

**ARMANDO**  
CUNEO - SALUZZO - MONDOVI' - ALBA

Centro Servizi per il Volontariato Società Solidale CUNEO

Orsobianco  
Il coquis amico del mattino

Sant'Anna

NORDGEL

SELEFAR FORNITURE MEDICO SANITARIE

DP MEDICAL

ipercoop LA COOP SEI TU CUNEO

REGIONE PIEMONTE

Sport pulito ti fa vincere sempre

SALCA SOC. AGR. LUBRIFICANTI CARBURANTI E AFFINI s.r.l. Madonna dell'Olm - CUNEO

Paven s.r.l. CENTALLO - CARMAGNOLA

Coni Comitato Provinciale Cuneo

ATL Associazione Atleti Lido di Cuneo

FIDAL CN FIDAL Cuneo 06/02/2008

Città di Cuneo

REGIONE PIEMONTE

PROVINCIA di CUNEO

Associazione Sportiva Dilettantistica Stella Polare

ASD Fit Walking Club Polisportiva Italia

organizzano

Mezza Maratona città di Cuneo 2008

Manifestazione Nazionale FIDAL

Sulla distanza di Km. 21.097 per le Categorie Juniores - Seniores - Master

Sabato 14 Giugno 2008

in collaborazione con G.I.S. CUNEO

Lido di Cuneo Parco della Gioventù, 2 - ore 19.00

5° CUNEO FITWALKING EVENT

Manifestazione a passo di cammino - Libera a tutti

BCC Banca di Caraglio del Cuneese e della Riviera dei Fiori

**SCHEDA ISCRIZIONE**

Cognome \_\_\_\_\_

Nome \_\_\_\_\_

Sesso:  M  F Data di nascita (g/m/a) \_\_\_\_\_

Indirizzo \_\_\_\_\_

Cap. \_\_\_\_\_ Città \_\_\_\_\_

Telefono \_\_\_\_\_ Cellulare \_\_\_\_\_

e-mail \_\_\_\_\_

Codice soc. \_\_\_\_\_ Nome soc. \_\_\_\_\_

N° Tessera Fidal \_\_\_\_\_

FIDAL agonisti  Cat. \_\_\_\_\_

FIDAL Master  Cat. \_\_\_\_\_

Mi iscrivo alla Mezza Maratona

Mi iscrivo al Fitwalking Event

Quota d'iscrizione \_\_\_\_\_

€ 10,00 Mezza Maratona

€ 6,00 Fitwalking

Modalità di pagamento \_\_\_\_\_

A mezzo c/c postale n. 71945844 o assegno circolare intestato a A.S.D. Stella Polare.

Inviare il coupon d'iscrizione debitamente compilato, fotocopia della tessera FIDAL valida per l'anno 2008 e copia della ricevuta di pagamento via fax al n. 0175.248986 o via posta a: MAP Italia srl - Casella Postale 120 - 12037 SALUZZO (CN).

Saranno ritenute valide solamente le iscrizioni ricevute complete di tutti i documenti richiesti.

Per i termini previsti riguardo le iscrizioni farà fede la data del pagamento e/o del timbro postale sulla lettera.

DATA \_\_\_\_\_ FIRMA \_\_\_\_\_

**REGOLAMENTO**

L'A.S.D. IL PODIO CN 031 in collaborazione con L'A.S.D. Stella Polare, la Map Italia e il Comune di Cuneo, organizza la quarta Mezza Maratona della Città di Cuneo e il quinto Fitwalking Event sulla distanza di 8 Km a solo passo di cammino.

La manifestazione agonistica è inserita nel calendario nazionale FIDAL e si disputerà sabato 14 Giugno con partenza alle ore 19 presso il Lido di Cuneo (Piscine Comunali). Alla maratona possono partecipare gli atleti che hanno compiuto il 18° anno di età alla data della manifestazione, iscritti alla FIDAL.

**ISCRIZIONI**

Le iscrizioni alla Mezza Maratona possono essere effettuate direttamente presso MAP Italia srl - Casella Postale 120 - 12037 SALUZZO (CN), a mezzo fax al numero 0175.248986 o per posta all'indirizzo sopra citato entro il termine improrogabile di Giovedì 12 Giugno.

Le iscrizioni alla prova di cammino denominata "Cuneo Fitwalking Event" si ricevono con i medesimi mezzi o direttamente sul posto a partire dalle ore 16,00 e fino a 30 minuti dalla partenza.

Le iscrizioni si chiuderanno al raggiungimento del numero di 800 iscritti totali. Sarà possibile iscriversi anche in aggiunta al numero stabilito ma senza ricevere il pacco gara, direttamente presso l'area di partenza.

