



Il G.P. Tiramminanz, l'Atl. Ambrosiana e l'Atl. Assago

propongono con il patrocinio del Comune di Assago

Domenica 12 settembre 2010

il

20° Miglio Ambrosiano

Manifestazione inserita nel Calendario Provinciale Estivo Fidal Mi, valida quale nona e penultima prova del Club del Miglio 2010

ed il

7° Retromiglio Ambrosiano

Manifestazione inserita nel calendario nazionale dell'A.I.R.R.



RITROVO: ore 8.00 presso il Campo Sportivo Comunale di Assago (Mi) uscita Milano-Assago Tangenziale Ovest di Milano

PROGRAMMA DELLA MANIFESTAZIONE

Ore 9.00 Partenza categorie master e amatori, miglio eps maschile

Ore 10.15 Partenza categorie master e amatori, miglio eps femminile

A seguire Partenza categoria assolute femminili e maschili

Ore 10.45 **Partenza di tutte le categorie Retromiglio Ambrosiano in serie unica**

Quota d'iscrizione 3,5 € (comprensiva di tassa pro capite Fidal, presenza di cronometristi della F.I.C., assicurazione, assist. medica, ristoro)
Ai primi 120 iscritti verrà consegnato un riconoscimento della manifestazione.

Premiazioni Saranno premiati i primi tre classificati di ogni categoria M/F

Ore 11.00 Partenza Mezzo Miglio per Categorie Ragazzi e Cadetti

A seguire Partenza Un Quarto di Miglio per Categorie Esordienti

Quota d'iscrizione promozionale gratuita

Premiazioni: Saranno premiati i primi tre classificati di ogni categoria M/F

Ore 11.15 Partenza Miglio per Tutti (Idoneo a persone diversamente abili)

A passo libero, aperto a tutti coloro che volessero provare la distanza del miglio.

Con la partecipazione del Gruppo Sportivo non vedenti Milano Onlus

Quota d'iscrizione 2 € (gratuita per persone diversamente abili) **con riconoscimento a tutti i partecipanti**

Premiazioni Società

Saranno premiate tutte le Società presenti con almeno 10 partecipanti fra i vari momenti proposti
Trofeo Antonio Rizzolo alla memoria alla società con il maggior numero di partecipanti

Iscrizioni ed informazioni Info : 3472200369 fax 02375691 e-mail gptiremminanz@libero.it

Siti web

www.miglioambrosiano.it www.clubdelmiglio.it www.gptiremminanz.it www.ambrosiana.org www.atleticaassago.it

facebook

Ci trovi anche su Quelli che... "W il Miglio Ambrosiano!", Gruppo Podistico Tiramminanz, (Atletica) Ambrosiana & "friends"

Le iscrizioni si chiuderanno improrogabilmente giovedì 9 settembre alle ore 22.00

CARROZZERIA VASTA

REGOLAMENTO

- La manifestazione si svolgerà con qualsiasi condizione meteorologica.
- Al 20° Miglio Ambrosiano possono partecipare esclusivamente i tesserati alla Federazione Italiana di Atletica Leggera e gli atleti tesserati ad un Ente di Promozione Sportiva in accordo ai regolamenti ed alla convenzione FIDAL-EPS vigente. Gli atleti EPS nati dal 1988 al 1992 gareggeranno in apposita gara inserita nel calendario UISP a loro riservata. Gli atleti "liberi" potranno partecipare al miglio per tutti
- Le iscrizioni dovranno pervenire entro e non oltre le ore 22.00 di giovedì 9 settembre 2010 complete dei seguenti dati: nome e cognome, data di nascita, federazione/EPS e categoria di appartenenza, numero di tessera, società di appartenenza, codice società, migliore prestazione sul miglio o presunto tempo di percorrenza. Senza l'indicazione del tempo, in caso di più serie, si verrà inseriti in quella più debole.
- Al ritiro del pettorale di gara si dovrà esibire la tessera, in regola con il tesseramento 2009 Fidal/EPS, per la spunta del nominativo.
- Le serie verranno composte secondo le categorie specificate nelle seguenti tabelle.

