

scheda di iscrizione

Nome
 Cognome
 Data di nascita Sesso M F
 Indirizzo
 CAP Città Prov
 Telefono E-mail
 Società/gruppo di appartenenza
 Affiliata con FIDAL UISP CSI ALTRI
 Data Firma

TERMINE DI ISCRIZIONE MERCOLEDI' 27 LUGLIO!!!!

€ 20.00 ISCRIZIONE + BUONO PASTO
 € 13.00 ISCRIZIONE SENZA BUONO PASTO

Il versamento della quota di iscrizione deve essere effettuato all'atto della stessa presso i punti autorizzati oppure tramite:

Bonifico Bancario intestato a Società Sportiva Bagolino

IBAN: IT 55A 08078 35540 0000 10000994
 Oggetto bonifico: 5 Ponti 2011

Punti autorizzati:

- **Bar Amici Bagolino** Piazza Guglielmo Marconi, 1
- **Paris Sport** Via Migliorini, 20 - Vobarno
- **Farmacia Dott. Fusi Alessandro** Via Garibaldi, 125/C - Storo
- **Caffè Nazionale** Piazza Giuseppe Garibaldi, 14 - Vestone
- **Distributore AGIP** Via Brescia - Nave
- **Distributore AGIP** Piazzale Guglielmo Corvi - Brescia

Per info ed iscrizioni online:

- www.sportivabagolino.it
- 5ponti@sportivabagolino.it
- Cell. **389 0270426** dopo le ore 18.00

Il riscontro dell'avvenuto pagamento e il certificato di idoneità alla pratica sportiva dovranno essere inviati via fax al n° **0365 903027** oppure consegnati ai punti autorizzati.

NB: Le iscrizioni non accompagnate dalla quota o dal previsto riscontro e dal certificato alla pratica sportiva saranno cestinate.

sponsor



AVIS
 Sezione Comunale di Bagolino



L'AVIS e la S.S.D. Bagolino organizzano

5 Ponti 2011



domenica 31 luglio 2011 - ore 9.00
 Bagolino (BS)

Corsa in montagna competitiva

NEW
Valsabbia Mountain Running Cup



- Mini 5 Ponti
- Percorso non competitivo

Prova valida per il 2° Campionato Provinciale di corsa in montagna CSI

Combinata individuale e a squadre

Descrizione percorso

La **5 Ponti** è una gara podistica che si svolge in ambiente di media montagna tra quota 700 e 1.200 metri s/m. Il percorso di circa 18 km non presenta passaggi pericolosi, ma richiede sicurezza e capacità di adattamento ai cambi di terreno e ai ritmi della corsa. La partenza è fissata presso il Parco della Pineta, al di sotto dell'abitato di Bagolino. Dopo una breve salita si attraversa il centro del paese per poi scendere e raggiungere il primo scollinamento a quota 1.050 nella zona denominata "Cochét". La successiva discesa ci riporta ai piedi del fiume Caffaro per poi risalire al secondo scollinamento in località "Dosso Selva" a quota 830 metri. La nuova discesa ci porta ad attraversare nuovamente il fiume Caffaro dove troviamo il traguardo volante **5 Ponti**. La seconda parte della gara comincia con una salita più impegnativa che ci porta in 2 km dai 700 ai 1.220 metri della quota massima sita in località "Vestù". Seguirà una comoda discesa che permetterà agli atleti di completare i 18 km di gara per un dislivello complessivo di 2.000 metri circa. Lungo il percorso saranno dislocati 3 punti di ristoro.

