



|                   |            |
|-------------------|------------|
| DATA              | 11.04.2022 |
| N° PROT.          | 1196       |
| v. del 26/04/2022 |            |

**RUN IN COMO – 5 KM  
COMO – 08 MAGGIO 2022 H. 8.45**



**REGOLAMENTO E INFORMAZIONI**

L'A.S.D. ARIES COMO ATHLETIC TEAM, con l'autorizzazione di FIDAL e in collaborazione con il Comuni di Como e Cernobbio organizza la manifestazione di atletica leggera di corsa su strada inserita, omologata e certificata in calendario nazionale FIDAL.

**PROGRAMMA ORARIO**

La manifestazione si svolgerà in data 08.05.2022  
Ritrovo dalle ore 7:45 area Stadio Sinigaglia  
Partenza ore 8:45 cca da Como (Tempio Voltiano, Viale Marconi)  
Arrivo della gara sempre presso il Tempio Voltiano

**PERCORSO**

La 5 km inserita nella manifestazione SYNLAB RUN IN COMO è una gara podistica competitiva che si svolge su strade comunali e provinciali completamente asfaltate, le autorità addette (Provincia di Como e Prefettura) provvederanno alla chiusura totale/parziale al traffico nel tratto Como – Cernobbio (giro di boa a cca 2.5km).

Trattandosi di percorso andata/ritorno i partecipanti dovranno tenere il lato sinistro all'andata (lago sulla destra) ed il lato destro al ritorno (lago sulla sinistra).

Verrà predisposto un servizio di sicurezza adeguato nei tratti senza marciapiede.

La competizione si svolge sulla distanza certificata FIDAL di km 5,00, sia maschili che femminili.

La manifestazione attraverserà i comuni di Como e Cernobbio.

**REQUISITI DI PARTECIPAZIONE**

Possono partecipare:

1. Atleti/e, italiani e stranieri, **tesserati per Società regolarmente affiliate alla Fidal** per l'anno 2022 e appartenenti alle categorie Allievi/Allieve- Juniores - Promesse – Seniores (da SM-SF 23 a SF-SM 95 e oltre);
2. Atleti/e italiani e stranieri tesserati per Società di Enti di Promozione di pari età atleti Fidal ammessi, che hanno sottoscritto la convenzione con la FIDAL solo se in possesso di RUNCARD-EPS in corso di validità (data di validità non scaduta).

**NB dovranno presentare copia del certificato medico di idoneità agonistica riportante la dicitura atletica leggera, certificato che sarà consegnato agli organizzatori.**

*Questi atleti/e pur appearing in classifica non potranno godere bonus – rimborsi e accedere al montepremi in denaro o generici buoni valori.*

3. Possessori di **RUNCARD**. Possono partecipare cittadini italiani e stranieri limitatamente alle persone di età da 20 anni (2002) in poi non tesserati per una società affiliata alla FIDAL né per una società straniera di atletica leggera affiliata alla WA, né per una società affiliata (disciplina atletica leggera) ad un ente di promozione sportiva in possesso di RUNCARD in corso di validità (data non scaduta) rilasciata direttamente dalla FIDAL (info@runcard.com).

NB: la tessera Runcard è rinnovabile. Sulla tessera RUNCARD è riportata la scadenza della stessa. Se il giorno della Manifestazione, durante il controllo della tessera, viene rilevato che la stessa è scaduta, l'atleta NON può partecipare salvo presentazione di ricevuta all'avvenuto rinnovo online. La loro partecipazione è comunque subordinata alla presentazione di un certificato medico di idoneità sportiva per atletica leggera valido in Italia che andrà esibito in originale agli organizzatori entro la data di chiusura iscrizioni. Copia del certificato medico andrà conservata agli atti della Società Organizzatrice di ciascuna Manifestazione alla quale l'atleta in possesso di RUNCARD partecipa. *Questi atleti verranno inseriti regolarmente nella classifica generale e in quella di categoria, potranno ricevere premi in natura, ma non potranno godere di rimborsi, bonus o accedere al montepremi in denaro o generici buoni valore.*

4. Possono partecipare atleti/e stranieri tesserati/e per Società di Federazioni Straniere affiliate alla WA. Per gli atleti comunitari ci vuole l'autorizzazione dalla propria Federazione o Società; gli atleti extracomunitari oltre all'autorizzazione della propria Federazione dovranno esibire anche il permesso di soggiorno o visto d'ingresso.

