



# 50<sup>a</sup> EDIZIONE

3° Memorial Elvio Ruoso  
premio speciale al/alla più veloce della  
corsa di 800m (catMiniCuccioli)

# SGANBADA

Manifestazione podistica non competitiva  
di 18 km, 9 km, 4 km e 800 m

# ZOLDANA



RITORNA IL PERCORSO ORIGINARIO ANNI '70  
**18 KM LA STORICA**



**9 KM LA CLASSICA**



**4 KM LA CORTA**



**800 M LA BABY**

# 6 AGOSTO 2023 ORE 9:30 PRALONGO - VAL DI ZOLDO

**INFO:** Corrado 3484562998 – Arcangelo 3206906953 –  
Uff. Turistico 0437787349 – 0437789145

atleticazoldo@gmail.com  
www.facebook.com/atleticazoldo



# **REGOLAMENTO SGANBADA ZOLDANA 2023 - 50<sup>a</sup> EDIZIONE**

**INFORMAZIONI GENERALI:** Atletica Zoldo asd, in collaborazione con CSI Centro Sportivo Italiano, organizza per domenica 6 agosto 2023 la 50a edizione della "SGANBADA ZOLDANA", corsa non competitiva a carattere ludico, sportivo, educativo e non di lucro, con partenza e arrivo a Pralongo di Val di Zoldo di 18 km (La Storica, percorso originale), 9 km (La Classica), 4 km (La Corta) aperte a tutti e 800 m (La Baby) riservata a bambini/e fino a 6 anni, anche accompagnati. Il numero massimo totale di partecipanti è di 500 iscritti.

**ISCRIZIONI:** L'iscrizione è aperta a tutti. Le iscrizioni si possono effettuare online a questo link: <https://sportdolomiti.it/iscrizioni> o presso gli uffici turistici di Pecol e Forno di Zoldo fino al 5 agosto 2023, ore 19.00. La quota di iscrizione è di € 20,00 per 18km, € 12,00 per 9km e di € 05,00 per 4km e 800 m. Il giorno della gara, dalle 7.30 alle ore 9.00, con quota di € 25,00 per la 18km, € 15,00 per la 9km e di € 07,00 per la 4km e 800 m.

**RITIRO PETTORALI:** Il ritiro dei pettorali sarà effettuato domenica 6 agosto dalle 07.30 alle 09.15 a Pralongo in zona partenza.

**PARTENZE:** 18km ore 9.30, 9 km ore 10.00, 4 km ore 10.05 e 800 m ore 10.15 dal campo sportivo di Pralongo.

**RESPONSABILITÀ:** L'iscrizione e la partecipazione alla Sganbada Zoldana, oltre ad indicare la piena accettazione del presente regolamento e delle modifiche eventualmente apportate, sono considerate tacita dichiarazione d'idoneità per questa attività sportiva amatoriale. Con l'iscrizione ciascun partecipante esonera l'organizzazione da eventuali danni e responsabilità civili e penali, assumendosene in proprio l'intero rischio.

In caso di annullamento della manifestazione per cause improvvise non imputabili all'organizzazione, la quota di iscrizione non sarà restituita.

**PERCORSO:** Sganbada Zoldana 18 km (La Storica): Pralongo, Castelaz, Forno, Campo, Pieve, Casal, Astragal, Villa, Dont, Colcerver, laghetto del Vach, Casera del Pian, Pralongo.

Sganbada Zoldana 9 km (La Classica): Pralongo, Colcerver, Laghetto del Vach, Casera del Pian, Pralongo.

Sganbada Zoldana 4 km (La Corta): Pralongo, Pratoront, Pralongo.

Sganbada Zoldana 800 m (La Baby): circuito ad anello Pralongo.

## **RISTORI:**

18 km: Casal, Dont, laghetto del Vach, arrivo.

9 km: ristoro a metà gara (laghetto del Vach) e all'arrivo,

4 km e 800 m: ristoro all'arrivo.

Si richiede la massima collaborazione agli atleti nel conferire i rifiuti negli appositi contenitori.

**TEMPO MASSIMO:** Ciascun partecipante dovrà ultimare il percorso nel tempo limite di 4 ore per tutte le distanze

**PREMI:** A ciascun partecipante sarà consegnato un oggetto ricordo.

18 Km: verranno premiati i primi 5 assoluti maschili e femminili e i primi 3 over 50 (nati nel 1973 e precedenti) maschili e femminili.

9 km: verranno premiati i primi 5 assoluti maschili e femminili, i primi 3 under 18 (nati nel 2005 e seguenti) e i primi 3 over 50 (nati nel 1973 e precedenti) maschili e femminili.

4 km: verranno premiati i primi 3 maschili e femminili, delle categorie CUCCIOLI (7, 8, 9 anni), ESORDIENTI (10, 11, 12 anni) RAGAZZI (13, 14, 15 anni)

800 m: verranno premiati i primi 3 maschili e femminili della categoria MINICUCCIOLI (fino a 6 anni); verrà assegnato il premio 3° TROFEO MEMORIAL ELVIO RUOSO al più veloce maschio e femmina, offerto da ASD Amici di Lutrano.

Le premiazioni si terranno alle ore 14,00 circa in zona arrivo.

Il carattere non competitivo della manifestazione non consente la presentazione di reclami.

**DIRITTI DI IMMAGINE:** Con l'iscrizione, i concorrenti autorizzano l'organizzazione all'utilizzo gratuito, senza limiti territoriali e di tempo, di immagini fisse e in movimento che li ritraggano in occasione della partecipazione alla Sganbada Zoldana 2023.