

“CORRIAMO “VERSO MONTECASSINO”

GUIDA UFFICIALE PER GLI ATLETI — COME ARRIVARE

3[^] TAPPA RUNNING EUROPE TOUR 2026 – XXII^a MARATONINA CITTA' DI CASSINO
DISTANZA 10 Km – OMOLOGATA FIDAL

LET'S RUN "TOWARDS MONTECASSINO" OFFICIAL GUIDE FOR ATHLETES — HOW TO GET THERE
STAGE 3 OF THE RUNNING EUROPE TOUR 2026 – 22ND CITY OF CASSINO - 10K RACE APPROVED FIDAL

PARTENZA	QUANDO	ARRIVO
C.so della Repubblica Cassino (FR)	Sabato 16 Maggio 2026 alle 16:30	Abbazia di Montecassino

START: *Corso Della Repubblica Cassino (FR)-* **WHEN:** *Saturday, May 16, 2026, at 4:30 PM-* **FINISH:** *Montecassino Abbey*

ISCRIZIONI-REGISTRATIONS

La quota di iscrizione è di 10€ (fino al 15 aprile 2026) e di 15€ (dal 16 Aprile al 9 maggio 2026). Comprende l'assegnazione del pettorale e il pacco gara. Le iscrizioni devono essere effettuate entro e non oltre le ore **20:00 di Sabato 9 Maggio 2026 ONE-LINE tramite il portale ENDU al seguente link**



https://join.endu.net/entry?edition=100463&_gl=1*ek5bwz*_gcl_au*MTM4NTgzOTQ5Ni4xNzcyMTI0OTI1

Il pagamento con carta di credito o bonifico bancario dovrà essere effettuato utilizzando le coordinate ricevute a fine registrazione. Il pacco gara e la medaglia sono assicurati ai primi 500 atleti iscritti.

*The entry fee is € 10 (until April 15, 2026) and € 15 (from April 16 to May 9, 2026). The entry fee includes the bib number and the race pack. Registrations must be completed no later than **8:00 PM on Saturday, May 9th, 2026 ONELINE via the ENDU portal link:***



https://join.endu.net/entry?edition=100463&_gl=1*ek5bwz*_gcl_au*MTM4NTgzOTQ5Ni4xNzcyMTI0OTI1

Please complete your payment via credit card or bank transfer using the instructions received at the end of registration. The race pack and medal are guaranteed for the first 500 registered athletes.

RITIRO PETTORALI – RACE PACK COLLECTION

Gli Atleti e le Società dovranno imperativamente ritirare il pettorale SABATO 16 MAGGIO DALLE ORE 12:00 ALLE 15:00 – presso i locali siti in Corso della Repubblica vicino all'arco di partenza.

Athletes and clubs must pick up their bibs on SATURDAY, MAY 16TH FROM 12:00 PM TO 3:00 PM – at the premises located in Corso della Repubblica near the starting arch.

LOGISTICA E SERVIZIO NAVETTA - LOGISTICS AND SHUTTLE SERVICE

Logistica e Servizio Navetta

Per garantire il perfetto svolgimento della manifestazione e la puntualità della partenza, fissata **improrogabilmente per le ore 16:30**, gli atleti sono tenuti a osservare scrupolosamente le seguenti indicazioni:

- **Ritiro Pettorali:** Le operazioni di ritiro si svolgeranno **dalle ore 12:00 alle ore 15:00 presso i locali adiacenti all'area di partenza**. Si invita vivamente a completare la procedura entro l'orario indicato per non compromettere le fasi successive.
- **Parcheggio:** Dopo aver ritirato il pettorale presso i locali adiacenti all'area di partenza, i partecipanti potranno dirigersi con il proprio mezzo verso i parcheggi a loro riservati, situati nei pressi del **Cimitero Polacco di Montecassino**.
- **Servizio Navetta:** Dal parcheggio sarà disponibile un servizio navetta per raggiungere la linea di partenza. Ogni mezzo partirà non appena raggiunto il pieno carico.
 - **Attenzione:** L'ultima navetta utile per il trasferimento verso la partenza partirà dal parcheggio **entro e non oltre le ore 15:45**.

Si raccomanda a ogni partecipante di muoversi con ampio anticipo rispetto ai tempi indicati per assicurarsi il posto sui mezzi di trasporto. L'organizzazione consiglia, inoltre, di recarsi al ritiro del pettorale già in **tenuta da gara**.

