



COMUNE DI ALBIGNASEGO
ASSESSORATO ALLO SPORT



PROVINCIA DI PADOVA
ASSESSORATO ALLO SPORT



Regione del Veneto



Italia Coni
Comitato Provinciale
Padova

Sportivando
2008



RETRORUNNING.EU



Coordinamento
Podistico
Polesano



COMUNE DI ALBIGNASEGO

ASSESSORATO allo SPORT

ASSOCIAZIONE SPORTIVA DILETTANTISTICA
GRUPPO PODISTICO DONATORI SANGUE
ALBIGNASEGO (Padova)

ASSOCIAZIONE SPORTIVA DILETTANTISTICA
RETRORUNNING.EU

DOMENICA 25 MAGGIO 2008

Corse all'Indietro

8° Campionato Nazionale A.I.C.S.
AICS di Retro Running

MANIFESTAZIONE **Retro Challenge**  **2008**

VALIDA PER I: **Retro Gran Prix**

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

3ª Prova Retro Gran Prix

Corse alternate

5° Prova Mondiale
di Corsa Alternata

4ª AV Alternata in Coppia Mista

8° 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 1995 - 1991 cioè fino ai 17 anni)
 - ASSOLUTI maschili e femminili (nati 1990 - 1964 cioè da 18 a 44 anni)
 - MASTER maschili e femminili (nati 1963 - 1949 cioè da 45 a 59 anni)
 - ARGENTO maschili e femminili (nati 1948 e precedenti)

ELENCO PREMI 8° CAMPIONATO NAZIONALE A.I.C.S. DI RETRO RUNNING

GIOVANISSIMI		ASSOLUTI	MASTER	ARGENTO	ASSOLUTI	MASTER	ARGENTO
class.	MASCHILI	FEMMINILI	MASCHILI	MASCHILI	MASCHILI	FEMMINILI	FEMMINILI
categ.	1995-1991	1995-1991	1990-1964	1963-1949	1948 e prec.	1990-1964	1963-1949
1	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
2	Medaglia Argento PREMIO	Medaglia Argento PREMIO	Medaglia Argento PREMIO	Medaglia Argento PREMIO	Medaglia Argento PREMIO	Medaglia Argento PREMIO	Medaglia Argento PREMIO
3	Medaglia Bronzo PREMIO	Medaglia Bronzo PREMIO	Medaglia Bronzo PREMIO	Medaglia Bronzo PREMIO	Medaglia Bronzo PREMIO	Medaglia Bronzo PREMIO	Medaglia Bronzo PREMIO
4			PREMIO	PREMIO	PREMIO	PREMIO	PREMIO
5			PREMIO	PREMIO	PREMIO	PREMIO	PREMIO
6			PREMIO	PREMIO		PREMIO	PREMIO
7			PREMIO	PREMIO			PREMIO
8-9-10			PREMIO	PREMIO			PREMIO
11-12-13				PREMIO			PREMIO

5° 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 invieranno 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 1995 - 1991 cioè fino ai 17 anni) - **ASSOLUTI**: maschile e femminile (nati 1990 - 1964 cioè da 18 a 44 anni) - **MASTER**: maschile e femminile (nati 1963 - 1949 cioè da 45 a 59 anni) - **ARGENTO**: maschile e femminile (nati 1948 e precedenti).

