



# ForTen

domenica  
**15 ottobre**  
2023

**Gara di running  
di 10 km  
nei Comuni  
di Bard e Hône  
con arrivo al  
Forte di Bard**

Fidal  
Campionato avmap

un progetto



Forte di Bard



partner



COMMUNE DE BARD  
COMUNE DI BARD



COMMUNE DE HÔNE  
COMUNE DI HÔNE



Val d'Aoste  
Vallée d'Aoste

partner tecnico

**MONTURA**



## PROGRAMMA

---

**ore 8.00** apertura iscrizioni  
e consegna pacchi gara  
al Forte di Bard  
(Opera Carlo Alberto)

**ore 10.00** partenza da Piazza  
Cavour nel Borgo di Bard  
L'itinerario proseguirà lungo  
un itinerario nei comuni di  
Bard e di Hône con arrivo  
alla sommità del Forte e giro  
d'onore nella Piazza d'Armi.

**ore 12.00** premiazioni

### PREMI

Premi 1°, 2°, 3° assoluti  
maschili e femminili

Premi 1°, 2°, 3° assoluti  
maschili e femminili  
Camminata a passo libero

Premi per categoria  
e società (come da  
regolamento Avmap)

Premi ad estrazione

### PACCO GARA

T-shirt Montura

### REGOLAMENTO

Categorie da regolamento  
Avmap

Costo iscrizione: 10,00 euro

Competitiva aperta ai tesserati  
Fidal, Uisp, enti di promozione  
sportiva e possessori runcard  
con obbligo certificato medico  
sportivo.

Alla competitiva sono ammessi  
anche i tesserati alla categoria  
Allievi 16-18 anni.

La Camminata a passo libero  
è aperta a tutti.

La gara si svolgerà  
con qualsiasi condizione  
atmosferica.

---

### Iscrizioni

Iscrizioni online sul sito  
irunning.it entro le ore 23.00  
di venerdì 13 ottobre,  
al costo di euro 10,00  
pagabili il giorno della gara.

Le iscrizioni il giorno della gara  
avranno una maggiorazione  
di euro 2,00.

La gara è riservata ai tesserati  
UIISP-FIDAL-RUNCARD come da  
convenzione attualmente in atto,  
con certificato medico sportivo  
in corso di validità.

### Info

T. + 39 0125 833811

info@fortedibard.it

fortedibard.it