

# **Regolamento Giir di Mont Km 18**

**26 luglio 2026**

---

## **Sommario:**

- **Requisiti di partecipazione**
    - 1.1. Categorie ammesse**
    - 1.2. Certificato medico**
    - 1.3. Verifica identità**
    - 1.4. Controlli antidoping**
  - **Iscrizioni**
    - 2.1. Modalità di iscrizione**
    - 2.2. Quote di iscrizione**
  - **Cronometraggio e classifiche**
    - 3.1. Rilevamento del tempo**
    - 3.2. Classifiche e tempi intermedi**
    - 3.3. Cancelli orari e tempo massimo**
    - 3.4. Montepremi**
    - 3.5. Reclami**
  - **Gara**
    - 4.1. Ritiro pettorali**
    - 4.2. Ritrovo e partenza**
    - 4.3. Percorso**
    - 4.4. Attrezzatura**
    - 4.5. Ristori**
    - 4.6. Docce, pranzo e premiazioni**
    - 4.7. Percorso di emergenza**
  - **Responsabilità**
  - **Privacy**
- Allegato 1: Autodichiarazione tesseramento**  
**Allegato 2: Certificato medico per non residenti in Italia**

L'Associazione Sportiva Premana organizza, in data domenica 26 luglio 2026, la gara di corsa in montagna denominata **Giir di Mont 18 Km**, di km 18.

La manifestazione agonistica è inserita nei calendari FIDAL Lombardia e FIDAL nazionale.

La gara è inserita nel calendario WMRA come *Associate Member Race*.

## 1. REQUISITI DI PARTECIPAZIONE

### 1.1. Categorie ammesse

La manifestazione è aperta ad atlete/i, italiane/i e straniere/i appartenenti alle seguenti categorie:

- Juniores (classi 2008-2007);
- Promesse (classi 2006-2005-2004);
- Seniores (da SF-SM a SF95-SM95 e oltre).

#### **Atlete/i italiane/i**

Le iscrizioni sono aperte ad atlete/i:

- a) regolarmente tesserate/i **per l'anno 2026** con una società affiliata alla FIDAL;
- b) In possesso di **RUNCARD o RUNCARD EPS** valida per l'anno 2026.

Le/gli atlete/i sprovviste/i dei tesseramenti sopra citati, dovranno contattare la propria società sportiva per regolarizzare la propria posizione, oppure potranno sottoscrivere in autonomia la tessera Runcard accedendo al portale dedicato sul sito [www.runcard.com](http://www.runcard.com).

Si invitano le/gli atlete/i a prendere visione del regolamento Runcard 2.0:

<https://www.fidal.it/content/RunCard-2-0-il-nuovo-regolamento/177247>

#### **Atlete/i straniere/i**

Le/gli atlete/i straniere/i potranno partecipare alla competizione:

- Se tesserate/i per una Società o Federazione estera di atletica **affiliata alla WA**;
- Se regolarmente tesserate/i **per l'anno 2026** con una società affiliata alla FIDAL;
- Se atleti/e comunitari con **autorizzazione delle proprie federazioni o società**.

Le/gli atlete/i extracomunitari dovranno presentare oltre all'autorizzazione della propria federazione anche il permesso di soggiorno o il visto d'ingresso.

NB: le/gli atlete/i tesserate/i per una federazione estera affiliata WA che non vengono iscritti dalla propria federazione o società o assistente devono sottoscrivere l'auto dichiarazione che certifica l'appartenenza a una Federazione straniera (Allegato 1 al presente regolamento), oltre a compilare la certificazione di avvenuta visita medica (Allegato 2 al presente regolamento).

- Se in possesso di **RUNCARD o RUNCARD EPS** valida per l'anno 2026.

Le/gli atlete/i sprovviste/i dei tesseramenti sopra citati, prima di effettuare l'iscrizione, dovranno contattare la propria Società o Federazione sportiva per regolarizzare la propria posizione, oppure potranno sottoscrivere in autonomia la tessera Runcard accedendo al portale dedicato sul sito [www.runcard.com](http://www.runcard.com).