🇬🇧 To ensure the smooth running of the event and the punctuality of the start, which is set for 4:30 PM, athletes are required to strictly observe the following instructions:

- **Bib Pickup:** *Pickup will take place from 12:00 PM to 3:00 PM in the areas adjacent to the starting area. Participants are strongly advised to complete the process by the indicated time to avoid compromising subsequent phases.*
- **Parking:** *After picking up their bibs in the areas adjacent to the starting area, participants may proceed with their own vehicles to the reserved parking areas located near the Polish Cemetery in Montecassino.*
- **Shuttle Service:** *A shuttle service will be available from the parking lot to the starting line. Each vehicle will depart as soon as it is fully loaded.*
- **Please note:** *The last shuttle to the start line will depart from the parking lot no later than 3:45 PM.*

All participants are advised to arrive well in advance of the indicated times to ensure a spot on transportation. The organization also recommends arriving to collect their bibs in their race gear.

PARCHEGGI-PARKING

🇮🇹 Aree parcheggio gratuiti disponibili in P.zza “Nicholas Green” e “Campo Miranda” (Cassino centro) a 200 mt dalla partenza.

🇮🇹 Attenzione: i parcheggi con le strisce blu, sono a pagamento “tariffa oraria” prendendo il talloncino negli appositi totem blu.

🇬🇧 Free parking areas are available in “Nicholas Green” Square and “Campo Miranda” (Cassino centre), 200 metres from the start.

NOLEGGIO PULMINI – BUS RENTAL

🇮🇹 Per chi ha bisogno di organizzare spostamenti di gruppo, ci sono a disposizione pulmini da 9 posti a noleggio, senza autista. Il costo è di 100 € al giorno. Contattare il Sig.: Antonio Varlese al **+39 339-3041060** per disponibilità e prenotazioni.

🇬🇧 For those who need to organize group travel, 9-seater minibuses are available for rent, without a driver. The cost is €100 per day. Please Contact Mr. Antonio Varlese at +39 339-3041060 for availability and reservations.

AEROPORTI CONSIGLIATI - RECOMMENDED AIRPORTS

-  **Roma Fiumicino (FCO)**  **ROME FIUMICINO (FCO)**
 **Roma Ciampino (CIA)**  **ROME CIAMPINO (CIA)**
 **Napoli Capodichino (NAP)**  **NAPLES CAPODICHINO (NAP)**

SE VUOI VISITARE L'ABBAZIA DI MONTECASSINO- IF YOU WISH TO VISIT MONTECASSINO ABBEY-

 Navetta Mastrantoni Autolinee (clicca qui: <http://www.mastrantonibus.com/index.php/orari>) destinazione "Cassino-Abbazia"

 *Mastrantoni Autolinee shuttle bus (click here: <http://www.mastrantonibus.com/index.php/orari>) to "Cassino-Abbazia"*

 **Itinerario:** P.zza San Benedetto (riferimento: Chiesa Madre) – p.zza XIV febbraio – corso della Repubblica – p.zza Diamare – viale Dante – Stazione FF.SS. – via Bonomi – via Di Biasio – S.S. 149 Montecassino – Abbazia di Montecassino e ritorno.

 *Itinerary: Piazza San Benedetto (reference: Mother Church) – Piazza XIV Febbraio – Corso della Repubblica – Piazza Diamare – Viale Dante – Railway Station – Via Bonomi – Via Di Biasio – S.S. 149 Montecassino – Montecassino Abbey and back.*

Partenza

Da Cassino 9:55 – 11:30 – 12:30 – 15:00 – 16:30.

