INFORMAZIONI UTILI

ROMA OSTIA HALF MARATHON 43ª

CONSIGLI PRIMA DELLA PARTENZA

COME RAGGIUNGERE LA PARTENZA

Il ritrovo dei partecipanti è alle ore 07:00, di fronte al Palalottomatica.

In auto o in pullman:

• dal Grande Raccordo Anulare (GRA): uscita 26 - Pontina in direzione Roma Centro, dopo un grande semaforo vedete di fronte la costruzione del Palalottomatica.
• da Roma Centro: considerate che per permettere la sistemazione delle numerose strutture di partenza per la gara, verrà chiusa via C. Colombo da Largo Pella (altezza Viale America) a Piazzale 25 Marzo 1957 (altezza Viale Oceano Pacifico) dalle ore 04:30.

Con i mezzi pubblici:

• prendete la Metropolitana Linea B direzione Laurentina e scendete alla fermata Eur Fermi. Proseguite a piedi verso il Palalottomatica, attraversando il ponte sul Laghetto dell'Eur per circa 800 metri.
Vi consigliamo di NON scendere alla fermata Eur Palasport, poiché la strada che porta alla partenza sarà chiusa anche ai pedoni dalle ore 7:00.

DOVE POSTEGGIARE L'AUTO

Per posteggiare l'auto, avete a disposizione tre aree:
- Parcheggio B del Centro commerciale Euroma2, accessibile da Via Paride Stefanini GRATUITO, per le prime 3 ore. Fino a 4 ore € 1,00 fino a 5 ore € 3 fino a 6 ore € 8. ogni ora successiva € 5.
- parcheggio dello Spazio Atlantico (parcheggio Oviesse a soli 300 m dalla partenza) situato all'inizio di Viale dell'Oceano Atlantico civico 271 D, all'angolo con via C. Colombo.
- a destra del Palalottomatica, su Viale dell'Umanesimo (la strada che porta all'Ospedale Sant'Eugenio) e sulle numerose vie limitrofe.

Le aree parcheggio indicate in questo foglio sono spazi pubblici non sorvegliati. L'organizzazione non si assume responsabilità per eventuali danni alle auto.

CONSIGLI AGLI ACCOMPAGNATORI PER RAGGIUNGERE L'ARRIVO

In auto o pullman:

È possibile raggiungere la zona di arrivo percorrendo la via Cristoforo Colombo fino alle ore 8:00. Dalle 8:00 in poi la Colombo sarà chiusa al traffico. Procedete fino al Bivio di Acilia dopo il quale dovrete immettervi nella corsia laterale di destra. All'altezza del semaforo subito dopo il segnale del km 25 della Colombo, girate a sinistra per Via del Lido di Castel Porziano. Giunti alla rotatoria del Dazio, potete imboccare Via Litoranea (girando subito a destra) e raggiungere il parcheggio della Stazione FS o, procedendo dritto verso il mare, raggiungere il Lungomare Amerigo Vespucci e poi girare a destra.Tutti i pullman delle società dovranno obbligatoriamente percorrere il solo Lungomare Amerigo Vespucci (qui è possibile anche parcheggiare l'auto) da sfruttare anche come parcheggio. È assolutamente vietata la sosta in doppia fila. Dopo le ore 8:00 Ostia è raggiungibile solo attraverso la Via Ostiense.

Con i mezzi pubblici:

Dalla zona partenza potete raggiungere facilmente la zona arrivo con i mezzi pubblici: dal Palalottomatica percorrete circa 800 metri a piedi, attraversando il ponte sul Laghetto, verso la fermata della Metropolitana Eur Fermi. Prendete la Metro B (in direzione Termini - Rebibbia) per due fermate e scendete alla Fermata Eur Magliana.
Da qui prendete la linea "Lido" e scendete all'ultima fermata C. Colombo.

CONSIGLI PER LASCIARE L'AUTO AD OSTIA IL GIORNO PRIMA DELLA GARA

Di fronte alla Stazione C. Colombo della Linea Roma-Lido (a 400 mt dall'arrivo) avete a disposizione ampi parcheggi. Se decidete di lasciare l'auto ad Ostia il giorno precedente la gara, vi raccomandiamo di rispettare i divieti di sosta imposti per permetterci di allestire la zona d'arrivo. È tassativamente proibito lasciare le auto sul Lungomare Lutazio Catulo, nel tratto tra Via L. Ori e la Rotonda e sul lungomare Amerigo Vespucci fino a 300 metri oltre lo Stabilimento balneare Venezia (le auto verranno rimosse).