**MODALITÀ DI PAGAMENTO ISCRIZIONE**

Il pagamento dell'iscrizione può essere effettuato a mezzo assegno, vaglia postale intestato a A.S.D. Stella Polare - Corso Dante, 25 - CUNEO o con c/c postale n. 71945844 intestato a A.S.D. Stella Polare.

Per l'iscrizione occorrerà inviare il modulo in calce debitamente compilato, copia dell'avvenuto pagamento della tassa d'iscrizione via fax al n. 0175.248986 o via posta o e.mail: maratonacuneo@mapitalia.it

**PETTORALE**

Sarà possibile ritirare il Pettorale sia della Mezza Maratona che del Fitwalking presso l'apposito stand della gara situato in zona partenza dalle ore 16 del giorno 14 Giugno 2008.

**TEMPO MASSIMO**

Il tempo massimo Mezza Maratona è fissato in 2H 30'.

**DOPO LA GARA**

I primi 500 partecipanti alla Mezza Maratona Città di Cuneo riceveranno all'arrivo la medaglia commemorativa dell'evento.

I primi 300 partecipanti al Cuneo Fitwalking Event riceveranno all'arrivo la medaglia commemorativa dell'evento e il diploma personalizzato con l'indicazione della velocità di cammino impiegata e la stima delle calorie consumate.

Un ricco pacco gara verrà poi consegnato all'arrivo sia ai partecipanti del FITWALKING che della MEZZA MARATONA, previa riconsegna del chip (Max 800 in totale).

**DOCCE**

E' previsto, per i concorrenti, il servizio docce in zona arrivo.

**PASTA PARTY**

Ad ogni concorrente. (Maratona + Fitwalking), verrà consegnato un buono omaggio per il pasta party previsto presso l'area arrivo al Lido di Cuneo.

**VARIE**

Il servizio cronometraggio è effettuato con microchip, Timing Data Service. La manifestazione si svolgerà con qualsiasi condizione atmosferica. L'organizzazione declina ogni responsabilità per eventuali danni a persone o a cose, prima, durante e dopo la manifestazione. L'organizzazione considera, con l'iscrizione e la trasmissione della tessera FIDAL, che gli iscritti hanno assolto alla visita di idoneità alla pratica sportiva agonistica e la stessa è in possesso della società sportiva.

Per la prova di Fitwalking l'organizzazione considera, con l'iscrizione, autocertificata l'idoneità fisica del partecipante come da normativa di legge prevista dal D.M. 28.02.1983 sulla tutela sanitaria per l'attività non competitiva. Si pone l'obbligatorietà ai partecipanti di rispettare il Codice Stradale art. 134.

Per quanto non previsto nel presente regolamento si rimanda ai regolamenti generali della FIDAL. La società organizzatrice si riserva di variare in qualunque momento ogni clausola del presente regolamento, per ragioni di forza maggiore.

**INFORMAZIONI E CONTATTI**

Per informazioni contattare:  
MAP Italia srl - Casella Postale 120 - 12037 SALUZZO (CN)  
Tel. 0175.248132 - Fax 0175.248986  
www.fidalpiemonte.it/dispositivi.aspx oppure  
e.mail: maratonacuneo@mapitalia.it

**A.S.D. STELLA POLARE** - C.so Dante, 25 - 12100 CUNEO  
Tel. 0171.631954 - Fax 0171.698678

BCC Credito Cooperativo

Banca di Caraglio del Cuneese e della Riviera dei Fiori

VIENICI A TROVARE!  
TROVA LA FILIALE PIU' VICINA A TE:

ARMA DI TAGGIA - Via Boselli, 2  
BORGOGERA - Via V. Emanuele, 216  
CAMPOROSSO - C.so V. Emanuele II, 141  
CARMAGNOLA - Via Matteotti, 77  
SALUZZO - Via Scalfone, 20/24/26  
SALICROZZA - Via C.so Aprosio, 19/21  
VALLEROCCHIA - Piazza C. Battisti ang. V. Stazione

BENINTE - V. M. Rosso, 55  
BERNEZZO - V. Regina Margherita, 42  
BORGO S. DALMAZZO - Ligo Batt. Algh. 1  
BOSCA - P.zza Savona, 1  
CARALLO - V. Roma, 130  
CERVASCA - V. Cuneo, 2  
COSTAIRE SALUZZO - V. Veneto, 20  
CUNEO - C.so Nizza, 48  
DESONTE - V. Martiri e Garib. Libertà, 6  
DRONERO - P.zza Manueli S. Giovanni, 1  
LIMONE PIU' - V. Roma, 13  
MACONNA BELLAZZO - V. Valle Po, 9  
MARGARITA - P.zza Marconi, 7  
MONDOVI' - Piazza Silera, 54/58  
MONTECORICO GRANA - V. Marconi, 55  
ROBLANTE - V. V. Veneto, 4  
SUFFRENTE CERVASCA - V. Nazionale, 7

www.bancadicaraglio.it  
info@caraglio.bcc.it

**RICONOSCIMENTI MEZZA MARATONA**

Le premiazioni avverranno direttamente in zona arrivo non appena disponibili le classifiche ufficiali e fino alle ore 23.

