

**NORME E PROGRAMMA 2025:**  
**CCTRAIL ULTRAMARATHON 50k**  
**ZUCCONE TRAIL 25k**  
**SHORT TRAIL 10k :**

**RITIRO PETTORALE:**

in palestra a Tarsogno , da sabato 17 maggio pomeriggio dalle ore 17.30 alle 19.00

domenica mattina in palestra dalle ore 06.45 alle ore 09.30

**SOLO per le camminate non competitive** iscrizioni e ritiro pettorale anche la domenica mattina fino alle ore 09,15

**PARTENZA:**

<b>CCT ULTRAMARATHON 50K 2400D+</b>	<b>PARTENZA ORE 08,00</b>
<b>ZUCCONE TRAIL 25 km 1500 D+</b>	<b>PARTENZA ORE 09,30</b>
<b>SHORT TRAIL DI 10 km 450 D+</b>	<b>PARTENZA ORE 09,30</b>

**WALK TRAIL NON COMPETITIVO:**

<b>Panoramica di 10 km 450 d+</b>	<b>PARTENZA ORE 09,45</b>
<b>“6 CON NOI?” DI 7 km 250 D+</b>	<b>PARTENZA ORE 09,45</b>

**BRIEFING 10 MINUTI PRIMA DELLE VARIE PARTENZE**

Per la partecipazione alle gare è necessaria esperienza nella corsa in natura, un'adeguata preparazione atletica, capacità fisica per affrontare il percorso ed abbigliamento idoneo alla temperatura della giornata ed alle condizioni del terreno.

Possono partecipare alla gara gli atleti che abbiano compiuto il **18° anno di età**, in possesso di regolare **CERTIFICATO MEDICO AGONISTICO** per l'atletica leggera valido alla data della manifestazione.

**La gara è inserita nel Circuito Provinciale Trail Running Parma 2025.**  
**Lo short trail fa parte del Circuito Uisp for Running anno 2025**

**ISCRIZIONI ON LINE O CARTACEO entro il 15 maggio 2025**

1) **Tramite il modulo google on line** su [www.spiritotarsognotrail.com](http://www.spiritotarsognotrail.com) (TASTO ISCRIZIONI ON LINE) entro giovedì 15 maggio 2025 allegando il certificato medico e contabile del pagamento

2) Su portale Irunning al link....

3) via mail a [spiritotarsogno@gmail.com](mailto:spiritotarsogno@gmail.com) inviando entro il 15 maggio 2025 la scheda iscrizione scaricabile dal sito [www.spiritotarsognotrail.com](http://www.spiritotarsognotrail.com) al tasto ISCRIZIONI VIA MAIL

+ copia del bonifico bancario e copia del certificato medico agonistico per l'atletica leggera in corso di validità

**IL GIORNO DELLA GARA ci si potrà iscrivere solo se disponibili pettorali al costo maggiorato di 6 euro**

## PAGAMENTO

1) **tramite bonifico bancario** intestato a "ASD SPIRITO TARSOGNO IBAN IT 31T 06230 65620 0000 35707387" specificando nella causale NOME COGNOME ATLETA 11° CCTRAIL percorso scelto (short trail / Zuccone 25k / cct ultramarathon).

2) **tramite carte di credito** utilizzando appositi link nel sito.

3) **tramite contante** presso la succursale asd Spirito Tarsogno negozio Ravella Pelletteria Piazza Ghiaia 51 a PARMA.

4) **SATISPAY** chiedere il link a 335 7768104

## PREZZI 11° CCT 2025:

il **prezzo** comprende iscrizione+assicurazione+pacco gara+docce+ ricovero borsoni + cronometraggi con chip sul pettorale, servizio fotografico scaricabile dai nostri social facebook e intagram Spirito Tarsogno – Cento croci trail

il costo del PRANZO è incluso nella CCT50K , a scelta nello Zuccone trail 25k e nello Short trail 10k

## Due scaglioni di pagamento

Primo scaglione pagamenti a prezzo agevolato scade il 31/03/2025

secondo e ultimo scaglione dal 01/04/2025 al 15/05/2025

PREZZI 11° CCT 2025			
	prevendita entro il 31/03/2025	dal 01 Aprile al 15/05/25	comprende:
SHORT TRAIL 10K	€ 12,00	€ 15,00	NO PRANZO
ZUCCONE TRAL 25K	€ 27,00	€ 32,00	NO PRANZO
CENTO CROCI TRAIL ULTRAMARATHON	€ 59,00	€ 69,00	SI PRANZO
trail walk non compet.: Panoramica e "6 CON NOI?"	€ 7,00	€ 7,00	NO PRANZO
buono pranzo euro 12,00			

## PASTO A FINE GARA:

prenotabile in fase di iscrizione pagandolo in contanti sul posto al ritiro pettorale al costo di euro 12,00

Possibilità di acquisto del buono pranzo anche ad accompagnatori non camminatori al costo di euro 12.00 presso la segreteria iscrizioni NON COMPETITIVE allestita in Palestra

Nessun pettorale sarà inviato per posta.

