

**NORME E PROGRAMMA 2026:**  
**CCTRAIL ULTRAMARATHON 50k**  
**ZUCCONE TRAIL 25k**  
**SHORT TRAIL 10k :**

**ISCRIZIONI COMPETITIVE:**

**entro giovedì 14 maggio 2026**

**iscrizione sul posto domenica mattina solo se ci sarà disponibilità di pettorali e a prezzo maggiorato di 6,00 euro**

- 1) **Tramite il modulo google on line su [www.spiritolarsognotrail.com](http://www.spiritolarsognotrail.com) (TASTO ISCRIZIONI ON LINE)** allegando il certificato medico e contabile del pagamento
- 2) Su portale **Irunning** al link [Cento Croci Trail](#)
- 3) via mail a [spiritotarsogno@gmail.com](mailto:spiritotarsogno@gmail.com) inviando la scheda iscrizione scaricabile dal sito [www.spiritolarsognotrail.com](http://www.spiritolarsognotrail.com) al tasto ISCRIZIONI VIA MAIL  
+ copia del bonifico bancario e copia del certificato medico agonistico per l'atletica leggera in corso di validità.

**ISCRIZIONI NON COMPETITIVE:**

- 1) **Tramite il modulo google on line su [www.spiritolarsognotrail.com](http://www.spiritolarsognotrail.com) (TASTO ISCRIZIONI ON LINE)** contabile del pagamento
- 2) iscrizioni e ritiro pettorale sabato pomeriggio dalle 17,30 alle 19,00 e domenica mattina fino alle ore 09,15

**RITIRO PETTORALE:**

in palestra a Tarsogno , sabato 16 maggio pomeriggio dalle ore 17.30 alle 19.00  
domenica mattina in palestra dalle ore 06.45 alle ore 09.30

## **PARTENZA:**

<b>CCT ULTRAMARATHON 50K 2400D+</b>	<b>ORE 08,00</b>
<b>ZUCCONE TRAIL 25 km 1500 D+</b>	<b>ORE 09,30</b>
<b>SHORT TRAIL DI 10 km 450 D+</b>	<b>ORE 09,30</b>

## **WALK TRAIL NON COMPETITIVO:**

<b>Panoramica di 10 km 450 d+</b>	<b>ORE 09,45</b>
<b>“6 CON DIEGO?” DI 7 km 250 D+</b>	<b>ORE 09,45</b>

## **BRIEFING 10 MINUTI PRIMA DELLE VARIE PARTENZE**

Per la partecipazione alle gare è necessaria esperienza nella corsa in natura, un'adeguata preparazione atletica, capacità fisica per affrontare il percorso ed abbigliamento idoneo alla temperatura della giornata ed alle condizioni del terreno.

Possono partecipare alla gara gli atleti che abbiano compiuto il **18° anno di età fino alla distanza di 20km** Oltre tale distanza solo atleti che abbiano compiuto **20 anni**, in possesso di regolare **CERTIFICATO MEDICO AGONISTICO** per l'atletica leggera valido alla data della manifestazione.

**La gara è inserita nel Circuito Provinciale Trail Running Parma 2026.  
Lo short trail fa parte del Circuito Uisp for Running anno 2026  
La gara è inserita nel CIRCUITO ALTE VALLI TRAIL RUNNING CUP 2026**

## **PAGAMENTO:**

- 1) tramite bonifico bancario** intestato a “ASD SPIRITO TARSOGLNO IBAN IT 31T 06230 65620 0000 35707387 specificando nella causale NOME COGNOME ATLETA 12° CCTRAIL percorso scelto (short trail / Zuccone 25k / cct ultra).
- 2) tramite carte di credito** utilizzando appositi link nel sito.
- 3) tramite contante** presso la succursale asd Spirito Tarsogno negozio Ravella Pelletteria Piazza Ghiaia 51 a PARMA.
- 4) SATISPAY** chiedere il link a 335 7768104

## **PREZZI 12° CCT 2026:**

il prezzo comprende iscrizione+assicurazione+pacco gara+docce+ ricovero borsoni + classifiche giudici UISP, cronometraggi con chip TDS , servizio fotografico scaricabile dai nostri social facebook e intagram Spirito Tarsogno – Cento croci trail

il costo del PRANZO è incluso nella CCT50K , a scelta nello Zuccone trail 25k e nello Short trail 10k

## **Due scaglioni di pagamento**

Primo scaglione pagamenti a prezzo agevolato scade il 31/03/2026  
secondo e ultimo scaglione dal 01/04/2026 al 14/05/2026

