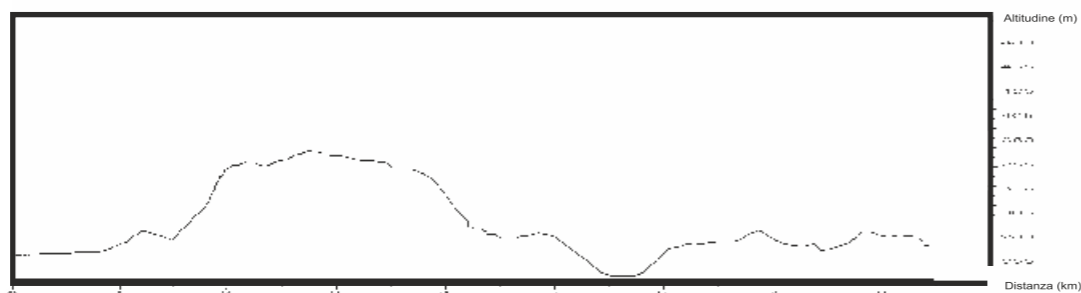


ALTIMETRIA DEL PERCORSO



DESCRIZIONE DEL PERCORSO

Il percorso di CAMMINIAMO INSIEME vede i podisti partecipanti girare quasi interamente il territorio comunale di Cocquio Trevisago attraverso le frazioni urbane e qualche passaggio su antiche strade con fondo misto che ai tempi collegavano le frazioni stesse, ora sono diventate secondarie ma sono la storia e i simboli del paese. Il ritrovo e la partenza sono all'interno dell'istituto Sacra Famiglia, tutti insieme attraverso un'ampia strada si aggira l'abitato di Cocquio poi, al primo km, la divisione dei percorsi. Il percorso breve di 4km, tutto su strada asfaltata, si dirige verso la frazione di Sant'Andrea costeggiando nella seconda parte la ferrovia e, attraversando il parco comunale, fa ritorno all'istituto. Il percorso lungo di 8,3km invece si dirige verso la parte alta del paese affrontando la scalinata simbolo del paese e, dopo l'attraversamento del quartiere Carnisio, si raggiunge il ristoro nella piazza di Caldana. Più avanti la strada inizierà a scendere con un breve passaggio sterrato pianeggiante prima dell'antico quartiere di Intelo, si scende ancora nella frazione Torre e costeggiando la ferrovia si raggiungerà il borgo di S.Bartolomeo. Infine si ritornerà al punto di partenza attraversando l'abitato di Cocquio entrando dall'ingresso superiore dell'istituto e passando intorno al nuovo padiglione Pogliani.

UFFICIO STAMPA

DAVIDE PASSERI

REGIA

LEO BINDA
EMIDIO NOVALI

COORDINAMENTO

RITA VERGERIO
DAVIDE PASSERI
GIAMPIETRO CALTAGIRONE
CLAUDIO BINDA
MASSIMO BERTOLIN

SPEAKERS

NANDO CASU
UGO FANTONI

FOTOGRAFIE

www.mentaerosmarino.it
www.piededoro.info

“La manifestazione è coperta da assicurazione RC stipulata tramite il C.S.I.

La volontaria iscrizione e partecipazione alla manifestazione è considerata anche tacita dichiarazione di idoneità fisica per questa attività sportiva amatoriale non competitiva. L'organizzazione pertanto, che in base alle vigenti normative non è tenuta a richiedere certificato medico di buona salute del partecipante, considera con l'iscrizione l'idoneità fisica inerente la normativa di legge prevista dal D.M. 28.2.83 sulla tutela sanitaria per l'attività non competitiva e declina ogni responsabilità civile e penale per quanto fisicamente possa accadere, prima durante e dopo la manifestazione. In particolare non saranno presi in considerazione reclami o infortuni causati dal mancato rispetto del regolamento del Podismo Sportivo del Varesotto e dalla inosservanza del Codice della Strada, dalle partenze anticipate o dalle deviazioni del percorso tracciato dall'organizzazione.”

In collaborazione con:

- * Unione Comuni Medio Verbanò-Comando Polizia locale
- * Protezione Civile Cocquio Trevisago e Valli del Verbanò
- * Gruppo Sportivo Culturale Amici di Cocquio
- * Gruppo Alpini Cocquio Trevisago
- * Gruppi Alpini Zona 7
- * Comunità Pastorale Sacra Famiglia
- * Associazione Aurora
- * Società operaia di Caldana
- * A.S.C. Volontari Pro Cocquio
- * Ciclistica Campo dei Fiori
- * Istituto Comprensivo Gemonio
- * Istituto Comprensivo Gavirate
- * Associazione Menta e Rosmarino

COMUNE DI COCQUIO TREVISAGO & FONDAZIONE ISTITUTO SACRA FAMIGLIA con il patrocinio della Federazione Italiana Sport Disabili Intellettivi Relazionali (FISDIR)

in collaborazione con



ORGANIZZANO

14^A CAMMINIAMO INSIEME

Manifestazione podistica non competitiva di 8,3 e 4 km (percorribile con carrozzine) aperta a tutti valevole per il circuito del Piede d'Oro



DOMENICA 29 MAGGIO 2016 COCQUIO TREVISAGO - VA

Ritrovo: dalle ore 8.00 presso Istituto Sacra Famiglia

Partenza ore 9.30

Percorsi: BREVE Km. 4 LUNGO Km. 8,3

INFO: Emidio Novali 0332 701190 - 339 7322618 Di-Bi 0332 771749

SI RINGRAZIANO TUTTE LE ASSOCIAZIONI CHE COLLABORANO ALL'ORGANIZZAZIONE DELLA MANIFESTAZIONE

STROKE[®]
ENERGY DRINK

**Gioielleria
Crespi Maurizio**

dal 1937

Viale Garibaldi, 43 GAVIRATE (VA) Tel. 0332.743000
Concessionario GARMIN POLAR SUUNTO CASIO