I premi non sono cumulabili. I premiati nella categoria assoluta non parteciperanno al monte premi di categoria.

Assoluta Maschile	Assoluta Femminile
1° € 500,00	1° € 500,00
2° € 350,00	2° € 350,00
3° € 250,00	3° € 250,00
4° € 150,00	4° € 150,00
5° € 150,00	5° € 150,00
6° € 100,00	
7° € 100,00	
8° € 100,00	
9° € 60,00	
10° € 60,00	

**Premi categorie Maschili**

MM 35 - 40 - 45 - 50 - 55	MM 60 - 65 e oltre
1° € 50,00	1° € 40,00
2° € 40,00	2° € 30,00
3° € 30,00	3° € 20,00
4° ciondolo oro	4° ciondolo oro
5° ciondolo oro	5° ciondolo oro
6° PN.	
7° PN.	
8° PN.	
9° PN.	
10° PN.	

**Premi categorie Femminili**

MF 35 - 40 - 45 - 50 - 55 e oltre
1° € 40,00
2° € 30,00
3° € 20,00
4° ciondolo oro
5° ciondolo oro

**Premi categorie Juniores Maschile e Femminile**

1° € 30,00
2° € 20,00
3° ciondolo oro

N.B.: i premi individuali non sono cumulabili

**Premi società numerose**

Oltre 50 atleti iscritti Buono Benzina da € 300,00  
Oltre 40 atleti iscritti Buono Benzina da € 200,00  
Oltre 30 atleti iscritti Buono Benzina da € 100,00  
Oltre 20 atleti iscritti Buono Benzina da € 80,00  
Oltre 15 atleti iscritti Buono Benzina da € 50,00

Il calcolo degli iscritti riguarda entrambe le manifestazioni (Mezza maratona + Fitwalking)

**MINI MARATONA**

Non agonistica per bambini da 6 a 12 anni.  
Percorso di Km. 1 - Premi in natura e medaglia a tutti.  
Iscrizioni euro 2,50 dalle ore 16 presso il Lido di Cuneo.  
Partenza alle ore 18.00.

parco Fluviale Gesso e Stura

**Percorso Fitwalking 2008:**  
Dalla via Parco della Gioventù si imbocca una strada sterrata che costeggia alcuni orti disposti lungo il torrente Gesso. Di qui si procede passando a fianco dello stabilimento Stella e superando il vecchio tracciato del canale irriguo Garavella. Quindi il percorso segue la sponda del torrente fino ad arrivare nelle vicinanze del punto di confluenza tra il Gesso e lo Stura dove sono possibili interessanti avvistamenti di avifauna. Si procede dunque sul lato Stura passando sotto il ponte della ferrovia per raggiungere il quartiere protoindustriale di San Sebastiano dove è ancora attivo il mulino Mellone. Più avanti si passa in un'area golfale nelle vicinanze del cimitero urbano. Dopo il sottopasso del ponte vecchio di Cuneo, il percorso segue l'andamento dei canali irrigui Grassa e Garavella fino a Borgo Nuovo. Si giunge al ponte Vassallo attraversando il pioppeto e passando accanto ai pilastri imponenti del viadotto Soleri, ritornando poi al Lido di Cuneo sullo stesso tracciato.

**Che cos'è il Parco fluviale Gesso e Stura?**  
1500 ettari di ambiente naturale fluviale per lo sport, la didattica, il tempo libero, la cultura. Una cerniera di collegamento con i territori circostanti, a valle e a monte dove incontra il Parco Naturale delle Alpi Marittime. Una Rete Verde di percorsi ciclo-pedonali, attualmente di circa 30 km., raggiungerà i 100 km. di estensione per collegare le uncinie aree in progetto: quattro riserve naturali e sette aree attrezzate. Con i vicini Comuni di Borgo San Dalmazzo, Castelletto Stura, Centallo, Cervasca e Vignolo si promuovono interventi congiunti di recupero e rivitalizzazione del territorio fluviale.

**Cosa fare nel parco?**  
**Pic nic libero, tu porti gli amici noi pensiamo al resto**  
Perché il parco è luogo ideale per un pic nic fuori porta, senza neanche dover usare l'auto. Le aree delle Basse di Stura, Santuario degli Angeli e Madonna della Riva sono già attrezzate di tavoli, panche e acqua potabile, e sono raggiungibili a piedi o in bicicletta.

**Sport, per chi ama il caldo o per chi ama il freddo**  
Una pista 4 stagioni per lo sci di fondo. Ma anche corsa, ippica, pattinaggio a rotelle, calcio, tennis, beach volley, mountain bike, ciclismo, nuoto, pesca, trekking, nordic walking, canoa, arrampicata grazie ai servizi e alle strutture sportive presenti nel parco.



