



Fidal
Federazione Italiana di Atletica Leggera



**PARKS
TRAIL**



Podistica



Solidarietà

L'A.S.D. **"Atletica Vicovaro"** & la
organizzano in ambito *circuito "PARKS TRAIL"* la

XXXV mezza "MARATONA ECOLOGICO CULTURALE DEI MONTI LUCRETILI"

MANIFESTAZIONE COMPETITIVA – AMATORIALE E NORDIC WALKING

VICOVARO (RM) - 2 Giugno 2016

ENTI PATROCINANTI



COMUNE DI VICOVARO



**PARCO NATURALE REGIONALE DEI
MONTI LUCRETILI**



COMITATO REGIONALE LAZIO



COMUNITA' MONTANA DELL'ANIENE



**COMPETITIVA
km. 21**

**Amatoriale e
Nordic Walking
km. 9 e 3**

**Bambini
km. 1**

A TUTTI I PARTECIPANTI PACCO GARA

Si assicura la consegna del riconoscimento ai partecipanti fino ad esaurimento

**IL RICAVATO AL NETTO DELLE SPESE SARA' DEVOLUTO ALLA
FONDAZIONE "VILLAGGIO DON BOSCO" DI TIVOLI**

CONTRIBUTO DI PARTECIPAZIONE

**Competitiva km 21 € 10,00,
Amatoriale e Nordic Walking km 9 e 3 € 5,00 - km 1 per bambini gratuito**

In occasione della Maratona dei Monti Lucretili:

- Possibilità di effettuare, nel pomeriggio, visita guidata gratuita agli Eremi di San Benedetto (San Cosimato), a cura dell'Amm.ne Comunale di Vicovaro e dell'Associazione Cultura Vi.Và.
- Possibilità di pernottamento con colazione all'Oasi Franciscana ad € 25,00 a persona.

ciruito PARKS TRAIL – XXXV mezza “MARATONA DEI MONTI LUCRETILI”

- ORGANIZZAZIONE: Atletica Vicovaro – Piazza S. Pietro - 00029 VICOVARO
- PARTECIPAZIONE: **libera a tutti per la distanza amatoriale/turistica/Nordic Walking di Km. 9 tessera FIDAL o similari per le distanza competitiva di Km 21**
- INFORMAZIONI: Roberto GIARDINI tel. 0774498048 - Mario ROTONDI tel. 0774498529
Enrico CAMILLONI tel. 0774498587 - Giovanni MOLTONI tel. 3497438251
Posta elettronica: mariorotondi51@alice.it - info@sempredicorsa.com (Francesco tel. 0774332013)
- PRE-ISCRIZIONI: sito A.S.D. Atletica. Vicovaro www.atleticavicovaro.it
sito A.S.D. Parks Trail www.parkstrail.it
sito Sempre di Corsa www.sempredicorsa.com
per posta elettronica mariorotondi51@alice.it
- CHIUSURA ADESIONI: **-Per i partecipanti competitivi, l'iscrizione deve essere effettuata entro le ore 22,00 di lunedì 30 maggio**
-Per i partecipanti amatoriali, anche il giorno della manifestazione fino a 30 minuti prima della partenza
- LE PRE-ISCRIZIONI, PER IL PERCORSO COMPETITIVO, SARANNO ACCETTATE PER GLI ATLETI IN REGOLA CON IL TESSERAMENTO FIDAL 2016 E/O AD ENTI DI PROMOZIONE SPORTIVA REGOLARMENTE RICONOSCIUTI DAL CONI E CHE ABBIAMO COMPIUTO IL 18 ANNO DI ETÀ
- RITIRO PETTORALI: - da martedì 31 maggio presso negozio “Sempre di Corsa”, via dell’Inversata 27, Tivoli (RM)**
- sul posto fino a 30 minuti prima della partenza
- L'importo d'iscrizione non è soggetto ad IVA a norma dell'art. 4, secondo e sesto periodo - D.P.R. n. 633/72 e succ. modifiche. I contributi avanti indicati sono finalizzati alla realizzazione della manifestazione oggetto del presente volantino in diretta attuazione degli scopi istituzionali, ai sensi dell'art. 2 comma 1, lettera A - B, DLgs 460/97 e del 3° comma dell'art. 111 del TIUR..
- RITROVO: ore 8,30 Piazza S. Pietro – Vicovaro
- PARTENZA - ARRIVO: stesso luogo
- ORARIO PARTENZA: **Ore 9,30**
- CHIUSURA MANIFESTAZIONE: **ore 13,00 (tutti gli atleti che giungeranno al traguardo dopo le 13,00 saranno considerati fuori tempo massimo).**
- CONTROLLI: sono previsti controlli fissi e volanti sul percorso.