Si invitano le/gli atlete/i a prendere visione del nuovo regolamento Runcard 2.0:

### **Requisiti di partecipazione per tesserati RUNCARD:**

- Possono partecipare **cittadine/i italiane/i e straniere/i residenti in Italia** limitatamente alle persone di età da 20 anni (2006) in poi, non tesserate/i per una Società affiliata alla FIDAL né per una Società straniera di Atletica Leggera affiliata alla WA, né per una Società affiliata (disciplina Atletica Leggera) ad un Ente di Promozione Sportiva **in possesso di RUNCARD in corso di validità** (data non scaduta) rilasciata direttamente dalla FIDAL ([info@runcard.com](mailto:info@runcard.com)). La loro partecipazione è comunque subordinata alla presentazione di un certificato medico di idoneità agonistica specifica per l'atletica leggera, in corso di validità, che dovrà essere obbligatoriamente consegnato, anche digitalmente, agli organizzatori. Queste/i atlete/i verranno inserite/i regolarmente nella classifica della gara, ma non potranno godere di rimborsi, bonus e accedere al montepremi in denaro e/o generici buoni valore.
- Possono partecipare **cittadine/i italiane/i e straniere/i residenti all'estero** limitatamente alle persone di età da 20 anni (2006) in poi, non tesserate/i per una Società affiliata alla FIDAL né per una Società straniera di Atletica Leggera affiliata alla WA, né per una Società affiliata (disciplina Atletica Leggera) ad un Ente di Promozione Sportiva convenzionata con la FIDAL **in possesso di RUNCARD in corso di validità** (data non scaduta) rilasciata direttamente dalla FIDAL ([info@runcard.com](mailto:info@runcard.com)). La loro partecipazione è comunque subordinata alla presentazione di un certificato medico di idoneità agonistica per atletica leggera, in corso di validità, che dovrà essere obbligatoriamente consegnato, anche digitalmente, agli organizzatori.

Il certificato medico per atlete/i straniere/i non residenti può essere emesso nel proprio paese, ma devono essere stati effettuati gli stessi esami previsti dalla normativa italiana:

- visita medica;
- esame completo delle urine;
- elettrocardiogramma a riposo e dopo sforzo;
- spirometria.

Copia delle dichiarazioni e dei referti degli esami andrà conservata agli atti della Società Organizzatrice di ciascuna manifestazione alla quale l'atleta in possesso di RUNCARD partecipa.

Atlete/i stranieri dovranno inoltre compilare la certificazione di avvenuta visita medica (Allegato 2 al presente regolamento).

**Le/gli atlete/i partecipanti con tesseramento RUNCARD verranno inserite/i regolarmente nella classifica della gara, ma non potranno godere di rimborsi, bonus e accedere al montepremi in denaro e/o generici buoni valore.**

### **NON POSSONO PARTECIPARE:**

- Atlete/i tesserate/i per altre FEDERAZIONI (es. Triathlon);
- Atlete/i tesserate/i per Società di Enti di Promozione Sportiva riconosciuti dal CONI ma non convenzionati con la FIDAL, che non abbiano sottoscritto la RUNCARD;
- Atlete/i in possesso di certificati medici d'idoneità agonistica riportanti diciture quali corsa, podismo, marcia, maratona, triathlon, mezza maratona ecc. non sono validi ai fini della partecipazione. I certificati medici d'idoneità agonistica per altri Sport non sono validi per la partecipazione: saranno accettati solamente quelli che riporteranno espressamente la dicitura "Atletica Leggera".

## 1.2. Certificato medico

Per partecipare è obbligatorio avere un **certificato medico di idoneità sportiva di tipo agonistico, specifico per l'atletica leggera**, in corso di validità alla data della gara.

Le/gli atlete/i con il certificato medico scaduto non possono partecipare. Se il certificato medico scade dopo la chiusura delle iscrizioni ma prima dello svolgimento della gara, l'iscrizione rimarrà in sospeso.

Qualora non si provveda a rinnovare il certificato prima della gara, l'atleta non potrà partecipare alla stessa.

Le/i tesserate/i RUNCARD facciano riferimento alla sezione "**Requisiti di partecipazione per tesserati RUNCARD**" per ulteriori dettagli specifici legati al certificato medico.