N.B.: gli atleti/e tesserati/e per Federazione Estera affiliata alla WA che non vengono iscritti dalla propria Federazione o Società o Assistente devono sottoscrivere una autocertificazione che attesti il tesseramento.

5. Possessori di RUNCARD residenti all'estero limitatamente alle persone da 20 anni (2002) in poi non tesserati per società affiliata alla FIDAL, né per una società straniera affiliata alla WA, né per una società di EPS convenzionata con la FIDAL possono partecipare dietro presentazione di RUNCARD (in corso di validità (data non scaduta)). La loro partecipazione è comunque subordinata alla presentazione di un certificato medico di idoneità agonistica per Atletica Leggera valido in Italia; possono inoltre presentare un certificato medico emesso nel loro paese ma conforme agli esami diagnostici previsti dalla normativa italiana per svolgere attività agonistica, che andrà esibito in originale, lasciando copia, alla società organizzatrice.

Di seguito link per l'autocertificazione certificato medico:

[http://www.fidal.it/upload/files/Organizzazione/2019/Running/francese\\_3.pdf](http://www.fidal.it/upload/files/Organizzazione/2019/Running/francese_3.pdf)

[http://www.fidal.it/upload/files/Organizzazione/2019/Running/inglese\\_4.pdf](http://www.fidal.it/upload/files/Organizzazione/2019/Running/inglese_4.pdf)

Conformemente ai dettami di legge vigenti (D.M. 18/02/1982) atleti che praticano attività agonistica devono sottoporsi preventivamente al controllo dell'idoneità specifica per Atletica Leggera. La normativa italiana richiede i seguenti accertamenti sanitari:

- visita medica
- esame completo urine
- spirometria
- elettrocardiogramma a riposo e dopo sforzo.



*Copia del certificato medico andrà tenuta agli atti della società organizzatrice. Questi atleti/e pur apparendo in classifica non potranno godere di Bonus- Rimborsi ed accedere al montepremi o generici buoni valore.*

I partecipanti alle manifestazioni possono essere sottoposti a controlli antidoping. Sono altresì soggetti alle disposizioni previste dall'art. 25 delle norme Fidal, qualora già soggetti a sospensione disciplinare.

#### **N.B: NON POSSONO PARTECIPARE**

- Atleti/e tesserati/e per ALTRE FEDERAZIONI (es. Triathlon).
- Atleti/e tesserati/e per Società di Enti di Promozione Sportiva riconosciuti dal CONI ma non convenzionati con la Fidal, che non abbiano sottoscritto la "Runcard EPS".
- I possessori di MOUNTAIN AND TRAIL RUNCARD

I certificati medici di idoneità agonistica con diciture come podismo, corsa, marcia, maratona, mezza maratona, triathlon o per altri sport non saranno ritenuti validi ai fini della partecipazione. Saranno accettati certificati medici solo con la dicitura "atletica leggera".

### ISCRIZIONI E PAGAMENTI

- On-line con carta di credito sul sito: [www.endu.net](http://www.endu.net)

**Il pagamento della quota d'iscrizione potrà essere effettuato con:**

- Carta di credito (solo per iscrizioni on-line)
- Bonifico Bancario sul c/c intestato a OTC SRL Via Lombardia 3 – 22075 Lurate Caccivio (CO)  
IBAN IT 93 S 050 3489271 00000000 3535 specificando nome, cognome e gara

Per problemi con le iscrizioni contattare via e-mail [iscrizioni@otc-srl.it](mailto:iscrizioni@otc-srl.it)

