



1° Campionato europeo di maratona dello sport d'impresa a staffetta a squadre e individuale Milano 8 aprile 2018

MARATONA: 42 km e 195 m di entusiasmo e passione

La passione è ciò che permette di trascendere i propri limiti.
È quello che ci fa correre quando il cuore ci scoppia nel petto,
è quello che muove le gambe esauste dallo sforzo.

È passione contro sacrificio e per decidere il vincitore occorre allenamento, cuore e concentrazione.

Torna l'appuntamento con Milano Marathon, l'evento running dell'anno arrivato
ormai alla 18ma edizione,

il momento in cui i migliori runners si mettono alla prova.

In collaborazione con la Milano Marathon, CSAIn organizza per conto della EFCS,
il 1° Campionato Europeo di Maratona dello Sport d'Impresa di staffetta a squadre e individuale.

In collaborazione con l'Associazione Disabilincorsa Onlus, sarà data anche a non vedenti
o ipovedenti la possibilità di partecipare alla maratona nelle due discipline.

MARATONA A STAFFETTA

oltre alla classica maratona individuale, sarà possibile cimentarsi nella entusiasmante
MARATONA A SQUADRE A STAFFETTA

QUATTRO CUORI, UN OBIETTIVO. CREA LA TUA SQUADRA.

La tua squadra sarà una cosa unica, un corpo solo, un ricordo indelebile nel quale condividere, frazione dopo frazione, ogni tipo di emozione.

Una visita della città lunga 42 chilometri in 4 tappe

Il 1° Campionato Europeo di Maratona dello Sport d'Impresa di staffetta a squadre è una **CORSA A SQUADRE DI 4 COMPONENTI** aperta a tutti i maggiori di 16 anni (compiuti prima dell' 8 aprile 2018).

I 42.195 km saranno divisi in 4 frazioni;

ognuno di essi deve essere gestito da un membro del team diverso.

La lunghezza esatta di ciascuna frazione verrà comunicata il prima possibile.



REGOLAMENTO MARATONA A STAFFETTA

Ogni squadra può essere composta da 4 uomini, 4 donne o mista (2 uomini e due donne).

Le iscrizioni saranno accettate esclusivamente per squadra.

Non sono possibili iscrizioni individuali.

L'età minima per partecipare è 16 anni alla data dell'8 aprile 2018. Categoria OPEN.

Ogni membro della squadra dovrà fornire un certificato medico di idoneità per la pratica di attività sportive non competitive (o superiore).

Questo certificato è rilasciato da un medico generico o da un medico specializzato in medicina sportiva.

Il certificato deve essere consegnato al momento di ritirare il pettorale di gara, altrimenti la partecipazione non sarà consentita. Se una persona non è in grado di presentare una copia del certificato, deve essere presentata una dichiarazione firmata di possesso della certificazione medica

Tutte le informazioni sul sito <http://www.csain.it/ecmcmilano2018>



IL PERCORSO

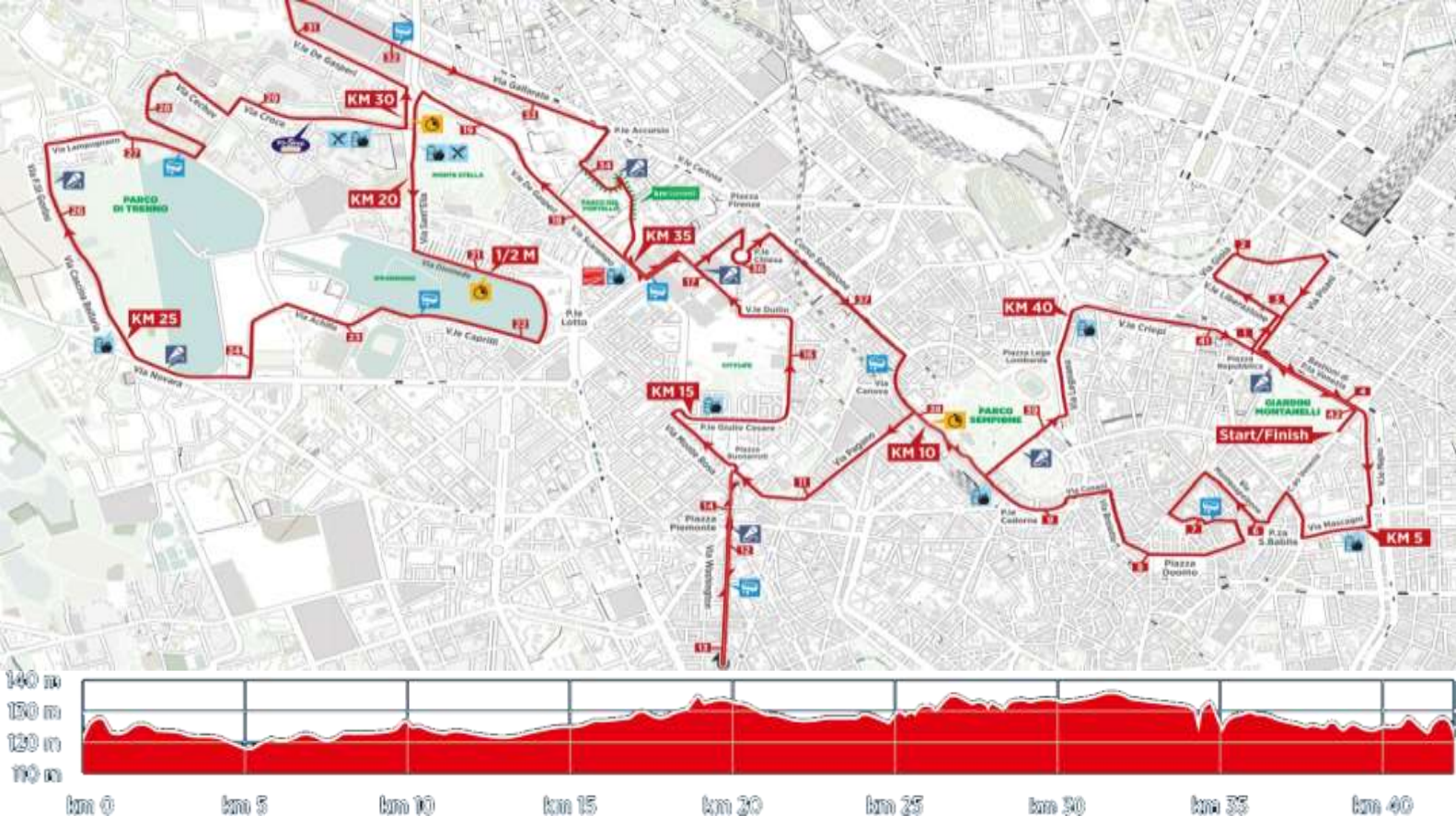
La Milano Marathon si disputa su un percorso con partenza e arrivo nel centralissimo Corso Venezia.

