

# COMUNE DI ALBIGNASEGO

## ASSESSORATO allo SPORT

ASSOCIAZIONE SPORTIVA DILETTANTISTICA  
**GRUPPO PODISTICO DONATORI SANGUE**  
**ALBIGNASEGO (Padova)**

**SABATO 26 MAGGIO 2007**

# Corse all'Indietro



**7° Campionato Nazionale A.I.C.S.**

**AICS di Retro Running**

MANIFESTAZIONE **Retro Challenge 2007**

VALIDA PER I: **Retro Gran Prix**

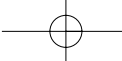
**7° Prova Campionato Nazionale A.I.R.R.**

**5ª Prova Retro Gran Prix**

## Corse alternate

**4° Prova Mondiale di Corsa Alternata**

**3ª Alternata in Coppia Mista**



# 7° CAMPIONATO NAZIONALE A.I.C.S. DI RETRO RUNNING

**Corsa all'indietro di km. 3 su circuito di mt. 1.000 da ripetere 3 volte**  
**Minipercorso di Km 1 per la categoria giovanissimi**

## REGOLAMENTO

- 1) Alla gara sono ammessi atleti di ambo i sessi, iscritti a qualsiasi ente, purché in possesso di certificato medico o tessera comprovante l'idoneità fisica all'attività sportiva.
- 2) Tutti i concorrenti allo sparo dello starter, dovranno, partendo con le spalle rivolte verso il senso di marcia, correre o camminare senza mai girare il bacino, mentre potranno girare spalle e testa fin dove riusciranno.
- 3) Rispettando il primo punto, sarà obbligatorio correre o camminare mantenendo i piedi direzionati parallelamente al senso di marcia.
- 4) È assolutamente vietato correre sul fianco, pena squalifica.
- 5) Vincerà l'atleta che giungerà per primo sul traguardo ed in caso d'arrivo convulso varranno le regole delle corse in avanti.
- 6) Nel caso di doppiaggi, i concorrenti più lenti dovranno, vedendo arrivare i doppiatori, lasciare agli stessi la strada senza dovergli far cambiare direzione.
- 7) Lungo il percorso ed all'arrivo saranno presenti dei giudici il cui giudizio sarà inappellabile.
- 8) Tutti concorreranno ai premi previsti.
- 9) Potranno concorrere al titolo nazionale A.I.C.S. solo atleti tesserati per lo stesso ente. Saranno presenti al tavolo iscrizione degli incaricati dell'A.I.C.S. per l'eventuale tesseramento al suddetto ente.
- 10) Le categorie sono così composte:
  - RAGAZZI: (nati 1994 - 1990 cioè fino ai 17 anni)
  - ASSOLUTI maschili e femminili (nati 1989 - 1963 cioè da 18 a 44 anni)
  - MASTER maschili e femminili (nati 1962 - 1948 cioè da 45 a 59 anni)
  - ARGENTO maschili e femminile (nati 1947 e precedenti)

