



Comune
di Comano



BANCASTATO COMANORUN

5ª EDIZIONE

18.05.2025

www.comanorun.ch

KIDS RUN
RUNNING
WALKING
NORDIC WALKING

Asi ASSOCIAZIONE
SPORTIVA
TICINO E MOESA

 **BancaStato**

**DALLE ORE 12:00
MACCHERONATA
IN PIAZZA NAG ARNOLDI**
(GRATUITA PER I PARTECIPANTI)

Categorie Walking e Nordic Walking M/F09:00 **Walking** età libera 6 km*Percorso unico*09:05 **Nordic Walking** età libera 6 km**13:00 Sorteggio presso la piazza Nag Arnoldi****Categorie Giovanili M/F**09:30 **Piccole F*** dal 2019 0.2 km

*Importante: solo nella categoria piccoli i genitori che lo desiderano possono accompagnare i bambini sul percorso senza intralciare la corsa di chi gareggia da solo.

09:40 **Piccoli M*** dal 2019 0.2 km09:55 **Bambini** 2016-2018 0.6 km10:10 **Ragazzi U12** 2014-2015 1.2 km 2 giri percorso giovani10:30 **Ragazzi U14** 2012-2013 1.8 km 3 giri percorso giovani10:50 **Giovani U16** 2010-2011 3.0 km 5 giri percorso giovani

*Coppa Ticino
ASTI
BancaStato
giovanile*

13:15 Premiazione presso la piazza Nag Arnoldi

» Coppa ai primi 3 classificati di ogni categoria
» Medaglia ricordo a tutti i partecipanti

Categorie Adulti M/F11:30 **Gara principale** 2009 e prima 7 km 1 giro di lancio + 3 giri percorso grande

U18+U20 M/F (2006-2009), M/F 20 (2005-1986), M/F 40 (1985-1976),
M/F 50 (1975-1966), M60 (1965-1956), F60 (1965 e prima), M70 (1955 e prima)

*Coppa ASTI
BancaStato
di Podismo*

11:30 **Popolari** età libera 5 km 1 giro di lancio + 2 giri percorso grande**13:30 Premiazione presso la piazza Nag Arnoldi**



Iscrizioni e regolamento su
www.comanorun.ch

18.05.2025

Tassa e termini d'iscrizione

**Walking e Nordic
Walking**

Fr 20.- per le iscrizioni avvenute entro l'8 maggio 2025
Fr 30.- per le iscrizioni sul posto fino a 30 minuti dalla partenza

Categorie Giovanili

gratis fino l'8 maggio 2025.
Fr 10.- per le iscrizioni sul posto fino a 30 minuti dalla partenza.

Categorie Adulti

Fr. 20.- per le iscrizioni avvenute entro l'8 maggio 2025
Fr. 30.- per le iscrizioni sul posto, fino a 30 minuti prima della partenza

Facilitazioni

Rimborso di CHF 5.- della tassa d'iscrizione per clienti con Pacchetto BancaStato, presso gli sportelli BancaStato entro il 31.07.25

**Ritiro pettorali
e pacco gara**

Presso la Sala Multiuso di Comano, sabato 17 maggio 2025 dalle 17:00 alle 19:00 e domenica 18 maggio 2025 dalle 07:30 fino a 30 minuti prima della partenza della propria categoria





Iscrizioni e regolamento su www.comanorun.ch



Comune
di Comano



Studio Fiduciario
Mario Huber SA
Lugano

helvetia 
Dr. Tito Solari, Agente Generale
Agenzia generale Lugano Centro

Helsana



ail

omnisystem



 Nova Marine Carriers
YOU IMAGINE. WE SEA.