## 1.3. Verifica identità

I Giudici potranno disporre, a loro insindacabile giudizio, in qualsiasi momento della manifestazione, il controllo dell'identità di uno o più atleti partecipanti.

L'identità degli atleti (ai soli fini della partecipazione alle gare) è garantita con il controllo di uno dei seguenti documenti o altro documento legalmente riconosciuto:

- Passaporto;
- Carta d'Identità;
- Patente di guida;
- Foto autenticata ad uso scolastico;
- È ammessa la conoscenza personale da parte di Delegato Tecnico/Arbitro/Giuria d'Appello.

## 1.4. Controlli antidoping

Le/i partecipanti alla gara possono essere sottoposte/i a controlli antidoping, effettuati dagli organi competenti nel rispetto delle normative vigenti. Sono altresì soggette/i alle disposizioni previste dall'art. 50 delle *NORME PER L'ORGANIZZAZIONE DELLE MANIFESTAZIONI 2026*, qualora già soggetti a sospensione disciplinare.

([https://www.fidal.it/upload/files/Organizzazione/2026/Norme%20e%20regolamenti/Norme%20per%20Organizzazione%20Manifestazioni%202026\\_17dic.pdf](https://www.fidal.it/upload/files/Organizzazione/2026/Norme%20e%20regolamenti/Norme%20per%20Organizzazione%20Manifestazioni%202026_17dic.pdf))

## 2. ISCRIZIONI

### 2.1. Modalità di iscrizione

Sarà possibile iscriversi alla trentaduesima edizione del *Giir di Mont 18 Km* a partire dalle **ore 00.00 di lunedì 27 aprile 2026**.

Le iscrizioni **chiuderanno alle ore 23.59 di mercoledì 22 luglio 2026**.

Le iscrizioni si potranno effettuare sul portale ENDU, al seguente link: <https://api.endu.net/r/i/94003>

### 2.2. Quote di iscrizione

- La quota d'iscrizione comprende assistenza e ristori lungo il percorso, chip per il cronometraggio, pranzo, pacco gara (**assicurato ai primi 400 iscritti**), docce, assistenza e ristoro all'arrivo.
- Le quote previste sono le seguenti:

€ 30,00 per iscrizioni effettuate nel periodo compreso **tra il 27.04.2026 e il 05.06.2026**;

€ 45,00 per iscrizioni effettuate nel periodo compreso **tra il 06.06.2026 e il 22.07.2026**.

- Per la quota di iscrizione da versare, farà fede la data del pagamento effettuato.
- È possibile effettuare il pagamento della quota d'iscrizione tramite le modalità indicate sul portale di iscrizione.
- Al momento dell'iscrizione è necessario presentare:
  - Nome e cognome;
  - Data e luogo di nascita e di residenza;
  - Numero di telefono e indirizzo email;
  - Società di appartenenza ed eventuali sponsor personali di riferimento;
  - Numero di tessera FIDAL/Federazione straniera/RUNCARD.

### **IL MANCATO INVIO DI UNO DI QUESTI DOCUMENTI RENDERÀ NULLA L'ISCRIZIONE.**

In caso di necessità, è possibile effettuare un cambio nominativo fra atlete/i, inviando un'email all'indirizzo [giirdimont@evodata.it](mailto:giirdimont@evodata.it), comunicando il nominativo del cedente e quello del subentrante e mettendo in copia alla mail stessa entrambe/i le/gli atlete/i.

Il cambio nominativo ha un costo di €15,00. Il pagamento è da effettuare a mezzo bonifico e da inviare contestualmente alla mail di richiesta.

## **3. CRONOMETRAGGIO E CLASSIFICHE**

### **3.1. Rilevamento del tempo**

Il cronometraggio sarà a cura di [EvoData](#). Sarà consegnato ad ogni atleta il chip per il rilevamento dei tempi, integrato nel pettorale.

Il cronometraggio sarà GUNTIME (allo sparo).

### **3.2. Classifiche e tempi parziali**

Saranno stilate una **classifica generale** e una **classifica femminile**.

