



39° CAMPIONATO ITALIANO DI MARCIA ALPINA DI REGOLARITÀ

1 - 2 SETTEMBRE 2018

PARCO DI COLFIORITO - FOLIGNO (PG)

*“Chi lavora con le sue mani è un lavoratore. Chi lavora con le sue mani e la sua testa è un artigiano.
Chi lavora con le sue mani e la sua testa ed il suo cuore è un artista”.*

San Francesco di Assisi

L'Umbria di **San Francesco, Santa Chiara, Santa Rita da Cascia**, sarà, quest'anno, il palcoscenico dei Campionati Italiani di Marcia Alpina di Regolarità per le Associazioni FIE.

L'Umbria, il Cuore Verde d'Italia, in cui la natura e l'arte sono in dolce accordo con la storia, con la fantasia e con gli effetti degli uomini, è la terra dei boschi ricchi di grazia e gentilezza che si sciolgono nell'aria.



Carissimi Tesserati, Atleti, Ospiti e Amici della FIE, per il Comitato Regionale Umbro, che

rappresento, è un onore e un piacere poter ospitare presso il Parco di Colfiorito il 39° Campionato Italiano di Marcia Alpina di Regolarità per Associazioni della FIE. La Marcia Alpina di Regolarità costituisce una delle tre anime della Federazione Italiana Escursionismo e il Comitato Regionale Umbro della FIE ha accettato di organizzare l'evento con sano orgoglio e grande forza di volontà, potendo contare sulla disponibilità delle Associazioni del Comitato e dell'Amministrazione comunale di Foligno. Ciò che sostiene e dà linfa vitale a questa coraggiosa avventura è **il nostro leit motiv, il sentimento di appartenenza alla FIE**, che conferisce un'identità che ci accomuna nella passione per l'ambiente naturale e che "viviamo" attraverso il camminare lento proprio dell'escursionismo, lo sci e la marcia alpina di regolarità.

Tutto si compendia nell'**importanza e nella necessità assoluta di imparare a vivere in armonia con gli altri, con la consapevolezza che siamo tutti qui per camminare, scoprire, conoscerci e, perché no, divertirci in modo sano e spensierato.**

Alla base di quanto detto ci sono due fondamentali temi conduttori, **la comunicazione** tra le persone e **la cooperazione** tra le Associazioni.

La Comunicazione come veicolo di scambio e confronto, ma prima di tutto come forma di interazione, rispetto e dialogo.

La Cooperazione come condivisione di passioni e obiettivi comuni, progetti e risorse ma, soprattutto, come partecipazione e collaborazione.

Un'identità condivisa che mano nella mano, passo dopo passo, cammino dopo cammino, ci condurrà sempre più avanti e verso traguardi importanti per l'Umbria e per l'Italia intera.

Desidero dare un caloroso benvenuto a tutti coloro che parteciperanno all'evento e auguro un Buon Cammino!

Giulia Garofalo

Presidente Regionale FIE Umbria
Consigliere Federale di Giunta FIE



La Federazione Italiana dell'Escursionismo (FIE) è presente in Umbria da più di trent'anni, grazie alla presenza e alle attività svolte dall'Associazione Valle Umbra Trekking (VUT) di Foligno.

L'Associazione nei primi anni di attività ha svolto anche la funzione di Delegazione Regionale. Con il passare del tempo altre associazioni si sono avvicinate alla FIE e ciò ha permesso, il 18 Dicembre del 2003, la costituzione ufficiale del Comitato Regionale Umbro (CRU). Negli anni successivi si sono aggiunte nuove realtà e attualmente fanno parte del CRU i seguenti gruppi escursionistici: VUT di Foligno, Winner di Foligno, ARCI di Nocera Umbra, ASD Majorana di Orvieto, Viatores-Umbro-Sabini di Calvi dell'Umbria, Narni 360, Polisportiva Castel Giorgio. La ricchezza e l'originalità del CRU è dato dalla diversità delle associazioni le cui proposte, seppur differenti, sono di promuovere il benessere psico-fisico attraverso attività culturali e sportive, l'aggregazione e la promozione sociale, la valorizzazione dei territori e il coinvolgimento delle giovani generazioni. Nel contesto formativo l'Aula Verde Altolina di Pale, intitolata all'indimenticabile fondatore e promotore **Omero Savina**, rappresenta un punto di riferimento nazionale per la FIE per l'approccio sistemico alle tematiche ambientali.