Non verranno accettate iscrizioni prive della quota d'iscrizione o schede incomplete

### QUOTE D'ISCRIZIONE

- Iscrizione Atleta Singolo: € 10,00 fino al 31.03.2022  
€ 12,00 dal 01.04.2022 al 30.04.2022  
€ 15,00 dal 01.05.2022 a chiusura iscrizioni.
- Iscrizione gruppo da 10 a 19 atleti € 8,00 fino al 31.03.2022  
€ 10,00 dal 01.04.2022 al 30.04.2022  
€ 12,00 dal 01.05.2022 a chiusura iscrizioni.

Richiedere modulo iscrizione a [iscrizioni@otc-srl.it](mailto:iscrizioni@otc-srl.it)

- Iscrizione gruppo da > 20 atleti € 06,00 fino al 31.03.2022  
€ 08,00 dal 01.04.2022 al 30.04.2022  
€ 10,00 dal 01.05.2022 a chiusura iscrizioni.

Richiedere modulo iscrizione a [iscrizioni@otc-srl.it](mailto:iscrizioni@otc-srl.it)

La quota comprende: pacco gara, pettorale, chip monouso, gadget ufficiale, assicurazione, assistenza tecnica e medica.

### CHIUSURA ISCRIZIONI

Le iscrizioni saranno chiuse giovedì 05.05.2022 alle ore 24:00.

Il comitato Organizzatore si riserva di anticipare la chiusura delle iscrizioni al raggiungimento di **300 iscritti**.

Qualora entro il 05.05.2022 non venga raggiunto il limite di 300 iscritti il comitato organizzatore si riserva di riaprire le iscrizioni nella sola giornata di **sabato 07 maggio 2022**.

**Non saranno accettate iscrizioni il giorno della gara (08 maggio 2022).**

### TRASFERIMENTO ISCRIZIONI

Atleti già regolarmente iscritti ma impossibilitati a partecipare alla gara hanno la possibilità di trasferire l'iscrizione ad altro atleta in possesso dei requisiti di partecipazione richiesti da questo regolamento. Il cambio di nominativo deve essere segnalato alla segreteria entro giovedì 05 maggio 2022 alla casella [iscrizioni@otc-srl.it](mailto:iscrizioni@otc-srl.it) e comporta un diritto fisso di segreteria di euro 5 (cinque) da pagare al ritiro del pettorale.

### RITIRO PETTORALI

Compatibilmente con le norme Covid, i pettorali di gara potranno essere ritirati presso lo Stadio Sinigaglia **sabato 07 maggio 2022 dalle 14.00 alle 19.00** secondo l'ordine numerico del pettorale assegnato e le ulteriori prescrizioni che verranno esposte **sul sito e sui canali social**.

**Solo gli atleti non residenti a Como e provincia** potranno ritirare il pettorale domenica **08 maggio 2022 dalle 06.30 alle 07.30**.



Il pettorale è strettamente personale, non può essere ceduto e non può essere manomesso, pena la squalifica, e in gara deve essere appuntato ben visibile sul petto.

### **CONTROLLO TESSERAMENTO IL GIORNO DELLA GARA**

I giudici potranno controllare il tesseramento e l'identità dell'atleta secondo le norme previste negli art. 8-9 delle Norme Generali Attività

### **SERVIZIO SICUREZZA**

Concordato con riunione in Prefettura alla presenza di tutte le autorità competenti per ruolo (Prefetto, Polizia Locale, Amministrazione Comune di Como, Carabinieri, Guardia di Finanza, Polizia Stradale, Vigili del Fuoco).

### **CRONOMETRAGGIO E CLASSIFICHE**

La misurazione dei tempi e l'elaborazione delle classifiche è a cura di SDAM – OTC srl; le stesse sono convalidate dal Giudice Delegato Tecnico/Giudice d'Appello. La classifica sarà redatta con la modalità REAL TIME (se partenze previste con più scaglioni) o GUN TIME se partenza unica (con REAL TIME come statistica). Non saranno esposti i risultati, le classifiche saranno visibili solo online.

