



# MILANO 21

HALFMARATHON



# FAST VS DISTANCE

21K

14K

10K

7K

27/11/2021

MILANO PARCO IDROSCALO

**RACE  
BOOK**

## BENVENUTI A

Cari Runner,  
benvenuti alla Ganten Milano21 Half Marathon!

Con grande piacere vi diamo il benvenuto a questa Special Edition - Fast vs Distance.

**Quest'anno il format rivisitato dell'evento** prevede partenza e arrivo presso le tribune del Parco Idroscalo, il cuore verde di Milano. Una location a stretto rapporto con la città che grazie ai suoi ampi spazi e un intenso lavoro di riqualifica è diventata un riferimento per lo **sport milanese. E' qui che il branco, con le sue due anime** Fast e Distance, darà il via alle gare del 27 novembre sulle quattro distanze di 21km, 14km, 10km e 7km. La sfida prevede un tracciato pianeggiante e veloce che permette di puntare al proprio personal best.

Si ringrazia la Regione Lombardia per il contributo dato **all'evento e il Parco Idroscalo di Milano per l'ospitalità.** Si ringrazia inoltre Ganten per l'acqua fornita a tutti gli atleti in gara.

Il nostro scopo è offrire a tutti voi, venuti da lontano e da vicino, **un'esperienza sportiva unica e indimenticabile.**

Grazie per la vostra presenza e buona gara a tutti, ci **vediamo all'arrivo!**

Un cordiale saluto  
FollowYourPassion

**INDICE**

1. Programma evento	pg.4
2. Mappe Percorsi	pg.5-8
3. Ritiro pettorale e pacco gara	pg.9
4. Deposito borse	pg.10
5. Ristori	pg.12
6. Info generali	pg.13
7. Norme anti-covid	pg.15

## PROGRAMMA EVENTO

## VENERDÌ 26 NOVEMBRE 2021

Dalle ore 16.30 alle ore 18.30: ritiro pettorali e pacco gara presso il Village situato presso il piazzale adiacente **all'ingresso di Porta Maggiore (via Circonvallazione ovest)**

## SABATO 27 NOVEMBRE 2021

Dalle ore 7.30 alle ore 10.45: ritiro pettorali e pacco gara presso il Village situato presso il piazzale adiacente **all'ingresso di Porta Maggiore (via Circonvallazione ovest)**

Ore 11.00: partenza Ganten Milano21 Half Marathon

Ore 11.03: partenza 10km, 14km e 7km

Ore 13.45: premiazioni Ganten Milano21 Half Marathon e 10km presso il palco **dell'area Expo**

## I PERCORSI

Ganten Milano21 Half Marathon - 21km : la gara prevede tre giri in senso orario con partenza e arrivo sotto le tribune.



Ganten Milano21 Half Marathon - 14km : la gara prevede due giri in senso orario con partenza e arrivo sotto le tribune.



Ganten Milano21 Half Marathon - 10km : la gara prevede un primo passaggio in direzione opposta rispetto alle altre distanze, con inserimento nel tracciato comune dopo il giro di boa.



Ganten Milano21 Half Marathon - 7km : la gara prevede un giro unico in senso orario con partenza e arrivo sotto le tribune.





## RITIRO PETTORALI E PACCO GARA

I pettorali di gara potranno essere ritirati nei giorni di:

- venerdì 26 novembre dalle 16.30 alle 18.30
- sabato 27 novembre dalle ore 7.30 alle ore 10.45

La **SEGRETERIA ORGANIZZATIVA** è situata presso il piazzale adiacente allo skate park, **ingresso maggiore, parcheggio riviera ovest lato tribune**. In concomitanza alla consegna del pettorale verrà consegnato anche il pacco gara.

## RITIRO TERZE PERSONE

I pettorali potranno essere ritirati anche da terze persone, con:

- delega scritta
- fotocopia di un **documento di riconoscimento** in corso di validità
- **GREEN PASS** della persona per il quale si ritira il pettorale.

## RITIRO SOCIETA'

In caso di **iscrizioni societarie**, pervenute alla segreteria su modulo cumulativo, esse dovranno essere **RITIRATE TUTTE INSIEME DAL RAPPRESENTANTE DELLA SOCIETÀ SPORTIVA** se è stata indicata questa opzione sul modulo; i singoli pettorali non potranno essere richiesti individualmente dai tesserati.

## DEPOSITO BORSE

Il **deposito borse** è situato in adiacenza DELLA SEGRETERIA. In rispetto delle normative di sicurezza anti-covid sarà possibile usufruire del deposito borse seguendo le seguenti REGOLE:

- Ogni borsa personale dovrà essere inserita nel **SACCA RETINATA FOLLOWYOURPASSION** che verrà consegnata con il pacco gara.

- Ogni sacca ha le **dimensioni di uno zaino**, non inserire effetti personali che superino questa grandezza

- **Ogni sacca dovrà avere il numero di pettorale leggibile e riconoscibile**, un adesivo con il numero verrà consegnato insieme alla busta tecnica.

## BROOKS

Scopri e testa la gamma di prodotti Fast e Distance e spingiti oltre i tuoi limiti con le calzature Brooks!

Durante la **giornata del 27 novembre 2021**, tutti i partecipanti alla Ganten Milano21 Half Marathon avranno modo di scoprire e testare la **nuova collezione di calzature Brooks e vivere un'esperienza Run Happy!**

**Prenota il tuo test prodotto** e vieni a trovare il van Brooks, il team Tech Rep sarà a vostra completa

disposizione per consulenze gratuite sul modello di calzature Brooks più idoneo alla tua corsa.

