

Regolamento Giir di Mont Km 32 – XXXII Edizione

26 luglio 2026

Sommario:

1. Requisiti di partecipazione

- 1.1. Categorie ammesse**
- 1.2. Certificato medico**
- 1.3. Verifica identità**
- 1.4. Controlli antidoping**

2. Iscrizioni

- 2.1. Modalità di iscrizione**
- 2.2. Quote di iscrizione**

3. 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**

4. 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**

5. Responsabilità

6. 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 XXXII edizione della gara di corsa in montagna denominata **Giir di Mont**, di km 32.

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:

- 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:

- regolarmente tesserate/i **per l'anno 2026** con una società affiliata alla FIDAL;
- 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.

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.

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

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

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). 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). 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:

- a) visita medica;
- b) esame completo delle urine;
- c) elettrocardiogramma a riposo e dopo sforzo;
- d) 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)

2. ISCRIZIONI

2.1. Modalità di iscrizione

Sarà possibile iscriversi alla trentaduesima edizione del *Giir di Mont 32 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:
 - € 40,00 per iscrizioni effettuate nel periodo compreso **tra il 27.04.2026 e il 10.05.2026**;
 - € 50,00 per iscrizioni effettuate nel periodo compreso **tra il 11.05.2026 e il 30.06.2026**;

€ 65,00 per iscrizioni effettuate nel periodo compreso **tra il 01.07.2026 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, 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 intermedi

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

Saranno rilevati i **tempi parziali** nelle seguenti località: Alpe Chiarino, Alpe Vegessa, Bocchetta Larecc, Alpe Rasga, Alpe Deleguaggio. I premi per i miglior intermedi saranno corrisposti solo in caso di arrivo al traguardo.

3.3. Cancelli orari e tempo massimo

Saranno localizzati due cancelli orari lungo il percorso:

- Alpe Vegessa (Km 9) a 2h15';
- Alpe Solino (Km 25) a 5h15'.

Chi non transiterà entro i tempi sopra segnati, sarà costretta/o ad abbandonare la competizione. Se una/un atleta insiste nel voler proseguire sul percorso, avrà l'obbligo di togliere il pettorale, non sarà considerata/o in gara e sarà esente dalla tutela dell'organizzazione in caso di incidenti.

Il tempo massimo per concludere la gara è di **7h00'**.

Allo scadere del tempo massimo, le/gli atlete/i che non hanno ancora portato a termine la distanza prevista non saranno inseriti nell'ordine di arrivo ufficiale della gara.

Alla scadenza del tempo massimo, gli atleti che decidessero comunque di proseguire lo potranno fare sotto la propria responsabilità, e saranno obbligati a rimuovere il pettorale di gara.

Trascorsi 30' dalla scadenza del tempo massimo, termina il Servizio di Assistenza Medica (sia lungo il percorso, sia nella zona di arrivo) e cessa inoltre il servizio GGG.

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. 2500€
2° classificato/a	B.V. 1200€
3° classificato/a	B.V. 800€
4° classificato/a	B.V. 600€
5° classificato/a	B.V. 500€
6° classificato/a	B.V. 400€
7° classificato/a	B.V. 300€
8° classificato/a	B.V. 250€
9° classificato/a	B.V. 200€
10° classificato/a	B.V. 150€

Classifica femminile

1° classificata	B.V. 2500€
2° classificata	B.V. 1200€
3° classificata	B.V. 800€
4° classificata	B.V. 600€
5° classificata	B.V. 500€
6° classificata	B.V. 400€
7° classificata	B.V. 300€
8° classificata	B.V. 250€
9° classificata	B.V. 200€
10° classificata	B.V. 150€

Premi speciali*

Record assoluto	B.V. 200 €
Record femminile	B.V. 200€

Miglior tempo intermedio assoluto e femminile*

Premana – Chiarino	B.V. 50€
Chiarino – Vegessa	B.V. 50€
Vegessa – Bocch. Larecc	B.V. 50€
Bocch. Larecc – Rasga	B.V. 50€
Rasga – Deleguaggio	B.V. 50€
Deleguaggio – Premana	B.V. 50€

** I premi speciali e i premi legati agli intermedi non verranno erogati in caso si corra con percorso modificato o percorso di emergenza. I premi in B.V. possono essere sostituiti da premi in natura di pari valore.*

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 6:45, presso la [Piazza della Chiesa di Premana](#) (Via Roma, 1).

La partenza è prevista domenica 26 luglio 2026, alle ore 7:45, 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**.

È previsto il servizio di **trasporto bastoncini** per il loro utilizzo nel tratto Ponte di Varrone - Bocchetta Larecc. Per usufruire di questo servizio, i bastoncini devono essere consegnati presso la segreteria dell'evento durante gli orari di apertura, prima della partenza della gara (entro le ore 7:00 di domenica 26 luglio). L'organizzazione provvederà alla loro riconsegna in zona di arrivo.

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

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

Sito web - www.giirdimont.it

Pagina Instagram - 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)

NationalitySex: 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)