

REGOLAMENTO E INFORMAZIONI 10km – GARA FIDAL

L’A.S.D. Maratoneti del Tigullio, con l’approvazione della FIDAL, col patrocinio dell’Amministrazione Comunale di Lavagna, San Salvatore di Cogorno, Carasco e Chiavari organizza la V^a edizione della 10 Km Tigullio Run, gara regionale su strada individuale di 10 Km, maschile e femminile che si terrà, con partenza dal Comune di Lavagna e arrivo nel Comune di Chiavari, Domenica 1° novembre 2026. Percorso certificato FIDAL.

PARTECIPANTI

POSSONO PARTECIPARE gli atleti che saranno in regola con le disposizioni sanitarie del momento.

REQUISITI necessari in base alle norme FIDAL

- Atlete/i italiani e stranieri tesserate/i per Società regolarmente affiliate alla FIDAL per l’anno 2026 ed appartenenti alle categorie: Allievi, Juniores, Promesse e Seniores (da SF/SM a SF/SM 95 e oltre)
- Atlete/i italiani e stranieri tesserate/i per Società di Ente di Promozione Sportiva (disciplina Atletica Leggera) che hanno sottoscritto la convenzione con la FIDAL, *solo se in possesso di RUNCARD-EPS in corso di validità (data di validità non scaduta).* Sulla tessera dell’Ente dovrà essere chiaramente indicato Atletica Leggera e anno

N.B. = Dovranno presentare in originale il certificato medico di idoneità agonistica riportante la dicitura “Atletica Leggera”, di cui sarà consegnata, anche digitalmente, una copia agli organizzatori. Queste/i atlete/i verranno inseriti regolarmente nella classifica della gara, ma non potranno godere di rimborsi, bonus e accedere al montepremi in denaro e/o generici buoni valore.

- Possono partecipare cittadini italiani e *stranieri residenti in Italia* limitatamente alle persone di età dai 16 anni in poi, *non tesserati per una Società affiliata alla FIDAL ne’ per una Società straniera di Atletica Leggera affiliata alla WA, ne’ 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).

N.B. = 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 dell’avvenuto rinnovo online. La loro partecipazione è comunque subordinata alla presentazione di un certificato medico di idoneità agonistica per Atletica Leggera valido in Italia che andrà esibito in originale agli Organizzatori. Una copia del certificato medico andrà consegnata, anche digitalmente, per essere conservata agli atti della Società Organizzatrice di

ciascuna manifestazione alla quale l'atleta in possesso di RUNCARD partecipa. **Queste/i atlete/i verranno inseriti regolarmente nella classifica della gara, ma non potranno godere di rimborsi, bonus e accedere al montepremi in denaro e/o generici buoni valore.**

- Possono partecipare atlete/i stranieri tesserati per **Società straniera di Atletica Leggera affiliata alla WA**. Per gli atleti comunitari ci vuole l'autorizzazione della 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 tesserati per Federazione Estera affiliata alla WA che non vengono iscritti dalla propria Federazione o Società o Assistente devono sottoscrivere un'autocertificazione che attesti il tesseramento.

- Possessori di RUNCARD italiani e stranieri residenti all'estero. Possono partecipare cittadini italiani e **stranieri** limitatamente alle persone di età da 20 anni (nati nel 2005) in poi, **non tesserati per una Società affiliata alla FIDAL ne' per una Società straniera di Atletica Leggera affiliata alla WA, ne' per una Società affiliata (disciplina Atletica Leggera) ad un Ente di Promozione Sportiva convenzionata con la FIDAL** in possesso di RUNCARD in corso di validità (data non scaduta) rilasciata direttamente dalla FIDAL (info@runcard.com).

N.B. = 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 dell'avvenuto rinnovo online.

La loro partecipazione è comunque subordinata alla presentazione anche digitalmente, di un certificato medico di idoneità agonistica per Atletica Leggera valido in Italia. Possono inoltre presentare un certificato medico emesso nel proprio paese, ma conforme agli esami diagnostici previsti dalla normativa italiana per poter svolgere attività agonistica, che andrà esibito in originale, lasciandone copia, agli Organizzatori.

Conformemente ai dettami di legge vigenti (D.M. 18/02/1982) coloro che praticano attività sportiva agonistica devono sottoporsi preventivamente e periodicamente al controllo dell'idoneità specifica allo sport. La normativa italiana richiede che i soggetti interessati devono sottoporsi ai seguenti accertamenti sanitari:

- Visita Medica /Esame completo delle urine/Elettrocardiogramma a riposo e dopo sforzo/Spirografia

Tutte le dichiarazioni e i referti degli esami devono essere autentici o conformi agli originali. Copia del certificato medico andrà conservata agli atti della Società Organizzatrice di ciascuna manifestazione alla quale l'atleta in possesso di RUNCARD partecipa. Queste/i atlete/i verranno inseriti regolarmente nella classifica della gara, ma non potranno godere di rimborsi, bonus e accedere al montepremi in denaro e/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.