DISTANZE : km 21 competitiva, km 9 e 3 amatoriali e Nordic Walking, km 1 per bambini

È CONSIGLIATO, PER QUESTO TIPO DI GARE CON PERCORSO MONTANO, INDOSSARE SCARPE PROTETTIVE CON GRIP MOLTO PRONUNCIATO E COMUNQUE ADATTE PER TRACCIATI STERRATI, ERBOSI E ROCCIOSI.

SEGNALETICA: i percorsi saranno segnalati con frecce di colore bianco su strada, nei percorsi montani con cartelli segnaletici e nastri bicolore

I partecipanti sono tenuti a rispettare il Codice della strada (art. 134), le segnalazioni e le istruzioni degli Organizzatori, senza abbandonare il percorso

CARATTERISTICHE PERCORSO: di montagna, paesaggistico, boscoso, prativo con fondo: sterrato, erboso, roccioso.

RIFORNIMENTI: Sui percorsi e all'arrivo

ASSISTENZA/COLLABORAZIONE



- Assistenza medico-sanitaria fissa e volante a cura del Dr. Thomas
- Servizio di soccorso e radioassistenza con postazioni fisse e mobili a cura della Protezione Civile C.O.V. di Vicovaro, della Protezione Civile F.V.R.S. di Vicovaro, della Associazione Cantalupo Volontari Protezione Civile di Mandela, del Corpo Nazionale Soccorso Alpino e Speleologico di Roma e Provincia e della C.R.I. gruppo di Vicovaro.
- Associazione Culturale “Territorio & Management” – Una finestra sul mondo
- Recupero e trasporto ritirati all'arrivo

**Al termine delle premiazioni verrà organizzato, un
“PASTA PARTY” offerto dall’ ATLETICA VICOVARO**

Nella quiete di un ex convento francescano,
immerso in due ettari di parco ...



In occasione della
MARATONA dei MONTI LUCRETILI
pernottamento e prima colazione a soli
€ 25,00
Non perdere l'occasione di essere
accolto in una location unica e speciale
Cucina tipica e genuina

www.oasifranciscana.it



Località San Cosimato - 00029 - Vicovaro (Roma) - Tel. 0774 492391 - Cell. 334 30.93.676

ciruito PARKS TRAIL – XXXV mezza “MARATONA DEI MONTI LUCRETILI”

PREMIAZIONI manifestazione competitiva km 21: ORE 12,30 circa

SARANNO PREMIATI:

- i/le **primi/e 3** classificati assoluti con **coppa + cesto con prodotti alimentari**
- i/le **primi/e 3** classificati/e per ogni categoria con **pacco contenente prodotti alimentari**

CLASSIFICA SOCIETÀ'

- saranno premiate le **prime 3 Società** con un numero di iscritti competitivi superiore a 15 che giungono al traguardo, con un **rimborso spese: 1^ € 200,00, 2^ € 150,00, 3^ € 100,00.**

UOMINI – DONNE			
Seniores-Amatori (23-34)	primi 3 classificati	Master cat. 55	primi 3 classificati
Master cat. 35	Primi 3 classificati	Master cat. 60	primi 3 classificati
Master cat. 40	primi 3 classificati	Master cat. 65	primi 3 classificati
Master cat. 45	primi 3 classificati	Master cat. 70	primi 3 classificati
Master cat. 50	primi 3 classificati	Master cat. 75 e oltre	primi 3 classificati

