

## scheda di iscrizione

Nome .....  
 Cognome .....  
 Data di nascita ..... Sesso M  F   
 Indirizzo .....  
 CAP ..... Città ..... Prov .....  
 Telefono ..... E-mail .....  
 Società/gruppo di appartenenza .....  
 Affiliata con FIDAL  UISP  CSI  ALTRI .....  
 N. Tessera .....

Data ..... Firma .....

### TERMINE DI ISCRIZIONE GIOVEDÌ '26 LUGLIO!!!!

€ 20.00 ISCRIZIONE + BUONO PASTO

€ 13.00 ISCRIZIONE SENZA BUONO PASTO

Il versamento della quota di iscrizione deve essere effettuato all'atto della stessa presso i punti autorizzati oppure tramite:

- **Bonifico Bancario intestato a Società Sportiva Bagolino**

IBAN: IT 55A 08078 35540 0000 10000994

Oggetto bonifico: 5 Ponti 2012

Punti autorizzati:

- **Bar Amici Bagolino** Piazza Guglielmo Marconi, 1
- **Paris Sport** Via Migliorini, 20 - Vobarno
- **Farmacia Dott. Fusi Alessandro** Via Garibaldi, 125/C - Storo
- **Caffè Nazionale** Piazza Giuseppe Garibaldi, 14 - Vestone
- **Distributore AGIP** Via Brescia - Nave
- **Distributore AGIP** Piazzale Guglielmo Corvi - Brescia

Per info ed iscrizioni online:

- [www.sportivabagolino.it](http://www.sportivabagolino.it)
- [Spanti@sportivabagolino.it](mailto:Spanti@sportivabagolino.it)
- Cell. **389 0270426** dopo le ore 18.00

Il riscontro dell'avvenuto pagamento e il certificato di idoneità alla pratica sportiva dovranno essere inviati via fax al n° **0365 903027** oppure consegnati ai punti autorizzati.

**NB: Le iscrizioni non accompagnate dalla quota o dal previsto riscontro e dal certificato alla pratica sportiva saranno cestinate.**

## SPONSOR



L'AVIS e la S.S.D. Bagolino organizzano

NOVITA' PERCORSO!!!

# 5 Ponti 2012

## PARTENZA



domenica 29 luglio 2012 - ore 9.00  
 Bagolino (BS)

## Corsa in montagna competitiva

Categoria amatori e master maschili e femminili.

Percorso non competitivo.

Prova valida come fase 2 del Campionato Provinciale FIDAL di Società categorie Giovanili maschile/femminile!!!!



## Valsabbia Mountain Running Cup

Trittico individuale

## Descrizione percorso

La **5 Ponti** è una gara podistica che si svolge in ambiente di media montagna tra quota 700 e 1.200 metri s/m. Il percorso di circa 15 km non presenta passaggi pericolosi, ma richiede sicurezza e capacità di adattamento ai cambi di terreno e ai ritmi della corsa. La partenza è fissata presso il Parco della Pineta, al di sotto dell'abitato di Bagolino. Dopo una breve salita si attraversa il centro del paese per poi scendere e raggiungere il primo scollinamento a quota 1.050 nella zona denominata "Cochèt". La successiva discesa ci riporta ai piedi del fiume Caffaro per poi risalire al secondo scollinamento in località "Pississidolo" a quota 1.065 metri. La nuova discesa ci porta ad attraversare nuovamente il fiume Caffaro dove troviamo il traguardo volante **5 Ponti**. La seconda parte della gara comincia con una salita più impegnativa che ci porta in 2 km dai 700 ai 1.220 metri della quota massima sita in località "Vestù". Seguirà una discesa che permetterà agli atleti di completare i 15 km di gara per un dislivello complessivo di 2.000 metri circa. Lungo il percorso saranno dislocati 3 punti di ristoro.

## Regolamento

Partenza in linea, cronometraggio manuale. Equipaggiamento minimo obbligatorio: pettorale, non è consentito l'uso di bastoncini da sci. La gara è aperta a tutti gli atleti (maschi e femmine), aventi i requisiti richiesti dall'organizzazione. Gli atleti dovranno essere in possesso di un certificato di idoneità agonistica alla pratica sportiva per la stagione 2012 e non presentare controindicazioni all'attività in quota. Detta certificazione va tassativamente consegnata copia all'organizzazione all'atto dell'iscrizione. Saranno presenti controlli a sorpresa lungo il percorso che certificheranno il passaggio dell'atleta. Il tempo massimo per portare a termine la prova è previsto in 3 ore e mezza, dopo tale tempo l'atleta sarà depennato dalla classifica. Le iscrizioni saranno chiuse tassativamente entro il giorno **GIOVEDÌ 26 LUGLIO**. Il costo dell'iscrizione è fissato in 20,00 € (pacco gara, ristori, assistenza medica, doccia calda e buono pasto consumabile presso il parco Pineta), oppure 13,00 € (buono pasto escluso). Il ritiro del pettorale sarà possibile domenica 29/07/2012, dalle ore 7.30 alle ore 8.30. L'organizzazione si riserva insindacabilmente la facoltà di modificare il percorso dandone comunicazione nel briefing prima della partenza della gara.