Durante la gara il pettorale dovrà essere visibile in avanti lungo tutto il percorso ed esibito al personale per il check passaggio. In caso di abbandono gara o di non partenza, è obbligo consegnare il pettorale con relativo chip ai giudici all'arrivo o allo staff sul percorso.

Nessun cambio di pettorale sarà possibile fare nella giornata dell'evento.

Servizio scope: le moto seguiranno i percorsi seguendo l'ultimo concorrente a distanza.

## **CLASSIFICHE E CRONOMETRAGGI E PREMIAZIONI**

nel retro del pettorale troverete il CHIP da RESTITUIRE ALL'ARRIVO, (il chip non riconsegnato, comporterà l'addebito di euro 25,00)

le classifiche verranno affisse a parete nella zona arrivi durante lo svolgimento della gara (parziali) e al termine della gara stessa, in seguito consultabili sul sito TDS [TDS.sport – powered by your emotions](http://TDS.sport – powered by your emotions) e nel nostro sito [www.spiritotarsognotrail.com](http://www.spiritotarsognotrail.com)

cronometristi UISP REGGIO EMILIA e GIUDICI DI GARA UISP PARMA

### **LE PREMIAZIONI IN ORDINE:**

Dalle ore 11,30 premiazione SHORT TRAIL

dalle ore 13,00 premiazione ZUCCONI TRAIL 25K

dalle ore 14,00 premiazione CCT ULTRAMARATHON

### **CATEGORIE PREMIAZIONI**

per tutte le gare in programma verranno premiate le seguenti categorie:

1 - 2 - 3 - ASSOLUTO UOMO e DONNA

1 UOMO/DONNA Categoria nati dal 2007/1986 ( 18/39 anni)

1 UOMO/DONNA Categoria nati dal 1985/1976 ( 40/49 anni)

1 UOMO/DONNA Categoria nati dal 1975/1966 ( 50/59 anni)

1 UOMO/DONNA Categoria over 60 anni entro il 1965

**PERNOTTO:** Per chi volesse trascorrere sia il sabato che la domenica a Tarsogno forniremo una lista di appartamenti o alberghi disponibili. Contattare [spiritotarsogno@gmail.com](mailto:spiritotarsogno@gmail.com)

### **LOGISTICA:**

Il paese di Tarsogno verrà suddiviso in tre zone colorate come un semaforo: gli atleti all'arrivo si dirigeranno verso la:

**ZONA ROSSA : PALESTRA** e area circostante, con accoglienza, ritiro pettorale, spogliatoio, deposito borse, ritiro pacco gara.

Gli atleti proseguiranno verso la :

**ZONA GIALLA : PARCO GIOCHI**, presentarsi pronti per la partenza per la spunta e controllo materiale. Ampia zona di allenamento pre gara. Briefing e Partenze.

**PARTENZA** sarà UNICA PER OGNI GARA agli orari esposti

**ZONA VERDE : ARRIVO** al Parco Giochi sotto l'arco sulla pedana per chip

**PERNOTTO:** Per chi volesse trascorrere sia il sabato che la domenica a Tarsogno forniremo una lista di appartamenti o alberghi disponibili.

Contattare [spiritotarsogno@gmail.com](mailto:spiritotarsogno@gmail.com)

## **PROGRAMMA PER CCT ULTRAMARATHON 50K**

**PARTENZA :** dalle ore 08,00 dal Parco Giochi .

**RISTORI:** ristoro solido+liquido al km 6  
ristoro solido+liquido al km 12 fontana abusivo  
ristoro solido+liquido al km 20,5  
ristoro solido+liquido al km 28  
ristoro solido+liquido al km 38/44

**ZONA CHECK :** 2 passaggi a Colletta dello Zuccone

**CANCELLI:** Alle ore 15,30 AL KM 38 (ore 7,30) alla Colletta dello Zuccone

**SEGNALETICA:** Arancione e BIANCO è il colore della CCT

ULTRAMARATHON dal pettorale alle frecce direzionali che troverete sul percorso+ NASTRI arancioni ogni 100m.

Personale sul percorso Volontari del cct

**ARRIVO:** Al parco giochi , consegnare il chip al personale volontario

**PREMIAZIONI:** al parco giochi dalle ore 15,00 circa

