

**MEZZAPADANA**

**LA PADANA**

**PASSEGGIATA LUDICA PADANA NON COMPETITIVA KM 10,500**

**COMPETITIVA KM 21,00**

**COMPETITIVA KM 10,500**

### **Presentazione**

IL Gruppo Ricreativo Culturale di Cappella dé Picenardi e il Centro Culturale di Cicognolo organizzano la corsa "MEZZAPADANA". Il percorso pianeggiante e interamente asfaltato si snoda immerso nel verde della campagna tra i Comuni di Cappella dé Picenardi e Cicognolo, passando attraverso il bellissimo parco del Castello di Cicognolo e nella splendida nostra natura.

### **Regolamento della manifestazione**

Ore 7:00 Ritrovo domenica 5 ottobre a Cappella dé Picenardi piazza Roma

Ore 9:00 Partenza gare – partenza unica

Ore 11:30 Premiazioni Atleti e Società

Tempo massimo della "mezzapadana" ore 3.00

Alla manifestazione possono partecipare atleti di nazionalità italiana e straniera tesserati CSI – FIDAL e di tutti gli altri enti riconosciuti dal CONI, in possesso di regolare certificazione medico sportiva alla pratica agonistica con la dicitura "atletica leggera".

La km 21,00 non è omologata e non costituisce mezzamaratona.

### **ISCRIZIONI**

#### **MODALITA' D'ISCRIZIONE**

*Le iscrizioni per la "Mezzapadana" Km 21,00 e la Padana Km 10,500 si ricevono solo online e dovranno pervenire entro le ore 24 del 03 Ottobre 2025 accedendo al seguente link:*

<https://iscrizioni.csi-net.it/026/32259?tsoc=02600250&sid=89322895>

**MEZZAPADANA KM. 21.00 - QUOTA ISCRIZIONI £ 20.00**

**LA PADANA KM.10.500 - QUOTA ISCRIZIONI £ 15.00**

**PACCO GARA – MAGLIETTA TECNICA +SACCA GARA CON GADGET+MEDAGLIA**

**IL PACCO GARA CON MAGLIETTA E 'GARANTITO AI PRIMI 300 ISCRITTI.**

**ISCRIZIONI PASSEGGIATA LUDICA PADANA KM. 10.500 – QUOTA ISCRIZIONE £ 10.00**

**LE ISCRIZIONI PER LA LUDICA PADANA SI RICEVONO ONLINE CON IL SEGUENTE LINK :**

<https://www.mezzapadana.it/iscrizione-non-competitiva/>

**PACCO GARA – MAGLIETTA +SACCA GARA CON GADGET +MEDAGLIA**

**IL PACCO GARA E' GARANTITO AI PRIMI 300 ISCRITTI.**

**ENTRO SABATO 4 OTTOBRE 2025 FINO ALLE ORE 12.00**

**SARANNO A DISPOSIZIONE FINO A ESAURIMENTO I PETTORALI ANCHE LA MATTINA DELLA GARA ENTRO LE ORE 8.30**

- **Le iscrizioni per la ludica padana si possono effettuare di persona dal 1° settembre 2025**
- presso la nostra sede via XXV Aprile, 2 – Cappella de Picenardi per informazioni 347 350 1152 (Massimo Pelizzoli) – 334 399 8482 (Enzo Picenelli)
- presso il Centro Culturale di Cicognolo, via Marconi 36/A dalle ore 9 alle 11 telefono 335 641 6566 (Corrado Paganuzzi)
- presso DECATHLON di Cremona (Via Castelleonese, 108, Cremona) zona Centro Commerciale Po orario negozio

**Chi effettua iscrizione alla Decathlon (solo passeggiata ludica padana) avrà un buono sconto del 10% su una spesa minima di £50.**

## **PACCO GARA PER CELIACI**

in collaborazione con AIC Lombardia APS saranno a disposizione sacche ristoro senza glutine agli atleti celiaci distribuite in uno stand a loro dedicato. Si prega di prenotare tramite compilazione modulo google:

[https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSdcx0AXDzNhHjgf1nkQMJ8go0zmTOyKFLMwY71bu\\_bDpqudYg/viewform?usp=sharing](https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSdcx0AXDzNhHjgf1nkQMJ8go0zmTOyKFLMwY71bu_bDpqudYg/viewform?usp=sharing)

Tutti i pacchi gara saranno distribuiti al termine delle gare presentandosi allo stand riservato con apposito buono che troverete nella busta della vostra iscrizione.

