

COMO NIGHT RUN

5.2 KM COMPETITIVA

DATA	10.03.2025
N° PROT.	642



COMO – 25 GIUGNO 2025 H. 20.00
REGOLAMENTO E INFORMAZIONI

L'A.S.D. ARIES COMO ATHLETIC TEAM, con l'autorizzazione di FIDAL, Comitato Regionale Lombardo e Provinciale di Como/Lecco e in collaborazione con il Comune di Como organizza la manifestazione di atletica leggera di corsa su strada inserita, nel calendario regionale FIDAL.

PROGRAMMA ORARIO

La manifestazione si svolgerà in data **25.06.2025**

Ritrovo dalle ore 19.00 in Via Caio Plinio Secondo (angolo Piazza Duomo)

Partenza ore 20.00 cca da Como Via Caio Plinio Secondo (angolo Piazza Duomo)

Arrivo della gara nello stesso punto della partenza.

PERCORSO

La Como Night Run è una gara podistica competitiva che si svolge su strada comunale completamente asfaltata.

Il percorso si compone di 2 giri di circa 2,6 km intorno e all'interno delle mura romane della città di Como con partenza e arrivo da Via Caio Plinio Secondo (angolo Piazza Domo)

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

La competizione si svolge sulla distanza di circa km 5,2 sia maschili che femminili.

REQUISITI DI PARTECIPAZIONE

Possono partecipare:

1. Atleti/e, italiani e stranieri, **tesserati per Società regolarmente affiliate alla Fidal** per l'anno 2025 e appartenenti alle categorie Allievi – Juniores - Promesse – Seniores (da SM-SF 23 a SF-SM 95 e oltre) m/f;
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. Sulla tessera dell'EPS deve essere indicato atletica leggera anno 2025.

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 apparendo 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 (2005) 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. Atlete/i italiani e stranieri non tesserati per società affiliate alla Fidal possono partecipare "fuori classifica" solo su autorizzazione della Segreteria Federale, previa richiesta della propria Federazione di appartenenza e parere favorevole della Direzione Tecnica Federale.
5. Possessori di RUNCARD residenti all'estero limitatamente alle persone da 20 anni (2005) 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/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.

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 sul sito: www.endu.net

Per problemi con le iscrizioni contattare via e-mail comonightrun@evodata.it

QUOTE D'ISCRIZIONE

- Iscrizione Atleta Singolo: € 13,00



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

Il gadget della manifestazione sarà garantito ai primi 350 iscritti tra gara competitiva e non competitiva.

CHIUSURA ISCRIZIONI

Le iscrizioni saranno chiuse venerdì 20.06.2025 alle ore 23:59.

Il Comitato Organizzatore si riserva di anticipare la chiusura delle iscrizioni al raggiungimento di **350 iscritti**.

Qualora entro il 20.06.2025 non venisse raggiunto il limite di 350 iscritti, il Comitato Organizzatore si riserva di riaprire le iscrizioni nella giornata di **mercoledì 25 giugno 2025 al costo di 16.- € oltre 5€ di spese segreteria**.

N.B. all'atleta iscritto, ma che per motivi personali non ritira il pettorale non sarà restituita la somma versata per l'iscrizione.

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 venerdì 20.06.2025** all'indirizzo e-mail **comonightrun@evodata.it** comporta un diritto fisso di segreteria di **euro 5.-** (cinque/00) da pagare al ritiro del pettorale.



RITIRO PETTORALI

I pettorali di gara potranno essere ritirati presso lo spazio dedicato e opportunamente segnalato in **zona partenza / arrivo**, nella sola giornata di **mercoledì 25 giugno 2025 dalle 18.00 alle 19.30**. Eventuali ulteriori prescrizioni che verranno esposte per tempo **sul sito www.runincomo.it** e sui **canali social**.

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.

È ammesso il ritiro con delega da presentare con firma in originale con una copia del documento di identità del delegante.