REGOLAMENTO

- Per le iscrizioni di gruppi societari si devono presentare elenchi su carta intestata, debitamente firmata dal Presidente, comprendenti: cognome, nome, data di nascita, sesso, tipo tessera (es. FIDAL, ecc.) e numero tessera e dove si dichiara che ogni atleta è in regola con le norme relative alla tutela sanitaria della pratica agonistica per l'Atletica leggera;
- Per le iscrizioni singole al percorso competitivo gli atleti Italiani e stranieri devono presentare, al momento della consegna del pettorale, la tessera FIDAL e/o di Enti di promozione sportiva convenzionati con la FIDAL/CONI ed in regola con il tesseramento 2016;
- Per quanto non contemplato in questo opuscolo vige il regolamento FIDAL
- Per gli atleti o gruppi che intendono definire l'iscrizione via fax/e-mail/sito Società, sarà possibile effettuare il pagamento della quota d'iscrizione tramite bonifico bancario a favore dell'Atletica Vicovaro con i seguenti riferimenti bancari: Banca di Credito cooperativo di Roma, agenzia Vicovaro RM, **codice iban IT76W 083273950000000002491**, inviando copia del bonifico via fax, più una fotocopia del tesserino FIDAL o di Enti di promozione sportiva regolarmente riconosciuti dal CONI, valido per l'anno in corso.
- Per coloro che si sono iscritti tramite e-mail/sito Società, il pagamento della quota d'iscrizione potrà essere effettuato anche al momento del ritiro del pettorale sul posto il giorno della gara.
- Per il percorso amatoriale tutti i partecipanti con l'iscrizione certificano la loro idoneità fisica secondo la normativa di legge prevista dal D.M. 28/2/83 in materia di tutela sanitaria.
- Per il percorso amatoriale i ragazzi sotto i 15 anni dovranno essere accompagnati dai genitori o da persona adulta

Con l'iscrizione i partecipanti dichiarano di conoscere e di accettare il presente regolamento

GENERALI

La manifestazione avrà luogo con qualsiasi condizione atmosferica.

RESPONSABILITÀ: • L'organizzazione pur avendo cura della buona riuscita della manifestazione declina ogni responsabilità per eventuali danni a cose o persone prima, durante e dopo la manifestazione.

ASSICURAZIONE: • L'assicurazione è valida per danni subiti lungo il percorso compresa l'area di partenza e di arrivo

VARIE: • Gli Organizzatori hanno la facoltà di apportare al presente Regolamento tutte le modifiche che si dovessero rendere necessarie per il migliore svolgimento della Manifestazione, inoltre si riservano la facoltà di apportare variazioni al percorso e al programma per cause di forza maggiore.

- Il presente opuscolo può essere esposto unicamente in locali pubblici del Comune di Vicovaro (luogo di svolgimento della manifestazione), pertanto l'eventuale rinvenimento dello stesso in locali pubblici di altri Comuni è da considerarsi puramente casuale e comunque non predisposto dall'Organizzazione.

COME RAGGIUNGERE VICOVARO

- Autostrada Roma-L'Aquila, uscita al casello di Vicovaro-Mandela.
- SS 5 Tiburtina 45° km.
- Mezzi Pubblici CO.TRA.L. – da Capolinea Ponte Mammolo, Roma.
- Ferrovia – da stazione Tiburtina, Roma



La Fattoria del Parco

via Tiburtina Valeria Km 41.300
00029 Vicovaro (RM)
cell. 328/8368891 - 338/5441644
Sito: <http://www.lafattoriadelparco.com>
e-mail : epassacantilli@yahoo.it



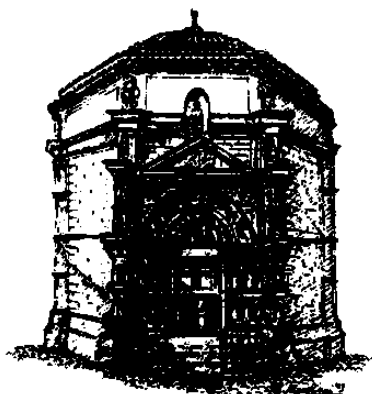
Via S. Anna, 37
00024 Castel Madama (RM)
Tel. 0774492540



Ristorante-Pizzeria-Bisteccheria
Seghetto e Sora Ausilia
Via Licinese snc - Vicovaro (Roma)
Tel. 0774492519 - 3282911089



Medaglia d'Argento al Merito Civile



- Tempietto di San Giacomo Maggiore

Altri luoghi di interesse:

- Palazzo Cenci-Bolognetti
- Mura ciclopiche
- Chiesa di San Pietro
- Chiesa di S. Antonio Abate
- Chiesa di San Sabino
- Chiesa di San Salvatore
- Porta Abruzzi
- Oasi Francvescana (S.Cosimato)
- Acquedotti Romani (S.Cosimato)
- Eremo di S. Benedetto (S.Cosimato)