## **TUTTI I PETTORALI DELLE GARE**

Potranno essere ritirati sabato 4 ottobre dalle ore 10:00 alle 12:00 – dalle ore 16:00 alle 19:00 presso il parco pubblico comunale via XXV aprile n. 2 Cappella de' Picenardi oppure la mattina della gara fino alle 8:30 presso lo stand della manifestazione

### **CATEGORIE km 21,00**

Seniores F/M 1991- 2005  
Amatori A F/M 1981- 1990  
Amatori B F/M 1971- 1980  
Veterani A F/M 1964 -1970  
Veterani B F/M 1962 e precedenti

### **CATEGORIE Km 10,500**

Seniores F/M 1991-2005  
Amatori A F/M 1981-1990  
Amatori B F/M 1971- 1980  
Veterani A F/M 1964-1970  
Veterani B F/M 1962- e precedenti

## **Cronometristi e giudici CSI**

### **PREMIAZIONI**

- Saranno premiati i primi 5 uomini assoluti e le prime 5 donne assolute della Mezzapadana Km 21
- Saranno premiati i primi 3 Atleti di ogni categoria maschile e femminile della Mezzapadana km 21
- Saranno premiati i primi 3 Atleti di ogni categoria maschile e femminile della Padana Km 10.500

### **PREMI SOCIETA'**

Saranno premiati i primi 5 gruppi più numerosi di tutte le 3 gare

## **ALTRE INFORMAZIONI**

### **Assistenza medica:**

Sarà garantita da ambulanza con personale addetto e medico per tutta la durata della manifestazione.

### **Servizi:**

Sono a disposizione spogliatoi con servizi igienici uomo/donna

### **Ristori:**

Partenza e arrivo – lungo il percorso (5 – 10 – 15) km.

### **Parcheggi:**

Ampi spazzi nelle vicinanze della manifestazione.

### **Diritto d'immagine**

Con l'iscrizione alla **Mezzapadana "CIO" Italia**, il partecipante autorizza l'organizzazione (Gruppo Ricreativo Culturale di Cappella dè Picenardi) a realizzare ed utilizzare le immagini fisse o in movimento, nelle quali potrà essere presente e riconoscibile

#### **DICHIARAZIONE DI RESPONSABILITÀ**

Con l'iscrizione l'atleta dichiara di conoscere ed accettare il regolamento **Mezzapadana "CIO" Italia**. Dichiara inoltre espressamente, sotto la propria responsabilità, non solo di aver dichiarato la verità (art. 2 legge 04/01/1968 n° 15 come modificato dall'art. 3 comma 10 legge 15/05/1997 n° 127), ma di esonerare gli organizzatori da ogni responsabilità, sia civile che penale, per danni a persone e/o cose da lui causati o a lui derivati. Informativa Art. 13 DLGS 196/2003 – Tutela della privacy

#### **Prenotazioni alberghiere:**

In caso di necessità di alloggio, sito in Cicognolo sulla provinciale 33 (Brescia – Parma) nelle vicinanze della rotonda, si trova il Pilgrim's Hotel (tel. 0372 83 00 85)

#### **Informazioni turistiche:**



Cremona Infopoint [piazza del Comune 5 – 26100 CREMONA](#)  
tel. +39 0372 407081  
[info.turismo@comune.cremona.it](mailto:info.turismo@comune.cremona.it)  
[www.turismocremona.it](http://www.turismocremona.it)