

## Premi gara competitiva

Assoluti: Ai primi 3 maschi e 3 femmine coppe e prodotti tipici  
Premi di categoria: prodotti tipici locali a scalare.

### MASCHILI

|    |     |                        |         |
|----|-----|------------------------|---------|
| 1. | "A" | Amatori (1997-1981)    | 5 PREMI |
| 2. | "B" | Sm - 35 (1980 - 1976)  | 5 PREMI |
| 3. | "C" | Sm - 40 (1975-1971)    | 5 PREMI |
| 4. | "D" | Sm - 45 (1970 -1966)   | 5 PREMI |
| 5. | "E" | Sm - 50 (1965 -1961)   | 5 PREMI |
| 6. | "F" | Sm - 55 (1960- 1956 )  | 5 PREMI |
| 7. | "G" | Sm - 60 (1955 -1951)   | 5 PREMI |
| 8. | "H" | Sm - 65 (1950 - 1946)  | 3 PREMI |
| 9. | "I" | Sm - 70 (1945 in poi ) | 3 PREMI |

### FEMMINILI

|    |     |               |         |
|----|-----|---------------|---------|
| 1. | "L" | (1997 - 1976) | 5 PREMI |
| 2. | "M" | (1975 - 1966) | 5 PREMI |
| 3. | "N" | (1965 - 1956) | 5 PREMI |
| 4. | "O" | (1955 in poi) | 3 PREMI |

## FESTA DEL PODISTA

Grande festa d'accoglienza per tutti i podisti con: animazione, musica, spettacoli folcloristici, cena offerta dall'organizzazione, podisti allo sbaraglio e gran ballo fino a tarda notte. Il tutto sabato 9 maggio a partire dalle ore 17,00 e fino alle ore 24,00, tutti a sedere, presso gli spazi polifunzionali al coperto della III Circostrazione "Terni Sud" in Via Irma Bandiera, 23 al Quartiere Matteotti. Presenti anche i carri allegorici del "Cantamaggio ternano".

## SERVIZI LOGISTICI

Il gruppo si rende disponibile, come da tradizione, per accogliere al meglio gli ospiti podisti. Tutto il programma di sabato 9 maggio e la cena sono offerti dall'organizzazione. Domenica 10 maggio pranzo di salute organizzato dal gruppo al costo di €. 12,00. Per quanto riguarda i servizi logistici (hotel, ristoranti, guide turistiche) l'Amatori Podistica Terni ha concordato prezzi e modalità particolarmente favorevoli con tutti gli operatori turistici del territorio. INFO DITT. 0744.431949 Nel corso dei due giorni il gruppo verrà incontro ai podisti proponendo prodotti tipici locali a prezzi particolarmente vantaggiosi.

## RESPONSABILITA'

La manifestazione è coperta da polizza RC. Fatto salvo quanto previsto dalla copertura assicurativa, il gruppo organizzatore, pur avendo cura della buona riuscita dell'iniziativa, declina ogni responsabilità per tutto quanto possa accadere a persone e cose prima, durante e dopo la manifestazione; ricorda che il partecipante è tenuto a rispettare le norme del Codice della Strada (art. 134). La manifestazione è omologata dalla UISP e dal Comitato FIASP di Terni. Per quanto non previsto da quanto sopra esposto, vige il regolamento FIASP eUISP

## INFO: A.S.D. AMATORI PODISTICA TERNI

c/o Istituto Tecnico Industriale Statale Via Cesare Battisti, 131 - 05100 TERNI  
e-mail: giulianofiorini@alice.it - sede @amatoripodisticaterni.it

FIORINI Giuliano: 360.960179 - 0744.733616 - Fax 0744.1924321

SARDONINI Edgardo: 0744.285424 - 349.3768953

LAORETI Fabio: 349.4593957

[www.amatoripodisticaterni.it](http://www.amatoripodisticaterni.it)