NON POSSONO PARTECIPARE (valido per tutte le tipologie di partecipanti):

- Atlete/i tesserate/i per altre FEDERAZIONI (es. Triathlon)
- Atlete/i tesserate/i per Società di Enti di Promozione Sportiva riconosciuti dal CONI ma non convenzionati con la FIDAL, che non abbiano sottoscritto la RUNCARD
- Possessori di MOUNTAIN AND TRAIL RUNCARD
- Certificati medici di idoneità agonistica riportanti diciture quali corsa, podismo, marcia, maratona, triathlon, mezza maratona ecc... non sono validi ai fini della partecipazione.
- Certificati medici di idoneità agonistica per altri Sport non sono validi per la partecipazione: saranno accettati solamente quelli che riporteranno espressamente la dicitura "Atletica Leggera"

DICHIARAZIONE DI RESPONSABILITA'

All'atto dell'iscrizione, compilando il relativo format online, chi desidera partecipare alla gara denominata 10 Km Tigullio RUN sottoscriverà, in automatico, la dichiarazione come da testo di seguito riportato:

Io sottoscritto, consapevole delle sanzioni penali previste in caso di dichiarazioni non veritiere e di falsità negli atti (art.26 l.15/68 e art.489 c.p.) dichiaro: e di conseguenza conoscere, accettare e rispettare il regolamento della ASD Maratoneti del Tigullio; di essere consapevole che la partecipazione agli eventi sportivi agonistici è potenzialmente un'attività a rischio se non si è adeguatamente preparati e in condizioni fisiche idonee; di essere consapevole che per iscriversi si deve essere in possesso del certificato medico di idoneità agonistica all'atletica leggera in corso di validità e di aver compiuto 16 anni alla data dell'evento (nel caso di atleti appartenenti alle categorie allievi e juniores che non hanno ancora compiuto i 18 anni, la dichiarazione deve essere firmata da un genitore o da chi ne fa le veci); di iscrivermi volontariamente e di assumermi tutti i rischi derivanti dalla mia

*partecipazione all'evento: cadute, contatti con veicoli, con altri partecipanti, spettatori o altro, condizioni di tempo, incluso caldo torrido, freddo estremo e/o umido, traffico e condizioni della strada, ogni tipo di rischio ben conosciuto e da me valutato. Essendo a conoscenza di quanto sopra, considerando l'accettazione della mia iscrizione, io, per mio conto e nell'interesse di nessun altro, sollevo e libero il Comitato organizzatore della ASD Maratoneti del Tigullio, gli enti promotori, tutti gli sponsor e partner organizzativi dell'evento, la FIDAL, il GGG di tutti i presenti e futuri reclami o responsabilità di ogni tipo, conosciuti o sconosciuti, derivati dalla mia partecipazione all'evento. Una volta accettata l'iscrizione la quota della partecipazione non è rimborsabile, anche in caso di disdetta e nel caso la gara venisse annullata e/o rinviata ad altra data o non svolta per cause di forza maggiore e/o motivi non imputabili e/o non riferibili alla volontà del Comitato Organizzatore, compresa la revoca dell'autorizzazione allo svolgimento da parte degli organi di competenza. **Nel solo caso la gara venisse annullata da parte delle Autorità per motivi legati alla pandemia Covid-19, verrà ritenuta valida l'iscrizione per la successiva edizione del 2027 con passaggio in automatico.***

Con l'iscrizione alla manifestazione, autorizzo espressamente la società organizzatrice, unitamente ai soggetti giuridici con i quali intrattiene rapporti professionali e commerciali relativi e connessi, alla ripresa delle immagini dell'evento, all'acquisizione gratuita del diritto di utilizzare le immagini fisse e in movimento sulle quali potrò apparire, prese in occasione della mia partecipazione alla gara su tutti i supporti visivi nonché sui materiali promozionali e/o pubblicitari prodotti e diffusi in tutto il mondo e per il tempo massimo previsto dalle leggi, dai regolamenti, dai trattati in vigore, compresa la proroga eventuale che potrà essere apportata a periodo previsto. Dichiaro altresì di aver letto all'atto dell'iscrizione l'informativa privacy disponibile sul sito e di avere espresso il mio consenso al trattamento dei dati personali, nelle modalità previste. I dati saranno trattati per le finalità previste dal Regolamento UE n. 2016/679 ("GDPR") ed utilizzati esclusivamente per le finalità previste nell'informativa

ISCRIZIONI E MODALITA' DI PAGAMENTO

Le iscrizioni saranno solo ONLINE attraverso il portale IRUNNING a pagamento con carta di credito o altro pagamento elettronico come indicato dalla procedura di iscrizione.

Iscrizioni possibili in loco la mattina dell'evento al banchetto del ritiro pettorali.

E' previsto anche un evento sullo stesso percorso non competitivo aperto a tutti.

APERTURA ISCRIZIONI 25/04/2026 dalle ore 17.00

CHIUSURA ISCRIZIONI alle ore 23:59:59 di venerdì 30 Ottobre 2026.