FARMACIA

DOTT. ALESSANDRA E MARIA ELENA BIANCHI & C. SNC
COCQUIO T. GEMONIO
TEL. 0332.700173 0332.602355

Lindt

MAÎTRE CHOCOLATIER SUISSE
DEPUIS 1845

MIRALAGO

RISTORANTE PIZZERIA - Cadrezzate



ALBERGO - BAR
RISTORANTE - PIZZERIA
IL BUCANIERE
RENO di LEGGIUNO (VA)

DCS
WWW.DCSLIVE.IT
+39 339 4255505

BUONGALLINO

Alimentari e Prodotti Tipici Pugliesi
Via Verdi, 50 COCQUIO TREVISAGO (VA)
Tel. 0332.700723

rosa sport
21051 ARCISATE (VA) - Italia - Via Mercurio, 9
Tel. +39 0332 470 088 - Fax +39 0332 474 898
e-mail: info@rosasport.it - www.rosasport.net
Attrezzi Ginnastici e Sportivi
Arredamento per Palestra - Giochi all'aperto



**pasticceria
milano srl**
GAVIRATE (VA)

vertigo
FASHION & OUTLET

ivsitalia.com
LEADER NELLA RISTORAZIONE AUTOMATICA

AI PARTECIPANTI T-SHIRT IN OMAGGIO FINO ESURIMENTO SCORTE

REGOLAMENTO

RITROVO: dalle ore 8.00 presso l'Istituto Sacra Famiglia di Cocquio Trevisago
PARTENZA: ore 9.30 Percorso Lungo ore 9.35 Percorso Corto
TEMPO MASSIMO: 2 ore
ISCRIZIONI: Emidio Novali 0332 701190 - 339 7322618 davidepax@virgilio.it
QUOTA: € 4,00 - € 3,00 fino al 2001
GRUPPI: Si intende per gruppo un numero minimo di 15 partecipanti.
TERMINE ISCRIZIONE: Per i gruppi podistici fino alle 21.00 di sabato 28 maggio
Per i singoli fino a 15 minuti dalla partenza.
I gruppi iscritti dopo le 21.00 di sabato saranno classificati all'ultimo posto della speciale classifica.
Per i gruppi liberi le iscrizioni si accettano fino alle ore 9.00 di domenica.

La manifestazione si svolgerà con qualunque condizione di tempo.
I ragazzi fino a 14 anni iscritti al Piede d'Oro dovranno fare il percorso ridotto per il punteggio di classifica.

PREMIAZIONI

Verranno garantite le premiazioni per:

10 assoluti maschili e 10 assoluti femminili con Pettorale Piede d'Oro
3 bambini da 0 a 10 anni - 3 bambine da 0 a 10 anni
3 ragazzi da 11 a 14 anni - 3 ragazze da 11 a 14 anni
10 premi di categoria Piede d'Oro

15 Gruppi iscritti al Piede d'Oro con almeno 15 partecipanti
Altri gruppi iscritti con almeno 15 partecipanti

Primi 3 alunni scuola secondaria di primo grado di Cocquio T. (Premio Sandro Brunella) (Percorso corto)

I PREMI NON SONO CUMULABILI

La manifestazione agonistica è dedicata ai soli atleti iscritti al Podismo Sportivo del Varesotto.
Pertanto potranno partecipare alla premiazione solo gli atleti in regola con quanto sopra.
Tutti gli altri iscritti parteciperanno alla manifestazione non competitiva.



A-27 S.p.A.

Via Valganna, 12 Rancio Valcuvia (VA)
www.bontadivina.com



www.dibi-online.com

L'ALTA QUALITÀ' DELLE
STALLE DEL VARESOTTO
LATTE VARESE



R O D A

studiozeta

CONSULENZA AUTOMOBILISTICA
GAVIRATE
www.studiozeta.com

MARY SPORT

ABBIGLIAMENTO SPORTIVO - CALCIO - NUOTO E TEMPO LIBERO

Via XXV Aprile, 37 BESOZZO (VA) Tel. 0332.771003

NinnaMamma

Abbigliamento Bimbo e Premaman

Viale Garibaldi, 89 21026 Gavirate VA

CENTRO SPORTIVO STADIUM

Via Milano, 25 Besozzo (VA)

Tel. 0332 771371 Fax 0332 745156

www.centrosportivostadium.it

**MICHELA
ACCONCIATURE**

Via Milano, 28 COCQUIO T. (VA)
Tel. 0332 - 70303

BAR ALBA

di Roin Cristina e Cabrera Lidia
Via Milano, 24
COCQUIO TREVISAGO (VA)

AGRITURISMO BONE'

Contrada Bonè, 8
Caldana di Cocquio (VA)

www.agriturismo-bone.com

caltagirone s.r.l.

Stampaggio Materie Plastiche
COCQUIO TREVISAGO (VA)
www.caltagironesrl.com

Caffetteria Pasticceria Cioccolateria
Sorelle **GB** Branchini

Via Verdi, 12 - COCQUIO TREVISAGO - 0332.700302

Centro Estetico

L'Armonia del Benessere

Piazza Mosè Luzzini, 2 GAVIRATE Tel. 0332.732007

**APICOLTURA
PIFFERO GIORDANO**
BREBBIA (VA)

AI PARTECIPANTI T-SHIRT IN OMAGGIO FINO ESURIMENTO SCORTE