

# CORNATE D'ADDA MB

RITROVO e PARTENZA: CENTRO SPORTIVO di Cornate d'Adda - Via Aldo Moro

DOMENICA

# 21

GENNAIO 2024



Organizzano la 6ª edizione di

# CORRI CON Energia

Lungo l'ADDA e le sue CENTRALI

EVENTO LUDICO MOTORIO  
a passo libero

9 18 27 Km

Un suggestivo percorso lungo il fiume Adda in uno degli ambienti naturali più belli della Brianza

 [www.corriconenergia.it](http://www.corriconenergia.it)

  [corriconenergia](https://www.instagram.com/corriconenergia)

Con il patrocinio di



Città di  
Cornate d'Adda



Comune di  
Paderno d'Adda



Ore 8:00  
Partenza gruppo  
**RUN**  
**WALK**  
**RUN**



FEDERAZIONE ITALIANA AMATORI  
SPORT PER TUTTI - APS  
Associazione di Promozione Sociale

Decreto n. 10191 del 23/07/2021  
Registro Regione Lombardia  
Sezione F-APS progressivo 237



EVENTO IN ATTUAZIONE DEGLI SCOPI ISTITUZIONALI FIASP

E' OMOLOGATO con provvedimento del Comitato Territoriale FIASP di Milano - Monza e Brianza n° 24006 del 9 novembre 2023 in attuazione degli scopi istituzionali il seguente evento ludico motorio





# I PERCORSI 9 18 27 Km

**Se vuoi essere veloce, corri da solo.  
Se vuoi andare lontano corri con qualcuno.**

Questo è uno dei motivi che ha fatto nascere i CORSARI: un gruppo di persone che condivide la passione per la corsa, per le lunghe camminate, che ama vivere a contatto con la natura per scoprire e riscoprire il nostro bellissimo territorio e le meraviglie che ci offre.

Correre è uno sport semplice, che richiede solo un po' di volontà ed un paio di buone scarpe.

Per noi "uscire a correre" significa entrare in noi stessi, perché la corsa è molto più di un'attività sportiva: è uno stato d'animo. Ogni domenica "facciamo gruppo" e insieme andiamo a correre o a camminare; ognuno con il proprio ritmo e le proprie motivazioni. Ogni domenica qualcuno si aggiunge a noi, rinnovando la nostra voglia di fare e di... correre!

Se ti sei riconosciuto in queste parole e hai voglia di provare...

**VIENI A CORRERE CON NOI!**

**I Corsari di ASD Equi-Libri**  
 [corsari@corriconenergia.it](mailto:corsari@corriconenergia.it)

## SI RINGRAZIA

Il Comune di Cornate d'Adda, il Comune di Paderno d'Adda, il Parco Adda Nord, la Polizia Municipale di Cornate d'Adda e tutte le associazioni che, con i loro volontari, collaborano alla buona riuscita dell'evento.

## PREMIO "FRANCO AROSIO"

La seconda edizione del premio "Franco Arosio" sarà assegnato all'Associazione che fornirà il maggior contributo a supporto dell'organizzazione di Corri con Energia.

**3**

Alzaia Adda  
**PADERNO D'ADDA**  
388.8442167  
[sollevacoop@legalmail.it](mailto:sollevacoop@legalmail.it)  
[solleva.info/ristoro-stallazzo](http://solleva.info/ristoro-stallazzo)

**4**

Via Villa Paradiso, 17  
**CORNATE D'ADDA**  
338.9251568  
[settesgjo2021@gmail.com](mailto:settesgjo2021@gmail.com)  
[settesgjo.it](http://settesgjo.it)

**5**

Via Villa Paradiso, 18  
**CORNATE D'ADDA**  
039.6926131  
[info@alcastelloristorante.it](mailto:info@alcastelloristorante.it)  
[www.alcastelloristorante.it](http://www.alcastelloristorante.it)

**6**

Via Matteotti, 83  
**CORNATE D'ADDA**  
Tel. 340.1486134  
[info@tuttifruttilab.it](mailto:info@tuttifruttilab.it)  
[www.tuttifruttilab.it](http://www.tuttifruttilab.it)

**8**

Via Alzaia, 13 **TREZZO SULL'ADDA**  
02.9092013  
[info@ristorante-almolo13.com](mailto:info@ristorante-almolo13.com)  
[www.ristorantealmolosulladda.com](http://www.ristorantealmolosulladda.com)