Saranno 10 i modelli disponibili:

### **FAST**

1. HYPERION ELITE 2
2. HYPERION TEMPO
3. LAUNCH 8
4. LAUNCH GTS 8
5. LEVITATE 5 Universal Fit
6. LEVITATE 5 Stealth Fit

### **DISTANCE**

1. GLYCERIN 19
2. GLYCERIN GTS 19
3. GHOST 14
4. ADRENALINE GTS 21

## RISTORI

Per ogni giro del percorso saranno presenti due punti ristoro opposti.

**E' previsto un SERVIZIO DI RISTORO FINALE** in zona arrivo.

Gli integratori forniti da EthicSport, **partner dell'evento**, saranno inseriti direttamente nel pacco gara.

Segui la tabella di integrazione consigliata da Ethic Sport per gestire al meglio la tua gara:



## INFO GENERALI

### COME ARRIVARE

#### IN AUTO - da Milano

##### DIRETTRICE VIA CORELLI

da piazza Tricolore (circonvallazione) prendere per corso Concordia, corso Indipendenza, corso Plebisciti, viale **Argonne e di seguito per via Corelli (SP 14 "Rivoltana") con indicazioni: Rivolta d'Adda, Peschiera Borromeo sino a giungere all'Idroscalo** in territorio comunale di Segrate.

##### DIRETTRICE VIALE FORLANINI

da piazza 5 Giornate (circonvallazione), seguire la direttrice corso XXII Marzo, Viale Corsica, viale Forlanini, **SP 15/B "Paullese" sino ad arrivare all'Idroscalo** in territorio comunale di Segrate seguendo le indicazioni per Melzo, Peschiera Borromeo.

#### DALLA TANGENZIALE EST

**Da entrambe le provenienze (nord/sud) prendere l'uscita numero 6 Linate Aeroporto/Idroscalo.** Da qui ci si **immette sul Viale Forlanini e quindi SP 15/B "Paullese" sino ad arrivare all'Idroscalo** in territorio comunale di Segrate seguendo le indicazioni per Melzo, Peschiera Borromeo.

Per indicazioni su mezzi pubblici e treni si rimanda alla sezione [COME ARRIVARE](#) del sito.

## TEMPO LIMITE

Il tempo limite per la Ganten Milano21 Half Marathon è di **2h45'** mentre per la 10 km il tempo limite è di **70'**. Oltre questo tempo il comitato organizzatore non sarà più in grado di garantire la completa chiusura del percorso di gara.

## Servizio Pacer

Non previsto per conformazione percorso

## Risultati

I risultati e le classifiche li trovi sull'applicazione di FollowYourPassion: [SCARICA FYP APP](#) !

PREMIAZIONI: per le premiazioni e le categorie premiate si rimanda al [regolamento completo](#)

## NORME ANTI-COVID

### SICUREZZA GENERALE

**L'evento** e le aree di manifestazione verranno ripartite nel pieno rispetto delle linee guida della federazione pro tempore vigenti. Si richiede il rispetto delle regole al fine di svolgere al meglio la gara e gli eventi correlati.

### REGOLAMENTO FIDAL e GREEN PASS

In seguito alle nuove disposizioni governative in materia di contenimento della diffusione di Covid-19 la Federazione Italiana Atletica Leggera ha comunicato che per la partecipazione a tutte le gare del calendario FIDAL **è necessaria l'esibizione** del Green Pass.

Nel rispetto delle nuove norme a tutti i partecipanti della Ganten Milano21 Half Marathon è richiesto di essere in possesso di una delle certificazioni verdi Covid-19 e, per il tracciamento, consegnare [l'autodichiarazione anti-Covid19](#).

### COME OTTENERE IL GREEN PASS

La certificazione verde può essere rilasciata:

- 15 giorni dopo la somministrazione della prima dose di vaccino e valida fino alla data prevista della seconda dose (nel caso di vaccino a doppia dose),
- al completamento del ciclo vaccinale (validità 12 mesi),
- dopo la guarigione dall'infezione da Sars-Cov-2 (6 mesi),
- effettuando un test molecolare o antigenico rapido che dia risultato negativo al Covid-19 nelle 48 ore che precedono **l'evento**.

A tal proposito si ricorda quindi di:

- compilare, firmare e consegnare l'autodichiarazione covid-19 necessaria per il RITIRO PACCO GARA E PER ALLA GRIGLIA DI PARTENZA
- dotarsi dei dispositivi di protezione individuali
- sanificare sempre le mani con gli appositi dispenser collocati in tutta l'area di manifestazione
- misurazione della temperatura obbligatoria da parte dell'organizzazione per il RITIRO PACCO GARA E PER ALLA GRIGLIA DI PARTENZA
- mascherina obbligatoria per accedere in zona partenza
- evitare assembramenti in qualsiasi area
- smaltire i dispositivi di protezione individuale negli appositi contenitori

**Ricordiamo che per quanto riguarda il DEPOSITO BORSE** (situato in adiacenza alla segreteria):

In rispetto delle normative di sicurezza anti-covid sarà possibile usufruire del deposito borse seguendo le seguenti REGOLE:

- **Ogni borsa personale dovrà essere inserita nel sacco retinato Followyourpassion che verrà consegnata con il pacco gara.**
- **Ogni sacco retinato ha le dimensioni di uno zaino, non inserire borse di grandezze superiori**
- Ogni sacco dovrà avere il numero di pettorale leggibile e riconoscibile, un adesivo con il numero verrà consegnato insieme alla busta tecnica.