## ELENCO PREMI 7° CAMPIONATO NAZIONALE A.I.C.S. DI RETRO RUNNING

class.	GIOVANISSIMI		ASSOLUTI	MASTER	ARGENTO	ASSOLUTI	MASTER	ARGENTO
	MASCHILI	FEMMINILI	MASCHILI	MASCHILI	MASCHILI	FEMMINILI	FEMMINILI	FEMMINILI
categ.	1994-1990	1994-1990	1989-1963	1962-1948	1947 e prec.	1989-1963	1962-1948	1947 e prec.
<b>1</b>	Medaglia Tricolore Medaglia D'oro PREMIO	Medaglia Tricolore Medaglia D'oro PREMIO	Medaglia Tricolore Medaglia D'oro PREMIO	Medaglia Tricolore Medaglia D'oro PREMIO	Medaglia Tricolore Medaglia D'oro PREMIO	Medaglia Tricolore Medaglia D'oro PREMIO	Medaglia Tricolore Medaglia D'oro PREMIO	Medaglia Tricolore Medaglia D'oro PREMIO
<b>2</b>	Medaglia Argento PREMIO	Medaglia Argento PREMIO	Medaglia Argento PREMIO	Medaglia Argento PREMIO	Medaglia Argento PREMIO	Medaglia Argento PREMIO	Medaglia Argento PREMIO	Medaglia Argento PREMIO
<b>3</b>	Medaglia Bronzo PREMIO	Medaglia Bronzo PREMIO	Medaglia Bronzo PREMIO	Medaglia Bronzo PREMIO	Medaglia Bronzo PREMIO	Medaglia Bronzo PREMIO	Medaglia Bronzo PREMIO	Medaglia Bronzo PREMIO
<b>4</b>			PREMIO	PREMIO	PREMIO	PREMIO	PREMIO	PREMIO
<b>5</b>			PREMIO	PREMIO	PREMIO	PREMIO	PREMIO	PREMIO
<b>6</b>			PREMIO	PREMIO		PREMIO	PREMIO	
<b>7</b>			PREMIO	PREMIO			PREMIO	
<b>8-9-10</b>			PREMIO	PREMIO			PREMIO	
<b>11-12-13</b>				PREMIO			PREMIO	

## 4° PROVA MONDIALE DI CORSA ALTERNATA

**Corsa alternata di Km 3 su circuito di Mt. 1.000 da ripetere 3 volte, correndo i primi 500 Mt. all'indietro, i successivi 500 Mt. in avanti. Mini percorso di Km. 1 per la categoria giovanissimi**

## REGOLAMENTO

1. Alla gara sono ammessi atleti di ambo i sessi, iscritti a qualsiasi ente, purché in possesso di certificato medico o tessera comprovante l'idoneità fisica all'attività sportiva.
2. La gara si disputerà su di un circuito di 1.000 mt. da ripetere 3 volte. Tutti i concorrenti allo sparo dello starter, dovranno percorrere i primi 500 mt. all'indietro, poi invertiranno il senso di marcia e potranno correre o camminare in avanti per i secondi 500 mt. del circuito. Alla fine di questi secondi 500 mt. inizierà un nuovo giro del circuito e quindi il concorrente dovrà prima correre all'indietro e poi in avanti.
3. Per quanto riguarda la corsa all'indietro, i concorrenti dovranno correre o camminare senza mai girare il bacino, mentre potranno girare spalle e testa fin dove riusciranno. È assolutamente vietato correre sul fianco, pena squalifica; per la corsa in avanti valgono le usuali norme.
4. Vincerà l'atleta che giungerà per primo sul traguardo. In caso di arrivo convulso varranno le regole delle corse in avanti.
5. Nel caso di doppiaggi sulla parte della corsa all'indietro, i concorrenti più lenti dovranno, vedendo arrivare i doppiatori, lasciare agli stessi la strada.
6. Lungo il percorso ed all'arrivo saranno presenti dei giudici il cui giudizio sarà inappellabile, essi controlleranno soprattutto il rispetto del cambio di direzione, previsto ogni 500 mt.
7. Tutti concorreranno ai premi previsti.
8. Le categorie sono così composte: **RAGAZZI**: (nati 1994 - 1990 cioè fino ai 17 anni) - **ASSOLUTI**: maschile e femminile (nati 1989 - 1963 cioè da 18 a 44 anni) - **MASTER**: maschile e femminile (nati 1962 - 1948 cioè da 45 a 59 anni) - **ARGENTO**: maschile e femminile (nati 1947 e precedenti).