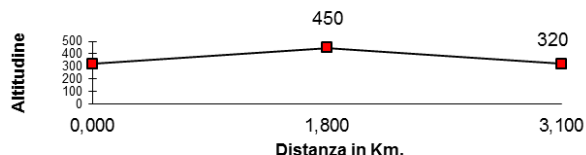
VICOVARO (alt. 320)

Di origine equa, il nucleo dell'antica Varia costituisce, con tutta probabilità il centro fortificato di età repubblicana più importante dell'area. Sorto sul corso dell'Aniene e sulla via Valeria, l'abitato è delimitato da una cinta muraria in opera quadrata visibile all'ingresso del paese presso la Porta di Sotto e lungo la via Valeria. Dopo la divisione augustea, Varia divenne città latina e nella successiva divisione adrianea venne inclusa nella provincia Valeria. L'intero territorio è costellato di evidenze di età repubblicana ed imperiale: insediamenti difensivi su altura, agro-pastorali, ville rustico-residenziali, monumenti funerari tra i quali spicca il Sepolcro di Maenio Basso sulla via Valeria. In età alto-medievale il centro subisce le scorrerie dei Longobardi (589 e 593), mentre nell'877 una incursione saracena sembra determinare l'abbandono del borgo. Solo nel XII secolo il centro di Vicus Variae viene ricolonizzato e nel 1191 papa Celestino III cede il territorio agli Orsini. La ricostruzione della rocca e della cinta muraria impressero al borgo il carattere di vero e proprio castrum nel XIII secolo. La proprietà degli Orsini cessò solo nel XVII secolo quando i nuovi possessori divennero i Bolognetti. Il centro di Vicovaro conserva notevolissimi esempi di architettura rinascimentale, come il Tempietto ottagonale di San Giacomo iniziato da Domenico di Capodistria (seconda metà del XV secolo), decorato da Giovanni Dalmata, e di architettura settecentesca come la Chiesa di San Pietro a navata unica e il Palazzo Cenci-Bolognetti che ingloba le strutture dell'impianto trecentesco del Palazzo Orsini. L'intero borgo impostato alla centrale Piazza San Pietro, conserva le strutture abitative originarie. Gli elementi architettonici e decorativi rivestono, per il loro particolare pregio, interesse per una corretta lettura del tessuto urbano dei secoli XV e XVII, mentre numerose sono le attestazioni medievali inglobate nelle strutture successive.

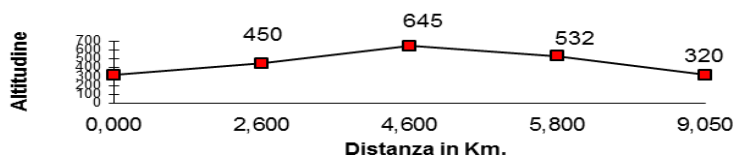
Per maggiori informazioni: www.vicovaroturismo.it

VICOVARO2000
Storia, Cultura e Tradizione
www.vicovaro2000.it

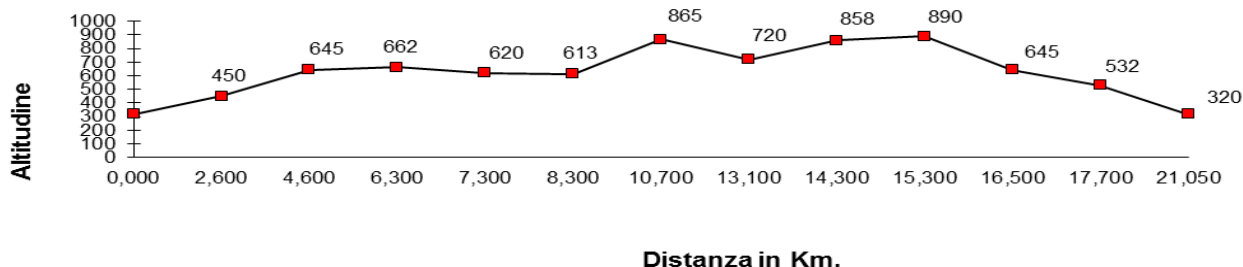
Profilo Altimetrico Percorso Km. 3



Profilo Altimetrico Percorso Km. 9



Profilo Altimetrico Percorso Km. 21



Roma

Banca di Credito Cooperativo di Roma

AGENZIA 47

Via San Vito, 11 - Vicovaro RM - Tel. 0774498050



Tivoli (RM), Via Tiburtina Valeria Km. 35