



REGOLAMENTO 12° TROFEO NAZIONALE CSEN NORDIC WALKING SABATO 23 MAGGIO 2026

ORGANIZZAZIONE:

Associazione Sportiva Dilettantistica 100 KM DEL PASSATORE

Via Santa Maria dell'Angelo, 24 - 48018 FAENZA (RA) - Telefono 0546/664603

Email: info@100kmdelpassatore.it sito www.100kmdelpassatore.it

Comitato Provinciale CSEN Ravenna

Via Cavour, 10/B - 48018 FAENZA - Telefono 0546/27084

Email: info@csenravenna.it sito www.csenravenna.it

PARTENZA:

Sabato 23 maggio 2026 alle ore 15.00 a Firenze.

Alle ore 14.45 concentramento in Piazza del Duomo, dietro ai concorrenti della 100km del Passatore. Alla partenza è obbligatorio il passaggio sulla "pedana", per la registrazione del codice chip.

CANCELLO ORARIO:

Tempo massimo di percorrenza 6h 15min (sei ore e quindici minuti)

ARRIVO:

Borgo San Lorenzo, **Piazza Dante**, per un totale di 32KM.

*****NON E' AMMESSO PROSEGUIRE*****

VERRA' EFFETTUATO IL RITIRO DEL MICROCHIP

DIRITTO DI PARTECIPAZIONE:

Possono iscriversi tutti, uomini e donne, che abbiano compiuto 20 anni, in possesso di certificato medico agonistico per l'atletica leggera e di tessera **dell'Ente di Promozione Sportiva CSEN in corso di validità**.

QUOTA ISCRIZIONE:

- fino al 7 maggio 2026 € 40,00

Non si accettano iscrizioni senza pagamento della quota.

ISCRIZIONE:

L'iscrizione si effettua mediante versamento della quota associativa presso:

- c/c bancario della BCC Ravennate e Imolese:

IBAN IT 25 0 08542 23700 000000274249 - BIC SWIFT: ICRAITRRF20

e compilando la scheda di iscrizione in ogni sua parte firmata in calce dal/dalla partecipante, il modulo privacy (4 firme) e inviandoli unitamente a copia del certificato medico, tessera CSEN e copia del pagamento, via e-mail a info@100kmdelpassatore.it

Chi non fosse in possesso della tessera Csen, la può richiedere al momento dell'iscrizione versando una quota aggiuntiva di € 5,00.



Le iscrizioni si effettuano tassativamente entro il 7 maggio 2026

Non si accettano iscrizioni prive della quota di adesione e del certificato medico di idoneità sportiva agonistica specifica per l'atletica leggera, in corso di validità alla data 23/05/2026 (D.M. 18/02/82 e 28/02/83).

ATTENZIONE!!! PER IL NORDIC WALKING E' PREVISTA SOLO ISCRIZIONE VIA MAIL!

RITIRO PETTORALI:

FIRENZE: il ritiro del pettorale sarà possibile dalle ore 10.30 alle ore 13.30 di sabato 23 maggio 2026 in Viale del Fosso Macinante (Tamburello, zona Cascine) a Firenze.

CONTROLLO BASTONCINI:

All'atto della consegna del pettorale ai concorrenti verrà fatto un controllo dei bastoncini per conto del Responsabile dei Giudici di Nordic Walking CSEN.

Chi non fosse in possesso dei bastoncini da Nordic Walking (bensì li avesse da trekking), potrà depositare i suoi e prendere in prestito quelli specifici dagli organizzatori.

Non sarà ammesso partire senza che i guantini siano ben calzati nelle mani e attaccati ai bastoncini con l'apposito meccanismo di sicurezza.

IMPORTANTE!!

E' fatto obbligo per i Concorrenti indossare bene in vista il pettorale; di non diminuirne la dimensione né occultarne diciture o simboli impressi, pena l'esclusione dalla Gara.

E' obbligatorio altresì di ricoprire il puntale del bastoncino con apposito tappo (Pad) di gomma.

PERCORSO:

Il percorso misura 32 km, si snoda sulle strade statali e provinciali da Firenze-Fiesole-Borgo San Lorenzo ed è completamente asfaltato. Segnalazioni ogni 5 km.

SERVIZI:

Ogni 5 Km circa, lungo il percorso e all'arrivo, verranno istituiti posti di rifornimento gratuito, per la distribuzione di generi di conforto.

SERVIZIO TRASPORTO INDUMENTI A RICHIESTA:

Il pulmino scopa trasporterà gli indumenti a Borgo San Lorenzo in sosta dalle ore 17.00 alle ore 21.15 nei pressi dell'arrivo.

CONTROLLI:

Alla partenza, lungo il percorso e all'arrivo i partecipanti dovranno passare su apposite "pedane" predisposte per il rilevamento del codice chip.

I concorrenti non transitati su dette "pedane", o per i quali saranno rilevati tempi sulla distanza tra un controllo e l'altro non attendibili, saranno squalificati.

CONTROLLI TECNICI:

Sul percorso saranno presenti diversi Giudici CSEN (di cui 1 itinerante in E-MTB). Questi avranno il compito di controllare che i partecipanti abbiano sempre i guantini indossati nelle mani, che i bastoncini siano sempre attaccati ai guantini (è possibile sganciarli solo ai ristori o per effettuare operazioni di rifornimento durante il percorso).



E' assolutamente vietato correre.

Inoltre sarà cura dei Giudici assicurarsi che gli atleti non indossino auricolari/casse esterne o altri strumenti per ascoltare musica.

Il non rispetto di queste regole, comporterà un'ammonizione.

GESTO TECNICO - PRINCIPI CONSIGLIATI:

I concorrenti dovranno utilizzare i bastoncini cercando di rispettare la tecnica di base del Nordic Walking:

Corretta inclinazione del bastoncino a terra (punto di incidenza a terra circa a metà tra i due piedi).

Corretta inclinazione del busto (allineamento arto inferiore/bastoncino/busto).

Corretta gestualità di apertura e chiusura della mano.

Si potrà camminare sia con la tecnica in alternato che con la tecnica in parallelo a discrezione dell'atleta.

I Giudici avranno la funzione di controllare la correttezza del gesto tecnico per consigliare e aiutare i concorrenti.

LOGISTICA:

E' assicurata l'assistenza medica e il servizio di pronto soccorso nelle seguenti località: Firenze, Saletta, Fiesole, Vetta le Croci, Polcanto, Faltona, Borgo San Lorenzo.

CLASSIFICHE:

UOMINI - DONNE

RICONOSCIMENTI:

Medaglia e diploma di partecipazione al traguardo di Borgo San Lorenzo entro il tempo massimo di 6h e 15' a cura dell'associazione 100km del Passatore.

Premi ai primi tre classificati della categoria uomini e donne a cura del Comitato Provinciale CSEN Ravenna.

ALTRE INFORMAZIONI

Per quanto non indicato vedasi il [REGOLAMENTO 2026](#) della 100km Del Passatore.