

2013



IL Lago di corsa

Il Lago di corsa

VIII edizione - 2giugno 2013



Il lago di corsa – programma gare

Gare competitive FIDAL

- h.9.30 Il lago di corsa mt 11.400
- h.9.45 categorie Esordienti "B" e "C" mt 300
- h. 9.50 categorie Esordienti "A" mt 600
- h.9.55 corsa su strada categorie Ragazzi mt 600
- h.10 corsa su strada categorie Cadetti e allievi mt 1200



Gare di contorno

- h.9.35 Baby sprint (per bambini sotto i 6 anni) mt 50
- h. 10.10 Indietro Tutta (corsa all'indietro) mt 1.000



Il lago di corsa – 2 giugno 2013



fra le gare su strada più belle e amate in Sardegna



bellissimo e suggestivo percorso di 11,4 km attorno al lago sul rio Leni



Nel 2011 è stata la corsa su strada con il maggior numero di atleti al traguardo.



Organizzazione meticolosa

ricchi premi

Cronometraggio ufficiale

Buffet goloso



Gare Giovanili – 2 giugno 2013



10 gare maschili e
femminili con
bambini dai 6 ai 14
anni



Medaglia per tutti. I
primi 3 di ogni categoria
vinceranno un trofeo.

Lotteria con premi per
tutti i bambini sotto i 10
anni

Gare di contorno: Indietro Tutta



3° Campionato Sardo di Retro Running (1.000 metri)



Unica manifestazione in Sardegna di corsa all'indietro

Gare di contorno: Baby sprint

gara non competitiva di 50 METRI



Partecipanti: tutti i bambini da 2 a 6 anni (nati dopo il 2008)

Comunicazione

Strumenti utilizzati

- Affissioni manifesti 70x100 a Villacidro
- Volantini pubblicitari distribuiti nelle principali gare Fidal e nelle scuole di Villacidro
- Articoli e classifica sui quotidiani sardi: Unione Sarda e Nuova Sardegna
- Articoli su periodici locali
- Pubblicazione su www.fidalsardegna.it
- Web: pagina dedicata su runnersworld.it e sul sito della provincia Medio Campidano
- Resoconto gara su Videolina
- Pagina su facebook con oltre 800 amici
- 500 magliette promozionali

IL Lago di corsa VIII edizione

DOMENICA 2 GIUGNO 2013 - ORE 9.30
LAGO RIO LENI - VILLACIDRO

CAMPIONATO SARDO ASSOLUTO DI CORSA SU STRADA A SQUADRE **11:4 KM**

INDIETRO TAVITA

3° CAMPIONATO SARDO DI RETROGRUNNING
CORSO ALL'INDIETRO DI 11.4 KM

BABY SPRINT MT. 50
INIZIA A TUTTI I SAPORI LETTO 14.000

FIDAL, F.I.A.D., and various other logos are visible at the bottom.

Organizzazione

volontari

Oltre 50 volontari sul percorso

La sezione ADMO di Villacidro organizza il buffet

ristori

3 ristoranti (2 sul percorso e 1 all'arrivo)

Oltre 1000 bottigliette d'acqua distribuite

Buffet

Frutta fresca e dolci fatti in casa

Oltre 700 persone inclusi tifosi e accompagnatori



Organizzazione

cronometraggio

Cronometraggio
Fidal

Gli atleti possono
confrontare il tempo con
quelli ottenuti in passato



premiations

Cesti ricchi di prelibati
prodotti locali

Altissimo gradimento da
parte degli atleti



location

Casa consortile dell'ENAS

Immersi nel verde con
vista sul lago

Il lago di corsa: una festa per tutta la famiglia

Scenario stupendo
con strade chiuse al
traffico.

Le gare coinvolgono
tutti dai bimbi di 2
anni ai nonni di 80
anni



Premi per tutti i
bambini e rinfresco
goloso per tutti

Premi ricchissimi
che esaltano la
qualità dei prodotti
locali

Grande promozione
per il territorio e i
prodotti dell'intero
Medio Campidano



L'ultima edizione: 2 giugno 2012

- ◆ 505 atleti iscritti alla gara principale (+20% sul 2011)
- ◆ 434 atleti al traguardo di cui 2 ciechi (+18% sul 2012)
- ◆ 200 mini atleti delle categorie giovanili
- ◆ 35 baby runner sotto i 6 anni
- ◆ 25 partecipanti ad "Indietro Tutta"
- ◆ Totale atleti 765 (di cui 705 FIDAL)



