

# **Norme e Programma per CAMMINATE TRAIL WALK:**

## **PANORAMICA e “6 CON DIEGO”**

### **ISCRIZIONE:**

**ON LINE entro il 14 maggio 2026** Tramite il modulo google su [www.spiritotarsognotrail.com](http://www.spiritotarsognotrail.com) (TASTO ISCRIZIONI ON LINE)

**CARTACEO SUL POSTO** sabato 16 maggio pomeriggio dalle ore 17.30 alle 19.00 e domenica mattina in palestra dalle ore 06.45 alle ore 09.30

### **PAGAMENTO:**

1) tramite bonifico bancario intestato a “ASD SPIRITO TARSOGNO IBAN IT 31T 06230 65620 0000 35707387” specificando nella causale NOME COGNOME iscrizione camminata 12 cct

2) **tramite carte di credito** : tramite link: <https://py.pl/1uZ906>  
(utilizzando questo sistema il prezzo verrà maggiorato delle commissioni bancarie)

3) **in contanti sul posto** o presso il negozio Ravella Pelletteria di Piazza Ghiaia 51 a Parma

### **PREZZI**

il **prezzo** comprende iscrizione+assicurazione+docce +ricovero borsoni + servizio fotografico scaricabile dai nostri social facebook e instagram Spirito Tarsogno – Cento croci trail:

### **PRANZO**

Il **buono pranzo** se richiesto verrà consegnato unitamente al pettorale e potrà essere acquistato in palestra o al parco giochi al costo di 12,00 euro. Vale anche per soli accompagnatori

## **RITIRO PETTORALI:**

In palestra da sabato a domenica mattina entro le 09,30

In caso di **maltempo**, per motivi di sicurezza, le gare potrebbero essere svolte su percorsi alternativi o annullate. La quota di iscrizione non è rimborsabile in caso di mancata partecipazione alla gara.

## **PARTENZA:**

### **WALK TRAIL NON COMPETITIVO:**

**Panoramica di 10 km 450 d+**

**PARTENZA ORE 09,45**

**“6 CON DIEGO DI 7 km 250 D+**

**PARTENZA ORE 09,45**

## **BRIEFING 5 MINUTI PRIMA DELLE VARIE PARTENZE**

## **LOGISTICA:**

Il paese di Tarsogno verrà suddiviso in tre zone colorate come un semaforo: gli atleti all'arrivo si dirigeranno verso la:

**ZONA ROSSA : PALESTRA** e area circostante, con accoglienza, ritiro pettorale SE PREISCRITTI oppure ISCRIZIONE SUL POSTO CAMMINATE, spogliatoio, deposito borse,

Gli atleti proseguiranno verso la :

**ZONA GIALLA : PARCO GIOCHI**, presentarsi pronti per la partenza  
Ampia zona di allenamento pre gara.

**ZONA VERDE :** Arrivo sul ponte del Parco giochi nella corsia dedicata ai camminatori