Da Montecassino 10:15 – 11:50 – 12:50 – 15:15 – 16:55

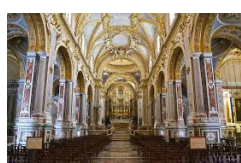
Departure Times

From Cassino 9:55 AM – 11:30 AM – 12:30 PM – 3:00 PM – 4:30 PM

From Montecassino 10:15 AM – 11:50 AM – 12:50 PM – 3:15 PM – 4:55 PM

 **Attenzione:** Gli orari riportati sono indicativi e possono subire variazioni in funzione delle esigenze del servizio. Per informazioni aggiornate vi consigliamo di contattare Mastrantoni Autolinee al: (0039) 0776-23547

 *Please note: The times shown are indicative and may vary depending on service needs. For updated information, please contact Mastrantoni Autolinee at: (0039) 0776-23547*



COSA VISITARE A CASSINO - WHAT TO VISIT IN CASSINO –

🇮🇹 La Rocca Janula è una fortificazione medievale che domina la città di Cassino dall'alto. Fondata nel X secolo come avamposto difensivo legato all'abbazia di Montecassino, aveva la funzione di proteggere il territorio e controllare le vie di accesso alla valle del Liri. Caratterizzata da possenti mura in pietra e da una torre centrale, la rocca rappresenta uno dei simboli storici della città. Distrutta e ricostruita più volte nel corso dei secoli – soprattutto dopo i bombardamenti della Seconda Guerra Mondiale – oggi è un luogo di memoria, panorama e valorizzazione culturale, da cui si gode una vista suggestiva su Cassino e sull'abbazia.

🇬🇧 *Rocca Janula is a medieval fortress overlooking the city of Cassino. Founded in the 10th century as a defensive outpost linked to the Abbey of Montecassino, it served to protect the territory and control the access routes to the Liri Valley. Characterized by massive stone walls and a central tower, the fortress is one of the city's historic symbols. Destroyed and rebuilt several times over the centuries—especially after the bombings of World War II—today it is a place of remembrance, panorama, and cultural enhancement, offering a picturesque view of Cassino and the Abbey.*

🇮🇹 Il Teatro Romano di Cassino risale al I secolo a.C. ed è uno delle principali rovine dell'antica Casinum.

Costruito in posizione panoramica ai piedi di Montecassino, poteva ospitare migliaia di spettatori ed era destinato a spettacoli teatrali e rappresentazioni pubbliche. Oggi sono ancora ben visibili le gradinate in pietra (cavea) e parte della struttura scenica. Restaurato e valorizzato, il teatro è tornato a vivere come spazio culturale, ospitando eventi e spettacoli che rinsaldano il legame tra la città contemporanea e le sue radici romane.

🇬🇧 *The Roman Theatre of Cassino dates back to the 1st century BC and is one of the principal ruins of ancient Casinum. Built in a panoramic position at the foot of Montecassino, it could accommodate thousands of spectators and was intended for theatrical performances and public performances. Today, the stone steps (cavea) and part of the stage structure are still clearly visible. Restored and enhanced, the theatre has returned to life as a cultural space, hosting events and performances that strengthen the link between the contemporary city and its Roman roots.*

🇮🇹 Per informazioni sulla Rocca Janula e del Teatro Romano vi consigliamo di contattare la seguente associazione: ArteFatto A.P.S. Recapito Telefonico +39 351-8102833

🇬🇧 *For information on the Rocca Janula and the Roman Theatre, we recommend contacting the following association: ArteFatto A.P.S. Telephone number +39 351-8102833*

🇮🇹 Museo Multimediale Historiale di Cassino Via S. Marco, 23 - Sito: <https://historiale.it/risorse/>

🇬🇧 *Historiale Multimedia Museum of Cassino, Via S. Marco, 23 - Website: <https://historiale.it/risorse/>*

Teatro Romano



Rocca Janula



Historiale



DOVE MANGIARE E DORMIRE IN STRUTTURE CONVENZIONATE E CONSIGLIATE

WHERE TO EAT AND SLEEP IN AFFILIATED AND RECOMMENDED FACILITIES

LOCATION CASSINO	TIPO TYPE	INDIRIZZO ADDRESS	TELEFONO PHONE	*SINGOLA SINGLE	*DOPPIA DOUBLE	TRIPLA TRIPLE	QUADRUPLA QUADRUPLE	COLAZIONE BREAKFAST
Gran Hotel Pavone	Hotel-Rist.	Via Ausonia Km 2	(0039) 0776-300396	65€	80€	120€	-	compresa
Al boschetto	Hotel-Rist.	Via Ausonia 54	(0039) 0776-39131	65€	85€	120€	140€	compresa
La Campagnola	Hotel-Rist	SR639,24	(0039) 0776-302233	80€ -15%	100€ -15%	120€ -15%	-	compresa

