**INFO POINT**

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**PARTENZA TERNI PIAZZA EUROPA**

**-DOTARSI DI SACCA INDUMENTI, O ZAINETTO, MISURE MAX 50X40**

**-LA PARTENZA AVVERRA' ALLE ORE 9,30 IN PUNTO (family run 9.45)**

**-INGRESSO NELLE GRIGLIE ALLE ORE 9,00**

**-SONO PREVISTE TRE GRIGLIE ROSSA, GIALLA E BLU**

**-PRIMA GRIGLIA ROSSA TEMPI MIGLIORI**

**-SECONDA GRIGLIA GIALLA TEMPI INTERMEDI**

**-TERZA GRIGLIA BLU TEMPI MINORI**

**ALL'APPROSSIMARSI DELLA PARTENZA SARANNO SPARATI DEI COLPI DI PISTOLA**

**5 MINUTI PRIMA 3 MINUTI PRIMA 1 MINUTO PRIMA**

**RISTORI**

**SONO PREVISTI RISTORI PER CELIACI**

**I RISTORI AI**

**-KM 5 SONO COMPOSTI DA ACQUA**

**-KM 10 SONO COMPOSTI DA ACQUA - SALI -THE CALDO**

**-KM 15 SONO COMPOSTI ACQUA - SALI -THE CALDO- ZOLLTTE DI ZUCCHERO - BISCOTTI SECCHI - MERENDINE PER CELIACI**

**-KM 20 SONO COMPOSTI ACQUA - SALI -THE CALDO- ZOLLETTE DI ZUCCHERO - BISCOTTI SECCHI - MERENDINE PER CELIACI - BANANE –GEL MULTIPOWER**

**-KM 25 SONO COMPOSTI ACQUA - SALI -THE CALDO- ZOLLETTE DI ZUCCHERO - BISCOTTI SECCHI - MERENDINE PER CELIACI - BANANE – UVETTA – ARANCI O LIMONI**

**-KM 30 SONO COMPOSTI ACQUA - SALI -THE CALDO- ZOLLETTE DI ZUCCHERO - BISCOTTI SECCHI - MERENDINE PER CELIACI - BANANE – UVETTA – ARANCI O LIMONI- GEL MULTIPOWER**

**-KM 35 SONO COMPOSTI ACQUA - SALI -THE CALDO- ZOLLETTE DI ZUCCHERO - BISCOTTI SECCHI - MERENDINE PER CELIACI - BANANE – UVETTA – ARANCI O LIMONI**

**-**

**KM 40 SONO COMPOSTI ACQUA - SALI -THE CALDO- ZOLLETTE DI ZUCCHERO - BISCOTTI SECCHI - MERENDINE PER CELIACI - BANANE – UVETTA – ARANCI O LIMONI**

**LA CONSEGNA DI EVENTUALI RISTORI PERSONALI DOVRA' ESSERE EFFETTUATA FINO ALLE ORE 8:00, PRESSO L'INFO POINT, TALI RISTORI DEVONO CONTENERE L'INDICAZIONE DEL N. DI PETTORALE DEL CONCORRENTE E IL KM IN CUI VERRA' RITIRATO**

**SEGNALAZIONE DEI RISTORI A 200 m**

**MASSIMA ATTENZIONE ALL’ASPETTO IGIENICO**

**BAGNI E SPOGLIATOI**

**PARTENZA**

**GLI SPOGLIATOI SONO NELLA ZONA PARTENZA**

**ARRIVO**

**GLI SPOGLIATOI, CON DOCCE, SONO A 500 M DALL'ARRIVO PRESSO IL CAMPO DI ATLETICA “CASAGRANDE” E PRESSO LA VICINA PALESTRA PASSEPARTOUT.**