Sono accettate anche deleghe digitali purché inviate contestualmente al ritiro del pettorale a **info@ariescomo.it** e corredate da una copia del documento di identità del delegante.

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

Il Comitato Organizzatore dichiara di aver seguito le procedure ed istruzioni in materia di Safety & Security ed adempirà a tutte le prescrizioni che le Autorità competenti andranno eventualmente a richiedere l'autorizzazione allo svolgimento della gara, con particolare riferimento all'Art. 32 delle "Norme per l'organizzazione delle manifestazioni" in tema di sicurezza come specificato nel "Piano di sicurezza per le pubbliche manifestazioni" del Comitato Regionale Lombardo.

Il Comitato Organizzatore ha provveduto a stipulare una polizza assicurativa per la copertura della Responsabilità Civile verso Terzi per tutte le attività connesse allo svolgimento della manifestazione.

CRONOMETRAGGIO E CLASSIFICHE

La misurazione dei tempi e l'elaborazione delle classifiche è a cura di EvoData srl le stesse sono convalidate dal Giudice Delegato Tecnico/Giudice d'Appello. La classifica sarà redatta con la modalità GUN TIME (allo sparo) e REAL TIME (solo a fine statistico).

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 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 F35 a F70 ogni 5 anni

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.

Verrà dato un premio speciale, **in natura**, al team più numeroso (minimo 10 partecipanti).

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).

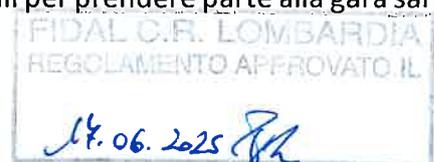
Seconda Istanza: per iscritto alla Giuria d'Appello accompagnata dalla Tassa Reclamo di € 50,00, restituibile in caso di accettazione del reclamo stesso.

SCARPE DA GARA

I requisiti delle scarpe utilizzate in gara devono corrispondere a quanto previsto dall'Athletics Shoe Regulation WA. Per il rispetto delle norme il GGG effettua controlli a campione sulle scarpe utilizzate nella manifestazione. Se la scarpa non è certificata nella WA Shoe Compliance List o non è stata identificata il risultato resta non ufficializzato in attesa di ulteriori accertamenti (in tal caso la scarpa può essere ritirata dai Giudici). Successivamente, in caso di mancata approvazione della scarpa, il risultato deve essere cancellato e l'atleta può essere squalificato

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, o per esigenze di pubblica sicurezza richieste dall'amministrazione locale e/o dagli organi di Polizia. 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 e sui **canali social FB e IG**. L'eventuale documentazione contenente le informazioni essenziali per prendere parte alla gara sarà consegnata dall'organizzazione unitamente al pettorale.



DEPOSITO BORSE - SPOGLIATOI – DOCCE

Verrà allestito uno spazio **non custodito** per il deposito borse che **non sarà presidiato** dallo STAFF. Il Comitato Organizzatore è sollevato da qualsiasi responsabilità in caso di furto / smarrimento. Non sono previste docce e spogliatoi.

RISTORI

Sarà allestito un ristoro FINALE in zona partenza / arrivo.

La manifestazione aderisce alla campagna "io non getto i miei rifiuti": coloro che verranno sorpresi ad abbandonare materiale e/o rifiuti su percorso, al di fuori dei punti stabiliti, **saranno squalificati**.

PREMIAZIONI

L'ordine di arrivo sarà redatto secondo il principio del GUN TIME.

Le premiazioni verranno effettuate una volta disponibili le classifiche che non saranno esposte, ma saranno disponibili solo on line.

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

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 SYNLAB COMO LAKE HALF MARATHON e 5K 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
A.S.D. ARIES COMO ATHLETIC TEAM

segue documentazione obbligatoria da compilare all'atto dell'iscrizione ON LINE.

COMO NIGHT RUN 5.2 KM – 25 GIUGNO 2025

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** _____