### **TEMPO MASSIMO**

Il tempo limite è di 1 ora 00 minuti.

Oltre questo tempo il Comitato Organizzatore non sarà più in grado di garantire i servizi sul percorso e declina ogni responsabilità.

### **PREMIAZIONI**

A cura del comitato Organizzatore saranno premiati i primi 3 (tre) atleti arrivati e le prime 3 (tre) atlete arrivate indipendentemente dalla categoria di appartenenza. I premi, **in natura**, sono di pari dignità e non discriminanti il sesso.

Saranno inoltre premiati i primi 3 (tre) classificati delle categorie così suddivise:

**Allievi/e**

**junior e promesse accorpate alle categorie Seniores M 23-34 anni e Seniores F 23-34 anni**

Seniores M da M35 a M70 ogni 5 anni

Seniores F da M35 a M65 ogni 5 anni

Le premiazioni verranno effettuate osservando le regole di prevenzione Covid di seguito indicate e ulteriormente precisate sul **sito e sui canali social**. **I premi non ritirati al momento della premiazione non verranno riconosciuti né riassegnati né recapitati.**

**Nessun premio in denaro (o fattispecie assimilabile: generici buoni valore, bonus, ingaggi, rimborsi spese di qualsiasi genere ed a qualsiasi titolo) può essere previsto per i possessori di "Runcard" e "Runcard EPS".**

I premi non sono cumulabili.



### **RECLAMI**

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

Prima Istanza: verbalmente al G.G.G. (Gruppo Giudici Gare).

Seconda Istanza: per iscritto alla Giuria d'Appello accompagnata dalla Tassa Reclamo di €100,00, restituibile in caso di accettazione del reclamo stesso.

### **AVVERTENZE FINALI**

Il Comitato Organizzatore si riserva di modificare il presente regolamento in qualunque momento per motivi che riterrà opportuni per una migliore organizzazione della gara, dopo averne dato comunicazione e ottenuto approvazione dalla FIDAL. Per quanto non previsto dal presente

regolamento, valgono le norme tecnico statutarie della FIDAL e del G.G.G.. Eventuali modifiche a servizi, luoghi e orari saranno opportunamente comunicate agli atleti iscritti via e-mail oppure saranno riportate sul sito internet [www.runincomo.it](http://www.runincomo.it) e sui canali social dedicati.

Inoltre la documentazione contenente le informazioni essenziali per prendere parte alla gara sarà consegnata dall'organizzazione unitamente al pettorale.

La società organizzatrice stipulerà entro la data della manifestazione una polizza RCT con primaria compagnia assicurativa.

### **PROTOCOLLO COVID (da adeguare in base alle normative vigenti al momento della gara):**

Al momento della stesura di questo regolamento non esiste più l'obbligo di green pass per gli atleti, così come il tracciamento (autodichiarazione), il controllo della temperatura, le partenze scaglionate e la necessità di indossare la mascherina per i primi 500 metri.

Tuttavia l'organizzazione rispetterà quanto previsto nei protocolli pubblicati al seguente link: <https://www.fidal.it/content/Covid-19/127307> , alla data della gara; si raccomanda pertanto agli atleti di attenersi alle normative in vigore.

### **RITIRO PETTORALI:**

La consegna dei pettorali sarà effettuata **sabato 07 maggio 2022 dalle 14.00 alle 19.00** secondo l'ordine numerico del pettorale assegnato e le ulteriori prescrizioni che verranno esposte **sul sito e sui canali social**.

Per le squadre o plurime iscrizioni si consiglia di incaricare del ritiro un solo delegato.