**Andare a piedi o in bici**  
Per godersi appieno la natura e il paesaggio del parco sono stati individuati alcuni percorsi adatti per escursioni a piedi o in bicicletta. L'arredo prevede pantine, bacheche e legghi che guideranno il visitatore alla scoperta del territorio nei suoi tratti naturalistici e storico-culturali.

**Che cosa vedere?**  
**Il cimitero monumentale e la cappella**  
L'area cimiteriale che ricade nel parco fluviale è ricca di storia e arte. Il cimitero urbano conserva opere funerarie di importanti scultori come Lorenzo Piatti, Giovanbattista Aloati e Leonardo Bistolli, oltre al famello dei cittadini illustri di Cuneo. Inoltre la cappella a croce greca di impostazione neoclassica, che è stata costruita nel 1836. Nei periodi di pesti più terribili del sito dell'attuale cimitero urbano veniva allestito il lazzaretto, un insieme di baracche di legno e paglia preparate dalla comunità o fatte costruire da singole famiglie per i loro congiunti colpiti dalla peste.

**Gli antichi canali Grassa e Garavella**  
Risalgono all'epoca della costruzione della città, nel XIII secolo, quando furono costruiti con tracciati paralleli ai margini dell'altopiano. Il canale Grassa aveva inizialmente una funzione di scarico delle acque reflue. Successivamente diventano importanti fattori di sviluppo della protoindustria nei borghi di San Sebastiano e di Sant'Anna. Proprio per ottimizzare l'attività di alcuni importanti opifici, tra il XVIII e il XIX secolo i corsi dei canali vennero modificati e resi più lineari. Il percorso tematico "sugli antichi canali" illustra i principali passaggi storici legati alle vie d'acqua.

**Punti informativi**

- Impianti sportivi comunali, via Porta Mondovì n. 7 - Parco della Gioventù
- Ass. sportiva ippica, Cascina Costantino, Viale Mistrail n. 85 - S. Rocco Castagnaretta
- B&B "La Chia diy Banda", via delle Isole n. 72 - Madonna delle Grazie

**INFO: segnalazioni e suggerimenti**  
Comune di Cuneo, Assessorato Ambiente e Territorio - Tel. 0171.444501  
parcofluviale@comune.cuneo.it / www.parcofluviale.cuneo.it



**Centrale del Latte di Torino**  
Per noi la qualità è centrale.

# Cuneo Fitwalking Event 2008

## Sabato 14 Giugno

Partenza ore 19 dal Lido di Cuneo - Parco della Gioventù

### Partecipa e scopri il FITWALKING

**Informazioni utili:**  
Il Fitwalking non è nient'altro che una piacevole camminata a passo veloce in cui si bruciano un significativo numero di calorie, si raggiunge una prestazione aerobica di tipo sportivo, si gusta la bellezza della natura, lungo il tratto di parco fluviale che collega il Gesso allo Stura, dal Lido di Cuneo al ponte Vassallo.

**PERCORSO:** nuovo tratto del Parco Fluviale Gesso/Stura di km. 8,00 circa (vedi a lato)

**ISCRIZIONI:** € 6,00 da venerdì 6 Giugno 2008 presso:

- IL PODIO SPORT  
Via Chiri, 10 - Madonna dell'Olmo - CUNEO
- A.S.D. STELLA POLARE, Corso Dante, 25 - CUNEO
- MAP ITALIA, Corso Ancina n. 8 - SALUZZO

o direttamente dalle ore 16 fino a 30 minuti prima della partenza presso il Lido di Cuneo.

**Riconoscimento:**

**Per i primi 300 iscritti:**

- diploma riportante la velocità oraria e la stima delle calorie consumate
- medaglia commemorativa
- pacco gara
- n. 1 ingresso Omaggio al Lido di Cuneo Estate 2008 (entri DUE paghi UNO)
- buono per un ricco pasta party che si potrà consumare nella zona partenza-arrivo dalle ore 20,15 alle ore 23,00.

**Oltre i 300 e sino a max 500 iscritti:**

- diploma riportante la velocità oraria e la stima delle calorie consumate
- buono per un ricco pasta party che si potrà consumare nella zona partenza-arrivo dalle ore 20,15 alle ore 23,00.

**Fitwalking, lo sport alla portata di tutti per ritrovare la forma fisica e il benessere.**

Info: ASD Stella Polare - Tel. 0171.631954 - MAP ITALIA - Tel. 0175.248132

ASPROFRUT

nord salze

inalpi

GRANDI CUCINE MARCHISIO & C. s.n.c.

macellerie CAVALLERIE salumerie

ASTECH  
F.lli VERCELLONE & C. srl