IL PERCORSO

ALTIMETRIA RomaOstia 2017

INFORMAZIONI UTILI

CONSIGLI PER LA PARTENZA

SERVIZI NELLA ZONA DI PARTENZA

Nella zona di partenza troverete i servizi igienici (bagni chimici) ma non gli spogliatoi. Non è previsto il servizio di consegna pettorali la mattina della gara.

CONSEGNA BORSE

Contestualmente al pettorale all'Expo vi consegneremo una borsa (dove metterete gli indumenti da trasportare ad Ostia) e una targhetta con stampato il numero di pettorale e il numero del camion all'interno del quale depositare la borsa.
Compilate la targhetta (specificando il numero di telefono da comporre in caso di smarrimento della borsa) ed inseritela nell'apposita tasca trasparente della borsa.

NON SONO AMMESSE BORSE DIVERSE DA QUELLE UFFICIALI

Dovete consegnare le borse ai camion entro le ore 08:30. Vi consigliamo di depositare la borsa con anticipo, per evitare le consuete resse dell'ultimo minuto. I camion della consegna borse si trovano allineati presso la Via C. Colombo, nel tratto compreso tra la scultura di Arnaldo Pomodoro (il cono dorato) e via dell'Oceano Pacifico. Prima di mettervi in coda di fronte ad un camion, controllate sul vostro pettorale il numero del camion.
Si consiglia di non appesantire troppo la borsa e di non introdurvi beni delicati e/o di valore. L'organizzazione non si assume responsabilità per eventuali danneggiamenti e per quanto contenuto delle borse.

GRIGLIE DI PARTENZA

Alla partenza sarete suddivisi in sette griglie, a seconda del colore del numero del vostro pettorale. Ad ogni griglia corrisponde un colore (segnalato attraverso un cartello all'ingresso della griglia) e specifici numeri di pettorale:

Prima onda partenza ore 9:15
• Elite Runners
(Colore Bianco)
• Prima griglia - Top Runners
(Colore Nero)
• Seconda griglia - Best Runners
(Colore Rosso)
• Terza griglia - Good Runners
(Colore Azzurro)

Seconda onda partenza ore 9:22
• Quarta griglia - Front Runners
(Colore Verde)
• Quinta griglia - Runners
(Colore Fucsia)

Terza onda partenza ore 9:30
• Sesta griglia - Tap Runners
(Colore Arancione)
• Settima griglia - Fitwalkers
(Colore Marrone)

Ore 9:40 - Partenza 5KM

È vietato schierarsi in griglie diverse da quelle indicate dal colore del proprio pettorale di gara. I trasgressori verranno rilevati dal sistema elettronico di cronometraggio al momento del passaggio sulla linea di partenza e saranno quindi passibili di squalifica; i colpevoli di tale infrazione saranno comunque deferiti presso il Comitato organizzatore e ammoniti per eventuali successive edizioni della RomaOstia a cui volessero prendere parte.

Per garantire la sicurezza di tutti è vietato abbandonare qualsiasi indumento all'interno delle griglie di partenza; dovrete liberarvene prima dell'ingresso o dovrete gettarle al di fuori delle transenne alte.