Categorie Fidal Assoluti

Allievi M/F	1993/1994
Juniores M/F	1991/1992
Promesse M/F	1988/1990
Seniores M/F	1987 e precedenti

Categorie Fidal/Eps Giovanili

Quarto di Miglio	Esordienti C M/F	2003 e successivi
Quarto di Miglio	Esordienti B M/F	2001/2002
Quarto di Miglio	Esordienti A M/F	1999/2000
Mezzo Miglio	Ragazzi M/F	1997/1998
Mezzo Miglio	Cadetti M/F	1995/1996

Categorie Fidal Master-Amatori/Eps

Cat. Femminile/Maschile	Anno di nascita
A	1988/94 tesserati eps
B	1976/1987
C	1971/1975
D/40	1966/1970
D/45	1961/1965
E/50	1956/1960
E/55	1951/1955
F/60	1946/1950
F/65	1941/1945
G	1940 e oltre

Categorie Associazione Italiana Retrorunning

Giovanissimi	1993 e successivi
Assoluti	1992/1961
Master	1960/1951
Argento	1950 e precedenti

- Le serie saranno composte da atleti della stessa categoria fino ad un massimo di venti partecipanti; oltre tale numero la categoria verrà divisa in due serie in base ai tempi di iscrizione che quindi devono essere segnalati con molta accuratezza. Al contrario, nell'eventualità di carenze partecipazionali, per alcune categorie si potrebbe procedere al conglobamento delle stesse a discrezione del Giudice d'Appello.
- Le classifiche verranno stilate con la collaborazione del Gruppo Giudici Gare di Milano e dell'Ass.Cronometristi Milanesi "A.Teickmann"
- Sarà attivo un servizio di pronto soccorso con medico ed ambulanza ed i partecipanti potranno fruire in loco di parcheggio, spogliatoio e docce.
- La manifestazione godrà di copertura assicurativa.
- Pur avendo cura della buona riuscita della manifestazione, si declina ogni responsabilità per danni a persone o a cose che possano verificarsi prima, durante e dopo di essa.
- L'atto di iscrizione è subordinato all'idoneità fisica da parte del richiedente, mentre per i minori risponderanno i genitori o chi ne fa le veci
- L'iscrizione alla manifestazione implica la conoscenza e l'accettazione del presente regolamento in tutte le sue parti e solleva gli organizzatori da responsabilità civili e penali.
- Per quanto non previsto nel presente regolamento si fa riferimento agli applicabili regolamenti FIDAL



Calendario

2010 - Criterium



1^ Prova	21/11/09	Campo Com. Pioltello (Mi)	11° Miglio di Piero
2^ Prova	10/04/10	C. Giovani Voghera (Pv)	22° Miglio Città di Voghera
3^ Prova	24/04/10	Campo Sciorba Genova	7° Meglio del Miglio
4^ Prova	15/05/10	Campo Dordoni Piacenza	2° Miglio Città di Piacenza
5^ Prova	29/05/10	Misinto (Mi)	2° Miglio Misintese
6^ Prova	20/06/10	Parco Querini (Vi)	3° Miglio Palladiano
7^ Prova	26/06/10	Castiglione d'Adda (Lo)	8° Miglio della Bassa Lodigiana
8^ Prova	03/07/10	Lonato (Bs)	11° Miglio di Campagna
9^ Prova	12/09/10	Assago (Mi)	20° Miglio Ambrosiano
10^ Prova	16/10/09	Biella	19° Circuito Città di Biella



SportinStock


Cantine
 Località Bellina - Via Lombardi, 10
 29010 Castelvetro Piacentino (PC)
 Tel. e Fax 0523 823096
 www.cantinemainetti.it
MAINETTI