Non saranno rilevati tempi parziali.

### **3.3. Cancelli orari e tempo massimo**

Non sono previsti cancelli orari, né tempo massimo.

Le/gli atlete/i dovranno comunicare il loro eventuale ritiro dalla competizione agli organizzatori, dislocati lungo il percorso di gara.

### **3.4. Montepremi**

#### **Classifica assoluta**

1° classificato/a	B.V. 300€
2° classificato/a	B.V. 200€
3° classificato/a	B.V. 100€

### **Classifica femminile – Women ranking**

1° classificata	B.V. 300€
2° classificata	B.V. 200€
3° classificata	B.V. 100€

### **3.5. Reclami**

Eventuali reclami dovranno essere presentati in prima istanza verbalmente all'Arbitro designato, entro 30 minuti dall'ufficializzazione della classifica, ed in seconda istanza per iscritto alla Giuria d'Appello, accompagnati dalla tassa di 100,00 Euro che verrà restituita in caso di accoglimento del reclamo.

## **4. GARA**

### **4.1. Ritiro pettorali**

Il ritiro pettorali si svolgerà presso la segreteria dell'evento, nei [pressi della partenza](#) (Via Venezia, 1).

La segreteria sarà aperta per il ritiro pettorali **sabato 25 luglio 2026, dalle ore 15:00 alle ore 20:00 e domenica 26 luglio 2026, dalle ore 5:45 alle ore 7:00.**

È possibile ritirare il pettorale per conto di terzi, previa presentazione di delega scritta.

### **4.2. Ritrovo e partenza**

Il ritrovo è previsto domenica 26 luglio 2026, alle ore 7:00, presso la [Piazza della Chiesa di Premana](#) (Via Roma, 1).

La partenza è prevista domenica 26 luglio 2026, alle ore 8:00, presso la Piazza della Chiesa di Premana (Via Roma, 1).

Partenza e arrivo della gara saranno nello stesso luogo.

### **4.3. Percorso**

Il percorso si svolgerà su sentieri e mulattiere e sarà segnalato da frecce, strisce e bandierine.

Le informazioni sul percorso sono disponibili sul sito web ufficiale della gara, [a questo link](#).

Lungo il percorso, saranno istituiti numerosi posti di controllo: il mancato passaggio ad uno solo di questi comporterà la squalifica dell'atleta.

### **4.4. Attrezzatura**

Viste le caratteristiche del percorso (sentieri impegnativi), si consigliano **calzature e abbigliamento adatti** a una gara di corsa in montagna, con **giacca antivento al seguito**.

L'uso dei bastoncini è consentito per tutta la durata del percorso, se portati fin dalla partenza. Non è ammessa la consegna di bastoncini da parte di terzi.

Per una questione di sicurezza, è **vietato ascoltare musica** tramite auricolari durante la gara.

È altresì **vietato partecipare alla gara a petto nudo**.

È prevista la possibilità da parte di atlete e atleti di correre in **regime di autosufficienza** (zainetto tecnico, zainetti idrici, portaborracce, ecc.), fatta salva la necessità di rendere visibile al controllo il proprio pettorale di gara.

**Non è consentito accompagnare le/gli atlete/i lungo il percorso di gara.**

Al fine di garantire l'incolumità delle/dei concorrenti, lungo il percorso saranno predisposti numerosi **punti di assistenza e di pronto intervento**.

#### **4.5. Ristori**

Ad ogni punto di ristoro, dislocato su ogni alpeggio e sui punti cruciali del percorso, saranno disponibili **bevande e rifornimenti energetici adatti**. È vietato dare rifornimenti alle/agli atlete/i fuori dai punti di ristoro ufficiali.

La tabella dei ristori è disponibile sul sito ufficiale della gara, [a questo link](#).

È severamente **vietato abbandonare rifiuti lungo il percorso di gara**, fuori dai punti di ristoro.

#### **4.6. Docce, pranzo e premiazioni**

L'organizzazione mette a disposizione di atlete e atleti **spogliatoi completi di bagni e docce**, usufruibili a gara terminata, presso il [palazzetto dello sport di Premana](#) (Via Papa Luciani).