ELENCO PREMI 5° PROVA MONDIALE CORSA ALTERNATA

	GIOVANISSIMI		ASSOLUTI	MASTER	ARGENTO	ASSOLUTI	MASTER	ARGENTO
class.	MASCHILI	FEMMINILI	MASCHILI	MASCHILI	MASCHILI	FEMMINILI	FEMMINILI	FEMMINILI
categ.	1995-1991	1995-1991	1990-1964	1963-1949	1948 e prec.	1990-1964	1963-1949	1948 e prec.
1	Maglia Mondiale Medaglia D'oro PREMIO	Maglia Mondiale Medaglia D'oro PREMIO	Maglia Mondiale Medaglia D'oro PREMIO	Maglia Mondiale Medaglia D'oro PREMIO	Maglia Mondiale Medaglia D'oro PREMIO	Maglia Mondiale Medaglia D'oro PREMIO	Maglia Mondiale Medaglia D'oro PREMIO	Maglia Mondiale Medaglia D'oro PREMIO
2	Medaglia Argento PREMIO	Medaglia Argento PREMIO	Medaglia Argento PREMIO	Medaglia Argento PREMIO	Medaglia Argento PREMIO	Medaglia Argento PREMIO	Medaglia Argento PREMIO	Medaglia Argento PREMIO
3	Medaglia Bronzo PREMIO	Medaglia Bronzo PREMIO	Medaglia Bronzo PREMIO	Medaglia Bronzo PREMIO	Medaglia Bronzo PREMIO	Medaglia Bronzo PREMIO	Medaglia Bronzo PREMIO	Medaglia Bronzo PREMIO
4			PREMIO	PREMIO	PREMIO	PREMIO	PREMIO	
5			PREMIO	PREMIO	PREMIO	PREMIO	PREMIO	
6			PREMIO	PREMIO		PREMIO	PREMIO	
7			PREMIO	PREMIO			PREMIO	
8			PREMIO	PREMIO			PREMIO	
9				PREMIO				
10				PREMIO				
11				PREMIO				
12				PREMIO				

4ª 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. Esempificando, 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 1995-1991 cioè fino ai 17 anni) • ASSOLUTI masch. e femm. (nati 1990-1964 cioè da 18 a 44 anni) • MASTER masch. e femm. (nati 1963-1949 cioè da 45 a 59 anni) • ARGENTO masch. e femm. (nati 1948 e precedenti). La categoria verrà stabilita sommando l'età dei componenti la coppia e dividendo il risultato per 2.

ELENCO PREMI 4ª ALTERNATA COPPIA MISTA

class.	COPPIA	COPPIA	COPPIA	COPPIA
	GIOVANISSIMI	ASSOLUTI	MASTER	ARGENTO
categ.	1995 - 1991	1990 - 1964	1963 - 1949	1948 e prec.
1	Maglia Mondiale Medaglia D'oro PREMIO	Maglia Mondiale Medaglia D'oro PREMIO	Maglia Mondiale Medaglia D'oro PREMIO	Maglia Mondiale Medaglia D'oro PREMIO
2	Medaglia Argento PREMIO	Medaglia Argento PREMIO	Medaglia Argento PREMIO	Medaglia Argento PREMIO
3	Medaglia Bronzo PREMIO	Medaglia Bronzo PREMIO	Medaglia Bronzo PREMIO	Medaglia Bronzo PREMIO
4		PREMIO	PREMIO	PREMIO
5		PREMIO	PREMIO	PREMIO
6-7-8		PREMIO	PREMIO	
9-10-11-12			PREMIO	

QUOTA ISCRIZIONE

- e 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).
- e 5,00 iscrizione a due gare, anche se non individuali.
- e 5,00 a coppia per l'alternata in coppia, se già iscritti singolarmente ad un'altra gara.
- e 10,00 se prima gara
- GRATUITA, per tutti i bambini nati dal 1994 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

- ✓ **Ritrovo:** Ore 08,30 presso il Centro Commerciale Largo Degli Obizzi Piazza del Donatore - Albignasego
- ✓ **Partenza:** ore 10,30: 8° Campionato Nazionale A.I.C.S. di Retro Running a seguire gare giovanili promozionali sui 300 mt. (PREMIO A TUTTI I PARTECIPANTI).
ore 11,00 4ª Alternata in Coppia Mista.
ore 11,30 5ª 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 1994 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. 3481214034 • e-mail: dariovet@retrorunning.it
sito internet: 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. 3481214034
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 09,30 di domenica 25 maggio 2008.
- ✓ **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 Palazzetto 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.



Filiale di Albignasego - PD

Via Roma, 76 - Tel. 049 8625852
www.venetobanca.it



SEGNALETICA - SICUREZZA STRADALE

**SEGNALETICA ORIZZONTALE - VERTICALE - CANTIERISTICA -
ELETTRONICA - ANTINFORTUNISTICA**

Via A. Volta, 10 - MASERÀ DI PADOVA (PD)

Tel. 049 8862864 - Fax 049 8868277

<http://www.cigiesse.com> - e-mail: info@cigiesse.com



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

- ▶ Rivestimento Furgoni ▶ Decorazione Vetrine
- ▶ Cartelli Pubblicitari - Cantiere ▶ Banner

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



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

**Arte e creatività
per foto di:**

- Matrimonio
- Ritratto • Book
- Composit
- Industriale
- BOMBONIERE