



MILE CUP 2024

SECONDA EDIZIONE



INDOOR ROWING

ITALIAN DEFENCE ACADEMY

1609 metri

Gara individuale

Domenica 27 ottobre 2024- Ore 10:00

SEDE GARA: ITALIAN DEFENCE ACADEMY

Via Vivenza 16 – 46100 MANTOVA

- 1) **TIPOLOGIA DI GARA:** le competizione si disputa sulla distanza di 1 miglio (1609 metri).
- 2) **CAPACITÀ e LIMITI DI PARTECIPAZIONE:** gara aperta a tutti nelle categorie MASCHILE e FEMMINILE, suddivisi in età e peso.
(l'evento si svolge con un minimo di 30 iscritti).

3) CATEGORIE:

GARA INDIVIDUALE

MASCHILE

UNDER 19

19/29 – 19/29 PL

30/39 – 30/39 PL

40/49 – 40/49 PL

50/54 – 50/54 PL

55/59 – 55/59 PL

60/64 – 60/64 PL

65/69 – 65/69 PL

OVER 70 – OVER 70 PL

FEMMINILE

UNDER 19

19/29 – 19/29 PL

30/39 – 30/39 PL

40/49 – 40/49 PL

50/54 – 50/54 PL

55/59 – 55/59 PL

60/64 – 60/64 PL

65/69 – 65/69 PL

OVER 70 – OVER 70 PL

IDONEITA' FISICA E DOCUMENTI DI IDENTIFICAZIONE: i partecipanti devono dichiarare di essere in possesso di certificato medico per attività sportiva in corso di validità e di un documento di identità valido. In mancanza di tale documentazione saranno esclusi dall'evento.

- 4) **CONTROLLO DEL PESO:** il controllo del peso della categoria PL (Pesi Leggeri maschile fino a Kg 75,00 -femminile fino a kg 61,50) sarà effettuato il giorno della gara dalle ore **8.45 alle 9.45**.
- 5) **PROGRAMMA GARE:** ore 10.00 - **inizio gare**. Le gare si svolgono con batterie in sequenza ogni 10 minuti.
Le premiazioni vengono effettuate durante o al termine di tutte le gare, a seconda del numero di partecipanti.

- 6) **ISCRIZIONI:** Le iscrizioni possono essere effettuate tramite il sito ERGEVENTS.IT - <https://www.ergevents.it/eventi/gare> specificando per ogni partecipante: cognome, nome, data di nascita, categoria M/F, assoluti/pesi leggeri, recapito telefonico, **TEMPO STIMATO** e club, corredato da cognome e nome, telefono e indirizzo e-mail di un referente in caso di iscrizioni collettive alla e-mail va allegata la ricevuta del versamento della/e quota/e d'iscrizione.

Quota di partecipazione per atleti fino a 19 anni € 10

Quota di partecipazione alla prova individuale: € 20.

PROMO "ISCRIVITI SUBITO"

Sconto di 2 Euro se ti iscrivi entro il **30 settembre 2024**,

PROMO "TEAM20"

Sconto di 2 Euro per ogni partecipante di un team con almeno 20 iscritti.

LE PROMO sono cumulabili.

Quota da versare tramite bonifico bancario con causale: **MILE CUP 2024**

Intestato a **ASD Italian Defence Academy**

Codice **IBAN IT08J0306911510100000061524**

Le iscrizioni si chiudono alle ore 12,00 di martedì 22 ottobre 2023

Per le iscrizioni pervenute oltre tale data, la quota di partecipazione verrà maggiorata di 8 euro. Eventuali ritiri non sono rimborsabili.

- 7) **PREMI e RISULTATI:**

Viene assegnato il TROFEO "MILE CUP" all'uomo Lwt e Hwt e alla donna Lwt e Hwt che hanno ottenuto il miglior coefficiente tra le categorie di età sulla distanza individuale di 1609 metri. Il coefficiente viene parametrato ai risultati dei RECORD ITALIANI sulla distanza dei 2000 metri.

Al termine delle gare vengono stilate le classifiche di tutte le categorie nell'individuale.

Vengono assegnate medaglie ai primi tre classificati di ogni categoria.

[www.concept2.it/indoor-rowers/gare-indoor/i-](http://www.concept2.it/indoor-rowers/gare-indoor/i-record/italian?machine=rower&event=2000&gender=&age_category=&weight_class=&adaptive=0&op=Ricerca&form_id=concept2_record_search_form#results)

[record/italian?machine=rower&event=2000&gender=&age_category=&weight_class=&adaptive=0&op=Ricerca&form_id=concept2_record_search_form#results](http://www.concept2.it/indoor-rowers/gare-indoor/i-record/italian?machine=rower&event=2000&gender=&age_category=&weight_class=&adaptive=0&op=Ricerca&form_id=concept2_record_search_form#results)

Le prove si disputano su **ROWERG Concept2**.

- 8) **CONTATTI e INFORMAZIONI**

Cell. +39.328.3340489

Email: piergioorgio.nasi70@gmail.com,

Facebook: **ERG CLUB MANTOVA**

ITALIAN DEFENCE ACADEMY TRAINING CENTER

Instagram: **italiandefenceacademy - ergclubmantova**