

# REGOLAMENTO SALITA ALLA GUARDIA 2025

La Cambiaso Riso Running Team Genova con il Patrocinio del Comune di Ceranesi organizza la: **18^ Salita alla Guardia l' 11 Maggio 2025** lungo il percorso dell'ex guidovia dalla Gaiazza al Santuario della Madonna della Guardia sulla lunghezza di 6,7 km per 484 metri di dislivello positivo.

In **programma** la gara agonistica, la non competitiva e la Family Run a passo libero. Gli organizzatori si impegnano a offrire un'esperienza indimenticabile per tutti gli amanti dello sport e della natura.

Per tutte le informazioni dettagliate sull'evento, vi invitiamo a visitare il sito ufficiale della gara: <http://salitaallaguardia.blogspot.com>

Ecco le principali informazioni riguardanti il ritrovo e le iscrizioni

## RITROVO E PUNTO ISCRIZIONI

- **Data e Orario:** Domenica 11 Maggio a partire dalle ore 7:30.
- **Luogo:** Gaiazza (Ceranesi/Genova), presso il Ristorante Luigina.
- **Eventi:** Iscrizioni ai vari eventi (competitiva, non competitiva, family run)
- Partenza della gara e dei vari eventi posti in fondo al gruppo della competitiva alle ore 09:30

## ISCRIZIONE ALLA CORSA COMPETITIVA SALITA ALLA GUARDIA

- La partecipazione alla gara podistica è aperta ai tesserati FIDAL, UISP, e agli atleti liberi di età superiore ai 16 anni, muniti di certificato medico-sportivo per attività agonistica in corso di validità.

## MODALITA' DI ISCRIZIONE:

a) Presso il negozio [Genova Running](#) di via Cipro

- 1) al **PREZZO AGEVOLATO di 8 euro** entro le ore 18:00 di Sabato 19/4
- 2) al **costo di 10 euro** da Lunedì 21/4 a Venerdì 09/5 entro le ore 18:00

b) Online su [www.cronorun22.it](http://www.cronorun22.it) (entro le ore 23:59 di Venerdì 09/5) al **costo di 10 euro**, da pagare il giorno della gara al ritiro del pettorale presso la Gaiazza.

c) Direttamente il giorno della gara, fino ad esaurimento pettorali, presso il Punto Iscrizioni entro le ore 09:00, **al costo di 12 euro**.

- **Chiusura iscrizioni:** **al raggiungimento dei 200 iscritti.**

- **Pacco gara solo per la gara competitiva**

Sarà consegnata all'arrivo, esibendo il pettorale.

- **Consegna delle borse**

Il giorno della gara entro le ore 08:45 su un camion apposito, per poi ritirarle presso la zona arrivo.

Per ulteriori dettagli e aggiornamenti, vi invitiamo a consultare il sito ufficiale della gara <http://salitaallaguardia.blogspot.com>

## INFORMAZIONI SULL'ISCRIZIONE AGLI ALTRI EVENTI DI CONTORNO

Iscrizioni per **la Corsa Non Competitiva, Family Run e Camminata**, aperte a tutti, non occorre il certificato medico.

- Le iscrizioni sono possibili solo il giorno della gara, presso il Punto Iscrizioni situato presso il Ristorante Luigina entro le ore 09:00.
- Costo di **8 euro**
- Non si è inseriti in classifica
- Nell'iscrizione sono inclusi il ristoro lungo il percorso e al termine.

## ORARIO PARTENZE DEI VARI EVENTI

- Ore 09:30: Partenza della corsa competitiva Salita alla Guardia (cronometrata) a seguire pubblicazione della classifica
- in fondo al gruppo della competitiva sempre alle ore 9:30 partiranno:  
corsa non competitiva, camminata, Family Run. Tutti questi eventi non comportano l'inserimento in classifica

Le manifestazioni si svolgeranno indipendentemente dalle condizioni meteorologiche.

## PERCORSO

- Lunghezza: 6,7 km.
- Dislivello: 484 metri.
- Pendenza media: 7,4%.
- La gara e tutti gli eventi in programma si svolgono lungo il percorso dell'ex guidovia, dal tratto Gaiazza fino al Santuario della Madonna della Guardia.
- Partenza dal Ristorante Luigina Gaiazza
- Arrivo di fronte al Santuario, offrendo una vista panoramica a 360° su tutta la vallata.

## RISTORI

- Sarà disponibile acqua lungo il percorso della gara.
- Al termine della gara, presso la struttura "Il Caminetto", situata a pochi metri dall'arrivo, sarà allestito un ristoro finale.

## PREMI per la sola corsa competitiva

- I premi saranno assegnati esclusivamente agli iscritti alla corsa competitiva **Salita alla Guardia**.

a) Saranno premiati i primi 3 uomini e le prime 3 donne assolute.

b) Saranno premiati i primi 3 uomini e le prime 3 donne nelle seguenti categorie di età: 16/22, 23/34, 35/39, 40/44, 45/49, 50/54, 55/59, 60/64, 65/69, 70/74, 75 e oltre.

c) Premio SPECIALE a chi migliorerà il record maschile e femminile della gara

**Davide Cavalletti** 29'04" (record del 2024)

**Iris Baretto** 35'56" (record del 2024)

d) Saranno conferite coppe alle 3 società con il maggior numero di partecipanti.

e) Verrà assegnato un premio speciale alla società con più di 25 partecipanti che completano la gara.

E' assolutamente vietato abbandonare il tracciato gara e lasciare rifiuti sul percorso

SI RINGRAZIANO Il Comune di Ceranesi, i volontari e amici della Cambiaso Risso Running Team, i volontari della G.S. Gaiazza Ceranesi, i volontari della Croce Rossa di Geo, la Protezione Civile, e gli SPONSOR

gli organizzatori

CAMBIASO RISSO RUNNING TEAM GENOVA