Tutte le associazioni aderenti sono impegnate in azioni di promozione delle loro attività tramite convegni e raduni non solo nazionali ma anche europei come le due conferenze promosse per la promozione dei 20 Km. del tratto umbro del Sentiero Europeo E1 che collega capo Nord in Norvegia con capo Passero in Sicilia. Le conferenze hanno visto la partecipazione di numerosissimi escursionisti

provenienti da tutta Europa che non solo hanno partecipato alle Conferenze dell'E.R.A. – European Rambler's Association – ma che con

l'occasione hanno percorso sentieri naturalistici, visitato città e borghi, gustato i piatti tipici regionali ma soprattutto hanno apprezzato l'umanità delle genti incontrate.

Il CRU, coordinato dalla Presidente **Giulia Garofalo** e confermata per i prossimi quattro anni, è impegnato nell'organizzazione del 39° Campionato Italiano di Marcia Alpina di Regolarità che si svolgerà a Colfiorito – Foligno - il 1/2 settembre 2018. L'iniziativa si svolge nella suggestiva cornice tra gli altipiani Plestini e la palude di Colfiorito riconosciuta, con la convenzione di Ramsar del 1976, come zona umida d'interesse internazionale per la ricca avifauna sia stanziale che migratoria. La manifestazione, che rappresenta una prima assoluta per l'Umbria, ha ottenuto il riconoscimento sia delle Istituzioni che dei privati, in particolare del Comune di Foligno, del Parco Regionale di Colfiorito, Parco Nazionale dei Monti Sibillini, GAL Valle Umbra e Sibillini e dell' Umbra Group, Effe Effe Sport.

Un ringraziamento agli amici e ai tanti volontari che hanno reso possibile questo importante evento. Agli ospiti, oltre ad un augurio di buona permanenza, un arrivederci a presto sui sentieri e sui borghi dell'Umbria per vivere Arte, Storia e Natura del cuore verde d'Italia.

E' camminando che si fa il cammino
Antonio Machado Ruiz

Corrado Morici
Presidente Onorario



PROGRAMMA

LUNEDÌ 27 AGOSTO

ore 22.00 chiusura iscrizioni
on-line: www.marciaregolarita.it

VENERDÌ 31 AGOSTO

ore 16.00 - 19.00 apertura ufficio gare e ritiro pettorali gare individuale e per coppie
Ufficio gara presso Parco di Colfiorito

SABATO 1 SETTEMBRE

ore 8.00 Gare per coppie,
partenza Parco di Colfiorito

ore 11.30 Arrivo primi concorrenti
Gara promozionale amatoriale organizzata dalla Commissione per tutti coloro che desiderano vivere l'emozione di una marcia alpina di regolarità

DOMENICA 2 SETTEMBRE

ore 7,30 Gare individuali partenza
Parco di Colfiorito

ore 11,30 Arrivo primi concorrenti
Degustazioni prodotti tipici locali a buffet offerto dal GAL Valle Umbra e Sibillini

ore 14,30 Premiazione gara individuale
Premiazione gara per coppie e finale Associazioni