Elena Fratus
1ª donna 2012



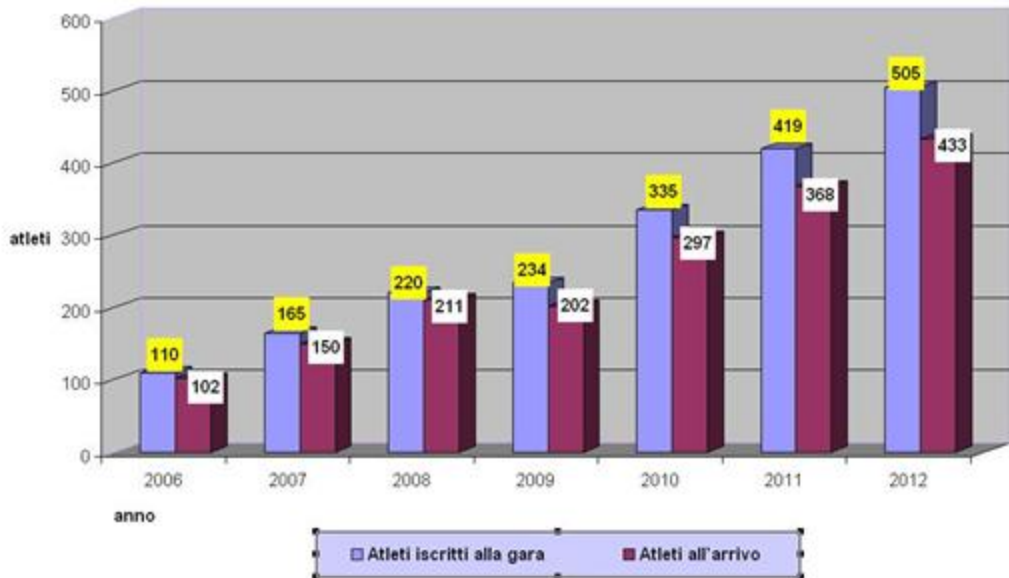
Luigi Leotta
1° uomo 2012

L'albo d'oro e partecipazioni

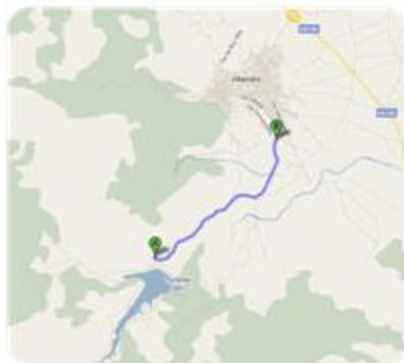
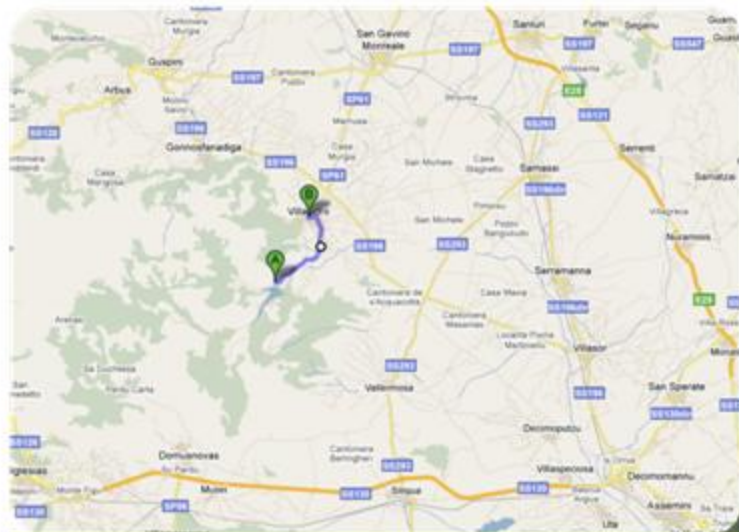
anno	donne	uomini	arrivati	iscritti
2012	<u>Elena Fratus</u>	<u>Luigi Leotta</u>	433	505
2011	Stefania Carola	<u>Marco Mattu</u>	368	419
2010	Claudia Pinna	<u>Andrea Cabboi</u>	297	335
2009	Patrizia Bassetto	Cristiano Pisano	202	234
2008	Simona Pili	Riccardo De Venuto	211	220
2007	<u>Adelina Casula</u>	<u>Gianfranco Secci</u>	150	165
2006	<u>Donatella Saiu</u>	<u>Pietro Brau</u>	102	110

L'albo d'oro e partecipazioni

Partecipanti il lago di corsa



Come arrivare



**Il ritrovo della gara è presso la sede del
Consorzio di bonifica sul lato destro della
diga sul rio Leni a 6km dall'uscita di
Villacidro direzione Monti Mannu**