## PROGRAMMA

sabato 9 maggio 2015

## "FESTA DEL PODISTA"

### Dalle ore 17,00

- Raduno spazio polifunzionale di Via Irma Bandiera
- Musica con un complesso musicale
- Esibizione dei carri allegorici del Cantamaggio ternano
- Irompe lo storico gruppo folcloristico "La Rakkia"
- S. Messa presso la Chiesa di S. Paolo - 300 m. dalla festa
- E' il momento della bruschetta ternana, della piadina romagnola a cura del gruppo "Podistica Voltana", della "Sbrisolona" a cura dei gruppi di Mantova
- Esibizione varie
- Penne party - **CENA PER TUTTI OFFERTA DALL'ORGANIZZAZIONE**
- Gran ballo del podista
- La Corrida - esibizione di podisti allo sbaraglio

domenica 10 maggio 2015

## "MARATONA DELLE ACQUE"

- Ore 08,00 - Raduno al Campo di atletica in Via delle Mura
- Ore 08,30 - Esibizione del gruppo "LA RAKKIA"
- Ore 09,00 - Partenza dal Campo di atletica per Piazza della Repubblica
- Ore 09,30 - Partenza ufficiale della "MARATONA DELLE ACQUE"
- Ore 10,00 - Musica al Campo di atletica e lungo il percorso
- Ore 10,15 - Straordinaria esibizione del gruppo "LA RAKKIA" sotto la Cascata
- Ore 10,30 - Animazione in pista per i più piccoli con il gruppo "METAMORFOSI"
- Ore 10,30 - Minipercorsi all'interno del Campo Scuola
- Ore 12,00 - Premiazioni
- Ore 12,45 - Chiusura con l'arrivo dell'ultimo partecipante
- Ore 13,00 - Pranzo di salute e arriverederci al prossimo anno

## CONVENZIONE DITT PER ACCOGLIENZA PARTECIPANTI "MARATONA DELLE ACQUE" - TERNI 10 Maggio 2015

Il Consorzio Ditt, riserva all'organizzazione della manifestazione le seguenti tariffe:

### Prezzi per persona - al giorno in pernottamento e prima colazione

| Tipologia camere | *** **                 |                                   |
|------------------|------------------------|-----------------------------------|
|                  | TERNI NARNI SAN GEMINI | TERNI NARNI SAN GEMINI PIEDILUCCO |
| Singola          | 58                     | 48                                |
| Doppia           | 38                     | 33                                |
| Tripla           | 35                     | 30                                |
| Quadrupla        | 33                     | 28                                |

Per i gruppi (min. 25 pax) è riconosciuto il free ogni 25 pax e il 10% di sconto sulle tariffe pubblicite.  
Per la ricettività extraberghiera intesa in case e appartamenti vacanza, agriturismo, country house e bed & breakfast, villaggio albergo) le richieste possono essere effettuate direttamente al Ditt che si impegna, in relazione alla disponibilità, ad ascoltare e praticare le migliori offerte.  
Il Ditt rimane altresì a completa disposizione per ogni ulteriore esigenza di accoglienza dei partecipanti



### HOTEL \*\*\*\*

Best Western Garden Hotel V.le Bramante 4/6 - Terni - tel. 0744.300041 fax 0744.300414  
Michelangelo Palace Hotel V.le della Stazione 23 - Terni - tel. 0744.202711 fax 0744.2027200  
Hotel Valentino Via Plinio Il Giovane 3/5 - Terni - tel. 0744.402550 fax 0744.403335  
Terra Umbra Hotel S.P. Maratta Bassa 61 - Narni Scalo - tel. 0744.750304 fax 0744.751014

### HOTEL \*\*\*

Classic Hotel Il Tulipano Via C. A. della Chiesa 24 - Terni - tel. 0744.306024 fax 0744.300628  
Hotel de Paris V.le della Stazione 52 - Terni - tel. 0744.58047 fax 0744.58047  
Hotel Millennium P.za Dante Alighieri - Terni - tel. 0744.442211 - fax 0744.4422400  
Hotel Fina Via Tuderte 419 - Narni Scalo - tel. 0744.733648 - fax 0744.750326  
Hotel la Rocca Via Flaminia Km 91 - Narni - tel. 0744.744423 - fax 0744.744424  
Hotel Duomo Piazza Duomo 4 - San Gemini - tel. 0744.630015 - fax 0744.630336  
Hotel del Lago Str. del Porto 71 - Piediluco - tel. 0744.368450 - fax 0744.360142  
Hotel Miralago Via Noceta - Piediluco - tel. 0744.360022 - fax 0744.360163

