



# MIGLIANICO TOUR

## DUEMILAVENTIQUATTRO

edizione

# 53



dal 1971 ...  
sempre lo stesso percorso

GARA PODISTICA INTERNAZIONALE DI KM 18 E 9  
**DOMENICA 11 AGOSTO**

RECORD MASCHILE (51'11"00)  
SANGA KIMUTAI PHILIMON (KENIA)

RECORD FEMMINILE (58'26"00)  
AIT SIALEM SOUAD (ALGERIA)

*ricordiamo*  
*"Walter, Remo, Enzo e Alberto"*

Percorso (chiuso al traffico e controllato) di km 9 da ripetere due volte.

MIGLIANICO (CH) si raggiunge con l'Autostrada A14,  
Uscita PE SUD/FRANCAVILLA direzione Miglianico.



COMITATO REGIONALE ABRUZZO



## CATEGORIE

M-F16	Anni 16/22	2002	al	2008	<b>MINI-MINI TOUR (Mt. 300) M/F</b>
M-F23	Anni 23/29	1995	al	2001	0-5 anni nati 2019 al 2024
M-F30	Anni 30/34	1990	al	1994	<b>MINI TOUR (Mt. 700) M/F</b>
M-F35	Anni 35/39	1985	al	1989	6-9anni nati 2015 al 2018
M-F40	Anni 40/44	1980	al	1984	<b>ESORDIENTI (1 giro del percorso - Mt. 1000)</b>
M-F45	Anni 45/49	1975	al	1979	Anni 10/11 2013 al 2014
M-F50	Anni 50/54	1970	al	1974	<b>RAGAZZI (2 giri del percorso)</b>
M-F55	Anni 55/59	1965	al	1969	Anni 12/13 2011 al 2012
M-F60	Anni 60/64	1960	al	1964	<b>CADETTI (3 giri del percorso)</b>
M-F65	Anni 65/69	1955	al	1959	Anni 14/15 2009 al 2010
M-F70	Anni 70/74	1950	al	1954	
M-F75	Anni 75/79	1945	al	1949	
M80	Anni 80 e oltre	1944 e oltre			

## PROGRAMMA

**Ore 16.30** Partenza Mini-Mini Tour (Mt 300) e Mini Tour (Mt 700)

**a seguire** Partenza gare *esordienti* (1 giro del percorso - km 1)  
*ragazzi* (2 giri del percorso) - *cadetti* (3 giri del percorso)

**Ore 18.30** Partenza gara competitiva (Km 18) e non competitiva (Km 9)  
*(tempo massimo di percorrenza 2 ore e 15 minuti)*

**Ore 21.00** Premiazione Assoluti e a seguire Categorie e Gruppi



## ISCRIZIONI

Il termine per le iscrizioni individuali e di gruppo è fissato improrogabilmente per le **ore 22:00** del giorno **Venerdì 9 Agosto**.

La quota di iscrizione è di

**10,00€ per 18 km e 9 km**

**5,00€ per le categorie giovanili**

**3,00€ per Mini Tour e Mini-Mini Tour**

Il giorno della gara non si accettano iscrizioni ad eccezione dei partecipanti al Mini Tour e Mini-Mini Tour.

Il regolamento FIDAL prevede che gli atleti al di sotto dei 18 anni non possano superare la distanza dei 10 Km.

**Come iscriversi:**

- Tramite sito web **Miglianicotour.it** con pagamento online.

- Tramite email: [info@abruzzoagare.com](mailto:info@abruzzoagare.com)

con pagamento a mezzo bonifico o al ritiro del pettorale

IBAN IT26W0538577890CC2740010502, intestato a "Amici dello Sport Miglianico"

Causale "Iscrizione Miglianico Tour", specificando nome, cognome, anno di nascita e inviando ricevuta via email.

Per informazioni: **A.S.D. AMICI DELLO SPORT** - Miglianico (CH)

Tel. 348 8059715 - 347 1672741 - 333 9752429 - 340 5337316



## PREMI

### PREMI INDIVIDUALI 18 KM

Saranno premiati i primi 10 assoluti maschili e le prime 5 assolute femminili.

Verranno premiati i primi 5 delle seguenti categorie maschili e femminili:

**M16 - M23 - M30 - M35 - M40 - M45 - M50 - M55 - M60 - M65 - M70 - M75 - M80**

**F16 - F23 - F30 - F35 - F40 - F45 - F50 - F55 - F60 - F65 - F70 - F75**

### PREMI INDIVIDUALI 9 KM

Saranno premiati i primi 5 assoluti e le prime 5 assolute.

### PREMI INDIVIDUALI

CATEGORIE ESORDIENTI - RAGAZZI - CADETTI (M/F)

Saranno premiati i primi 5 e le prime 5 di ciascuna categoria.

### PREMI INDIVIDUALI MINI E MINI-MINI TOUR

Coppa ricordo a tutti i partecipanti + gelato.

### Premi ai 10 gruppi più numerosi (9 e 18 km giunti all'arrivo)

*Premio di partecipazione a tutti gli iscritti giunti all'arrivo.*

NB - La Miglianico Tour aderisce ai due circuiti del Corrilabruzzo.

### Gara a staffetta

Nella competitiva 18 km è inserita una gara a staffetta uomo - donna riservata ai nati/e negli anni 2008/2007.

### I bonus

- Bonus per nati/e negli anni 2006/2005 e 2004/2001 in base al tempo impiegato.

- Bonus per atleti che scenderanno sotto i tempi così stabiliti:

Nati 2006-2005 (18-19 anni) : 1h e 5 m

Nate 2006-2005 (18-19 anni) : 1h e 7 m

Nati 2004-2001 (20-23 anni) : 1h e 3 m

Nate 2004-2001 (20-23 anni) : 1h e 5 m

*I tempi previsti potrebbero subire variazioni da parte dei tecnici di gara.*



*Molisana*

Dopo la gara è previsto, a cura della Molisana, il **Pasta Party** per tutti i partecipanti.

La gara sarà ripresa e trasmessa su Rete 8 Sport.