## ELENCO PREMI 4° PROVA MONDIALE CORSA ALTERNATA

class.	GIOVANISSIMI		ASSOLUTI	MASTER	ARGENTO	ASSOLUTI	MASTER	ARGENTO
	MASCHILI	FEMMINILI	MASCHILI	MASCHILI	MASCHILI	FEMMINILI	FEMMINILI	FEMMINILI
categ.	1994-1990	1994-1990	1989-1963	1962-1948	1947 e prec.	1989-1963	1962-1948	1947 e prec.
<b>1</b>	Maglia Mondiale	Maglia Mondiale	Maglia Mondiale	Maglia Mondiale	Maglia Mondiale	Maglia Mondiale	Maglia Mondiale	Maglia Mondiale
	Medaglia D'oro <i>PREMIO</i>	Medaglia D'oro <i>PREMIO</i>	Medaglia D'oro <i>PREMIO</i>	Medaglia D'oro <i>PREMIO</i>	Medaglia D'oro <i>PREMIO</i>	Medaglia D'oro <i>PREMIO</i>	Medaglia D'oro <i>PREMIO</i>	Medaglia D'oro <i>PREMIO</i>
<b>2</b>	Medaglia Argento	Medaglia Argento	Medaglia Argento	Medaglia Argento	Medaglia Argento	Medaglia Argento	Medaglia Argento	Medaglia Argento
	<i>PREMIO</i>	<i>PREMIO</i>	<i>PREMIO</i>	<i>PREMIO</i>	<i>PREMIO</i>	<i>PREMIO</i>	<i>PREMIO</i>	<i>PREMIO</i>
<b>3</b>	Medaglia Bronzo	Medaglia Bronzo	Medaglia Bronzo	Medaglia Bronzo	Medaglia Bronzo	Medaglia Bronzo	Medaglia Bronzo	Medaglia Bronzo
	<i>PREMIO</i>	<i>PREMIO</i>	<i>PREMIO</i>	<i>PREMIO</i>	<i>PREMIO</i>	<i>PREMIO</i>	<i>PREMIO</i>	<i>PREMIO</i>
<b>4</b>			<i>PREMIO</i>	<i>PREMIO</i>	<i>PREMIO</i>	<i>PREMIO</i>	<i>PREMIO</i>	
<b>5</b>			<i>PREMIO</i>	<i>PREMIO</i>	<i>PREMIO</i>	<i>PREMIO</i>	<i>PREMIO</i>	
<b>6</b>			<i>PREMIO</i>	<i>PREMIO</i>		<i>PREMIO</i>	<i>PREMIO</i>	
<b>7</b>			<i>PREMIO</i>	<i>PREMIO</i>			<i>PREMIO</i>	
<b>8</b>			<i>PREMIO</i>	<i>PREMIO</i>			<i>PREMIO</i>	
<b>9</b>				<i>PREMIO</i>				
<b>10</b>				<i>PREMIO</i>				
<b>11</b>				<i>PREMIO</i>				
<b>12</b>				<i>PREMIO</i>				

## 3ª ALTERNATA IN COPPIA MISTA

*Corsa alternata di Km. 1 su circuito da correre in coppia, contemporaneamente ed uno di fronte all'altro, correndo entrambi 500 Mt. all'indietro e 500 Mt. in avanti.*

### REGOLAMENTO



- 1) Alla gara sono ammesse coppie di atleti miste (uomo-donna), iscritti a qualsiasi ente, purché in possesso di certificato medico o tessera comprovante l'idoneità fisica all'attività sportiva.
- 2) La gara, si disputerà su un circuito di 1.000 mt. I componenti della coppia, dovranno correre contemporaneamente, uno di fronte all'altro, percorrendo entrambi 500 mt. all'indietro e 500 mt. in avanti. Esemplicando, ipotizzando che parta la donna all'indietro e l'uomo in avanti, quest'ultimo si posizionerà di fronte alla donna, dettando così il ritmo di gara ed avvertendola di eventuali ostacoli, al giro di boa si invertiranno le parti, l'uomo correrà all'indietro e la donna in avanti (vedi foto).