**Solo gli atleti non residenti a Como e provincia** potranno ritirare il pettorale domenica **08 maggio 2022** dalle **06.30** alle **07.30**. **Si suggerisce comunque a tutti coloro che ne avessero la possibilità di provvedere al ritiro il giorno precedente, per ridurre gli assembramenti ed i tempi di attesa.**

### **PARTENZA GARA:**

Le partenze avverranno come da protocolli Fidal vigenti il giorno della gara; qualora fosse necessario si predisporranno **un numero di partenze adeguato al numero degli iscritti**.

### **SPOGLIATOI – DOCCE – DEPOSITO BORSE:**

Vengono messi a disposizione servizi igienici all'interno dello stadio che saranno sanificati con regolarità e sarà messo a disposizione un gel disinfettante.

Al fine di non creare assembramenti non saranno previsti servizi docce e spogliatoi, se non diversamente indicato secondo le normative vigenti alla data della gara.

Il servizio deposito, qualora disponibile, sarà allestito all'interno dello stadio.

Sarà non custodito e ogni atleta dovrà, rispettando le prescrizioni Covid, seguire le prescrizioni che verranno rese note sul sito o indicate al ritiro del pettorale.

FIDAL C.R. LOMBARDIA  
REGOLAMENTO APPROVATO IL

27.04.2022 

### **RISTORI:**

Verranno predisposti come da regolamento i ristori sul percorso.

Gli atleti troveranno bottigliette di acqua chiuse e porzioni solide/gel monouso sigillate e dovranno provvedere essi stessi all'approvvigionamento nei pressi del ristoro. Il personale presso i ristori sarà sempre munito di guanti e mascherine

**RISTORO FINALE:** all'arrivo gli atleti avranno più canali di deflusso opportunamente bandellati. Troveranno dei tavoli sui quali saranno poggiate delle borse contenenti il pacco ristoro e la medaglia finisher.

Il personale dell'organizzazione, munito di guanti e mascherine aiuterà nella consegna della borsa.



**PREMIAZIONI:**

Le premiazioni verranno effettuate una volta disponibili le classifiche nell'area dedicata e opportunamente transennata. Gli atleti premiati verranno chiamati e verrà loro consegnata dall'organizzazione la borsa contenente il premio.

Qualora gli atleti non siano presenti alla premiazione, l'organizzazione non provvederà a consegne successive.

Si ricorda che all'interno di tutta l'area gara e della manifestazione è obbligatorio l'uso della mascherina. E' richiesto a tutti gli intervenuti di sanificare le mani con il gel predisposto in varie parti della struttura.

E' fatto divieto a coloro che non sono partecipanti alla gara né autorizzati di accedere all'area e/o di trattenersi come spettatori.

**IL G.G.G. PUO' EFFETTUARE IL CONTROLLO DEL TESSERAMENTO NELLE MODALITA' PREVISTE DAGLI ART. 8-9 DELLE NORME ATTIVITA' (VADEMECUM) PER QUANTO NON CONTEMPLATO VALGONO LE NORME TECNICO-STATUTARIE DELLA FIDAL MANCATO SVOLGIMENTO**

Nel caso in cui la gara venisse annullata e/o rinviata ad altra data, o comunque, non svolta per cause di forza maggiore e/o motivi non imputabili e/o non riferibili alla volontà dell'Organizzazione, compresa la revoca dell'autorizzazione allo svolgimento da parte degli organi pubblici di competenza, l'iscritto nulla avrà a pretendere dal Comitato Organizzatore né per la restituzione della quota di iscrizione, né a titolo di rimborso di qualsiasi spesa sostenuta o da sostenere. La presentazione della domanda di iscrizione ha valore di accettazione della presente clausola e di espressa rinuncia a qualsiasi pretesa conseguente all'annullamento e/o al rinvio della gara.

**Dichiarazione di responsabilità e Informativa Art 13 DLgs 196/2003 – tutela della Privacy**

Firmando il presente modulo si accettano le condizioni contenute nel regolamento.