🇮🇹 Riferimento Hotel Pavone: * Singola-disponibili solo 5-* Doppia o Matrimoniale-Distanza da Cassino:8-10min (4,7Km)

🇬🇧 Hotel Pavone Reference: * Single - only 5 available - * Double or Twin - Distance from Cassino: 8-10 min (4.7 km)

🇮🇹 Riferimento Hotel La Campagnola servizio opzionale: Pasto completo (3 portate e bevande 30€) - Distanza in auto da cassino: 8-10min (4,1 Km)

🇬🇧 Hotel La Campagnola reference optional service: Full meal (3 courses and drinks €30) - Distance by car from Cassino: 8-10 minutes (4.1 km)

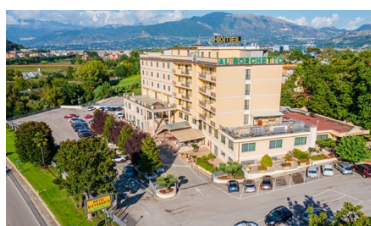
🇮🇹 Riferimento Al Boschetto: Distanza in auto da cassino: 8-10min (8 Km)

🇬🇧 Al Boschetto Reference: Distance by car from Cassino: 8-10 minutes (8 km)

Grand Hotel Pavone.



Hotel/Ristorante Al Boschetto



Hotel/Ristorante La Campagnola

DOVE MANGIARE IN STRUTTURA CONVENZIONATA E CONSIGLIATA
WHERE TO EAT IN A RECOMMENDED AND AFFILIATED PLACE

LOCATION CASSINO	TIPO-TYPE	INDIRIZZO ADDRESS	TELEFONO PHONE	CELLULARE MOBILE PHONE	E-MAIL
*Area Varlese	Bar-Ristorante	Via Ausonia 21	(0039) 0776-30083	(0039) 331-8099921	areavarlese@gmail.com

🇮🇹 Riferimento Area Varlese: Distanza in auto da Cassino: 10min (4 Km) si trova di fronte al casello autostradale di cassino.

🇬🇧 Varlese Area Reference: Distance by car from Cassino: 10min (4 Km) is located in front of the Cassino motorway toll booth.

Area Varlese.



Ristorante



Bar



TUTTO QUELLO CHE SERVE A UN ATLETA IN UN POSTO SOLO

EVERYTHING AN ATHLETE NEEDS IN ONE PLACE



🇮🇹 Sei un atleta? Fai parte di una squadra? Allora sai già che ogni dettaglio conta — anche dove fai i tuoi acquisti.

Al **Centro Commerciale Panorama di Cassino**, in Via Casilina, trovi tutto quello che ti serve: abbigliamento sportivo, attrezzatura, alimentazione, e molto altro. In un unico posto, senza stress, senza perdere tempo.

Che tu venga dall'Italia o dall'estero, che tu sia un atleta professionista o un appassionato — qui trovi quello che cerchi, al prezzo giusto e convenzionato.

📍 **Via Casilina Sud 141, Cassino Aperto tutti i giorni dalle 08:30 alle 20:30**

🇬🇧 Are you an athlete? Are you part of a team? Then you already know that every detail matters—even where you shop.

At the **Panorama Shopping Center in Cassino**, on Via Casilina, you'll find everything you need: sportswear, equipment, nutrition, and much more. All in one place, stress-free, and time-saving.

Whether you're from Italy or abroad, whether you're a professional athlete or a hobbyist—here you'll find what you're looking for, at the right and affordable price.

📍 **Via Casilina Sud 141, Cassino Open daily from 8:30 a.m. to 8:30 p.m.**





Sabato 16 Maggio 2026



CORRIAMO VERSO MONTECASSINO

XXII MARATONINA "CITTÀ DI CASSINO" GARA PODISTICA INTERNAZIONALE

INSERITA NEL RUNNING EUROPE TOUR 2026



PARTENZA ORE 16:30
CORSO DELLA REPUBBLICA - CASSINO



SPONSOR TECNICO



SPONSOR TECNICO



PATROCINIO



STREPITOSO PACCO GARA FELPA FIRMATA + MEDAGLIA AI PRIMI 500 ATLETI ISCRITTI



L'APROCIS ORGANIZZA SOTTO L'EGIDA DELLA **FIDAL** Ct. di Frosinone LA XXII MARATONINA "CITTÀ DI CASSINO" GARA PODISTICA INTERNAZIONALE DI KM 10 OMOLOGATA FIDAL.