- 3) Per quanto riguarda la corsa all'indietro, i concorrenti dovranno correre o camminare senza mai girare il bacino, mentre potranno girare spalle e testa fin dove riusciranno, è assolutamente vietato correre sul fianco, pena squalifica; per la corsa in avanti valgono le usuali norme.
- 4) Vincerà la coppia che giungerà per prima sul traguardo, considerando la fine della corsa quando entrambi avranno superato la linea del traguardo.
- 5) Lungo il percorso ed all'arrivo saranno presenti dei giudici il cui giudizio sarà inappellabile, essi controlleranno soprattutto il rispetto del cambio di direzione, previsto ai 500 mt.
- 6) Le categorie sono così composte:
  - RAGAZZI (nati 1994-1990 cioè fino ai 17 anni)
  - ASSOLUTI masch. e femm. (nati 1989-1963 cioè da 18 a 44 anni)
  - MASTER masch. e femm. (nati 1962-1948 cioè da 45 a 59 anni)
  - ARGENTO masch. e femm. (nati 1947 e precedenti).
 La categoria verrà stabilita sommando l'età dei componenti la coppia e dividendo il risultato per 2.

## ELENCO PREMI 3ª ALTERNATA COPPIA MISTA

class.	COPPIA	COPPIA	COPPIA	COPPIA
	GIOVANISSIMI	ASSOLUTI	MASTER	ARGENTO
categ.	1994 - 1990	1989 - 1963	1962 - 1948	1947 e prec.
<b>1</b>	Maglia Mondiale	Maglia Mondiale	Maglia Mondiale	Maglia Mondiale
	Medaglia D'oro <i>PREMIO</i>	Medaglia D'oro <i>PREMIO</i>	Medaglia D'oro <i>PREMIO</i>	Medaglia D'oro <i>PREMIO</i>
<b>2</b>	Medaglia Argento	Medaglia Argento	Medaglia Argento	Medaglia Argento
	<i>PREMIO</i>	<i>PREMIO</i>	<i>PREMIO</i>	<i>PREMIO</i>
<b>3</b>	Medaglia Bronzo	Medaglia Bronzo	Medaglia Bronzo	Medaglia Bronzo
	<i>PREMIO</i>	<i>PREMIO</i>	<i>PREMIO</i>	<i>PREMIO</i>
<b>4</b>		<i>PREMIO</i>	<i>PREMIO</i>	<i>PREMIO</i>
<b>5</b>		<i>PREMIO</i>	<i>PREMIO</i>	<i>PREMIO</i>
<b>6-7-8</b>		<i>PREMIO</i>	<i>PREMIO</i>	
<b>9-10-11-12</b>			<i>PREMIO</i>	

## QUOTA ISCRIZIONE

- € 4,00 con premio maglietta appositamente creata (quota iscrizione valida per tutte le gare individuali - Campionato Nazionale A.I.C.S. - Prova Mondiale di Corsa Alternata).
- € 5,00 iscrizione a due gare, anche se non individuali.
- € 5,00 a coppia per l'alternata in coppia, se già iscritti singolarmente ad un'altra gara,
- € 10,00 se prima gara
- GRATUITA, per tutti i bambini nati dal 1993 ad oggi, con premio di partecipazione per tutti.

**PREMIO:**  
**Maglietta**  
*appositamente creata per tutti i partecipanti*

Per maggiori notizie visita il SITO INTERNET: <http://www.retrorunning.it>

## NOTE PER LE CORSE ALL'INDIETRO ED ALTERNATE

- ✓ **Ritrova:** Ore 15,30 presso il Centro Commerciale Largo Degli Obizzi Piazza del Donatore - Albignasego
- ✓ **Partenza:** ore 17,00: 7° Campionato Nazionale A.I.C.S. di Retro Running a seguire gare giovanili promozionali sui 300 mt. (PREMIO A TUTTI I PARTECIPANTI).  
ore 17,30 3ª Alternata in Coppia Mista.  
ore 18,00 4ª Prova Mondiale di Corsa Alternata
- ✓ **Quote iscrizione:** Euro 4,00 con premio maglietta appositamente creata (quota iscrizione valida per tutte le gare individuali - Campionato Nazionale A.I.C.S. - Prova Mondiale di Corsa Alternata).  
Euro 5,00 iscrizione a due gare, anche se non individuali.  
Euro 5,00 a coppia per l'alternata in coppia, se già iscritti singolarmente ad un'altra gara,  
Euro 10,00 se prima gara.  
GRATUITA, per tutti i bambini nati dal 1993 ad oggi con premio di partecipazione per tutti.