QUOTE ISCRIZIONI – sessione competitiva

<i>Entro il 31 maggio 2026</i>	<i>€ 7</i>
<i>Entro il 31° luglio 2026</i>	<i>€ 10</i>
<i>Dal 1 agosto al 31 agosto 2026</i>	<i>€ 15</i>
<i>Dal 1 settembre al 15 ottobre 2026</i>	<i>€ 18</i>
<i>Dal 16 ottobre al 30 ottobre 2026</i>	<i>€ 20</i>
<i>La mattina della Gara</i>	<i>€ 25</i>

QUOTE ISCRIZIONI – sessione NON competitiva

<i>Entro il 31 maggio 2026</i>	<i>€ 5</i>
<i>Dal 1 giugno e anche la mattina dell'evento</i>	<i>€ 10</i>

CONFERMA ISCRIZIONI

IRUNNING invierà a tutti gli atleti iscritti che indicheranno un indirizzo mail, una e-mail di conferma di iscrizione, che dovrà essere presentata al momento del ritiro pettorale. La propria iscrizione potrà inoltre essere verificata attraverso il sito della gara IRUNNING.

Le quote di partecipazione non sono rimborsabili. Tuttavia all'atleta iscritto impossibilitato a prendere parte alla gara, vengono offerte due alternative.

1) Trasferimento dell'iscrizione ad altra persona: è possibile trasferire l'iscrizione ad altra persona facendone richiesta all'indirizzo 10kmtigullio@gmail.com **entro e non oltre il 17 ottobre 2026**. La persona iscritta in sostituzione dovrà fornire tutte le informazioni personali e presentare i documenti relativi al tesseramento e/o al certificato medico di idoneità agonistica.

2) Trasferimento dell'iscrizione alla 10 Km Tigullio Run del 2027: comunicando all'indirizzo 10kmtigullio@gmail.com la propria indisponibilità **entro e non oltre il 17 ottobre 2026**. La quota si riterrà valida per l'iscrizione della 10 Km Tigullio Run del

2027, senza possibilità di ulteriore procrastino per l'anno successivo o di trasferimento d'iscrizione ad altra persona.

PIANO DI SICUREZZA

Il Comitato Organizzatore provvederà a predisporre adeguato piano sanitario e di sicurezza in ottemperanza alla normativa vigente e in cooperazione con Istituzioni Locali, Forze dell'Ordine, Croce Rossa e Protezione Civile. Tutte le modalità di accoglimento, ritiro pettorali, le procedure di partenza e arrivo saranno in regola con le norme sanitarie del momento

RITIRO PETTORALI E PACCO GARA

I pettorali e il pacco gara 2026 potranno essere ritirati il giorno della gara 8.00 alle 9.30 al banchetto Iscrizioni nei pressi della partenza dell'evento.

Il pettorale di gara dovrà essere applicato con le apposite spille in tutta la sua grandezza senza essere ridotto e manomesso. Il pettorale ridotto o manomesso comporterà la squalifica dell'atleta.

Domenica 1 novembre 2026

Si consiglia di raggiungere la partenza a piedi posteggiando (per chi viene in auto) nel parcheggio Colmata a mare distante circa 800 metri dalla Partenza.

Partenza: Lavagna (Foce sinistra Entella – Via Eraldo Fico Virgola – “dai Cani”) –
ore 10

Arrivo: Chiavari (Lungomare)

Tempo massimo per la competitiva: ore 1,30

Tempo massimo per la Family Run: ore 2,15.

DEPOSITO BORSE

Le borse verranno caricate su furgoni in zona partenza e per essere trasportate in zona arrivo su Lungomare Chiavari

PREMIAZIONI per Gara Competitiva

Le premiazioni avverranno dopo le ore 11 presso il palco in zona arrivo e verranno premiati con prodotti tecnici o alimentari i primi **5** atleti classificati **assoluti donne e uomini** e i primi **3** classificati **donne e uomini** come da **categorie Fidal**.

RISULTATI

Saranno elaborate una classifica generale e di categoria riservate esclusivamente agli atleti del settore agonistico e un ordine di arrivo generale che comprenderà tutti gli atleti che avranno terminato la gara tramite il rilevamento IRUNNING. Le classifiche e l'ordine di arrivo della 10km Tigullio RUN, convalidate dal Giudice Delegato Tecnico/Giudice d'Appello, saranno disponibili sul sito internet Maratonetitigullio.it

SERVIZIO SANITARIO E ASSISTENZA

Il Comitato Organizzatore appronterà un adeguato servizio di assistenza medica sul percorso e nei punti di partenza ed arrivo. Gli atleti infortunati o decisi ad abbandonare potranno salire su un pullman che seguirà la gara e che li porterà all'arrivo. È inoltre previsto un servizio medico con un'autoambulanza che seguirà la gara.

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.

Per tutto quanto non contemplato nel presente regolamento, valgono le norme tecnico-statutarie regolamentari della FIDAL

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 oppure saranno riportate sul sito internet www.maratonetitigullio.it. Inoltre la documentazione contenente le informazioni essenziali per prendere parte alla gara sarà consegnata dall'organizzazione unitamente al pettorale.