Dichiaro di conoscere e di rispettare il regolamento, e sollevo e libero il Comitato Organizzatore della Run In Como, la Società Organizzatrice, la F.I.D.A.L. Comitato Provinciale di Como, gli Enti Promotori, le Amministrazioni dei Comuni interessati, tutti gli Sponsor dell'evento, i rispettivi rappresentanti, successori, funzionari, direttori, membri, agenti ed impiegati delle società sopra citate, di tutti i presenti e futuri reclami o responsabilità di ogni tipo derivanti dalla mia partecipazione all'evento. Concedo la mia autorizzazione a tutti gli Enti elencati a utilizzare fotografie, nastri, video, immagini all'interno di sito web e qualsiasi cosa relativa alla mia partecipazione all'evento per qualsiasi legittimo utilizzo senza remunerazione. Le informazioni personali saranno trattate ai sensi del Codice in materia di protezione dei dati personali."



**Il comitato Organizzatore**

**Segue documentazione obbligatoria da allegare all'iscrizione**

## RUN IN COMO – 5 KM – 08 maggio 2022

### Dati del partecipante

Cognome..... Nome.....

Data e luogo di nascita.....

C.F. ....

---

### DICHIARAZIONE DI ESONERO DI RESPONSABILITA' DELL'ORGANIZZAZIONE

1. Il Partecipante dichiara, sotto la propria responsabilità di essere in buono stato di salute e di esonerare l'Organizzazione da ogni responsabilità sia civile che penale relativa e conseguente all'accertamento di suddetta idoneità;
2. Il Partecipante dichiara di essere a conoscenza del regolamento della Manifestazione e si impegna ad assumere, a pena di esclusione dall'evento, un comportamento conforme ai principi di lealtà e correttezza sportiva e a non assumere, in nessun caso, comportamenti contrari alla legge e alle norme del regolamento che possano mettere in pericolo la propria o l'altrui incolumità;
3. Il Partecipante solleva l'Organizzazione da qualsiasi responsabilità, diretta e indiretta, per eventuali danni materiali e non materiali e/o spese (ivi incluse le spese legali), che dovessero derivargli a seguito della partecipazione all'evento sportivo, anche in conseguenza del proprio comportamento;
4. L'Organizzazione non è responsabile dell'esattezza dei dati forniti dai singoli partecipanti;
5. Il Partecipante, infine, con la firma del presente modulo, si assume ogni responsabilità che possa derivare dall'esercizio dell'attività sportiva in questione e solleva l'Organizzazione da ogni responsabilità civile e penale, anche oggettiva, in conseguenza di infortuni cagionati a sé o a terzi e a malori verificatisi durante l'intera durata dell'evento, o conseguenti all'utilizzo delle infrastrutture, nonché solleva l'Organizzazione da ogni responsabilità legata a furti e/o danneggiamenti di qualsiasi oggetto personale.

Ai sensi e per gli effetti di cui agli artt. 1341 e 1342 del c.c. il Partecipante dichiara di aver attentamente esaminato tutte le clausole contenute nella dichiarazione di esonero di responsabilità dell'Organizzazione e di approvarne specificamente tutti i punti elencati.

La presente Dichiarazione Liberatoria deve essere letta, approvata e sottoscritta dal Partecipante all'evento, o dai genitori legalmente responsabili qualora il Partecipante sia minore di 18 anni.

**Luogo e data** \_\_\_\_\_ **Firma** \_\_\_\_\_

### Autorizzazione al trattamento dei dati personali

Preso atto dell'informativa di cui all'art. 13 del decreto legislativo 30 giugno 2003, n. 196, il Partecipante autorizza il trattamento e la comunicazione all'Organizzazione dei propri dati personali, per le finalità connesse alla realizzazione dell'evento sportivo. Il Partecipante esprime il consenso ai trattamenti specificati nell'informativa, autorizzando l'invio di materiale informativo relativo a successive manifestazioni o varie iniziative proposte dagli organizzatori e autorizza ad eventuali riprese fotografiche e cinematografiche per la realizzazione di video, bacheche, pubblicazione su carta stampata e web (compreso download).

**Firma** \_\_\_\_\_