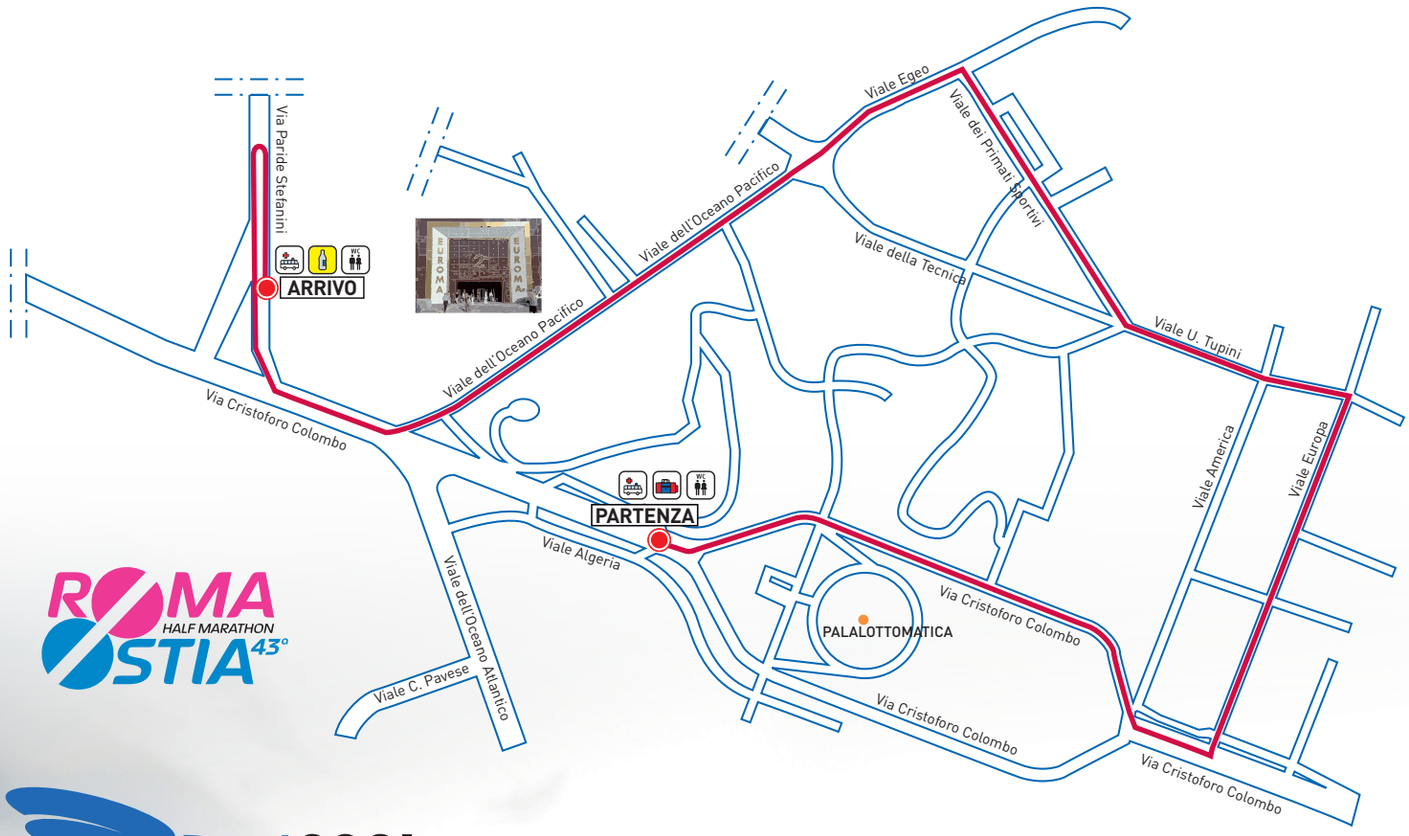
FITWALKERS

Anche quest'anno la RomaOstia ha aperto alla partecipazione dei Fitwalkers. Gli stessi percorreranno tutta la mezza maratona partendo dall'ultima griglia. I fitwalkers potranno usufruire di tutti i servizi dedicati ai runner partecipanti alla competitiva di corsa, incluso il trasporto borse.

12/03/2017 — **tempi di ingresso alle griglie**

	GRIGLIA	UOMINI	DONNE
PRIMA ONDA	**ELITE RUNNER** (bianca)	fino a 1h09'59"	fino a 1h24'59"
	PRIMA GRIGLIA (nera) - TOP RUNNER	1h10'00" <> 1h19'59"	
	SECONDA GRIGLIA (rossa) - BEST RUNNER	1h20'00" <> 1h29'59"	1h25'00" <> 1h29'59"
	TERZA GRIGLIA (azzurra) - GOOD RUNNER	1h30'00" <> 1h39'59"	1h30'00" <> 1h39'59"
SECONDA ONDA	**QUARTA GRIGLIA** (verde) - FRONT RUNNER	1h40'00" <> 1h49'59"	1h40'00" <> 1h49'59"
	QUINTA GRIGLIA (fucsia) - RUNNER	1h50'00" <> 2h09'59"	1h50'00" <> 2h09'59"
TERZA ONDA	**SESTA GRIGLIA** (arancio) - TAP RUNNER	oltre 2h10'00" e no time	oltre 2h10'00" e no time
	SETTIMA GRIGLIA (marrone) - WALKER		

