

CALENDARIO PODISTICO 2022

GAMBA D'ORO

46^a EDIZIONE



Regolamento Gamba D'Oro 2022

Restrizioni dovute al COVID 19

La responsabilità CIVILE e PENALE, relativa all'organizzazione e allo svolgimento delle camminate, è demandata alla Società/Gruppo organizzatrice.

Per l'organizzazione delle camminate sono obbligatori:

- controllo
- punto ristoro (Acqua, The, Limoni, Biscotti) **garantito fino all'ultimo partecipante**

- ristoro intermedio (uno fino a Km 11, due o più oltre tali Km)

- apripista
- servizio di "scopa"
- ambulanza

La quota d'iscrizione per singola camminata ludico-motoria è di **euro 3,00** a partecipante.

Verranno realizzati più percorsi: giro normale (10 Km) e mini giro (2 Km), mentre per le corse serali 6 Km e 1,5 Km.

La società organizzatrice ha facoltà di creare ulteriori percorsi, oltre i 12 Km, e di deciderne la relativa quota d'iscrizione.

La Gamba d'oro fornisce cartellini e assicurazione, costo € 45,00 per i gruppi, € 65,00 per la seconda corsa ed altri organizzatori.

Potranno aver diritto al premio finale della "Gamba d'Oro" i podisti che avranno partecipato ad almeno:

- 33 presenze (donne e uomini)
- 23 presenze (ragazze e ragazzi, nati nel 2008 e successivi).

Iscrizioni: al tavolo presenza di massimo 3 persone per Gruppo. In caso di condizioni meteo avverse gli organizzatori dovranno trovare un posto riparato.

Arrivo: Gli organizzatori devono predisporre un tavolo e due persone. In caso di cattivo tempo predisporre un gazebo.

Premiazioni: (Se alimentari non devono scadere entro l'anno in corso)

- Tutti i Gruppi con almeno 15 iscritti, **ai primi 3 due premi** (Premi a scalare); inferiore a 15 iscritti a facoltà dell'organizzazione;

- sorteggio fra gli iscritti alla Gamba d'Oro.

13 premi, **tutti uguali dal valore minimo di 10,00€**

GIRO LUNGO: A facoltà dell'organizzazione, solo per concorrenti iscritti alla Gamba D'Oro (valore commerciale non superiore a quello dei primi Gruppi) e a sorteggio.

Vietata la partecipazione ai minori di anni 15

MINI GIRO: solo per concorrenti iscritti alla Gamba D'Oro

- Primi **2** assoluti maschili e femminili nati nel 2008/2011
- Primi **2** assoluti maschili e femminili nati nel 2012 e successivi

I premiati devono essere presenti per aver diritto al premio.

Eventuali altri premi in esubero a sorteggio.

Per iscriversi necessita certificato medico non agonistico.

- L'organizzazione declina ogni responsabilità per partenza anticipate degli atleti

- si chiede che i partecipanti NORDIK WALKING partano per ultimi

- i cani vanno tenuti al guinzaglio e con museruola

Premessa:

Per poter partecipare alla Gamba D'Oro è obbligatorio il **green pass**, e consegnare l'autocertificazione compilata e firmata, al ritiro del cartellino.

Obbligo di non creare assembramenti, mantenere sempre la distanza, indossare la mascherina per tutta la fase della manifestazione, (partenza, arrivo e premiazione) fino ad almeno 500 metri dopo la partenza e subito dopo l'arrivo.

Art.1 - Ritrovo

Presenza di liquido per sanificare le mani, misurare la temperatura corporea che non dovrà essere maggiore di 37,5° C, il superamento comporta l'allontanamento dell'atleta. Al chiuso o all'aperto i tavoli devono essere distanziati, l'area non deve essere accessibile a tutti, possono sostare massimo 2 persone per Gruppo.

Art.2 - Iscrizioni

Online o telefonicamente. Il Capogruppo compila il cartellino indossando i guanti, l'altro componente del Gruppo lo consegna in un'area stabilita con i guanti. Il Capogruppo deve avere il numero telefonico di ogni atleta.

Art. 3 - Partenza

Nella griglia di partenza gli atleti dovranno essere distanziati di almeno 1 metro, circa 200 (dipende dallo spazio disponibile) intervallati da 5 minuti;

Art. 4 - Arrivo

No classifiche. All'arrivo ogni atleta deposita il proprio cartellino in apposito contenitore.

Art. 5 - Ristoro

Acqua in bottiglia chiusa ermeticamente oppure confezione chiusa disposta su tavolo, l'atleta passa ritira e si allontana il più veloce possibile **senza sostare**. Intermedio: si può predisporre tavolo con bottiglie chiuse.

