

# PENZ...iamo a Chiasso

3<sup>a</sup> edizione

## Corsa podistica e (nordic-)walking nel polmone verde di Chiasso

### PROGRAMMA

- 07.45** Apertura iscrizioni allo Stadio Riva IV
- 08.30** Riscaldamento musicale
- 09.00** Partenza del (nordic-) walking (lungo e corto)
- 10.30** Partenza della corsa podistica
- 11.00** Giro delle famiglie
- 12.15** Premiazione corsa podistica
- 12.30** Pranzo offerto al Palapenz

### ISCRIZIONE

L'iscrizione può essere effettuata via web fino a:

**VENERDÌ 29 AGOSTO (WWW.CHIASSO.CH/PENZIAMO)**

La tassa di iscrizione per i partecipanti alla corsa podistica è di CHF 15.- e al nordic walking di CHF 10.-. Chi si iscriverà sul posto pagherà una sovrattassa di CHF 5.- per tutte le categorie.

Sono esentati i nati dopo il 1999 (quindi chi ha meno di 15 anni) e i partecipanti al giro delle famiglie. Un ricordo della manifestazione verrà offerto a tutti coloro che parteciperanno alla corsa, al (nordic-) walking e ai bambini che percorreranno il giro delle famiglie.

### PRANZO OFFERTO

Il pranzo verrà offerto a tutti i partecipanti alla manifestazione (bibite escluse).

### PREMI:

Saranno corrisposti premi ai primi 3 classificati della corsa podistica nella categoria maschile e femminile senza distinzione d'età.

I percorsi sono visionabili sul sito [www.chiasso.ch/penziamo](http://www.chiasso.ch/penziamo)

### ASSICURAZIONE

L'assicurazione è a carico dei partecipanti. Gli organizzatori declinano ogni responsabilità in caso d'incidente, danni materiali o furto.

### SPOGLIATOI E DOCCE

È possibile utilizzare gli spogliatoi, le docce e i servizi igienici del Palapenz. Gli spogliatoi restano **incustoditi** per tutta la durata della manifestazione.

### PARCHEGGI

I partecipanti sono invitati a raggiungere la zona di partenza a piedi, in bici, o coi mezzi pubblici. Attorno al Palapenz è comunque a disposizione un'ampia area di parcheggio.

<b>CORSA PODISTICA:</b>	<b>distanza:</b>	<b>10'626 m;</b>	<b>dislivello:</b>	<b>314 m</b>
<b>WALKING LUNGO:</b>	<b>distanza:</b>	<b>15'410 m;</b>	<b>dislivello:</b>	<b>680 m</b>
<b>WALKING CORTO:</b>	<b>distanza:</b>	<b>11'135 m,</b>	<b>dislivello:</b>	<b>476 m</b>
<b>GIRO FAMIGLIE:</b>	<b>distanza:</b>	<b>3'659 m;</b>	<b>dislivello:</b>	<b>20 m</b>

Per informazioni e iscrizioni: [www.chiasso.ch/penziamo](http://www.chiasso.ch/penziamo)

con il sostegno di:

CAFFÈ  
**CHICCO  
D'ORO**

**ecsa**  
SINCE 1913  
centonze

Con Allianz Suisse  
è meglio

Il vostro consulente:  
Gastone Coltamai  
078 788 40 30  
Agenzia generale Simone Quadri

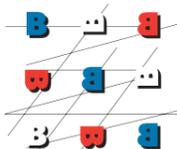
Allianz

**SPORTXX**  
MIGROS



Comune di Chiasso

**age** acqua  
gas  
elettricità



GRUPPO BANCHE CHIASSO



Società Federale Ginnastica Chiasso  
[www.sfgchiasso.ch](http://www.sfgchiasso.ch)

**HUPAC**

**WALTER COCCARELLI**  
PHOTO-GRAPHIC Studio  
CHIASSO Via Soldini 19

consegna a  
domicilio  
via Sottobisio 5  
6828 Balerna  
091 697 63 43  
[info@borgovecchio.ch](mailto:info@borgovecchio.ch)

**Borgovecchio.ch**  
vini • veine • vins



**ALSCO**  
Swiss

via al Mulino  
CH- 6943 Vezia (Lugano)  
Tel. (0041) 091 968 21 50  
Fax. (0041) 091 968 21 54

> Progetto Stampa SA

Tipografia

via simen 7a  
6830 CHIASSO  
T. +41 91 690 50 60  
[info@progettostampa.ch](mailto:info@progettostampa.ch)