PERCORSO 5KM



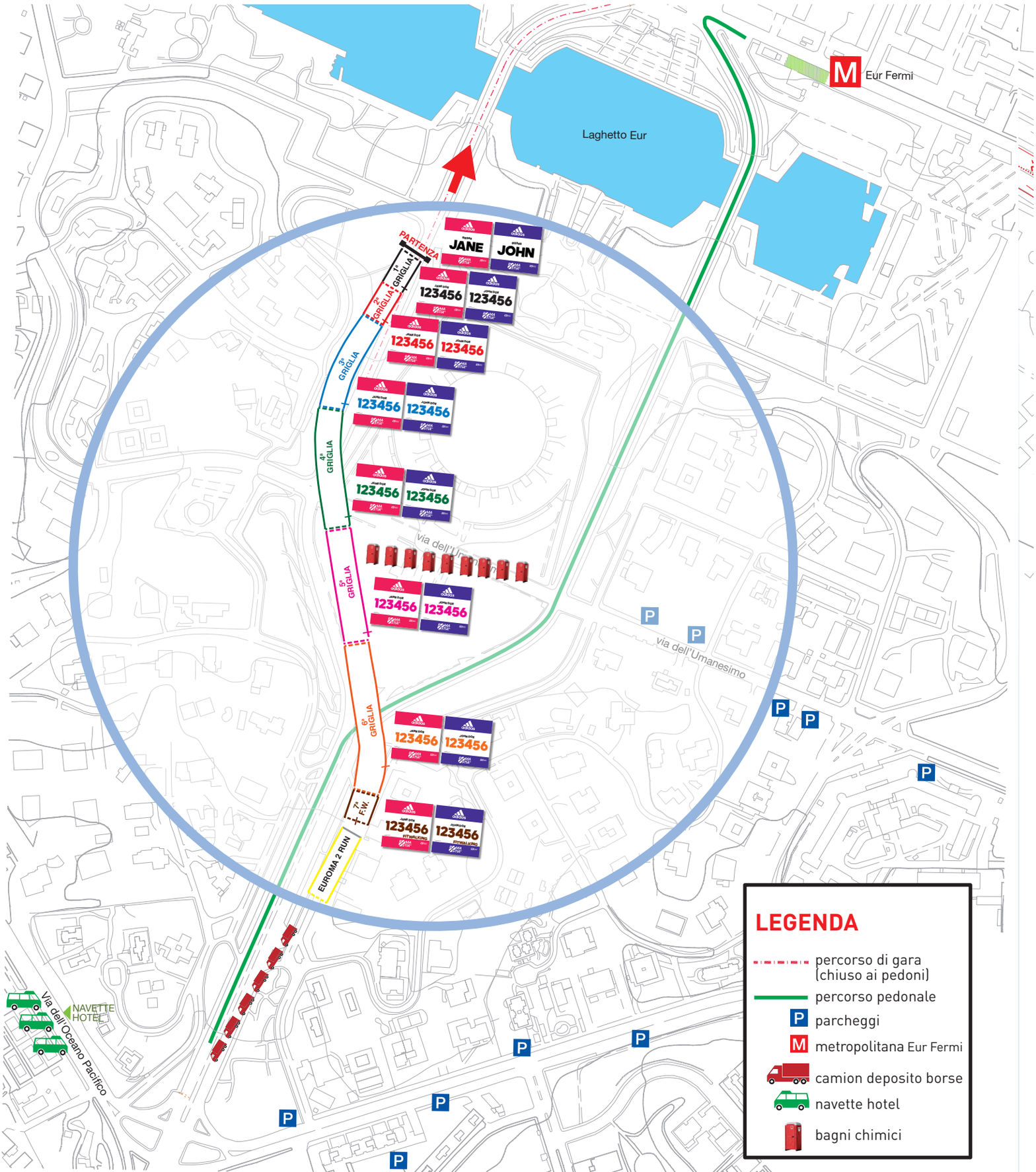
5KM
EUROMA2RUN
ROMAOSTIA2017

**COGI-
TO
ERGO
RUN...**

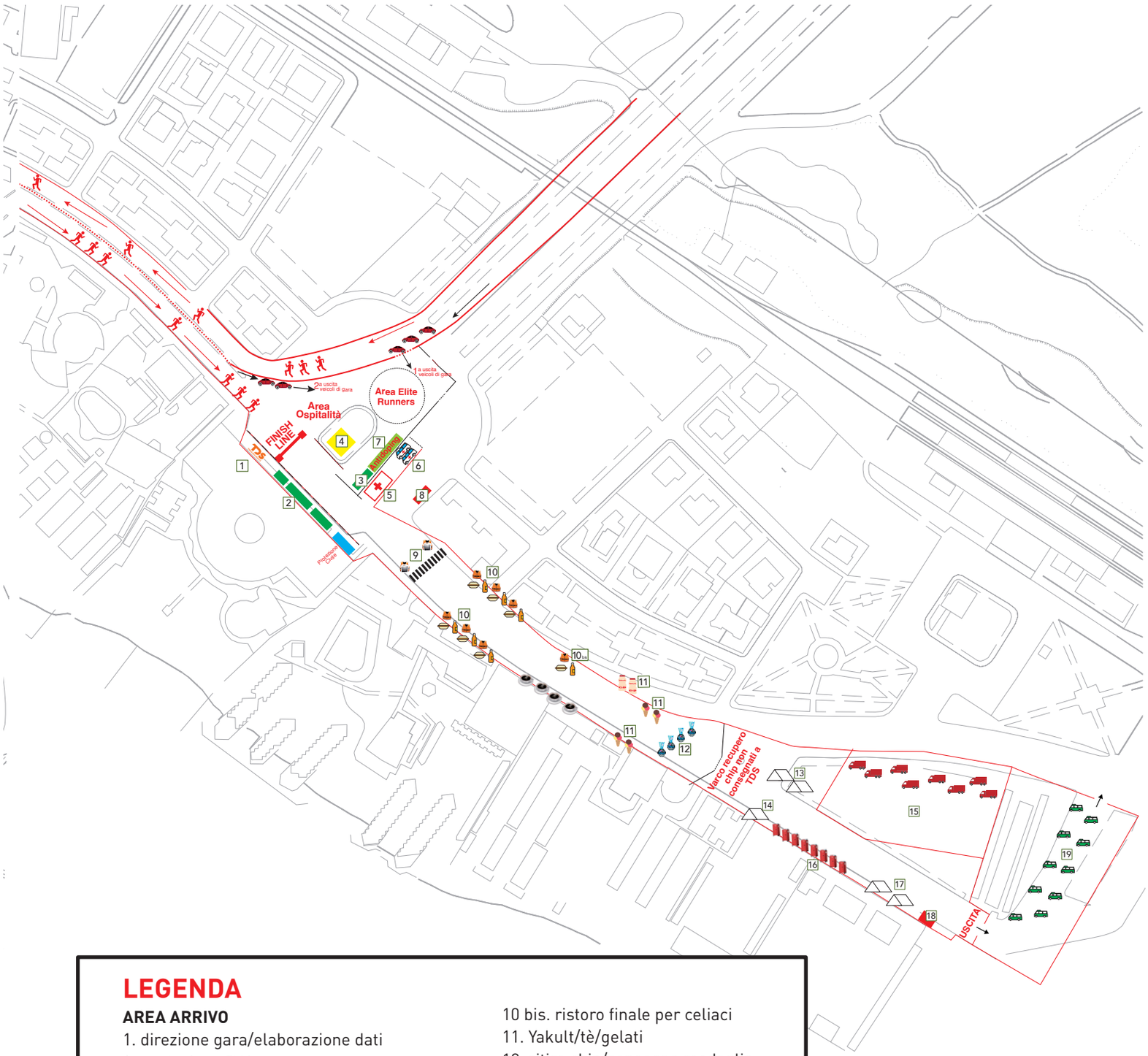
***Se corri, anche piano,
sarai sempre più veloce
di chi sta sul divano.***

ROMA HALF MARATHON OSTIA 43°

SCHEMA DI PARTENZA



SCHEMA DI ARRIVO



LEGENDA

AREA ARRIVO

1. direzione gara/elaborazione dati
2. postazione RAI
3. area RAI
4. palco
5. area CRI
6. ambulanze
7. controllo antidoping
8. area bimbi Mondo Convenienza
9. consegna K-way
10. ristoro finale
10 bis. ristoro finale per celiaci
11. Yakult/tè/gelati
12. ritiro chip/consegna medaglie
13. servizio massaggi
14. area defaticamento musica e animazione Virgin active
15. camion deposito borse
16. bagni chimici
17. tende spogliatoi
18. Carrefour market
19. bus navetta ospiti hotel

