



IL CORRIDORE
IL PEGGIOR NEGOZIO DI SPORT

REGOLAMENTO “BELLATOR FEROCIMUM DUATHLON”

L'ASD IL CORRIDORE Running Club, sotto l'egida dell' AICS di Frosinone e il patrocinio del Comune di Frosinone, organizza una manifestazione di promozione sportiva NON COMPETITIVA

CHI PUO' PARTECIPARE

Possono partecipare tutti coloro che raggiunta la maggiore età, vogliono mettersi alla prova in una gara di duathlon unica nel suo genere, purché muniti di certificato medico sportivo in corso di validità per il ciclismo, la corsa o il triathlon (da presentare all'atto dell'iscrizione).

Tutti gli atleti NON TESSERATI potranno partecipare tesserandosi con AICS, quindi scaricare il modulo presente sul sito www.raceservice.it nella pagina della gara, compilarlo e restituirlo all'indirizzo e-mail: info@raceservice.it.

PER PARTECIPARE

Dovrai effettuare, senza soluzione di continuità, la prima frazione di corsa (3km) la frazione bici (20km) e l'ultima frazione di corsa di 1,5km in modo individuale, non sono ammesse staffette.

SERVIZI COMPRESI NELL'ISCRIZIONE

Medaglia finisher, ristoro finale, deposito borse, ambulanza, personale addetto sul percorso, foto/video online.

NECESSITA' ORGANIZZATIVE

Il Comitato Organizzatore si riserva la facoltà di modificare orari, percorsi e programmi a seconda di necessità occorse prima o durante la manifestazione. In caso di condizioni meteo avverse un percorso alternativo sarà predisposto.

RESPONSABILITA'

Ogni partecipante iscrivendosi: esonererà l'organizzazione in caso di qualsiasi malessere occorso prima, durante e dopo lo svolgimento della manifestazione, non sarà responsabile in alcun modo nei confronti di alcun partecipante; sarà conoscenza dell'obbligatorietà dell'uso del casco rigido per la parte ciclismo; avrà letto e approvato il regolamento della manifestazione. Inoltre, essendo una manifestazione NON COMPETITIVA, i partecipanti



IL CORRIDORE
IL PEGGIOR NEGOZIO DI SPORT

hanno l'obbligo di prestare la massima attenzione alle informazioni fornite lungo il percorso dal personale di servizio e dai cartelli indicatori di incroci e pericoli. La manifestazione può essere sospesa o interrotta in qualsiasi momento a discrezione del Comitato Organizzatore.

Ogni partecipante è responsabile di eventuali danni causati e/o subiti prima, durante e dopo la manifestazione.

Gli iscritti si assumono tutti i rischi derivanti dalla partecipazione all'evento (compresi: cadute, contatti con veicoli, con altri partecipanti, spettatori, ostacoli od altro; infortuni o malori, traffico stradale e condizioni della strada e dei tratti fuori strada) e sollevano il comitato organizzatore da ogni presente e futuro reclamo o responsabilità.

Per quanto non contemplato nel nostro regolamento vige la normativa AICS Atletica leggera e Ciclismo che si disputerà interamente da singoli.

RITROVO e PARTENZA

Ritrovo presso il Parco MATUSA alle ore 7.30 di domenica, 29 Marzo 2026 e la partenza è fissata per le ore 9:00 con la fase di corsa a piedi.

PERCORSO

Il percorso della frazione corsa è di 1,5km da ripetersi 2 volte nella prima fase run e una volta dopo aver effettuato la corsa in bici, tutto pianeggiante con partenza e arrivo nel parco Matusa, il percorso bici è di 5Km su asfalto con salita da ripetersi 4 volte per un totale di 20km, essendo un percorso cittadino sono presenti dossi, rallentatori e attraversamenti pedonali, la domenica della gara è calendarizzata come domenica ecologica con traffico di veicoli limitato, tuttavia è importante mantenere il lato dx della carreggiata nella fase di ciclismo ed è vietata la scia.

MODALITA' DI SVOLGIMENTO

Ad ogni atleta singolo verrà consegnato un chip elettronico (da riconsegnare a fine gara) e un pettorale da utilizzare sia durante la frazione corsa (davanti) che durante la frazione bici (dietro). Non sono previste classifiche di categoria, due classifiche generali verranno stilate per donne e uomini.



IL CORRIDORE
IL PEGGIOR NEGOZIO DI SPORT

ISCRIZIONI

L'iscrizione è limitata a 150 partecipanti e può essere effettuata sul sito www.raceservice.it nella pagina della gara. Il costo di iscrizione è di 15€ e potrà essere versata nel conto della ASD IL CORRIDORE RUNNING CLUB al seguente IBAN: IT30L0832714800000000005239. Le pre-iscrizioni termineranno il giorno 27 Marzo 2026, alle ore 20.00.

Ci si potrà iscrivere il giorno della gara fino alle ore 8.30.



POWERED BY  **MIZUNO**