Art. 6 - Premiazione

Nell'area premiazione max 2 persone per Gruppo. Gruppi con 15 iscritti, primi 3 due premi; 13 sorteggio Gamba D'Oro tutti uguali e otto ragazzi entro gli anni 14. Il sorteggio verrà effettuato tra quelli iscritti entro le 08.40 per corse nei festivi e 19.40 per le serali. Il Capogruppo consegna elenco presenti al Direttivo alle 08:40 e 19:40 per le serali, i premi ai sorteggiati verranno consegnati subito l'arrivo.

Per i Gruppi i premi saranno depositati sul tavolo con il nome del destinatario, quando chiamato il Gruppo o l'atleta ritira dal tavolo e si allontana.

Questo regolamento è soggetto ad aggiornamento

Con i nostri migliori auguri ed un cordiale "ciao".

Novembre 2021

Seguici su: www.facebook.com/podistigdo

www.facebook.com/GDO.FOTO

Il Direttivo

06 marzo
dom

Agrate Conturbia - ore 9:00
Giro della Torbiera
km 12 - 2; T. Max ore 2
Ritr. via Castello, bocciodromo
Org. Comune Agrate Conturbia
Info: Marco Zonca, 391/1402747,
marco.zonca@inwind.it

13 marzo
dom

Fontaneto d'Agogna - ore 9.00
Camminata delle Baragge
km 10,5 - 2; T. Max ore 2
Ritr. piazza conciliazione,
Centro Comunitario
Org. Pro Loco Fontaneto d'Agogna
Info: Giorgio Fontaneto,
366/6892973,
giofont956@libero.it

20 marzo
dom

Novara - ore 9:00
Camminata di primavera
km 10 - 2; T. Max ore 2;
Ritr. via Maestra, Torrion
Quartara, Circolo; Org.
Deejay Running Team
Info: Alessandro Negri,
333/6777655

27 marzo
dom

Bellinzago Novarese - ore 9.05
IX trofeo memorial Fabrizio Ziggjotto
km 10 - 2; T. Max ore 2
Ritr. Bulè, via Cesarina, 5, park
Adventura; Org. G. S. Marathon
Bellinzago Libertas; Info:
Maurizio Marcazzan,
338/2310703,
mauriinter@alice.it

03 aprile
dom

NOVARA - ore 9.00
Corri con felix; km 10 - Km 1,6;
T. Max ore 2; Ritr. Viale
Kennedy 38, campo atletica A.
Gorla; Org. ASD Atletica
Trinacria; Info: Felice Spadaro,
tel. 338 9739589.

10 aprile
dom

Cressa - ore 9.00
32a Cressalonga
km 11 - 3; T. Max ore 2
Ritr. via Martiri 18,
Centro sportivo
Org. Podistica 2005 Cressa;
Info: Roberto Garbagnoli,
tel. 371/3823780,
Giorgio Poletti, tel. 377/1618161

18 aprile
lun

Sizzano (Pasquetta) - ore 9.00
Camminata agrituristica
tra i colli
km 10 - 2,5; T. Max ore 2
Ritr. piazza Prone
Org. Pro Loco Sizzano
Info: Massimo Boiocchi,
tel. 347/5429029
mdboio@alice.it

24 aprile
dom

Serravalle Sesia - ore 9.00
Trofeo Isabella Marinoni
km 10 - 2; T. Max ore 2
Ritr. piazza della Libertà,
bar Asti
Org. Amatori Sport Serravalle Sesia
Info: Claudio Masiero,
tel. 348/8429042,
elycla1966@libero.it

29 aprile
ven

Maggiora - ore 20.00
Le colline di sera
km 7 - 1,5; T. Max ore 2
Ritr. via Dante,
campetto comunale
Org. Pro Loco Maggiora
Info: Enrica Sacchi, 348/6910106

01 maggio
dom

Gattico - ore 9.00
47a Camminata del Motto Cerea
km 11 - 3,5; T. Max ore 2
Ritr. via Leonardo 3,
Circolo Sociale
Org. Circolo Ricreativo C.S.A.In.
Info: Claudio Zonca, tel.
333/5340250,
claudiozonca64@gmail.com

06 maggio
ven

NOVARA ore 20.00
2° Corri con felix; km 5,6 -
Km 1,8; T. Max ore 1,30;
Ritr. Viale Kennedy 38,
campo atletica "A. Gorla";
Org. ASD Atletica Trinacria;
Info: Felice Spadaro, tel.
338 9739589.