Tracce GPS dei percorsi disponibili su [www.corriconenergia.it/percorsi](http://www.corriconenergia.it/percorsi)

in collaborazione con



**EDISON**

**1883**  
140 ANNI



# PROGRAMMA E REGOLAMENTO

<b>ORGANIZZAZIONE</b>	ASD EQUI - LIBRI Presidente Sergio Cavallo Sabic Tessera FIASP: 114405
<b>DATA</b>	Domenica 21 gennaio 2024
<b>RITROVO</b>	Centro Sportivo di Cornate d'Adda - Via Aldo Moro, 1
<b>PARTENZA</b>	Ritrovo ore 7.00 - Partenza libera dalle 7.30 alle 9.30
<b>CHIUSURA</b>	La chiusura dell'evento è prevista per le ore 15.00
<b>SOCIALITÀ</b>	Parte del ricavato sarà devoluto in beneficenza a sostegno di progetti a carattere sociale
<b>INFORMAZIONI</b>	<a href="http://www.corriconeenergia.it">www.corriconeenergia.it</a> - <a href="mailto:info@corriconeenergia.it">info@corriconeenergia.it</a> SERGIO CAVALLO 351 93 73 590
<b>DONO INDIVIDUALE</b>	Shopper con birra Hibu e gadget ai primi 1.500 iscritti
<b>DONO AI GRUPPI</b>	Saranno premiati i gruppi con almeno 10 partecipanti (premiazione gruppi alle ore 10.15)
<b>CONTRIBUTO DI PARTECIPAZIONE</b>	Contributo a sostegno dell'evento: € 3,50 Maggiorazione non Socio FIASP: € 0,50 Contributo con dono promozionale evento: € 6,50 Maggiorazione non Socio FIASP: € 0,50

I contributi di partecipazione richiesti per il seguente evento posto in essere in diretta attuazione degli scopi Istituzionali della FIASP sono sottoposti al regime fiscale di cui al Decreto Legislativo 03 luglio 2017 n. 117 Art. 85 Codice del Terzo Settore che prescrive non considerarsi commerciali. Si ricorda che, SOLAMENTE PER I NON SOCI FIASP per potersi iscrivere a qualsiasi evento FIASP sarà obbligatorio acquisire il documento di partecipazione con la maggiorazione di € 0,50 rilasciando il proprio nome, cognome e data di nascita. Il supplemento del contributo di partecipazione di € 0,50 definito "quota federale istituzionale" richiesto ai non SOCI Fiasp è finalizzato a consentire agli stessi la partecipazione all'evento che comprende la fruizione di tutti i servizi federali ai sensi dell'Art. 6.4 dello Statuto.

## ISCRIZIONI

- **SINGOLI:** il giorno dell'evento dalle ore 7.30 alle ore 9.30  
Inoltre, dal 15/01/2024 al 20/01/2024 sarà possibile iscriversi presso la sede dei Corsari, presso la palestra Moto Armonico in via della Stanga 18 a Cornate d'Adda
- **GRUPPI:** il termine ultimo di iscrizione è fissato alle ore 22.00 del giorno precedente l'evento. In fase d'iscrizione dovrà essere comunicata la lista con l'indicazione dei nominativi dei partecipanti e dei numeri di tessera per i soci FIASP oppure della data di nascita per i non soci.  
Solo per i gruppi composti da almeno 10 persone si accettano iscrizioni via mail a [info@corriconeenergia.it](mailto:info@corriconeenergia.it) o telefoniche (348.8813540 - Gian Luigi Nava)

## PERCORSI - RISTORI - ASSISTENZA MEDICA - ALTRI SERVIZI

Tutti i percorsi si snoderanno su strade di campagna prevalentemente asfaltate e saranno segnalati con frecce di diverso colore.

In caso di maltempo la corsa si svolgerà regolarmente.

L'organizzazione si riserva di apportare eventuali modifiche al percorso.

Tutti i partecipanti sono tenuti a rispettare l'Art. 190 del Codice stradale, le segnalazioni e le indicazioni degli organizzatori, senza abbandonare il percorso.

Il percorso rimarrà aperto e presidiato dal personale predisposto dall'organizzazione fino alle ore 15.30.

Lungo il percorso saranno istituiti punti ristoro gratuiti per tutti i partecipanti.

**Percorso Km 9: n. 3 ristori - Km 18: n. 4 ristori - Km 27: n. 6 ristori**

**Inoltre ristoro finale per tutti.**

Saranno disponibili uno spazio per deposito borse non custodito, servizio docce, assistenza medica con ambulanza e servizio massaggi.

## DICHIARAZIONE GENERICA

L'Organizzazione considera l'iscrizione all'evento una tacita dichiarazione di idoneità fisica del partecipante inerente alle normative di legge previste per la tutela sanitaria delle attività ludico motoria. Ogni partecipante solleva l'Organizzazione di ogni responsabilità penale e civile per danni causati a se stesso o ad altri prima durante e dopo l'evento, che è assicurata tramite Fiasp con polizza RCVT e polizza infortuni per tutti i partecipanti. L'assicurazione non copre gli infortuni dei partecipanti che non si attengono agli orari ufficiali di partenza, non abbiano indossato l'apposito braccialetto di partecipazione in tyvek, non rispettino la percorrenza dell'itinerario prefissato dall'organizzazione. Con l'iscrizione all'evento ogni partecipante autorizza la Società organizzatrice ad esporre, sia sul proprio sito Internet che nell'ambito di propri eventi, fotografie e o filmati riguardanti l'evento CORRI CON ENERGIA.

