



ROMA
CAPITALE

Municipio Roma XVI



CHRISTMAS Run 2012



La mezza maratona di Villa Pamphilj

ROMA - Villa Pamphilj half marathon - fourth edition

Domenica 23 dicembre 2012

manifestazione podistica non competitiva, di corsa, marcia o passo, aperta a tutti

Percorso lungo: Km. 21,097, in gruppi all' andatura prescelta ed assistita da pace makers, lungo i meravigliosi viali del parco di Villa Pamphilj, giardino all'italiana ideato nel Seicento e tuttora ricco di monumenti e manufatti di alto rilievo storico ed artistico (sede di una delle pagine più importanti del nostro Risorgimento, vi troviamo opere del Bernini, del Borromini, dell' Algardi, del Valvassori etc.) (2 giri di km. 10,548)

Percorso medio: Km. 10,548 in gruppi all' andatura prescelta ed assistita da pace makers:

Punto jogging - Viale Vittoria Nenni - Portale del Valvassori - Giardino dei Cedrati - Casale di Villa Vecchia - Serre ottocentesche di Lady Mary Talbot - Monumento ai caduti francesi - Campo del gioco del maglio - Giardino del Teatro - Fontana di Venere - Casino delle Allegrezze - Chiesetta gotico-romantica - Pineta - Fontana del Giglio - Laghetto - Ponte "Nanni" - Serre - Casale di Gioivo - Stagno - ritorno sul ponte - punto jogging - viale Vittoria Nenni . (1 giro)

Percorso corto: Km. 5,700 (1 giro, come sopra, ma senza valicare il ponte)

Per assicurare la compattezza dei gruppi (lo scopo della manifestazione è quello di fare sport "insieme" a pochi giorni dal Natale) **I RUNNERS VERRANNO PRECEDUTI DA PACE-MAKERS CHE CONDURRANNO I GRUPPI ALLE ANDATURE DI 4'30"/km.; 4'45"/km.; 5'00"/km.; 5'15"/km.; 5'30"/km.; 5'45"/km.; 6'00"/km.; 6'15"/km.; 6'30"/km.; 7'00"/km.; 7'30"/km.; marcia o passo.**

Partenza: - **alle ore 9,30 dal punto Jogging (deposito borse) di Villa Pamphilj**
(ingresso da piazza Martin Luther King o da piazzetta del Bel Respiro)
alle ore 11,30 correranno i bambini ed i ragazzi (da 0 a 12 anni)

Spogliatoi e docce: la palestra **Passion Fitness**, ubicata in via A. Calabrese 7 (200 metri dal punto di ritrovo) offre a tutti gli iscritti la possibilità di usufruire gratuitamente, il mattino della manifestazione podistica, degli spogliatoi (portarsi un lucchetto) e delle docce della palestra (previa prenotazione ad info@pamphilifitnessclub.it indicando Cognome e nome).

E' comunque utilizzabile come semplice deposito borse anche il punto jogging comunale ubicato nel punto di ritrovo.

Iscrizioni: la quota di sottoscrizione è di euro 5 (euro 3 fino ai 12 anni compresi) che verrà devoluta alle attività istituzionali umanitarie dell' ass. Stradafacendo Onlus.

Dove fare le iscrizioni:

sabato 8 dicembre alla Corri per il Parco di Tor Tre Teste di Roma;

domenica 16 dicembre alla "Best Woman" di Fiumicino;

da lunedì 17 dicembre a venerdì 21 dicembre, dalle ore 11 alle ore 13 e dalle ore 17 alle ore 19 presso **l'Angolo dello Sport** - via dei Colli Portuensi n. 466 – Roma

sabato 22 dicembre, dalle ore 10,00 alle ore 13,00, presso il punto jogging/spogliatoio di Villa Pamphilj, dove alle ore 10,00 partirà anche la **Breakfast Christmas run** di km. 10 per i podisti che vogliono incontrarsi con i pace makers e fare un primo testaggio del percorso.

sabato 22 dicembre, dalle ore 15,00 alle ore 19,00 : personalmente presso il punto EXPO SPORT CHRISTMAS dell' Angolo dello Sport – via dei Colli Portuensi n. 508 – Roma.

tramite email dal 1° dicembre ed entro e non oltre giovedì 20 dicembre all'indirizzo c.santini2@gmail.com.