COMITATO ORGANIZZATORE

FIE - Comitato Regionale Umbro **FIE**
Commissione Tecnica Federale Marcia

OSPITI

Mimmo PANDOLFO

Presidente Federale FIE

Marianne MOUKOMEL CLARTÉ

Présidente Comité départemental de la Randonnée Pédestre BdR

Nando MISMETTI

Sindaco del Comune di Foligno

Paolo GUBBINI

Consigliere Comunale di Foligno

e Delegato al Parco

Ezio PALINI

Dirigente Area Sviluppo Economico e Turismo del Parco di Colfiorito

Oliviero OLIVIERI

Presidente Parco dei Monti Sibillini

Gianluca ANGELI

Presidente CAI di Foligno

COMMISSARI E GIUDICI DI GARA

Ennio BELLERI, Mariagrazia DE BORTOLI

Marco PELI, Claudio CORONA

Pierino PALINI, Franco PICCOLOTTO

PERCORSI DI GARA A CURA DI

Franco PICCOLOTTO, Gabriele FINAMONDI

Franco CAVADENTI, Achille PORZI

GIURIA

Cinzia MARTINASSO, Roberto RAGNOLI

Franco CAVADENTI, Achille PORZI

SERVIZI

SERVIZIO PARCO

Laura PICCHIARELLI e Biancarita ELEUTERI

SEGRETERIA E UFFICIO GARE

Sede Parco di Colfiorito - Area ex Casermette

CRONOMETRAGGIO

Gruppo Cronometristi FIE

ASSISTENZA SANITARIA

Croce Rossa Foligno

LOGISTICA PERCORSI

Commissione Tecnica FIE e Comitato Regionale FIE Umbria

REGOLAMENTO

ISCRIZIONI

Il numero dei concorrenti è libero per tutte le categorie agonistiche nelle gare individuali e per coppie.

Sono ammessi tutti i tesserati FIE in possesso del certificato medico di idoneità per attività sportiva agonistica.

Le iscrizioni si accettano esclusivamente online sulla pagina web: www.marciaregolarita.it entro le ore 22 di lunedì 28 agosto 2017.

I nomi componenti le coppie devono essere obbligatoriamente indicati con l'iscrizione, osservando gli abbinamenti di categoria previsti dal regolamento FIE 2017 per gare di marcia alpina di regolarità.

La quota d'iscrizione stabilita in € 5,00 per ogni nome iscritto a ogni singola gara (individuale o coppia) andrà versata al ritiro pettorali della gara individuale.

CATEGORIE - CLASSIFICHE

Sono previste le seguenti categorie per assegnazione premi individuali e coppie:

- 1) individuale RAGAZZI mista
- 2) individuale CADETTI mista
- 3) individuale JUNIOR maschile
- 4) individuale JUNIOR femminile
- 5) individuale AMATORI maschile

- 6) individuale AMATORI femminile
 - 7) individuale MASTER maschile
 - 8) individuale MASTER femminile
 - 9) individuale SENIOR maschile
 - 10) individuale SENIOR femminile
 - 11) coppie CADETTI/RAGAZZI miste
 - 12) coppie JUNIOR miste
 - 13) coppie OPEN A miste e maschili
 - 14) coppie OPEN AF femminili
 - 15) coppie OPEN M miste e maschili
 - 16) coppie OPEN MF femminili
- A comporre le coppie OPEN M sono ammessi i tesserati Senior, Master e Junior (uno per coppia), nelle coppie OPEN A sono ammessi i tesserati Master, Amatori, Junior e Cadetti (uno per coppia).

PUNTEGGIO FINALE

La classifica finale del campionato per ogni Associazione sarà determinata dalla somma dei migliori punteggi, nella quantità massima pari al numero medio dei classificati (totale dei classificati diviso il numero delle associazioni) nelle graduatorie assolute adulti, junior e cadetti/ragazzi.

Per quanto non precisato vige il regolamento FIE per gare di marcia alpina di regolarità ed. 2017

ESCURSIONI E VISITE GUIDATE

Atleti, familiari e amici, potranno esaudire il loro desiderio di conoscere il territorio e le sue meraviglie attraverso alcune escursioni e visite guidate di interesse naturalistico, storico-culturale che il CR FIE Umbria metterà a disposizione con la collaborazione delle Associazioni e Istituzioni locali.