08 maggio
dom

Borgomanero S. Cristina
ore 9.00
45a Marcia delle rose
km 10 - 2,5; T. Max ore 2
Ritr. via Quagliotti,
centro don Luciano Lilla
Org. G.S. La Cecca Borgomanero
Info: Giovanni Santoro,
tel. 380/3585149
gianni.cantoia@tiscali.it

13 maggio ven

Inverio Superiore - ore 20.00
Trofeo bar H
km 7 - 2; T. Max ore 1:30
Ritr. piazza Guidetti, Bar H
Org. Squadra AIB "Cerutti Luigi"
ODV Inverio
Info: Marzo Zirotti, 333/8092468,
marco.zirotti@icloud.com

20 maggio ven

Barengo - ore 20.00
Barengo di sera
km 7 - 2; T. Max ore 1:30
Ritr. piazza Travagliani
Org. A.S.D. Barengo di sera
Info: Giovanni Gramoni,
338/2529894

29 maggio dom

Gozzano Lido - ore 9.00
Camminata Lions
km 10 - 2,5; T. Max ore 2:30
Ritr. Frazione Buccione,
piazza Europa, Lido Gozzano
Org. Lions Club
Borgomanero Cusio
Info: Riccardo Silvestri,
tel. 338/8705099
silvestri@asepartners.it

10 giugno ven

Serravalle Sesia - ore 20.00
Notturna Serravallese
km 6 - 1,5; T. Max ore 1:30
Ritr. piazza della Libertà,
bar Asti
Org. Amatori Sport
Serravalle Sesia
Info: Claudio Masiero,
tel. 348/8429042,
elycla1966@libero.it

15 maggio dom

Borgosesia - ore 9.00
Trofeo Comune di Borgosesia
km 10 - 2,5; T. Max ore 2
Ritr. via Vittorio veneto 66,
parco Magni
Org. Atletica Valsesia,
Avis Borgosesia
Info: Lino Roncali,
tel. 0163/200007,
Roberto Coletto, tel. 0163/22833

22 maggio dom

Cavaglio d'Agogna - ore 9.00
Cavaglio che corre
km 10 - 2; T. Max ore 2
Ritr. via Cavaglietto, Oratorio
Org. Pro Loco Cavaglio d'Agogna
Info: Ennio Rabozzi,
347/2515926

03 giugno ven

Mezzomerico - ore 20.00
Mezzomerico di sera
km 6 - 1,5; T. Max ore 1:30
Ritr. via Oleggio 2,
campo sportivo
Org. Pro Loco Mezzomerico
Info: Giacomo Leonardi,
tel. 348/9114309
leonardig@libero.it

12 giugno dom

Grignasco - ore 9.00
20a Talusée par Grignasco
km 10 - 2; T. Max ore 2
Ritr. via Verdi, Parco Vinzio
Org. Atletica Valsesia
Info: Lino Roncali, 0163/200007,
info@atleticavalsesia.it

18 maggio mer

Borgomanero, Santa Croce - ore 20.00
Corri con la C.R.I.
km 6,5 - 1,5; T. Max ore 1:30
Ritr. via Papa Giovanni XXIII 120,
sede C.R.I.
Org. C.R.I. Borgomanero
Info: Marco Valli,
tel. 348/7462718
vallimarco@libero.it

27 maggio ven

Cavaglietto - ore 20.00
VIII memorial Giovanni Oioli
km 6,5 - 1,5; T. Max ore 1:30
Ritr. via Umberto 10, circolo ACLI
Org. Pro Loco Cavaglietto
Info: Sergio Lanaro,
tel. 348/6962761

05 giugno dom

Vaprio d'Agogna - ore 9.00
45a Marcia Nazionale Tricolore
km 10 - 2; T. Max ore 2
Ritr. via Cavour 30, sede Pro Loco
Org. Pro Loco Vaprio d'Agogna
Info: Giacomo Bogogna,
tel. 388/1773946,
giacomo.bogogna@hotmail.com

15 giugno mer

Gargallo - ore 20.00
Camminata Alpina
km 6,5 - 2; T. Max ore 1:30
Ritr. via Don Minzoni,
campo sportivo
Org. Gruppo Alpini Gargallo
Info: Ivan Creola,
tel. 347/2567817,
Lauro Galazzini, tel.
347/5325656

17 giugno ven

Maggiora - ore 20:00
III memorial Piero Massini
km 7 - 2; T. Max ore 1:30
Ritr. via Dante,
campetto comunale
Org. A.R. Magistrato del Palio
Info: Leonardo Fasola,
tel. 346/3276693