DURANTE LA GARA

É assolutamente vietato alle persone sprovviste di pettorale e/o in bicicletta, o con i pattini o con qualsiasi mezzo di occupare e/o transitare per la zona di partenza, il percorso e l'arrivo.
Saranno presenti lungo tutto il percorso addetti al controllo che faranno allontanare chi è sprovvisto di pettorale o transita con mezzi non autorizzati.

PACEMAKER

L'organizzazione ha messo a disposizione dei concorrenti i Pacemaker (lepri), che correranno la RomaOstia ad un ritmo controllato così da arrivare al traguardo con un tempo prestabilito. Questi sono i tempi finali per le 14 coppie di pacemaker dell'edizione 2017.

PRIMA ONDA (partenza ore 9:15)
- 1h 24' (3'59" al km di media)
- 1h 30' (4'15" al km di media)
- 1h 35' (4'30" al km di media)

SECONDA ONDA (partenza ore 9:22)
- 1h 40' (4'44" al km di media)
- 1h 45' (4'59" al km di media)
- 1h 50' (5'13" al km di media)
- 1h 55' (5'27" al km di media)
- 2h 00' (5'42" al km di media)

TERZA ONDA (partenza ore 9:30)
- 1h 45' (4'59" al km di media)
- 1h 50' (5'13" al km di media)
- 1h 55' (5'27" al km di media)
- 2h 00' (5'42" al km di media)
- 2h 06' (6'00" al km di media)
- 2h 15' (6'24" al km di media)

I tempi che seguiranno i Pacemaker sono calcolati in real-time rispetto al momento in cui passeranno sul tappeto sotto l'arco della partenza.

Se volete seguire un Pacemaker, cercate lo stand allestito presso l'Expo, nel quale potrete incontrare "quelli da seguire" e chiedere loro tutte le delucidazioni sul percorso e sulla gara.Se non avete incontrato i Pacemaker all'Expo, potrete ugualmente unirvi a loro la mattina della gara.
Li riconoscerete grazie alla divisa su cui è scritto il tempo corrispondente ad ognuno, e grazie al palloncino colorato con il tempo finale che li renderà visibili da lontano.
I pacemaker si ritroveranno a Piazzale Nervi alle ore 8:30 nei pressi della scultura di Arnaldo Pomodoro (il cono dorato).

CRONOMETRAGGIO

L'elaborazione delle classifiche sarà curata dalla TDS - Timing Data Service, tramite il chip che ciascun atleta troverà già applicato al pettorale e che **ASSOLUTAMENTE NON DOVRETE RIMUOVERE** fino alla fine della gara. Il chip registra il Real Time (che misura il tempo dal momento in cui si passa sulla linea di partenza a quello in cui si passa sulla linea di arrivo).
La sola fascia Élite verrà classificata con il "Tempo Ufficiale", tutti gli altri verranno invece classificati in base al "Real Time". Il Real Time verrà anche preso in considerazione per l'assegnazione dello zaino Adidas esclusivo e per le premiazioni di categoria.

RISTORI

Lungo il percorso troverete tre rifornimenti, al km 5,6 con acqua, al km 10,9 con acqua e integratori, al km 16,5 con acqua e arance. Presso i ristori lungo il percorso gli atleti ritirati potranno riconsegnare il chip e trovare un bagno chimico. Ogni ristoro prevede piщ tavoli disposti su entrambi i lati del percorso. In caso di sovraffollamento nei primi tavoli si consiglia di scorrere in avanti per ristorarsi a quelli successivi.

SPUGNAGGIO

In caso l'organizzazione reputi che le condizioni metereologiche lo richiedano, sarà posizionato un punto spugnaggio al km 14,2.

SERVIZIO MEDICO

Il servizio medico sarà curato dalla Croce Rossa Italiana, che metterà a disposizione 16 ambulanze, 4 soccorritori in bici, una moto medica, 18 squadre di soccorritori ed infine 2 PMA (posto medico avanzato) all'arrivo, completo di allestimenti attrezzati, con medici e relative strumentazioni sanitarie.

