruppo classificato: BICI MTB della "CICLI FRANCO" di San Giovanni Lupatoto + ceramica + Cesto Bontà Verona
- dal 2° al 10° Gruppo classificato: ceramiche ricordo della manifestazione + Cesto Bontà Verona
- dal 11° Gruppo classificato (minimo 10 iscritti): CESTO BONTÀ VERONA con prodotti alimentari dei ns. partners

BANCA VERONESE

Credito Cooperativo di Concarnarise



Via Unità d'Italia, 350 - 37132 VERONA
Tel. 045.972122 - Fax 045.8920157
www.hotelristorantegardenia.it

INFO Pierluigi Tranfuga 348.8526269
ristorante@hotelristorantegardenia.it

L'HOTEL RISTORANTE GARDENIA (***) si trova:
• a 3 km dal casello autostradale di VERONA EST
• a soli 5 minuti-auto dalla partenza della gara

Convenzione Hotel GARDENIA - Palio di Verona

prezzi per persona in camera doppia 1 notte 2 notti
Pernottamento e colazione a buffet 35,00 70,00

prezzi per persona in camera singola 1 notte 2 notti
Pernottamento e colazione a buffet 50,00 100,00

Cena dello sportivo: 15,00 euro a persona
1° piatto: maccheroni al pomodoro fresco e basilico
2° piatto: carne di manzo alla griglia con patate al forno
dolce: torta di mele
caffè e una bottiglia di acqua minerale

Offerta Speciale Weekend - Palio di Verona dell'Hotel GARDENIA con (*) iscrizione-gara gratuita

95,00 Euro per persona: due pernottamenti in camera doppia
con colazione a buffet e due cene dello sportivo

125,00 Euro a persona: due pernottamenti in camera singola
con colazione a buffet e due cene dello sportivo

(*) rimborso iscrizione-gara al momento del saldo in Hotel;
ritiro pettorale gara in Hotel.

PROGRAMMA ORARIO

ore 7.30 ritrovo generale
ore 8.30 partenza Sgambada de San Giuseppe
ore 9.00 appello Palio del Drappo Verde
ore 9.30 partenza Palio del Drappo Verde
ore 10.15 premiazione dei gruppi
ore 11.00 riso-pasta Party per iscritti al Palio
ore 11.15 premiazione Palio (assoluti)
ore 11.30 premiazione Palio (categorie)



B.P.S. Allestimenti
Verona Viale dell'Industria, 7 ZAI



SALUMIFICIO SERAFINI snc di Serafini Stefano & C.
V. Monte Pastello, 211 - S. Giovanni Lupatoto - Tel. 045 9251819



Altre informazioni sul 592° PALIO DEL DRAPPO VERDE

PACCO-GARA - In zona arrivo, al termine della gara, dietro riconsegna del chip, gli atleti iscritti al Palio del drappo verde potranno ritirare il PACCO-GARA, contenente una T-shirt, una sciarpa EmmeB, una conf. da 500ml di ISOSTAD ed alcuni prodotti alimentari delle aziende GRUPPO ARGENTA, RISO SAN MARCO, MEGGLE e PASTIFICIO TONON.

SERVIZI

Rilevazione ed elaborazione dati: **CHAMPIONCHIP**
Top Runners: Fabio Rossi (forbes@libero.it)
Alloggi: Pierluigi Trafuga 045.972122 (Hotel Gardenia)
Servizio massaggi: Team Massaggi Mombocar
Custodia borse, WC, spogliatoi (Scuola Guarino)
Altri WC all'esterno, vicino alla partenza
Docce (Campo di calcio)

PREMI

120 Premi in natura ai primi 10 classificati delle 12 categorie:
Maschile M1 1991/75 Maschile M7 1949/45
Maschile M2 1974/70 Maschile M8 1944 e prec.
Maschile M3 1969/65 Femminile F1 1991/75
Maschile M4 1964/60 Femminile F2 1974/65
Maschile M5 1959/55 Femminile F3 1964/55
Maschile M6 1954/50 Femminile F4 1954 e prec.

Premi in denaro ai primi classificati assoluti (primi 20 uomini e 10 donne), premi non cumulabili con quelli di categoria:
1° uomo: 250 Euro 1° donna: 250 Euro
2° uomo: 150 Euro 2° donna: 150 Euro
3° uomo: 125 Euro 3° donna: 125 Euro
4° uomo: 100 Euro 4° donna: 100 Euro
5° uomo: 75 Euro 5° donna: 75 Euro
6/20° uomo: 50 Euro 6/10° donna: 50 Euro

Premi speciali del PALIO DEL DRAPPO VERDE:
- alla prima e al primo classificato: il DRAPPO VERDE
- all'ultimo arrivato maschile in tempo massimo: un GALLO

LE DEGUSTAZIONI DEGLI SPONSOR

Dalle ore 10.30 i partecipanti alla Sgambada de San Giuseppe e dalle ore 11.00 i partecipanti al Palio del drappo verde potranno degustare i sapori di TORTELLINI "burro e salvia" del PASTIFICIO TONON di Villafranca Veronese e il piatto tradizionale veneto, il RISOTTO al TASTASAL preparato con RISO SAN MARCO, qualità Vialone nano, condito con il gustoso tastasal del SALUMIFICIO SERAFINI di San Giovanni Lupatoto. Buona degustazione !!!

I RISTORI

Il servizio di ristorazione è offerto da GRUPPO ARGENTA.
Il ristoro sul percorso medio è offerto dall'OLEIFICIO SALVAGNO.

COME RAGGIUNGERE IL LUOGO DI GARA

Si consiglia l'uscita al casello VERONA-EST dell'autostrada Milano-Venezia; una volta usciti, tenere la corsia di sinistra e prendere la Tangenziale EST in direzione Valpantena, fino all'uscita "Montorio-Roverè"; al termine dello svincolo girare a dx (direzione Verona) e seguire le frecce del ritrovo della manifestazione.

Scheda individuale di ISCRIZIONE al Palio del drappo verde di Verona

lasciare in bianco		cognome e nome		data di nascita		sesso	
numero tessera Fidal o CSI		cod. società Fidal		società sportiva di appartenenza (in caso di tesserato Fidal è obbligatorio indicare la società Fidal)			
indirizzo atleta		Via		N.		CAP	
prefisso		telefono		e-mail		COMUNE	
						PROV.	

allegare: 1. copia di avvenuto versamento;
2. certificato medico di idoneità agonistica (valido max 1 anno) obbligatorio per tutte le modalità di partecipazione
3. fotocopia tessera FIDAL o CSI

indicare una sola croce sulla forma di pagamento utilizzato
 versamento eseguito in conto corrente (allegato)
 denaro contante, oppure assegno circolare (allegato)

indicare una sola croce sul tipo di ISCRIZIONE
 tesserati FIDAL (1991 e prec.)
 tesserati CSI (1974 e prec.)
 iscrizione con cartellino giornaliero FIDAL

Con la firma della presente scheda il concorrente dichiara di conoscere e accettare integralmente il regolamento della manifestazione. Dichiara altresì espressamente sotto la sua responsabilità di aver effettuato una adeguata preparazione alla gara e di essersi sottoposto ai controlli medici preventivi previsti dalla normativa vigente, esonerando in tal senso gli organizzatori da ogni responsabilità, sia civile che penale. Con l'iscrizione conferisce inoltre il suo assenso al trattamento dei propri dati personali esclusivamente nel rispetto della normativa di cui al D.Lgs. 196/2003.

data firma