I preiscritti tramite email potranno ritirare il pettorale ed il pacco-gara (nei limiti delle scorte residue) la domenica mattina in apposita postazione "ritiro preiscritti" entro le ore 9,00, in quanto a decorrere dalle ore 9,00 i pettorali dei preiscritti non ritirati saranno riassegnati ad altri partecipanti che ne siano sprovvisti.

Nelle iscrizioni vanno indicati **Cognome e Nome / Anno di nascita / chilometraggio ed andatura a chilometro prescelta, tra quelle sopraindicate** (nel caso in cui il partecipante non indichi il chilometraggio e/o l'andatura a chilometro prescelta, si verrà iscritti per il percorso di km. 21,097 all'andatura media di 5'30"/km, *fermo restando che al momento della partenza ed anche durante il percorso ciascuno potrà comunque aggregarsi al gruppo ed all'andatura che preferisce in quel momento*). Si consiglia comunque di scegliere una andatura a chilometro rapportata a quella dell'allenamento "lungo" su terreno collinare.

IN REGALO

Ai primi 1.200 iscritti Babbo Natale consegnerà il tradizionale cappellino ed un paio di guantini oppure, in alternativa e fino ad esaurimento scorte, un opuscolo storico-sportivo curato dall' a.s.d. Albatros e pubblicato dal Municipio Roma XVI, relativo alle principali ricchezze storiche di Villa Pamphilj ed ai suoi percorsi sportivi.

Nel mese di febbraio 2013 verranno premiate con materiale sportivo e/o buoni acquisto tutte le associazioni, i gruppi sportivi e le scuole partecipanti, sulla base delle liste degli iscritti presentate entro giovedì 20 dicembre (almeno 15 iscritti).

Successivamente alla manifestazione verranno pubblicati sui siti www.maratoneta.it, www.romacorre.it e www.mariomoretti.it le liste dei partecipanti per ciascuna delle andature a chilometro previste.

Trattandosi comunque di evento assolutamente non agonistico o competitivo, non sono previste classifiche o premi individuali di qualità.

Vieni con i tuoi amici a farti l'ultimo allenamento prima del Natale

**Ti aspetta Babbo Natale con i suoi 50 pace-makers !
Brinderemo insieme con il panettone e lo spumante**



VIVIBISTROT (www.vivibistrot.com), accogliente ambiente in stile provenzale con alimentazione di filiera biologica, ubicato nello stesso luogo di ritrovo/partenza,



Per coloro che non risiedono a Roma è possibile contattare le seguenti case/alloggio, ubicate nelle vicinanze del parco di Villa Pamphilj:

- **Bed & breakfast MARA** – bbmara@libero.it – www.bb-mara.it – tel.: 0664561334 -3391050440
- **Domus Vitellia** - info@domusvitellia.it - tel./fax: 06536028
- **Istituto Divino Amore Mater Dei** - matermundi@tiscali.it – web.tiscali.it/MaterMundi – tel.: 0665740406
- **Casa accoglienza Al Casaletto** – alcasaletto@alcasaletto.com – www.alcasaletto.com – tel.: 066571874

Informazioni: 347 0758786 (Claudio) – mail: c.santini2@gmail.com

- Soprattutto in considerazione della grande valenza artistica e naturalistica del parco in cui si corre, si raccomanda ai partecipanti di rispettare l'ambiente gettando eventuali rifiuti negli appositi contenitori.

DIRITTO D'IMMAGINE

Con l'iscrizione alla CHRISTMAS RUN l'atleta autorizza espressamente l'organizzazione all'acquisizione gratuita del diritto, unitamente ai suoi partners, di utilizzare le immagini fisse o in movimento sulle quali potrà apparire, prese in occasione della sua partecipazione e alla manifestazione, su tutti i supporti visivi nonché sui materiali promozionali e/o pubblicitari, prodotti e diffusi in tutto il mondo e per tutto il tempo massimo previsto dalle leggi, dai regolamenti, dai trattati in vigore.