AmatoriPodistica TERNI

# Maratona delle ACQUE 2015

terni

## DOMENICA 10 MAGGIO

Una straordinaria occasione per trascorre un fine settimana davvero speciale nel segno dello sport, del turismo e dell'amicizia

Sabato 9 maggio "FESTA DEL PODISTA"  
Musica, folclore, animazione e festosa cena, seduti e al coperto, offerta dall'organizzazione

Domenica 10 maggio "PRANZO DI SALUTO"  
Organizzato dal gruppo al costo di €. 12,00

Manifestazione ludico-motoria di Km. 3 - 10 - 21  
Competitiva Km. 21,097

## MODULO ISCRIZIONE

cognome

nome

sesso      nazionalità

data (gg/mm/aaaa) e luogo di nascita

indirizzo      cap      città      (Prov.)

telefono      e-mail

## da compilare solo per la gara competitiva

tesserato      società

ente affiliazione      n. tessera

**Presenterò la tessera e la certificazione medica al ritiro del pettorale.**

**Allego la tessera e la certificazione medica valida al 10 maggio 2015.**

## PERCORSI

- |                          |   |         |
|--------------------------|---|---------|
| <input type="checkbox"/> | 21,097 COMPETITIVO  | € 12,00 |
| <input type="checkbox"/> | Minipercorsi per bambini  | € 2,50  |
| <input type="checkbox"/> | Iniziativa LUDICO-Motoria km 3-10-21                              | € 8,50  |
| <input type="checkbox"/> | Iscrizione senza riconoscimento solo per percorsi non competitivi | € 3,50  |
| <input type="checkbox"/> | Per i soci FIASP iscrizione ridotta di                            | € 0,50  |

B.B. Codice IBAN: IT04K 06315 14405 10000 00078 43 SWIFT: CRSPIT3S - Il presente modulo compilato in stampatello e firmato, unitamente alla ricevuta di pagamento della quota di iscrizione deve essere inviato entro il 9 maggio ore 20 per fax: 0744 1924321, o per e-mail: sede@amatoripodisticaterni.it

Data e Firma



## Carissimi amici podisti

Ho l'onore di presentare una manifestazione dal grande fascino che coniuga turismo, cultura, tradizioni, costume e sport in un susseguirsi di significative iniziative in un contesto naturale quanto mai fresco e stimolante e di grande valenza ambientale.

La manifestazione si svolge a Terni in Umbria nel cuore verde d'Italia, una Regione dalle ineguagliabili bellezze artistiche, dai tanti centri medievali, dalle mille Chiese e Castelli, dai meravigliosi scorci naturali, dalle tante straordinarie cittadine quali: Assisi, Perugia, Narni, Trevi, Spello, Todi, Orvieto, Deruta, Spoleto, Gubbio ..... dove da sempre si respira un'atmosfera di pace e serenità, insomma un territorio tutto da vivere e gustare anche partecipando alla "Maratona delle acque".

L'appuntamento sportivo di Terni prevede: sabato 9 maggio la "FESTA DEL PODISTA" un ricco programma con musica, folklore, animazione per accogliere gli ospiti e festosa cena insieme, al coperto e seduti, offerta dall'organizzazione. Un incontro che ha avuto negli anni sempre sincere attestazioni di simpatia da parte di tutti i podisti.

Domenica 10 maggio 2015 giornata dedicata alla "MARA-TONA delle ACQUE" una camminata ludico-motoria che si snoda nei selvaggi sentieri delle Cascate delle Marmore a contatto diretto con la spumeggiante massa d'acqua del fiume Velino che si getta, dopo un salto di 165 metri, nel fiume Nera. Uno spettacolo unico tutto da gustare insieme alla musica e ai ricchi ristori a base di deliziosi prodotti tipici posti lungo l'escursione.

Dopo le positive esperienze degli anni scorsi, riproponiamo, per i più allenati, una competitiva di 21,097 km dalla grande valenza ambientale che troverà un significativo interesse da parte di quanti amano vivere queste iniziative in competizione con se stessi e con gli altri.

