



REGOLAMENTO

1^a edizione 'L'ORA DEL LEONE'

01 maggio 2026

L'ASD Frosinone Sport, in collaborazione con AICS - Comitato Provinciale di Frosinone, organizza la 1^a edizione della gara podistica 'L'Ora del Leone', che si svolgerà a Frosinone venerdì 1° maggio 2026, con partenza fissata alle ore 09:30.

Il ritrovo degli atleti è previsto alle ore 08:00 presso il Centro Sportivo Campo Bruno Zauli (ex Campo CONI), [in via G. Battista Grappelli 1](#), Frosinone.

La manifestazione prevede due gare agonistiche:

- la Staffetta 6×1ora (maschile, femminile e mista);
- la gara individuale di 6 ore.

La gara individuale di 6 ore è inserita nel Calendario Nazionale IUTA 2026 di Ultramaratona ed è prova del 25° Grand Prix IUTA 2026 di Ultramaratona

COMPOSIZIONE DELLE STAFFETTE

Ogni Staffetta dev'essere composta da un minimo di 3 a un massimo di 6 atleti, appartenenti alla stessa Società sportiva. Le categorie previste sono: maschile, femminile e mista (minimo 3 donne).

In via eccezionale sono ammesse a partecipare Staffette formate da atleti di Società diverse, che non concorreranno però alle premiazioni.

ISCRIZIONI

Possono iscriversi tutti gli atleti di ambo i sessi tesserati FIDAL, RUNCARD ed EPS riconosciuti.

La quota di iscrizione è fissata in:

- € 12,00 per atleta per la Staffetta 6×1 ora;
- € 30,00 per la gara individuale di 6 ore.

Per gli atleti tesserati **IUTA** e **Club Super Marathon Italia**, la quota di iscrizione alla gara individuale di 6 ore è ridotta a € **25,00**, previa indicazione del tesseramento in fase di iscrizione.

Le iscrizioni si chiuderanno il 29 aprile 2026 alle ore 22:00. Non saranno ammesse iscrizioni il giorno della gara, a eccezione dei cambi turni nella Staffetta. Saranno ammesse le prime 50 squadre iscritte. Ogni Società può iscrivere più squadre.

Le iscrizioni devono essere effettuate esclusivamente online sul sito www.raceservice.it, sezione **Area Gare**, allegando copia della tessera, copia certificato



medico in corso di validità e copia del bonifico.

Il pagamento dev'essere effettuato tramite bonifico bancario sul seguente IBAN: IT45B0306909606100000191857, intestato ad ASD Frosinone Sport, indicando come causale "Iscrizione – numero atleti – nome ASD".

La quota d'iscrizione comprende: pettorale di gara, medaglia finisher, chip elettronico (da restituire a fine gara; in caso di mancata restituzione saranno addebitati € 15,00 alla Società di appartenenza del partecipante), ristori durante la gara e ristoro finale.

RITIRO PETTORALI

Il pettorale si ritirerà giovedì 30 aprile 2026, dalle ore 10:00 alle 13:00 e dalle ore 16:00 alle 19:30, presso il negozio sportivo Il Corridore, in Via dei Volsci 52, Frosinone (zona Monte Lepini).

Per i partecipanti appartenenti a ASD non della provincia di Frosinone, sarà prevista la consegna dei pettorali la mattina della gara, entro e non oltre le ore 08:30 presso il Centro Sportivo Campo CONI.

SVOLGIMENTO E CLASSIFICA STAFFETTA 6x1ORA

Al termine di ogni ora, segnalata dallo sparo del Giudice di Gara, l'atleta in pista dovrà completare il giro fino al traguardo ed effettuare immediatamente il cambio con il compagno successivo. Allo scadere della sesta ora, l'ultimo frazionista riceverà un testimone numerato, da depositare nel punto esatto raggiunto al momento dello sparo del Giudice di Gara.

Sarà predisposta una zona di rifornimento ai lati della pista fornita di acqua e sali. La classifica finale sarà stilata al termine della sesta ora, sommando le prestazioni della squadra in ciascuna ora di gara.

Verranno altresì stipulate classifiche per i singoli staffettisti in virtù della maggior distanza percorsa nel corso dell'ora.

SVOLGIMENTO E CLASSIFICA GARA INDIVIDUALE 6 ORE

Negli ultimi 10 minuti della sesta ora, ogni partecipante riceverà un testimone numerato, da depositare nel punto esatto raggiunto allo scadere del tempo, segnalato dalla sirena del Giudice di Gara. Sarà effettuata la misurazione dell'ultimo tratto percorso dal medesimo.

Sarà predisposta una zona di rifornimento dedicata, riservata esclusivamente agli atleti partecipanti alla gara individuale di 6 ore, con cibi e bevande.



MISURAZIONE DEI RISULTATI

I giri e i tempi di gara delle Staffette 6x1ora e dei partecipanti alla 6 ore individuale saranno rilevati tramite microchip elettronico, fornito da Race Service.

PREMIAZIONI

STAFFETTA 6X1ORA

Saranno premiate:

- le prime 3 squadre maschili;
- le prime 3 squadre femminili;
- le prime 3 squadre miste (minimo 3 donne).

Saranno inoltre premiati il **1° staffettista uomo** e la **1^ staffettista donna** per la maggiore distanza percorsa nella singola ora.

6 ORE INDIVIDUALE

Saranno premiati:

- i primi 3 assoluti maschili;
- le prime 3 assolute femminili
- i primi 3 classificati di ogni categoria:
A (Under 20 anni); **B** (20–29 anni); **C** (30–39 anni); **D** (40–49 anni); **E** (50–59 anni); **F** (Over 60 anni).

CLASSIFICA SOCIETÀ

Saranno premiate le Società con almeno 18 atleti classificati (cumulando il numero di atleti partecipanti alla gara singola e gli staffettisti), secondo il seguente ordine:

- 1^ € 300;
- 2^: € 200;
- 3^: € 150;
- 4^: € 100;
- 5^: € 80.



NOTE FINALI

Non saranno accettati reclami, in considerazione della natura della manifestazione. Per quanto non espressamente previsto dal presente Regolamento, si applicheranno le norme FIDAL vigenti. A tutti i partecipanti sarà consegnata una medaglia ricordo. Durante tutta la manifestazione saranno garantiti servizio medico, ambulanza e punti ristoro.

In caso di annullamento della gara le quote di iscrizione versate verranno restituite entro trenta giorni della comunicazione.

PER INFORMAZIONI

Alessandro (cell. 348.5682284) – Attilio (cell. 392.9862055)