



**30 APRILE 2022  
PARTENZA ORE 16.00  
FELETTO UMBERTO / VIA UDINE**

# **FRAZIONE K**

**STRACITTADINO  
STRADIVERTENTE  
STRAFELETTO!**



# **COPPA FRIULI**

**PARTENZA & ARRIVO  
VIA UDINE / FELETTO**

**ORE 14.00/15.40 RITROVO / ISCRIZIONI  
ORA 18.00 PREMIAZIONI**



# REGOLAMENTO RACE



## UN TOBOGA INEBRIANTE LUNGO LE STRADE DEL CENTRO CITTADINO DI FELETTO UMBERTO. ACCOMPAGNATI DAL CALORE DELL'ASFALTO E DEL TIPO A BORDO STRADA . IL 4° CAPITOLO DEL CIRCUITO DI COPPA FRIULI 2022 SI CHIAMA "FRAZIONE K". DURA COME LA PIETRA, POETICA COME UN TRAMONTO.

### ORGANIZZAZIONE

KEEP MOVING ASD  
VIA MARTIGNACCO, 146  
UDINE

### RESPONSABILE

MASSIMILIANO PIVIDORE  
PRESIDENTE KEEP MOVING ASD  
3391066866

### PROGRAMMA

RITROVO, ISCRIZIONI AREA  
PARCHEGGIO AUTO  
ELETTRICHE DALLE ORE 14.00  
ALLE 15.40. PARTENZA DA  
VIA UDINE FELETTO UMBERTO  
ORE 16.00

### REQUISITI DI PARTECIPAZIONE DEGLI ATLETI

POSSENO PARTECIPARE ATLETI  
IN POSSESSO DI REGOLARE  
TESSERA AGONISTICA (FIDAL,  
RUNCARD O EPS CON  
PRESENTAZIONE CERTIFICATO  
DI IDONEITÀ AGONISTICA)

### ISCRIZIONI

**GARASINGOLA**  
8 € FINO A 3 GIORNI PRIMA  
13 € IL GIORNO DELLA PROVA

### PERCORSO

LUNGHEZZA PERCORSO MT. 9700  
ca. TRACCIATO È VARIO, VELOCE.  
SI CORRE LUNGO STRADE  
ASFALTATE E CICLABILI, NON  
PRIVO DI DIFFICOLTA'  
(COMUNQUE ALLA PORTATA DI  
TUTTI)

### RISTORO

PARCO DI VILLA TININ

### CHIUSURA MANIFESTAZIONE

ALL'ARRIVO DELL'ULTIMO  
PARTECIPANTE E COMUNQUE  
ENTRO LE ORE 17.20

### PREMIAZIONI

ORE 18.00 (CIRCA)

### CATEGORIE MASCHILI

I PRIMI 3 CLASSIFICATI DELLE  
CATEGORIE:  
SM (CON ACCORPATI JM+PM),  
SM35, SM40, SM45, SM50, SM55,  
SM60, SM65 E DALLA SM70 IN POI  
(UNICA CATEGORIA)

### CATEGORIE FEMMINILI

LE PRIME TRE CLASSIFICATE DELLE  
CATEGORIE:  
SF (CON ACCORPATI JF+PF), SF35,  
SF40, SF45, SF50, SF55 E DALLA  
SF60 IN POI (UNICA CATEGORIA)

### SOCIETÀ

SARANNO PREMiate LE PRIME  
3 SOCIETÀ MASCHILI E LE  
PRIME 3 SOCIETÀ FEMMINILI  
CON IL MAGGIOR NUMERO DI  
PUNTI

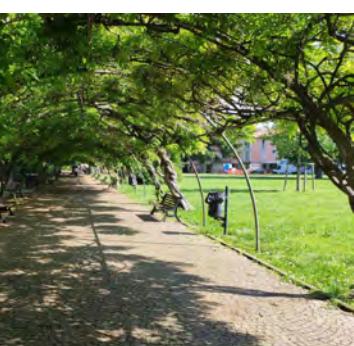
### SERVIZI

AMBULANZA

PER QUANTO NON CONTEMPLATO NEL  
PRESENTE VOLANTINO  
VIGE IL [REGOLAMENTO DI  
COPPA FRIULI 2022](#).  
SARÀ ATTIVO RISTORO E CHIOSCO  
RISERVATO AI PARTECIPANTI DURANTE  
TUTTA LA MANIFESTAZIONE. IL  
PRESENTE OPUSCOLO PUÒ ESSERE  
ESPOSTO UNICAMENTE IN LOCALI  
PUBBLICI DEL COMUNE DI  
TAVAGNACCO, L'EVENTUALE  
RINVENIMENTO DELLO STESSO IN  
LOCALI PUBBLICI DI ALTRI COMUNI È  
DA CONSIDERARSI PURAMENTE  
CASUALE E COMUNQUE NON  
PREDISPOSTO DA QUESTA  
ORGANIZZAZIONE.



KEEP MOVING



# KEEP MOVING ASD

La KEEP MOVING è un associazione con uno spirito diverso che vede il movimento fisico come occasione di aggregazione, benessere e salute per tutte le persone, ma anche di realizzazione per chi cerca nell'attività sportiva agonistica un mezzo per esprimere sé stesso. Amore per lo sport e di come lo sport possa essere occasione per stare bene insieme sono il nostro mantra e il desiderio di avviare all'attività fisica, ludica e/o agonistica, bambini, ragazzi e adulti in un ambiente amichevole, sano e sereno.



**COPPA FRIULI**  
**30 APRILE 2022**  
**PARTENZA ORE 16.00**  
**FELETTO UMBERTO**  
**VIA UDINE**



COMUNE DI  
**TAVAGNACCO**



KEEP MOVING

AREA  
FESTEGGIAMENTI

PARTENZA  
ARRIVO

- 1° Giro
- 2° Giro
- Tratto finale

**PARTENZA & ARRIVO**  
IN VIA UDINE  
FELETTO UMBERTO  
ORE 14.00/15.40 **RITROVO/ICRIZIONI**  
ORE 18.00 **PREMIAZIONI**

DISTANZA  
9,70 km

PEND. MEDIA  
0%

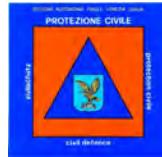
ASCESA TOTALE  
26 m

DISCESA TOTALE  
26 m



**40° Circuito**  
**COPPA FRIULI**  
**2022**

FEDERAZIONE ITALIANA  
DI ATLETICA LEGGERA



# COPPA FRIULI

30 APRILE 2022

PARCO VILLA TININ



KEEP MOVING



**AREA  
SPORT**  
MY EMOTIONAL SHOES



**DESPAR**



**BCC** BANCA DI UDINE

GRUPPO BCC ICCREA



*Fioreria Dolina*

**Agriturismo  
TONUTTI**  
ADEGLIACCO



**ZORATTI**  
SALUMIFICIO