PREZZI 12° CCT 2026			
	prevendita entro il 31/03/2026	dal 01 Aprile al 14/05/2026	comprende:
<b>SHORT TRAIL 10K</b>	<b>€ 12,00</b>	<b>€ 15,00</b>	<b>NO PRANZO</b>
<b>ZUCCONE TRAIL 25K</b>	<b>€ 25,00</b>	<b>€ 30,00</b>	<b>NO PRANZO</b>
<b>CCT ULTRAMARATHON 50K</b>	<b>€ 55,00</b>	<b>€ 65,00</b>	<b>SI PRANZO</b>
<b>trail walk non compet.: Panoramica</b>	<b>€ 7,00</b>	<b>€ 7,00</b>	<b>NO PRANZO</b>
e “6 con Diego”	€ 7,00	€ 7,00	NO PRANZO
buono pranzo	€ 12,00		

sul posto domenica mattina maggiorazione di 6,00 euro

## **PASTO A FINE GARA:**

prenotabile in fase di iscrizione pagandolo in contanti sul posto al ritiro pettorale al costo di euro 12,00

Possibilità di acquisto del buono pranzo anche ad accompagnatori non camminatori al costo di euro 12,00 presso la segreteria iscrizioni NON COMPETITIVE allestita in Palestra

Nessun pettorale sarà inviato per posta.

Durante la gara il pettorale dovrà essere visibile in avanti lungo tutto il percorso ed esibito al personale per il check passaggio. In caso di abbandono gara o di non partenza, è obbligo consegnare il pettorale con relativo chip ai giudici all'arrivo o allo staff sul percorso.

All'arrivo consegnare il chip nel retro del pettorale. La mancata consegna verrà addebitata al costo di 25,00 euro a chip.

Nessun cambio di pettorale sarà possibile fare nella giornata dell'evento.

## **CLASSIFICHE E CRONOMETRAGGI**

le classifiche verranno affisse a parete nella zona arrivi durante lo svolgimento della gara (parziali) e al termine della gara stessa , in seguito consultabili sul sito TDS [TDS.sport – powered by your emotions](http://TDS.sport – powered by your emotions) e nel nostro sito [www.spiritolarsognotrail.com](http://www.spiritolarsognotrail.com)

cronometristi UISP REGGIO EMILIA e GIUDICI DI GARA UISP PARMA

## PREMIAZIONI:

### LE PREMIAZIONI IN ORDINE AL PARCO GIOCHI:

Dalle ore 11,30 premiazione SHORT TRAIL

dalle ore 13,00 premiazione ZUCCONE TRAIL 25K

dalle ore 14,00 premiazione CCT ULTRAMARATHON

### CATEGORIE PREMIAZIONI

per tutte le gare in programma verranno premiate le seguenti categorie:

1 - 2 - 3 - ASSOLUTO UOMO e DONNA

1 UOMO/DONNA Categoria nati dal 2008/1987 ( 18/39 anni)(20/39)

1 UOMO/DONNA Categoria nati dal 1986/1977 ( 40/49 anni)

1 UOMO/DONNA Categoria nati entro il 1976 (over 50anni)

**PERNOTTO:** Per chi volesse trascorrere sia il sabato che la domenica a Tarsogno forniremo una lista di appartamenti o alberghi disponibili. Contattare [spiritotarsogno@gmail.com](mailto:spiritotarsogno@gmail.com)

## 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, spogliatoio, deposito borse, ritiro pacco gara.

Gli atleti proseguiranno verso la :

**ZONA GIALLA : PARCO GIOCHI**, presentarsi pronti per la partenza per la spunta e controllo materiale. Ampia zona di allenamento pre gara. Briefing e Partenze.

**ZONA VERDE : ARRIVO** al Parco Giochi sotto l'arco sulla pedana per chip

## SERVIZIO SCOPA:

Moto seguiranno gli ultimi atleti a distanza

## **PROGRAMMA PER SHORT TRAIL 10K**

**PARTENZA :** ore 09,30 parco giochi di Tarsogno .

**RISTORI:** 1 ristoro al km 6 circa  
Ristoro finale



**CHECK SUL PETTORALE:** Nessuno

**CANCELLI:** Nessuno

**SEGNALETICA:** BLU è il colore dello Short trail dal pettorale alle frecce direzionali che troverete sul percorso + nastri azzurri ogni 100m. Personale sul percorso volontari del cct

**ARRIVO:** Al parco giochi , consegnare il chip al personale volontario