



Sci Club Fondisti Alta Val di Non
& Pro Loco di Sarnonico / Seio

organizzano la / organisieren die



CIAMINADA NONESA

8. Eco Mezza Maratona dell'Alta Val di Non
8. Öko-Halbmarathonlauf im Nonstal

Light Trail - 21,097 km - Sarnonico

VSS/Raiffeisen Stadt- und Dorfläufe 2018

200 - 2000 m - Sarnonico

2. A Spas par i Pradiei
2. Sarnonico Volkslauf

5 km - Sarnonico

5. Nordic Walking

12 km - Sarnonico

Domenica / Sonntag 21.10.2018

Informazioni / Info: www.ciaminadanonesa.it



Tirol Südtirol Trentino
Tirol Alto Adige Trentino

ECO MEZZA MARATONA / ÖKO-HALBMARATHONLAUF



GARA COMPETITIVA / WETTKAMPF

Gara competitiva (**21,097 km**). Età minima 18 anni, obbligo di certificato medico sportivo agonistico. Premiazioni come da regolamento sul sito. Iscrizioni online tassative entro venerdì 19 ottobre. Quota di partecipazione di 15 € fino al 30 giugno, 20 € dal 1 luglio.

Wettkampf (**Km 21,097**). Mindestalter 18 Jahre – Pflicht eines ärztlichen Attests zum Nachweis der Sporttauglichkeit. Preisverteilung laut Reglement (siehe Homepage). Anmeldeschluss 19.10. Einschreibgebühr 15 € bis 30.06, 20 € ab 01.07.

VSS/RAIFFEISEN STADT- UND DORFLÄUFE



GARA COMPETITIVA / WETTKAMPF

Gara competitiva per categorie giovanili **fino a 18 anni**, con distanza compresa **tra 200 e 2000 m** a seconda della categoria. Partecipazione gratuita, obbligo di certificato medico sportivo agonistico. Premiazioni secondo il regolamento sul sito. Iscrizioni online tassative entro venerdì 19 ottobre.

Kostenloser Dorflauf für Kinder **bis 18 Jahre**. Langstrecke **zwischen m.200 und m.2000** (nach Klasseneinteilung). Pflicht eines ärztlichen Attests zum Nachweis der Sporttauglichkeit. Preisverteilung nach Reglement (siehe Homepage). Anmeldeschluss 19.10.

NORDIC WALKING



NON COMPETITIVA / LAUF OHNE WERTUNG

Passeggiata non competitiva di **12 km** con bastoni. Premi a estrazione tra tutti i partecipanti. Iscrizioni online entro venerdì 19 ottobre. Quota di partecipazione online 15 €, sul posto 20 €.

Lauf ohne Wertung **Km 12**. Preisauslosung für die Teilnehmer. Anmeldeschluss 19.10. Einschreibgebühr 15 €. Nachmeldungen vor Ort 20 €.

A SPAS PAR I PRADIEI / VOLKSLAUF



NON COMPETITIVA / LAUF OHNE WERTUNG

Passeggiata podistica ludico motoria di **5 km** non competitiva ai Pradiei di Sarnonico. Iscrizioni sul posto. Quota di partecipazione 10 €.

5 km- Lauf ohne Wertung auf dem Gründlang in der Nähe von Sarnonico. Anmeldung vor Ort am Vormittag. Einschreibgebühr 10 €.



INFORMAZIONI GENERALI / ALLGEMEINE INFORMATIONEN



DOVE & QUANDO / WO & WANN

Partenza e arrivo presso il centro sportivo di **Sarnonico (TN)**. Informazioni su come arrivare disponibili sul sito internet. Distanza dai principali centri abitati della regione:

- Trento: 50 km
- Bolzano: 38 km
- Merano: 44 km

Ritrovo dalle 8:30, partenza gare dalle **10:00**, secondo il programma dettagliato disponibile sul sito internet della manifestazione.

Start und Ziel bei der Sporthalle in **Sarnonico (TN)**. Informationen darüber, wie Sie Sarnonico erreichen können, finden Sie auf der Homepage. Entfernung von den Städten der Region:

- Trient: 50 km
- Bozen: 38 km
- Meran: 44 km

Startnummerausgabe ab 8:30 Uhr; Start der Wettläufe ab **10:00 Uhr** (sehen Sie das komplette Programm auf der Homepage).



ISCRIZIONI / ANMELDUNG

Iscrizioni on-line su **www.ciaminadanonesa.it** entro le 21 del 19 ottobre 2018. Pagamento della quota di partecipazione tramite bonifico bancario:

Beneficiario: *Sci Club Fondisti Alta Val di Non*
IBAN: IT 94 A 0820034610 000007001788
BIC: CCRTIT2T54A

Casuale: *Iscrizione alla Ciaminada Nonesa 2018*
(specificare nome e gara scelta)

Online Anmeldung: **www.ciaminadanonesa.it**. Anmeldeschluss **19. Oktober** 2018 um 21:00 Uhr. Einschreibgebühr per Banküberweisung:

Empfänger: *Sci Club Fondisti Alta Val di Non*
IBAN: IT 94 A 0820034610 000007001788
BIC: CCRTIT2T54A

Grund: *Anmeldung zur Ciaminada Nonesa 2018*
(Angabe eigenen Namens und welchen Wettkampf)



PRANZO & DOCCE / ESSEN & DUSCHEN

Pranzo a partire dalle 12.30 presso la partenza. Ristori lungo il percorso e all'arrivo. **Spogliatoi e docce** nei pressi dell'arrivo.

Mittagessen ab 12:30 Uhr in der Sporthalle Sarnonico. Verpflegung entlang der Strecke und am Ziel. **Umkleide-Kabine mit Dusche** am Ziel.



INFORMAZIONI / INFORMATIONEN

Regolamento, informazioni, classifiche e foto sul sito ufficiale **www.ciaminadanonesa.it**.

Email: **ciaminada@gmail.com**

Tel: **+39 334 2295326**

Regelwerk, Informationen, Resultate, Fotos auf der Webseite **www.ciaminadanonesa.it**.

VSS: **vss.bz.it/sportprogramme/leichtathletik**