Regolamento

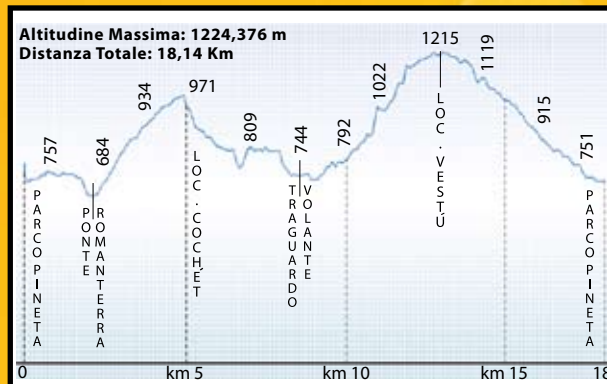
Partenza in linea, cronometraggio manuale. Equipaggiamento minimo obbligatorio: pettorale. È consentito l'uso di bastoncini da sci. La gara è aperta a tutti gli atleti (maschi e femmine), aventi i requisiti richiesti dall'organizzazione. Gli atleti dovranno essere in possesso di un certificato di idoneità agonistica alla pratica sportiva per la stagione 2011 e non presentare controindicazioni all'attività in quota. Detta certificazione va tassativamente consegnata copia all'organizzazione all'atto dell'iscrizione. Saranno presenti controlli a sorpresa lungo il percorso che certificheranno il passaggio dell'atleta. Il tempo massimo per portare a termine la prova è previsto in 3 ore e mezza, dopo tale tempo l'atleta sarà depennato dalla classifica. Le iscrizioni saranno chiuse tassativamente entro il giorno **MERCOLEDÌ 27 LUGLIO** oppure al raggiungimento dei 200 atleti iscritti. Il costo dell'iscrizione è fissato in 20,00 € (pacco gara, ristori, assistenza medica, doccia calda e buono pasto consumabile presso il parco Pineta), oppure 13,00 € (buono pasto escluso). Il ritiro del pettorale sarà possibile domenica 31/07/2011, dalle ore 7.30 alle ore 8.30. L'organizzazione si riserva insindacabilmente la facoltà di modificare il percorso dandone comunicazione nel briefing prima della partenza della gara. L'organizzazione pur avendo cura della buona riuscita della manifestazione, declina ogni responsabilità civile e/o penale per incidenti verso i concorrenti, verso terzi o cose, prima, durante e dopo la manifestazione sportiva. NB: Con l'iscrizione alla gara il concorrente autorizza l'utilizzo di materiale fotografico e/o televisivo che lo riguarda, raccolto prima, dopo e durante la gara per le attività di promozione e divulgazione giornalistica della manifestazione. Ai sensi dell'articolo 13 del D.Lgs n. 196/2003 si informa che i dati personali raccolti saranno utilizzati soltanto per formare l'elenco dei partecipanti, la classifica e l'archivio storico della "5 Ponti".

Mini 5 Ponti

Riservata a bambini e ragazzi nati tra il 1998 e il 2005. Il percorso, che non riserva particolari difficoltà, si snoda attorno al Parco della Pineta per un totale di 2 km. Le iscrizioni verranno effettuate la mattina stessa al costo di 1 €. L'organizzazione declina ogni responsabilità per i minori non accompagnati.

Passeggiata non competitiva 7 Km - Iscrizioni alla partenza - Gadget e ristoro 5 €

Altimetria



Come arrivare a Bagolino



Programma

ore 7.30	Ritrovo presso parco Pineta Bagolino e ritiro pettorali
ore 8.45	Briefing zona partenza
ore 9.00	Partenza gara
ore 9.15	Partenza Mini 5 Ponti
ore 12.30	Pranzo presso Parco Pineta
ore 14.00	Premiazioni



Premiazioni

Categoria maschile

- 1° - 100 € + PN
- 2° - 70 € + PN
- 3° - 40 € + PN
- 4° - 20 € + PN
- 5° - 20 € + PN

Categoria femminile

- 1° - 100 € + PN
- 2° - 50 € + PN
- 3° - 25 € + PN

Premi speciali

Record gara: 1h 18min 42sec
CATEGORIE CSI

La 5 Ponti fa parte del
Valsabbia Mountain Running Cup
Combinata individuale e a squadre

GIRO DEL MONTE ZOVO - 10 luglio 2011
5 PONTI BAGOLINO - 31 luglio 2011

La combinata prevede due speciali classifiche:

Combinata individuale maschile e femminile: per tutti gli atleti che porteranno a termine le due manifestazioni basandosi sulla somma dei tempi ottenuti.

A tutti gli atleti che concluderanno la combinata verrà dato un premio di partecipazione.

Combinata a squadre: verranno sommati i punteggi ottenuti da ogni società sulla classifica generale maschile e femminile di entrambe le gare.

- 1° squadra classificata: 100 €
- 2° squadra classificata: 80 €
- 3° squadra classificata: 50 €

Per maggiori info: www.sportivabagolino.it

NEW
Valsabbia Mountain Running Cup
Combinata individuale e a squadre

- Progetti di grafica, Pubblicità
- Internet, Web design
- Comunicazione Punti Vendita, Poster e Gontaloni
- Prepress, Fotografia, Fotolito
- Stampa Offset
- Stampa digitale
- Packaging

GLOBAL PRINT studio

"La soluzione alle esigenze di comunicazione e stampa delle PMI."

GLOBAL PRINT studio
Via Valsabbia, 17 - 22048 Costa Bressana (IN)
Tel. 0342 990479 / 0342 974014 - Fax 0342 805523
info@globalprintstudio.it - www.globalprintstudio.it