**BAGNI ALLA PARTENZA/ARRIVO**

**AL KM 10 BAGNO CHIMICO PRIMA DELLA CASCATA**

**AL KM 18 BAGNO CHIMICO ARRONE**

**AL KM 24 BAGNO CHIMICO FERENTILLO**

**AL KM 29 BAGNO CHIMICO ARRONE**

**AL KM 35 BAGNO CHIMICO DOPO LA CASCATA**

**I BAGNI SARANNO SEGNALATI DA APPOSITE INDICAZIONI IN LOCO**

**SERVIZIO SANITARIO**

**SONO PRESENTI SUL PERCORSO N. 5 PRESIDI MEDICI**

**-ALLA PARTENZA**

**-AL KM 10**

**-AL KM 25**

**-AL KM 35**

**-ALL’ARRIVO**

**E' PREVISTO UN SERVIZIO SCOPA PER GLI ATLETI RITIRATI**

**NUMERO TELEFONICO DI EMERGENZA (SCRITTO SU OGNI PETTORALE)**

**349 4593957**

**TIMING PREMIAZIONI**

**LE PREMIAZIONI AVRANNO INIZIO ALLE ORE 11:00**

**Mezza maratona 11.10 - -Maratona 13.00**

**BUS DOMENICA**

**ANDATA ZONA PARTENZA**

**-start ore 7.50 davanti chiesa di Ferentillo, Montefranco, Arrone piazza, fiocchi, rossi hotel, casa mattei, zona start**

**-start da hotel rocca ore 7.50, terraumbra (8.00), casale maratta(8.10), class(8.15 e 8.55)**, **garden(8.20 e 9.00)**, **zona start. (2°giro alle 10.00 per accompagnatori)**

**RITORNO IN HOTEL**

***-ORE 12.30 DA ZONA START, BUS PER ZONA NARNI PER RIACCOMPAGNARE ATLETI,***

***ORARI 12.30-13.30-14.30-15.30-16.30 SE NON CI SONO ATLETI NON PARTE.***

***-ORE 15.30 DA ZONA START, BUS DIREZIONE FERENTILLO, PER RIACCOMPAGNARE ATLETI,***

***ORARI 15.30-16-16.30-17.***

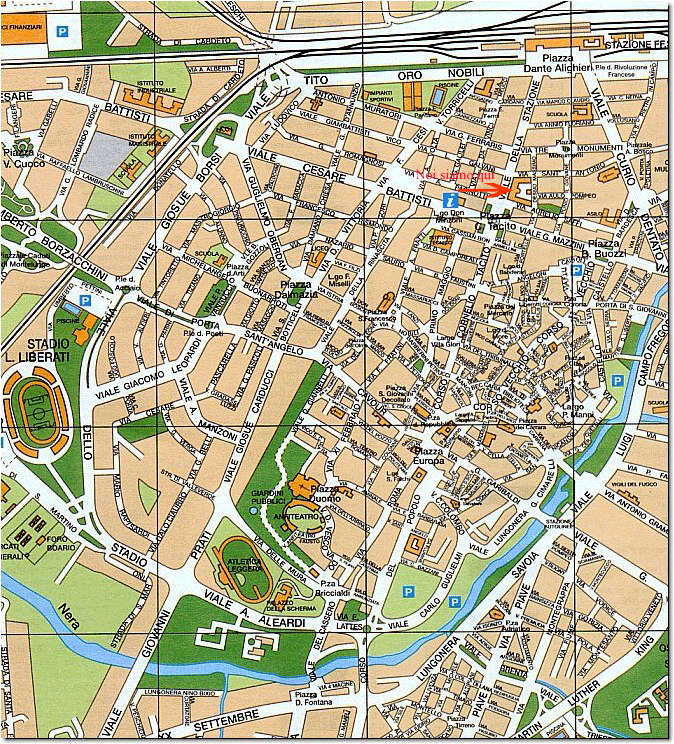
**SONO PREVISTI PUNTI DI CONTROLLO LUNGO IL PERCORSO**

**TEMPO MAX 6 ORE PER LA 42**

**RETTILINEO FINALE SEGNALATO CON mt. 200 - 150 - 100 - 75 - 50 - 25**

**LA RICONSEGNA DELLE SACCHE AVVERRA’ IN ZONA ARRIVO**

**RISULTATI SU** [**WWW.DREAMRUNNERS.IT**](http://WWW.DREAMRUNNERS.IT)



RISTORANTE LA CITTA’ VECCHIA

PASTA PARTY

BUS HOP ON HOP OF - TRENINO

EXPO’ MARATHON

500 METRI

500 METRI

DOCCE

PALESTRA

PASSEPARTOUT

START FINISH

STAZIONE TRENI

****