19 giugno dom

Cameri - ore 9.00
2a Cameri Run
nel parco del Ticino
km 12 - 3; T. Max ore 2
Ritr. via Picchetta,
Villa Picchetta
Org. Atletica Rub. F.lli Frattini
Info: Rino Garbato,
tel. 347/7569215
rino.garbato@alice.it

24 giugno ven

Lesa - ore 20:00
Lesa di Notte
km 7 - 1,5; T. Max ore 1:30
Ritr. piazza Lanzetti, scuole
Org. Circolo Comunale Lesa
Info: Domenico Caiazza,
tel. 347/4920075

26 giugno dom

Colazza - ore 9.00
Stracolazza
km 10 - 2; T. Max ore 2
Ritr. via don Giulio Gemelli,
trattoria Tirabuscion
Org. Pro Loco Colazza
Info: Agostino Guarnieri,
tel. 339/4916677
guarnieria1958@email.com

29 giugno mer

Sizzano - ore 20:00
9a Camminata tra i vigneti
km 6 - 1,5; T. Max ore 1,30,
Ritr. piazza Prone
Org. Pro Loco Sizzano
Info: Massimo Boiocchi,
tel. 347/5429029,
prolocosizzano@hotmail.it

01 luglio ven

Prato Sesia - ore 20:00
VI memorial G. Franchini
km 6 - 1,5; T. Max ore 1:30
Ritr. via De Amicis,
campo sportivo
Org. G.S. Fulgor Prato Sesia
Info: Renzo Brugo,
tel. 335/451465

03 luglio dom

Maggiate Inferiore - ore 9.00
Sù e giù per Magiat e Santa C.
km 10 - 2; T. Max ore 2 ,Ritr.
Maggiate Inferiore, piazza
liberta', bar diverso;
Org. A.S.D. Ski Runner gattico;
Info: Morea Omar Luca, tel.
327/0307261,

08 luglio ven

Momo - ore 20.00
Camminata Momese
km 6,5 - 1,5; T. Max ore 1:30
Ritr. via Marconi,
palestra comunale
Org. Pro Loco Momo
Info: Marco Prevosti,
tel. 339/8090588,
Alessandro Albera,
tel. 347/3525205

10 luglio dom

Borgomanero S. Cristina
ore 9.00
Memorial Mirko Valsesia
km 10 - 2; T. Max ore 2
Ritr. via Quagliotti,
centro don Luciano Lilla
Org. Avis Santa Cristina
Info: Paola Maggioni,
tel. 339/5476084
maggioni.paola64@gmail.com

13 luglio mer

Cureggio - ore 20.00
Camminata del Sizzone
km 7 - 1,5; T. Max ore 1:30
Ritr. via Giardini, Cementone
Org. Pro Loco Cureggio
Info: Pietro Giustina,
tel. 338/2784729
proloco.cureggio@gmail.com

15 luglio ven

Baveno - ore 20.00
Festa d'estate
km 6,5 - 1,5; T. Max ore 1:30
Ritr. oratorio Oltrefiume
Org. oratorio Oltrefiume
Info: Davide Camuzzi,
tel. 338/8128157,
Roseo Ridolfo, tel. 336/357225

17 luglio dom

Borgoticino - ore 9.00
Bosco Solivo running
km 10 - 2; T. Max ore 2
Ritr. via Cagnago 28
Org. Pro Loco Borgo Ticino
Info: Roberto Antonello,
tel. 339/3901507
prolocoborgoticino@gmail.com

22 luglio ven

Veruno Revislate - ore 20.00

Camminata dei Ravanit
km 6 - 2; T. Max ore 1:30;
Ritr. via Chiesa, campo sportivo
Org. Pro Loco Revislate
Info: Carlo Vezzoli,
tel. 329/3646533
vezzocarlo@gmail.com

24 luglio dom

Orta Legro - ore 9.00

Sulle alture del Lago d'Orta
km 10 - 2; T. Max ore 2
Ritr. via Stazione, sede Pro Loco
Org. Accademia delle Arti
Pro Loco Legro
Info: Davide Platini,
tel. 392/9781139

29 luglio ven

Cressa - ore 20.00

Camminata di San Prospero
km 7 - 2; T. Max ore 1:30
Ritr. via Martiri 18,
Centro sportivo
Org. Podistica 2005 Cressa
Info: Roberto Garbagnoli,
tel. 371/3823780