TEMPI LIMITE

Il tempo massimo di gara è stabilito in 3 ore e 30 minuti.
Saranno istituiti due cancelli:
- Km 10: per chi non transita entro 1 ora e 40 minuti;
- Km 15: per chi non transita entro 2 ore e 30 minuti.

Tutti gli atleti (inclusi i fitwalkers) che transiteranno dopo tali tempi saranno invitati dagli addetti a fermarsi.

ZONA ARRIVO

KWAY

All'arrivo vi consegneremo dei K Way per ripararvi dal freddo e dal vento subito dopo il traguardo.

RISTORO FINALE

Al termine della gara, ogni atleta munito di pettorale riceverà un pacco ristoro contenente acqua, integratore, Frullà, latte, miele, barretta energetica, chewing gum, 1 mela. Inoltre saranno presenti postazioni per tè caldo, yogurt Yakult e gelato Algida. Si fa presente che, una volta superata ogni postazione dell'area ristoro non sarà possibile tornare indietro, questo per favorire un regolare deflusso dei tanti partecipanti giunti all'arrivo. Ci sarà inoltre una postazione ristoro riservate agli atleti CELIACI.

RICONSEGNA DEI CHIP

Dopo l'arrivo dovrete riconsegnare il chip di cronometraggio al nostro personale addetto e contestualmente potrete ritirare la meritata medaglia di finisher della RomaOstia.
Gli atleti ritirati potranno riconsegnare il chip esclusivamente agli addetti dei ristori lungo il percorso. Gli atleti che hanno ritirato il chip all'Expo ma che non hanno partecipato alla gara, dovranno riconsegnare lo stesso o spedirlo all'organizzazione (G.S. Bancari Romani, via Marco Polo 104, 00154 Roma) entro e non oltre il 15 aprile 2017. Chi non restituirà il chip entro tale data, dovrà pagare € 18,00 di risarcimento. Alle società vincitrici il costo dei chip eventualmente smarriti, sarà decurtato dal premio in denaro previsto.

MEDAGLIA DI FINISHER

A tutti coloro che giungeranno al traguardo, entro il tempo limite, alla restituzione del chip consegneremo l'esclusiva medaglia di finisher della RomaOstia.

MASSAGGI

Dopo il ritiro dei chip ci sarà la possibilità di usufruire di un servizio gratuito di massaggi offerti da CETILAR.

Si fa presente che, una volta usciti dall'area del ristoro finale (varco di uscita dopo la consegna medaglie) non sarà più possibile tornare indietro e rientrare un quest'area. Stessa cosa per quanto riguarda la zona del recupero borse. Si rammenta inoltre che tutte le aree circoscritte da transenne sono interdette a tutti i non partecipanti.

DOPO LA GARA

RITIRO DELLE BORSE

Troverete i camion del deposito Borse allineati dopo la zona ristoro (ossia dopo la zona delimitata dalle transenne alte), a circa 300 metri dall'arrivo. Posizionatevi di fronte al camion giusto. Controllate in basso sul vostro pettorale il numero del camion.

DOCCE E SERVIZI IGIENICI

Lo stabilimento balneare Sporting Beach ha messo a disposizione dell'organizzazione ampi spazi, cabine e docce, per permettere, a chi ne volesse usufruire, di lavarsi e cambiarsi.

RITIRO PREMIO MATERIALE ADIDAS

Dalle ore 11:45 gli atleti dal 21° al 200° e le atlete dalla 21ª alla 50ª potranno ritirare il materiale sportivo Adidas in premio presso lo stabilimento Sporting Beach, seguendo la segnaletica.
Coloro che non ritireranno il premio dopo la gara, potranno trovarlo presso la sede del G.S. Bancari Romani da martedì 15 marzo. Non è prevista la spedizione degli stessi per gli atleti provenienti da fuori Roma.

PREMI IN DENARO

I premi in denaro saranno erogati con Bonifico Bancario ai beneficiari entro 60 giorni (dopo i risultati dei controlli antidoping). Gli atleti dovranno compilare alcuni moduli, presentando documento di identità ed il codice fiscale.

