

PROGRAMMA

Sabato 11 maggio 2019
FESTA del PODISTA

Spazi Polifunzionali di Via Irma Bandiera, 23

Dalle ore 17,00

- Raduno spazio polifunzionale di Via Irma Bandiera
- Musica con un complesso musicale
- S. Messa, per chi lo desidera 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 12 maggio 2019
MARATONA DELLE ACQUE

Ore 08,00 Raduno al Campo di atletica in Via Prati

Ore 09,00 Partenza dal Campo di atletica per Corso Tacito

Ore 09,30 Partenza ufficiale della "Maratona delle acque" Corso Tacito

Ore 10,00 Musica al Campo di atletica

Ore 10,30 Animazione in pista per i più piccoli con il gruppo "Metamorfosi"

Ore 10,45 Esibizione di gruppi folcloristico

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 saluto e arrivederci il 11/05/2020

INFO: A.S.D. AMATORI PODISTICA TERNI
c/o Istituto Tecnico Industriale Statale
Via Cesare Battisti, 131 - 05100 TERNI
www.amatoripodisticaterni.it
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

HOTEL CONVENZIONATI

HOTEL * * * * *

BEST WESTERN GARDEN HOTEL viale Bmante 4/6 - Terni
tel. 0744.300041 - fax 0744.300414 -

e-mail: info@gardenhotelterni.it

MICHELANGELO PALACE HOTEL Viale della Stazione 23 - Terni

tel. 0744.202711 - fax 0744.2027200

e-mail: info@michelangelohotelumbria.it

HOTEL VALENTINO

Via Plinio II il Giovane 3/5

Terni tel. 0744.402550 - fax 0744.403335

e-mail: info@hotelvalentinoterni.com

TERRA UMBRA HOTEL

S.P. Maratta Bassa 61 - Narni Scalo - tel. 0744.750304 - fax 0744.751014

e-mail: info@terraumbra.it

HOTEL * * * *

CLASSIC HOTEL IL TULIPANO

Via C. A. della Chiesa 24 - Terni - tel. 0744.306024 - fax 0744.300628

e-mail: info@classichotelterni.com

HOTEL DE PARIS

Viale della Stazione 52 - Terni - tel. 0744.58047 - fax 0744.58047

e-mail: info@hoteldeparis.it

HOTEL MILLENNIUM

P.za Dante Alighieri - Terni - tel. 0744.44221 - fax 0744.4422400

e-mail: info@millenniumhotelumbria.it

HOTEL FINA

Via Tuderte 419 - Narni Scalo - tel. 0744.733648 - fax 0744.750326

e-mail: info@hotelfina.it

HOTEL LA ROCCA

Via Flaminia Km 91 - Narni - tel. 0744.744423 - fax 0744.744424

e-mail: info@laroccahotel.it

HOTEL DUOMO

Piazza Duomo 4 - San Gemini - tel. 0744.630015 - fax 0744.630336

e-mail: albergo.duomo@grupbobacus.com

HOTEL DEL LAGO

Strada del Porto 71 - Piediluco - tel. 0744.368450 - fax 0744.360142

- e-mail: info@hoteldellago.com

HOTEL MIRALAGO

Via Noceta - Piediluco - tel. 0744.360022 - fax 0744.360163

e-mail: info@miralagohotel.net

Visita la pagina del DITT con gli hotel e le convenzioni.
tel. 0744 431949 www.umbriaexperience.it

SABATO 12 MAGGIO

"FESTA DEL PODISTA"

Musica, folclore, animazione
e festosa cena, seduti e al
coperto, offerta
dall'organizzazione

DOMENICA 13 MAGGIO

"PRANZO di SALUTO"

Organizzato dal gruppo
al costo di € 13,00

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



AMATORI
PODISTICA
TERNI

FIASP
Italia
Coni

42°

Maratona
DELLE
ACQUE

DOMENICA
12 MAGGIO
TERNI

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

UISP
sportpertutti

Comune di Terni
Regione Umbria
FONDAZIONE
CASSA DI RISPARMIO
DI TERNI E NARNI
Camera di Commercio
Terni
acea
ambiente

Carissimi "Amici Podisti"

Lasciatemi esprimere il mio compiacimento per il traguardo raggiunto delle 41 edizioni di questa storica e straordinaria manifestazione dal grande fascino che negli anni ha coniugato 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 "Maratona delle acque" 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 inimitabili 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, come da tradizione: sabato 12 maggio la "FESTA DEL PODISTA" un ricco programma con musica, folklore, animazione ed festosa cena insieme, al coperto e comodamente seduti, offerta dall'organizzazione. Domenica 13 maggio giornata dedicata alla "MARATONA delle ACQUE" una camminata che si snoda nei selvaggi sentieri delle Cascate delle Marmore a contatto diretto con la grande, 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 ristoranti a base di deliziosi prodotti tipici posti lungo la spettacolare escursione. E' con queste convinzioni che vi invito a Terni dove sarete accolti dalla nostra comunità 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 e, da quaranta anni, anche al podista.

Il Presidente Fabio Laoreti
A.S.D. Amatori Podistica Terni



INFO UTILI

Minipercorsi

Per i bambini percorso 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.

Il raduno e l'arrivo è fissato al Campo Scuola di atletica leggera di Via Prati. La partenza verrà data contemporaneamente per tutti i percorsi alle ore 9,30.

La manifestazione è coperta da polizza RC. Fatto salvo quanto previsto dalla copertura organizzativa, il comitato 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; si ricorda che il partecipante è tenuto a rispettare le norme del Codice della Strada (art. 134).



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 2019 e provvisti di certificato medico di idoneità alla pratica sportiva agonistica.

Le iscrizioni si chiudono tassativamente venerdì 10 maggio alle ore 20.00.

B) - Manifestazione ludico-motoria -

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 ludico-motoria.

E' possibile iscriversi fino a 1/2 ora prima della partenza

QUOTE DI ISCRIZIONE

Percorso dell'acqua competitivo - Km. 21,097 € 12,00
Minipercorsi € 2,50

Percorsi non competitivi - km.: 3, 10 e 21,097 € 8,50

Iscrizione senza riconoscimento

solo per la ludico-motoria € 3,00

Per i soci FIASP iscrizione ridotta di € 0,50

RICONOSCIMENTI ALLA LUDICO-MOTORIA

A tutti i partecipanti in regola con l'iscrizione, una bottiglia da litri 1 di olio extra-vergine di oliva. Premi a tutti i gruppi iscritti entro venerdì 10 maggio. Ai gruppi con un minimo di 30 iscritti cesto di prodotti tipici locali. **PREMI GARA COMPETITIVA**

Assoluti: Ai primi 3 maschi e 3 femmine coppe e prodotti tipici

Premi di categoria: prodotti tipici locali a scalare.

Per quanto non previsto dal presente volantino, vige il regolamento

FIASP per la ludico-motoria e UISP per la competitiva

CATEGORIE MASCHILI

1. A (2001 - 1985) 5 PREMI
2. B (1984 - 1980) 5 PREMI
3. C (1979 - 1975) 5 PREMI
4. D (1974 - 1970) 5 PREMI
5. E (1969 - 1965) 5 PREMI
6. F (1964 - 1960) 5 PREMI
7. G (1959 - 1955) 5 PREMI
8. H (1954 - 1950) 3 PREMI
9. I (1949 in poi) 3 PREMI

CATEGORIE FEMMINILI

1. L (2001 - 1980) 5 PREMI
2. M (1979 - 1970) 5 PREMI
3. N (1969 - 1960) 5 PREMI
4. O (1959 in poi) 3 PREMI