26 agosto ven

Bolzano Novarese - ore 19.30

Camminata dei Santini
km 6 - 2; T. Max ore 1:30
Ritr. piazza Karol Wojtyla,
tendone Pro Loco
Org. Pro Loco Bolzano Novarese
Info: Fausto Pettinaroli,
tel. 380/3242125
faustotato@hotmail.it

28 agosto dom

Novara - ore 9.00

Memorial Guido Bozzola
km 10 - 2,5; T. Max ore 2
Ritr. via S. Bernardino da Siena,
campo sportivo Voluntas
Org. DeeJay Running Team
Info: Alessandro Negri,
333/6777655

09 settem. ven

Novara - ore 20.00

Happy birthday DeeJay
Running Team
km 6 - 1,5; T. Max ore 2
Ritr. via Monte San Gabriele,
Piccolo Bar
Org. DeeJay Running Team
Info: Alessandro Negri,
333/6777655

04 settem. dom

Maggiora - ore 9.00

Le colline di Maggiora;
Km 10 - 2; T. Max ore 2
Ritr. via Dante, campetto
comunale; Org. Pro Loco
Maggiora; Info: Enrica
Sacchi, tel. 348/6910106

11 settem. dom

Alzate di Momo - ore 9.00

Corsa di fine estate;
km 10 - 2; T. Max ore 2
Ritr. Campo sportivo; Org.
Alzate Attiva; Info: Ruaro
Valeriano tel. 345 9154222,
Cornalba Lorenzo tel. 393
1688001

18 settem. dom

Cavaglietto - ore 9.00

Camminata in collina
km 10 - 1,5; T. Max ore 2
Ritr. via Umberto 10, circolo ACLI
Org. Pro Loco Cavaglietto
Info: Sergio Lanaro,
tel. 348/6962761

25 settem. dom

San Maurizio d'Opaglio - ore 9.00

XV Memorial Pier Luigi
Benito Frattini
km 10 - 2; T. Max ore 2
Ritr. piazza Unità d'Italia,
struttura polivalente
Org. Atletica Rub. F.lli Frattini
Info: Rino Garbato,
347/7569215

02 ottobre dom

Bogogno - ore 9.00

Camminata della Meja
km 10,5 - 2; T. Max ore 2
Ritr. via Roma 30/E,
bar Quadrifoglio
Org. Cooperativa Quadrifoglio
Info: Franco Carbonati,
tel. 333/9354080

09 ottobre dom

Caltignaga - ore 9.00

Corsa in riva dell'Agogna
km 10 - 1,8; T. Max ore 2
Ritr. via dello Sport,
Campo Sportivo
Org. A.S.D. Sportiva Caltignaga
Info: Simone Del Sale,
339/6707842

16 ottobre
dom

Borgo Vercelli - ore 9.00
44a Marciand par Burghi
km 10,5 - 2,5; T. Max ore 2 Ritr.
via Verdi, salone SOMS Org.
G.P.D. Borgo Vercelli Info: Gian
luca Sassone, tel.
338/9799823,
gianluca.sassone0@gmail.com

23 ottobre
dom

Carpignano Sesia - 09.00
Camminata delle fontane km
10 - 2; T. Max ore 2; Ritr.
Piazza volontari della libertà,
Sala consiliare; Org. Comune;
Info: Massara Chistian, tel.
348/2357402

30 ottobre

Marano Ticino - ore 9.00
Camminata di chiusura
km 7 - 2; T. Max ore 1:30 Ritr.
via Sempione, Centro
Aggregazione Org. Direttivo
Gamba d'Oro Info: Antonio
Folliero, tel. 346/6280872,
Caterina Grassi,
tel. 328/4681451

**CAMMINATE NON INSERITE
NEL CALENDARIO GAMBA D'ORO**



08 giugno
mer

Ghemme - ore 20.00
16a Stracan
km 7 - 2,5. T. Max ore 1:30
Ritr: via X Martiri,
campo sportivo
Org. Associazione Canile
Rifugio Paquito
Info: Barbara Barbonaglia,
tel. 347/5744537,
Canile, tel. 353/3685687,
Piero, tel. 377/5438275

21 agosto
dom

Carcoforo - ore 9.30
XXVI Tour di Carcoforo
km 7, gare giovanili
su diverse distanze
Ritr. campo sportivo
Org. G.S. Fulgor
Info: Renzo Brugo,
tel. 335/451465

Gorgonzola
DOP



**RUN
FAST**

NOVEL

RECAPITI DI RIFERIMENTO
Folliero Antonio 346/6280872
Gramoni Giovanni 338/2529894

Paris Mario 333/4638808
Grassi Caterina 328/4681451
Ventriglia Giovanni 347/7718517