- Possono partecipare tutti gli atleti/e italiani e stranieri tesserati per Società affiliate alla FIDAL per l'anno 2012 delle cat. Amatori e Master.
- Possono partecipare Atleti/e stranieri tesserati per Società di federazioni affiliate alla I.A.A.F. in possesso dell'autorizzazione della propria Federazione per gareggiare all'estero. Gli extracomunitari, oltre al permesso della propria Federazione, dovranno essere in regola con il permesso di soggiorno, o visto di ingresso.
- Possono partecipare atleti/e tesserati per Società affiliate ad Enti di Promozione Sportiva, disciplina "Atletica Leggera", che abbiano sottoscritto la convenzione con la FIDAL (esempio CSI, ACSI, AICS, CSEN, UISP) e nel rispetto delle leggi in essa contenute (fasce di età amatori e master FIDAL).
- N.B. Enti riconosciuti dal CONI non convenzionati con la FIDAL, non possono gareggiare. Gli Atleti/e con tessere di altre Federazioni non possono gareggiare. Questi Atleti/e per gareggiare dovranno rispettare le regole inserite nel: "Cartellino Corse su Strada".

L'organizzazione pur avendo cura della buona riuscita della manifestazione, declina ogni responsabilità civile e/o penale per incidenti verso i concorrenti, verso terzi o cose, prima, durante e dopo la manifestazione sportiva. NB: Con l'iscrizione alla gara il concorrente autorizza l'utilizzo di materiale fotografico e/o televisivo che lo riguarda, raccolto prima, dopo e durante la gara per le attività di promozione e divulgazione giornalistica della manifestazione. Ai sensi dell'articolo 13 del D.Lgs n. 196/2003 si informa che i dati personali raccolti saranno utilizzati soltanto per formare l'elenco dei partecipanti, la classifica e l'archivio storico della "5 Ponti".

## Fase 2 Campionato Provinciale di Sec. cat. Giovanili m/f

Chiusura iscrizioni categorie giovanili ore 12.00 di sabato 28 luglio 2012 tramite fax 030 5109982 o e-mail all'indirizzo [iscrizioni@fidalbrescia.it](mailto:iscrizioni@fidalbrescia.it) utilizzando il modulo scaricabile da [www.fidalbrescia.it](http://www.fidalbrescia.it) nella sezione iscrizioni o nella homepage. La conferma iscrizione dovrà essere fatta direttamente dalle società **OBBLIGATORIAMENTE** entro le ore 08.45 di domenica 29 luglio 2012. Ogni società provvederà al pagamento delle proprie iscrizioni (compresi anche gli atleti non confermati) in un'unica soluzione. I cartellini gara saranno consegnati già compilati ad ogni società dopo il pagamento delle iscrizioni. Partenza gara ore 09.10.

**Non competitiva di 7 e 15 km - iscrizioni alla partenza - gadget e ristori 5 €**

## Altimetria



## Come arrivare a Bagolino



## Programma

ore 7.30	Ritrovo presso parco Pineta Bagolino (Via Mignano) e ritiro pettorali
ore 8.45	Briefing zona partenza
ore 9.00	Partenza gara
ore 9.10	Partenza gare giovanili
ore 12.30	Pranzo presso Parco Pineta
ore 14.00	Premiazioni



## Premiazioni

Classifica generale maschile	Classifica generale femminile	Premi speciali
1° - 150 € + PN	1° - 150 € + PN	Traguardo volante 5 Ponti
2° - 100 € + PN	2° - 70 € + PN	Squadra più numerosa
3° - 60 € + PN	3° - 40 € + PN	Primi 5 classificati maschili e femminili per ogni categoria FIDAL
4° - 20 € + PN		Premi cumulabili
5° - 20 € + PN		

La 5 Ponti fa parte del

## Valsabbia Mountain Running Cup

Trittico individuale

Fanno parte del trittico:

**GIRO DEL MONTE ZOVO - 27 maggio**  
[info@peticabassa.com](mailto:info@peticabassa.com)

**SU e GIU' PER I SENTIERI DI AGNOSINE - 17 GIUGNO 2012**  
[prolocobinzago@libero.it](mailto:prolocobinzago@libero.it)

**5 PONTI BAGOLINO - 29 luglio**  
[5ponti@sportivabagolino.it](mailto:5ponti@sportivabagolino.it)

Trittico individuale maschile e femminile

Vengono premiati i primi 3 classificati della categoria maschile e femminile sommando i tempi ottenuti nelle 3 competizioni.

A tutti gli atleti che porteranno a termine le tre manifestazioni verrà dato un premio di partecipazione.

VISITA IL NOSTRO BLOG  
[www.5ponti.bagolino.blogspot.it](http://www.5ponti.bagolino.blogspot.it)

Valsabbia Mountain Running Cup  
 Trittico individuale

- Progetti grafici, Pubblicità
- Internet, Web design
- Comunicazione Punti Vendita, Poster e Grafismi
- Prepress, Fotografia, Fototocco
- Stampa Offset
- Stampa digitale
- Packaging

**GLOBAL PRINT studio**

"La soluzione alle esigenze di comunicazione e stampa delle PMI."

GLOBAL PRINT studio  
 Via Waldemar, 10 - 20041 Corsico (MI)  
 tel. 0362 990478 / 0362 976014 - fax 0362 803525  
[info@globalprintstudio.it](mailto:info@globalprintstudio.it) - [www.globalprintstudio.it](http://www.globalprintstudio.it)