Il tracciato è piatto e veloce, con un dislivello positivo di soli 125 metri e appena 3,1 km di pavé (quasi interamente concentrati nella prima parte di gara).

La gara a squadre a staffetta si disputerà sul medesimo percorso diviso in 4 frazioni.

Tutti i partecipanti potranno ammirare gli scorci più belli e i monumenti storici più importanti della città: dal Duomo al Teatro alla Scala, e dall'Arco della Pace al Castello Sforzesco, fino ai futuristici quartieri della "nuova Milano".

I runners possono attendere temperature medie comprese tra i 10°C e i 19°C.



REGOLAMENTO MARATONA INDIVIDUALE

Il 1° Campionato Europeo Aziendale di Maratona a è una **CORSA competitiva** aperta a tutti gli iscritti a società affiliate a CSAIn ed EFCS in regola con la propria affiliazione, che abbiano compiuto almeno 20 anni alla data della manifestazione.

Il percorso ha la lunghezza ufficiale di 42,195 km.

La corsa ed avrà luogo in qualsiasi condizione meteorologica.

NORME DI PARTECIPAZIONE

L'età minima per partecipare è di 20 anni alla data dell'8 aprile 2018.

Categorie:

I partecipanti saranno divisi in 5 classi di età sia per gli uomini che per le donne:

- Categoria A : 20-30 anni
- Categoria B : 31-40 anni
- Categoria C : 41-50 anni
- Categoria D : 51-60 anni
- Categoria E : over 60 anni

CERTIFICATO MEDICO

Per partecipare alla maratona individuale, ciascun partecipante deve presentare un certificato medico di idoneità per partecipare a un evento di atletica leggera a livello agonistico.

Il certificato deve essere rilasciato in Italia da un medico con specializzazione in medicina sportiva (Vedi **"requisiti medici"** sul sito <http://www.csain.it/ecmcmilano2018>)

QUOTA D'ISCRIZIONE MARATONA INDIVIDUALE

Per iscriversi alla gara individuale il costo è di **61 €**

QUOTA D'ISCRIZIONE MARATONA A STAFFETTA

Per iscriversi alla gara a squadre a staffetta il costo è di **160 €** a squadra

Il termine ultimo per le iscrizioni è il 31 marzo 2018

SONO COMPRESI NELL'ISCRIZIONE:

- pettorale di gara
- maglia ufficiale del campionato europeo EFCS-CSAIn
- diploma di partecipazione al campionato europeo EFCS-CSAIn
 - assicurazione RCT
 - assistenza tecnica e medica
- pacco gara contenente prodotti offerti da sponsor
- maglia ufficiale EA7 Emporio Armani in tessuto tecnico VENTUS7
 - sacchetto ristoro al termine di ciascuna frazione
 - programma ufficiale e materiali informativi
 - servizio di cronometraggio
- medaglia di partecipazione (per gli atleti classificati)
- servizio di deposito indumenti personali (in "sacca contenitore" apposita)
 - servizio di trasporto all'arrivo degli atleti ritirati lungo il percorso



TUTTE LE INFORMAZIONI SUL SITO : <http://www.csain.it/ecmcmilano2018>