**Il pranzo** per atlete/i e pubblico sarà servito **a partire dalle ore 11:00 di domenica 26 luglio**, presso il [palazzetto dello sport di Premana](#) (Via Papa Luciani).

**Le premiazioni** si svolgeranno **a partire dalle ore 15:00 di domenica 26 luglio**, presso il [palazzetto dello sport di Premana](#) (Via Papa Luciani).

#### **4.7. Percorso di emergenza**

In caso di **sopravvenute condizioni atmosferiche** tali da costituire pericolo per le/i concorrenti, e/o cause di forza maggiore, a giudizio insindacabile della Giuria potrà essere **modificato il percorso o sospesa la competizione** in qualsiasi momento.

In caso di modifica del percorso su eventuale tracciato di emergenza, il **montepremi sarà dimezzato**.

### **5. RESPONSABILITÀ**

Con l'atto di iscrizione le/i concorrenti **sollevano gli organizzatori** da qualsiasi responsabilità civile e penale a persone e cose che possono verificarsi durante e dopo la gara in relazione alla stessa. Per le/i partecipanti alla gara vigono le caratteristiche assicurative delle gare FIDAL.

Il Comitato Organizzatore e l'Associazione Sportiva Premana **non rispondono dello smarrimento/sottrazione di materiale o effetti personali** lasciati incustoditi prima, durante e dopo la gara, in zona partenza/arrivo, o all'interno della struttura adibita a pranzo e premiazioni.

La società organizzatrice ha stipulato un'**assicurazione RCT**.

### **6. PRIVACY**

Ogni concorrente rinuncia espressamente ad avvalersi dei diritti all'immagine durante la prova, così come rinuncia a qualsiasi ricorso contro l'organizzazione ed i suoi partner abilitati per l'utilizzo fatto della sua immagine.

---

*La volontaria iscrizione e la conseguente partecipazione alla corsa indicano la piena accettazione del presente regolamento e delle modifiche eventualmente apportate.*

*Per tutto quanto non contemplato nel presente regolamento, si faccia riferimento al Regolamento Tecnico Internazionale dell'Atletica Leggera (International Technical Rules of World Athletics) e al Regolamento FIDAL.*

*Si invitano atlete e atleti a consultare periodicamente i canali ufficiali dell'evento per non perdersi gli aggiornamenti e le novità relative alla gara.*

Contatti:

E-mail - [giirdimontmountainrace@gmail.com](mailto:giirdimontmountainrace@gmail.com)

Sito web - [www.giirdimont.it](http://www.giirdimont.it)

Pagina Instagram - [https://www.instagram.com/giir\\_di\\_mont/](https://www.instagram.com/giir_di_mont/)

Pagina Facebook - <https://www.facebook.com/giirdimont>

**Declaration**

**Athlete licenced or registered for a Foreign Federation**

Name ..... Surname/Family Name.....

Born in..... on (dd-mm-yyyy) .....

Nationality .....Sex: M        F

Address .....

Country .....

Declares that

is registered for or licenced by the following World Athletics (WA) Federation:

Federation Name .....

Club/Team (if applicable) .....

Card number/code .....

I hereby declare myself fully responsible for this declaration, acknowledging the legal consequences of a false statement.

Signature .....

Date .....

**Medical Certificate**

**Competitive sport activity**

The undersigned (licensed physician) \_\_\_\_\_,  
on the basis of the medical tests: **medical visit, test of urines (urinalyses),  
electrocardiogram at rest and stress test, spirometry** (diagnostic test as  
by the Italian law to be able to practice competitive sports activities – Ministerial  
Decree 18/02/1982)

certifies that

Name \_\_\_\_\_

Surname \_\_\_\_\_

Born \_\_\_\_\_ in \_\_\_\_\_

Resident in (city) \_\_\_\_\_

Address \_\_\_\_\_

can practice competitive Athletics sport activity.

This certificate is valid for (max. 12 months) \_\_\_\_\_ and will  
expire on \_\_\_\_\_.

Date, \_\_\_\_\_

The Doctor

\_\_\_\_\_  
(stamp and signature)