Verranno proposte **ESCURSIONI**, guidate dagli Accompagnatori Escursionistici F.I.E. Umbria, di diverse lunghezze e grado di difficoltà come ad esempio **Rasiglia e Postignano, Cascate del Menotre, Pale a Sassovivo, Eremo Santa Maria Giacobbe, L'Anello della Rupe di Orvieto**, referente, **Pierangelo Silveri** 331 368 53 77.

Il programma dettagliato delle escursioni sarà comunicato con qualche giorno di anticipo, compatibilmente al numero dei partecipanti e alle previsioni meteorologiche.

Sono anche previste le **VISITE GUIDATE**: **Foligno e Palazzo Trinci**: referente, **Pierangelo Silveri** 331 368 53 77
Spello "Splendidissima Colonia Julia", refe-

rente, **Pierangelo Silveri** 331 368 53 77
Assisi che si allunga sulle pendici del Monte Subasio: referente, **Pierangelo Silveri** 331 368 53 77

Orvieto con il suo Duomo e il Pozzo di San Patrizio, l'Anello della Rupe: referente, **Paolo Bellocchio** 339 302 28 81

Narni Sotterranea: referente, **Alessandro Agostini** 345 042 48 90

Calvi dell'Umbria, Sito archeologico di Otricoli, Anello del Monumento ai Caduti Partigiani, Museo delle Suore Orsoline di Calvi Dell'Umbria: referente,

Luca Racanicchi 335 82 11 430

Nocera Umbra, visita guidata del centro storico: referente,

Sandra Ortega 338 96 09 217

Tutte le escursioni e visite guidate possono subire delle variazioni a seconda delle esigenze e richieste specifiche.





Parco Regionale di Colfiorito
Comune di Foligno (Pg)
0742/350129 681011 parcocolfiorito@tiscali.it



La 39ª edizione del Campionato Italiano Marcia Alpina di Regolarità per Associazioni F.I.E. 1 e 2 settembre 2018, sarà ospitata dal Comune di Foligno al Parco regionale di Colfiorito. Il Parco è il più piccolo tra le aree naturali protette dell'Umbria, si trova al centro degli Altopiani Plestini nell'Appennino umbro-marchigiano e tutela una palude tra le montagne, vero scrigno di biodiversità.

FOLIGNO

CITTA' ROMANA, MEDIEVALE E MODERNA; CITTA' CON PALAZZI STORICI, CHIESE, GRATORI E MUSEI; CITTA' DEL PIERMARINI, DI NICOLÒ ALUNNO, DI GENTILE DA FOLIGNO E DI SANTA ANGELA, CITTA' DELLA FESTA DI SCIENZA E FILOSOFIA, DELLA QUINTANA, DEL MIELE E DELL'OLIO; CITTA' DELLA STAMPA, QUI NACQUE LA PRIMA EDIZIONE DELLA DIVINA COMMEDIA, CITTA' EUROPEA DELLO SPORT 2018;

E' PRONTA AD ACCOGLIERVI !



STRUTTURE CONVENZIONATE FIE

GUESIA VILLAGE HOTEL & SPA

Località Ponte Santa Lucia, 46 - Foligno
info@guesia.com
Tel. + 39 0742 31 15 15

HOLIDAY INN

Foligno
info@hiexfoligno.it
tel. 0742 32 16 66

DELFINA HOTEL

Foligno
elisa@delfinapalacehotel.it
tel. 0742 69 29 11

LE COLOMBARE Hotel & Resort

Foligno
tel. e fax. 0742 67 325
info@lecolombarefoligno.it

HOTEL LIETA SOSTA

Colfiorito
info@lietasosta.it
tel. 0742 68 13 21

HOTEL PLESTINA

Colfiorito
info@hotelplestina.it
0742 68 11 46

RELAIS FORTI

Colfiorito
info@relaisforti.it
0742 68 10 47

PATROCINI E SPONSOR



Umbria

Parco di Colfiorito



EUROPEAN CITY OF SPORT
2018



Comune di Foligno