Nel rispetto del codice della strada si ricorda che l'articolo 190 stabilisce che i pedoni, in assenza del marciapiede, devono procedere sul margine sinistro della carreggiata. L'Organizzazione si riserva di modificare il presente regolamento in qualunque momento per motivi che ritieni opportuni per una migliore organizzazione dell'evento. Per qualsiasi omissione, vale e si intende applicato il regolamento FIASP, copia del quale sarà consultabile presso il tavolo visibilità Fiasp presente all'evento. Il presente volantino viene distribuito ai partecipanti di eventi podistici, pertanto l'eventuale rinvenimento altrove è da considerarsi puramente casuale e comunque non predisposto da codesta Organizzazione.

## DENUNCIA DEGLI INFORTUNI

Eventuali infortuni dovranno essere denunciati immediatamente all'Organizzatore e presso il tavolo dei Commissari Tecnici Sportivi presenti ad ogni evento FIASP. L'infortunato, entro 72 ore successive all'evento infortunistico, a mezzo raccomandata "R.R." dovrà inviare alla Compagnia di Assicurazione: SERVIZI ASSICURATIVI NORDEST SRL - AGENZIA DI GROUPAMA ASSICURAZIONI SPA - UFFICIO SINISTRI Via De Paoli, 7 33170 Pordenone, il braccialetto di partecipazione indicando le proprie generalità e la certificazione medica o di pronto soccorso e una nota circostanziale di come e dove è avvenuto l'infortunio

## ASSISTENZA E ASSICURAZIONE

Sarà assicurata su tutto il percorso l'assistenza medica più ambulanza e vigilanza agli incroci. L'evento è assicurato esclusivamente contro i rischi di responsabilità civile verso terzi (R/C).

I partecipanti che dovessero anticipare la partenza prima dell'orario ufficiale di inizio dell'evento (ore 7.30) saranno esclusi dalla copertura assicurativa.

I minori di 14 anni devono essere accompagnati da un maggiorenne.

## INFORMATIVA BREVE SUL TRATTAMENTO DEI DATI PERSONALI

FIASP tratta i dati personali richiesti in fase di iscrizione (nome, cognome e data di nascita) per finalità di carattere organizzativo e assicurativo dell'evento, coinvolgendo, in caso di infortunio, la compagnia Groupama Assicurazioni S.p.A. entrambe le finalità non richiedono il consenso degli interessati. I dati trattati da Fiasp non saranno trasmessi all'estero e saranno conservati sino al termine dell'evento e, quindi, distrutti. In ogni caso non saranno soggetti di processo decisionale automatizzato, né di profilazione, il conferimento dei dati richiesti ai sensi dell'Articolo 6.4 del vigente Statuto Fiasp, è necessario per procedere con l'iscrizione e autorizzare l'interessato alla partecipazione dell'evento ludico motorio. Lo stesso può comunque esercitare i diritti riconosciuti dalla legge, anche proponendo reclamo all'Autorità Garante per la protezione dei dati personali.

Per quanto non espressamente indicato vale e si intende applicato il regolamento FIASP.

## Novità 2024

### TRITTICO DELL'ADDA

Tre delle più partecipate e suggestive manifestazioni podistiche del circuito FIASP, unite dalla passione e dall'amore per il territorio e in particolare per il loro fiume, hanno deciso di unirsi e di dar vita al primo "Trittico dell'Adda".

Per partecipare, registrati presso l'apposito stand che troverai al termine di Corri con Energia, completa le tre corse e al termine riceverai un regalo speciale!

- 1) Corri con Energia 14/01/2024 Cornate d'Adda
- 2) Camminata sull'Adda - 07/04/2024 - Trezzo sull'Adda
- 3) StraVaprio - 16/06/2024 - Vaprio d'Adda

Trovi tutti i dettagli su [www.corriconeenergia.it/trittico](http://www.corriconeenergia.it/trittico)

### RUN WALK RUN

Mettiti alla prova e raggiungi nuove distanze!

Supera le tue paure e le tue difficoltà con un approccio di corsa intelligente e adatto ad ogni livello di fitness.

Affronta insieme a noi il percorso di 18 Km della Corri con Energia seguendo il metodo "Run Walk Run" di Jeff Galloway.

Il gruppo guidato da Davide partirà alle ore 8.00 e alternando qualche minuto di corsa a qualche minuto di camminata raggiungerà il traguardo alle ore 10.30 circa.

In compagnia di altri appassionati che condividono la tua stessa filosofia potrai migliorare la tua resistenza, fare nuove amicizie e arrivare al traguardo con un sorriso!

Per informazioni [www.corriconeenergia.it/rwr](http://www.corriconeenergia.it/rwr) oppure manda una mail a [rwr@corriconeenergia.it](mailto:rwr@corriconeenergia.it)