E' con queste convinzioni che vi invito a Terni, in Umbria per partecipare alla "Maratona delle acque" dove sarete ben accolti dalla nostra comunità umbra che fa della ospitalità il principio fondante del sincero rapporto di amicizia che lega da sempre la gente umbra al viandante, al pellegrino, al turista ed ora, da quasi quaranta anni, anche al podista.

Il Presidente dell'A.S.D. Amatori Podistica Terni  
FABIO LAORETI

**NEI DUE GIORNI PER GRANDI E PICCOLI:**  
Gruppo di animazione "METAMORFOSI"  
Gruppo folcloristico "LA RAKKIA"  
Ristoro per i piccoli a cura della "MC DONALD'S"



## PRINCIPALI NOTE DEL REGOLAMENTO PERCORSI

- **Minipercorsi** - Per i bambini all'interno del Campo di atletica
- **Km. 3,000 "Percorso della natura"** - prevede l'arrivo alle Cascate delle Marmore con il servizio bus-navetta, l'escursione nel Parco delle Cascate (km. 1.000) quindi rientro con il bus-navetta fino a Viale Trento all'altezza dell'ultimo ristoro. Quindi proseguimento per il Campo Scuola (Km. 2,000) per un totale di km. 3.000.
- **Km. 10,000 "Percorso del turista"** - Prevede la camminata fino alle Cascate delle Marmore (km. 7,000), l'escursione nel Parco delle Cascate (km. 1.000) da qui bus-navetta che riporterà i partecipanti a Viale Trento all'altezza dell'ultimo ristoro. Quindi proseguimento per il Campo Scuola (Km. 2.000) per un totale di km. 10,000.
- **Km. 21,097 "Percorso dell'acqua"** - Con la camminata e completa: l'escursione nel Parco, la straordinaria risalita delle Cascate e il percorso finale immersi nel verde dei boschi fino all'arrivo.
- **Km. 21,097 "Percorso dell'acqua competitivo"** - Stesso percorso ma rivolto a tutti gli atleti in possesso dei requisiti previsti dalle vigenti norme che regolano le manifestazioni competitive.

Tutti i partecipanti, per poter accedere nel Parco delle Cascate della Marmore dovranno tenere ben in evidenza il pettorale della manifestazione.

## RADUNO - PARTENZA - ARRIVO

Il raduno e l'arrivo è fissato al Campo Scuola di atletica leggera di via delle Mura. La partenza verrà data contemporaneamente per tutti i percorsi alle ore 9,30 in Piazza della Repubblica

## ISCRIZIONI

- A) - Manifestazione competitiva - La partecipazione è riservata esclusivamente agli atleti in regola con il tesseramento a enti di promozione sportiva o alla FIDAL per l'anno 2015 provvisti di certificato medico di idoneità alla pratica sportiva agonistica. **Le preiscrizioni si chiudono tassativamente venerdì 8 maggio 2015 alle ore 20.00**
- B) - Manifestazione non competitiva - L'organizzazione, con l'iscrizione, considera l'idoneità fisica del partecipante conforme la normativa di legge prevista dal D.M. sulla tutela sanitaria per l'attività sportiva non competitiva. L'organizzazione, pertanto, in base alle vigenti normative, non è tenuta a richiedere obbligatoriamente il certificato medico di buona salute del partecipante. Declina ogni responsabilità civile e penale per quanto fisicamente possa accadere prima, durante e dopo al singolo iscritto alla manifestazione. **E' possibile iscriversi fino a ½ ora prima della partenza**
- |   |      |              |
|---|------|--------------|
| - Percorso dell'acqua competitivo - Km. 21,097                        | - €. | <b>12,00</b> |
| - Minipercorsi  | - €. | <b>2,50</b>  |
| - Percorsi non competitivi - km.: 3, 10 e 21,097                      | - €. | <b>8,50</b>  |
| - Iscrizione senza riconoscimento solo per i percorsi non competitivi | - €. | <b>3,50</b>  |
| - Per i soci FIASP iscrizione ridotta di                              | - €. | <b>0,50</b>  |

## RICONOSCIMENTI

**Riconoscimenti non competitiva** A tutti i partecipanti in regola, una bottiglia da litri 1 di olio extra-vergine di oliva umbro. Premi a tutti i gruppi iscritti **entro venerdì 8 maggio**. Ai gruppi con un minimo di 30 iscritti cesto di prodotti tipici locali.