Tali somme sono contributi non soggetti ad IVA a norma dell'Art. 4, secondo e sesto periodo del D.P.R. 633/72 e successive modificazioni. I contributi su 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 terzo comma dell'Art. 111 del TUIR.

- ✓ **Informazioni:** VETTORATO DARIO - Via Giorgione 8 int. 37 - Albignasego - Tel. 049 682050 - Cell. 3498623270 • e-mail: [dariovet@retrorunning.it](mailto:dariovet@retrorunning.it)  
sito internet: [www.retrorunning.it](http://www.retrorunning.it)
- ✓ **Iscrizioni:** aperte a tutti con l'accettazione del presente regolamento, si ricevono presso:

- ✓ SEDE del Gruppo Podistico Donatori di Sangue Albignasego
- ✓ VETTORATO DARIO - Via Giorgione 8 int. 37 - Albignasego  
Tel. 049 682050 - Cell. 3498623270  
*L'organizzazione considera con l'iscrizione l'idoneità fisica dei partecipanti inerente la normativa di legge prevista dal D.M. del 28.2.1983 sulla tutela sanitaria per l'attività non agonistica.*
- ✓ **Chiusura iscrizioni:** alle ore 16,30 di sabato 26 maggio 2007.
- ✓ **Premiazione per tutte le gare:** ATTENZIONE, il gruppo organizzatore si riserva la possibilità di modificare il montepremi previsto assegnando i premi non distribuiti per mancanza di partecipanti di categoria, ed aumentare il numero dei premiati nelle singole categorie.
- ✓ **Giudici Fidal:** il regolare svolgimento delle gare sarà assicurato dalla presenza di giudici Fidal su tutto il percorso.
- ✓ **Servizi offerti:** Assistenza Medica, Croce Verde, Servizio Cronometraggio verrà effettuato servizio cronometraggio da A.S. PADOVA CRONO, Servizio doccia, presso Palazetto dello Sport di Via Torino.
- ✓ Le corse sono assicurate.
- ✓ Le corse si svolgeranno con qualsiasi tempo.
- ✓ Gli organizzatori pur avendo cura della buona riuscita della manifestazione, declinano ogni responsabilità per danni a cose e/o terzi, prima, durante e dopo la manifestazione.
- ✓ **Cena:** presso la Trattoria River a prezzo particolare
- ✓ È obbligatoria la prenotazione entro il 21/05/2007; posti disponibili 30.

 **VENETO BANCA**

**Filiale di Albignasego - PD**

**Via Roma, 76 - Tel. 049 8625852**  
[www.venetobanca.it](http://www.venetobanca.it)



- ▶▶ **Progettazione Grafica**
- ▶▶ **Moduli Continui**
- ▶▶ **Stampa Commerciale - Fiscale - Digitale**
- ▶▶ **Editoriale** ▶▶ **Cataloghi** ▶▶ **Manifesti**
- ▶▶ **Depliant** ▶▶ **Matrimoni** ▶▶ **Timbri**
- ▶▶ **Etichette** ▶▶ **Calendari**
- ▶▶ **Legatoria**

- ▶▶ **Rivestimento Furgoni** ▶▶ **Decorazione Vettrine**
- ▶▶ **Cartelli Pubblicitari - Cantiere** ▶▶ **Banner**

**Via Terradura, 3 - MASERÀ DI PADOVA**  
**Tel. 049 8860922 - Fax 8861200 - info@tipmsr.191.it**

**DIGITAL POINT** STAMPA DIGITALE IMMEDIATA

**Foto Gabry**

Laboratorio professionale  
 Servizi fotografici matrimoniali a partire da € 600

**Maserà - Via Conselvana, 178 - Tel. 049.8860474**  
**Albignasego - Via Roma, 96/A - Tel. 049.7313226**

Invia i tuoi file da stampare a \*e-mail [fotogabry1@libero.it](mailto:fotogabry1@libero.it)

**Arte e creatività per foto di:**

- Matrimonio
- Ritratto ● Book
- Composit
- Industriale
- BOMBONIERE