1° ATLETI PARTECIPANTI: ATLETI ITALIANI tesserati Fidal o (di pari fascia d'età Master Fidal) tutti atleti compreso i tesserati per enti di promozione sportiva (sezione atletica) purché in possesso di Runcard e certificato medico agonistico valido per L'ATLETICA LEGGERA.

ATLETI STRANIERI in regola con il tesseramento 2026 e con le norme di tutela che disciplinano le attività sportive (CERTIFICATO MEDICO AGONISTICO OBBLIGATORIO).
ATELETI STRANIERI partecipanti alla gara non competitiva turistica sportiva con pettorale distinto di colore rosso.

2° ISCRIZIONI: La quota di iscrizione è di 10 € (fino al 15 Aprile) e di 15 € (dal 16 Aprile in poi) e comprende l'assegnazione del pettorale e pacco gara. Le iscrizioni devono essere effettuate entro e non oltre le ore 20 di Sabato 9 Maggio 2026 **ONLINE** tramite il portale **ENDU**, pagamento con carta di credito o bonifico bancario utilizzando le coordinate ricevute e fine registrazione.

IL PACCO GARA E LA MEDAGLIA SONO ASSICURATI AI PRIMI 500 ATLETI ISCRITTI.

3° RITIRO PETTORALI: Gli Atleti e le Società dovranno imperativamente ritirare il pettorale **Sabato dalle ore 13:00 alle ore 15:30 presso i locali siti in C.so della Repubblica vicino all'arco di partenza.**

4° PARTENZA: Sabato 16 Maggio Ore 16:30 da Corso della Repubblica.

5° RESPONSABILITA' ATLETI: Con l'iscrizione i partecipanti dichiarano di conoscere e di accettare il presente regolamento, mentre per quanto non previsto valgono le norme ed i regolamenti della FIDAL.

6° RECLAMI: I reclami vanno presentati per iscritto e consegnati al Giudice d'appello entro 30 minuti dalla pubblicazione dei risultati accompagnati dalla tassa di € 50,00 che verranno restituite se il reclamo verrà accolto.

7° CATEGORIE AMMESSE:

Maschili: Junior-Promesse-SM23/34-SM35-SM40-SM45-SM50-SM55-SM60-SM65-SM70 ed oltre

Femminili: Junior-Promesse-SF 23/34-SF35-SF40-SF45-SF50-SF55-SF60-SF65-SF70 ed oltre

PREMIAZIONI MONTEPREMI TOTALE IN RIMBORSO SPESE € 2.700

1^a Sta. Classificata Targa	R.S. € 1000	4^a Sta. Classificata	€ 200
2^a Sta. Classificata	R.S. € 500	5^a Sta. Classificata	€ 100
3^a Sta. Classificata	R.S. € 300		

RIMBORSO SPESE ALLE PRIME 5 SOCIETÀ CON IL MAGGIOR NUMERO DI ATLETI ISCRITTI E CLASSIFICATI CON UN MINIMO DI 25.
IN CASO DI PARITÀ PREVARRÀ LA SOCIETÀ CON IL MIGLIOR ATLETA CLASSIFICATO NELL'ORDINE DI ARRIVO.
GLI ATLETI TESSERATI CON E.P.S. NON HANNO DIRITTO A PREMI IN DENARO AI SENSI DELL'ART. 7 COMMA 6 DELLE NORME FIDAL.
SARANNO PREMIATI I PRIMI 3 MASCHILI E LE PRIME 3 FEMMINILI ASSOLUTI + I PRIMI 5 DI OGNI CATEGORIA MASCHILE E LE PRIME 3 DI OGNI CATEGORIA FEMMINILE.

MASCHILI 1° CLAS. ASSOLUTO € 150 - 2° CLAS. € 100 - 3° CLAS. € 50

FEMMINILI 1° CLAS. ASSOLUTO € 150 - 2° CLAS. € 100 - 3° CLAS. € 50

I RIMBORSI SPESA SONO AL LORDO DELLA RITENUTA DI ACCONTO

INFO: Antoine Tortolano: 328 3174693 - 338 2059589 - E-MAIL: info@aprocis.com - WEB: www.aprocis.com

FACEBOOK: Aprocis Runners Team Gare & Avvenimenti