Premi di Categoria

Sono esclusi dai premi di categoria gli uomini classificati dal 1° al 200° posto e le donne classificate dal 1° al 50° posto. Verranno premiate solo le categorie maschili e femminili a partire dagli MM45 e MW45, fino agli over 80. I primi 15 delle categorie che avranno all'arrivo almeno 100 classificati, i primi 10 delle stesse categorie che avranno da 51 a 99 classificati, i primi 5 delle categorie che avranno da 21 a 50 classificati e i primi 3 delle categorie che avranno 20 classificati o meno. Per le classifiche di categoria verrà considerato il Real Time.
Queste premiazioni si svolgeranno in luogo e data che verranno comunicati e segnalati entro 60 giorni dalla data della manifestazione, in concomitanza alle premiazioni di società, dei record per età e della categoria non vedenti.

Premi Assoluti

UOMINI	
1°	3.000 €
2°	1.500 €
3°	800 €
4°	600 €
5°	500 €
6°	400 €
7°	300 €
8°	250 €
9°	200 €
10°	150 €
da 11° a 20°	100 €
da 21° a 200°	materiale sportivo ADIDAS

DONNE	
1°	3.000 €
2°	1.500 €
3°	800 €
4°	600 €
5°	500 €
6°	400 €
7°	300 €
8°	250 €
9°	200 €
10°	150 €
da 11° a 20°	100 €
da 21° a 50°	materiale sportivo ADIDAS

I premi in materiale sportivo non sono cumulabili con quelli in denaro (compreso il montepremi per gli italiani).

MONTEPREMI ATLETI ITALIANI UOMINI E DONNE	
1°	500 €
2°	250 €
3°	200 €
4°	150 €
5°	130 €
6°	100 €
7°	90 €
8°	80 €
9°	70 €
10°	60 €
da 11° a 20°	50 €

Il premio individuale conseguito nella classifica atleti italiani/e potrà essere cumulato al premio in denaro eventualmente vinto in base alla classifica generale assoluta

Premi di Società

1°	1.500 €
2°	1.200 €
3°	1.000 €
4°	800 €
5°	600 €
6°	500 €
7°	400 €
8°	300 €
9°	250 €
10°	200 €
da 11° a 15°	SOCIETÀ 150 €
da 16° a 20°	SOCIETÀ 100 €

Società con almeno 50 classificati non comprese fra le prime 20, rimborso forfettario di 60 Euro.
Queste premiazioni si svolgeranno in luogo e data che verranno comunicati e segnalati, in genere a circa 60 giorni dalla data della manifestazione, in concomitanza alle premiazioni di categoria e dei record per età.

Record per Età

Daremo un riconoscimento a coloro che batteranno i record per età in carica.

CLASSIFICHE

I risultati ufficiosi saranno disponibili subito dopo l'arrivo sul sito www.romaostia.it.
e su www.tds-live.com.

COME TORNARE ALLA ZONA DI PARTENZA

Per tornare alla zona di partenza, prendere il treno linea Roma-Lido alla fermata C.Colombo e scendere a Eur Magliana (tempo di percorrenza 20 minuti circa). Da Eur Magliana con la Metropolitana (Linea B) scendere alla fermata Eur Fermi (2 fermate).
Vi consigliamo di premunirvi di biglietto Atac per il rientro a Roma.

FAMA CRESCIT EUNDO
ROMA OSTIA
HALF MARATHON
43ª
adidas
IAAF Road Race GOLD Label
matitegiovanotte forlì - www.matitegiovanotte.it

12 MARZO 2017 - KM 21,097

ENERVIT Science in Nutrition · La Gazzetta dello Sport Tutto il rosa della vita · POLAR · Yakult · LEVISSIMA · TDS Timing Data Service · Barceló Aran Mantegna · Askoll I am electric · market ti adoro

ALGIDA · Vigorsol easy · VIVIDENT · S85 Sport Ottanta Cinque · Virgin active · EUROMA2 Shopping Experience · Centrale del Latte di Roma L'Innovazione è Centrale · natura nuova un mondo più buono · Arancia Bellino

Melavi · Miele Praconi · Minguzzi s.r.l. · Lipton · Hero · Dimensione Suono Roma FM 101.9 Il ritmo della Capitale · Porta Portese · ROMATODAY.IT · 1C Canale Dieci

ROMA · Regione Lazio · Federazione Italiana di Atletica Leggera · GS Bancari Romani · Federbalneari Roma

WWW.ROMAOSTIA.IT