

FOR RUN 5.30



6^a EDIZIONE

Venerdì 27 Maggio 2022

Formigine - Piazza Calcagnini

5,5 km di corsa/passò
Partenza libera dalle 5.30 alle 6

Manifestazione a bassissimo impatto ambientale con utilizzo di solo materiali bio, riciclabili e a km. 0

Il ricavato della manifestazione verrà destinato al sostegno del popolo ucraino e a progetti di piantumazione nei parchi di Formigine



Info e News
sulle pagine Facebook
del Comune di Formigine e
della Podistica Formiginese



COSTI E TEMPI D'ISCRIZIONE:

Da domenica 27 Marzo 2022

Quota di partecipazione comprensiva di t-shirt in cotone 100% e ristoro con frutta di stagione, acqua e tè

- 5 € per iscrizioni cumulative degli studenti delle scuole (di cui 2 € verranno restituiti sotto forma di buoni per materiale didattico/sportivo) entro sabato 14 Maggio;
- 5 € per ragazzi fino a 18 anni;
- 8 € per tutti gli altri per iscrizioni entro il 30 aprile;
- 10 € per iscrizioni da domenica 1° Maggio a Domenica 22 Maggio (dopo tale data non è garantita la t-shirt).

Al momento dell'iscrizione va indicato nome e cognome e obbligatoriamente taglia t-shirt (taglie unisex).

DOVE ISCRIVERSI:

- con bonifico a favore di a.s.d. Podistica Formiginese
Iban: IT 55 B 05387 66781 000000609778
(entro e non oltre venerdì 20 maggio) con indicazione della taglia della maglietta;
- presso Hub in Villa di Formigine in via S. Antonio 4
- presso i volontari della a.s.d. Podistica Formiginese in occasione delle gare podistiche provinciali;
- presso l'edicola Edicoliamo di via Unità d'Italia 8, tutti i giorni in orario di apertura;
- presso Happy Bar di via Trento Trieste n. 66 tutti i giorni in orario di apertura;
- presso Lupo Sport di Modena in via P. Giardini 507.

RITIRO T-SHIRT:

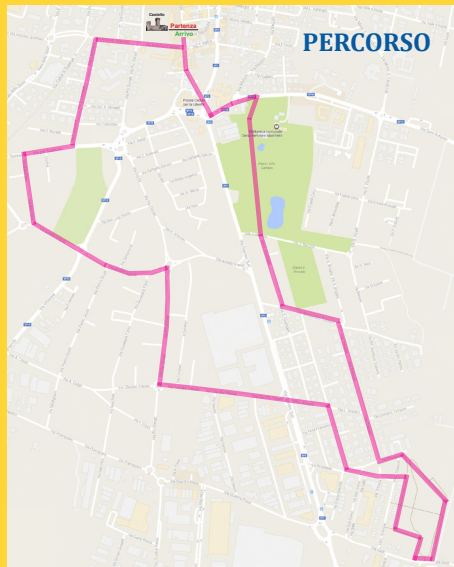
Esclusivamente presso ex bar dei tigli (Via S. Francesco 3) nelle giornate di **mercoledì 25 e giovedì 26 Maggio** dalle ore 9.30 alle ore 12.00 e dalle ore 15.00 alle ore 19.00 presentando ricevuta del versamento della quota d'iscrizione.

PERCHÈ UNA CORSA PODISTICA ALLE 5.30:

- per vivere la città quando dorme ancora
- per fare sport nel silenzio e senza traffico
- per fare una colazione sana con frutta a km 0

MANIFESTAZIONE A CARATTERE RICREATIVO-LUDICO-MOTORIO

(Delibera della Regione Emilia Romagna n° 1395 del 17/01/2005).



Ti vuoi preparare a correre la 6ª For Run 5.30?

Nel mese di maggio le istruttrici della Podistica Formiginese saranno a disposizione 2 volte a settimana per ginnastica a corpo libero e avviamento alla corsa.

DOVE? nel parco di villa Gandini (ritrovo nei pressi del laghetto sul retro della biblioteca)

QUANDO? Lunedì 2-7-9-16-23-30 e giovedì 5-12-19-26 maggio dalle 19 alle 20

COSTO? gratis / **CON CHI?** con Silvia!