

Follow Your Passion



MILANO 21
FOLLOW YOUR PASSION

Scegli la tua distanza

21 km

10 km

26 / 11 / 2023

RACEBOOK

Benvenuti

Cari **Runner**,

benvenuti a Milano!

Con enorme piacere vi diamo il benvenuto alla **Milano21**, una domenica dedicata allo sport e alla nostra passione per la corsa.

La stagione di **FollowYourPassion** chiude in grande stile con la gara più importante e partecipata del circuito.

Palcoscenico è la città di Milano, che attraverserete in tutti i luoghi più iconici con un percorso veloce e pianeggiante, che privilegia quei runner che sono sempre pronti a sfidare se stessi e gli altri con i ritmi veloci.

Due le distanze in programma: 21km e 10km.

Si ringraziano il comune di Milano e la regione Lombardia per l'ospitalità e il patronato.

Il nostro obiettivo è offrire a tutti voi un'esperienza indimenticabile e sicura per vivere in prima persona le emozioni della competizione. Grazie per la vostra presenza e buona gara a tutti, ci vediamo all'arrivo!

Il team

FollowYourPassion

Indice

PROGRAMMA EVENTO

pag. 4

MAPPE PERCORSI & EXPO VILLAGE

pag. 5

INFO GENERALI

pag. 8

INFO LOGISTICHE

pag. 13

SERVIZIO FOTO

pag. 15

Programma evento

Venerdì 24 Novembre

- ore **15.00** Apertura segreteria all'Expo Village presso Allianz MiCo, viale Scarampo Gate 4 (fermata metro M5 Portello), per ritiro pacchi gara e pettorale. Possibilità di iscrizione in loco.
- ore **19.00** Chiusura segreteria.

Sabato 25 Novembre

- ore **10.00** Apertura segreteria all'Expo Village presso Allianz MiCo, viale Scarampo Gate 4 (fermata metro M5 Portello), per ritiro pacchi gara e pettorale. Possibilità di iscrizione in loco.
- ore **19.00** Chiusura segreteria.

Domenica 26 Novembre

- ore **7.00** Apertura segreteria all'Expo Village, per ritiro pacchi gara e pettorale **SOLO** per i residenti fuori provincia di Milano. Possibilità di iscrizione in loco.
- ore **7.30** Apertura deposito borse presso il MiCo.
- ore **8.15** Chiusura segreteria.
- ore **8.40** Chiusura deposito borse. Apertura griglie in via Arona.
- ore **9.00** Partenze gare competitive e a seguire partenza gare non competitive in Via Arona.
- ore **10.30** **Premiazioni** 10 km.
- ore **12.00** **Premiazioni** 21 km.

Mappe

Mappa percorso - 21 km



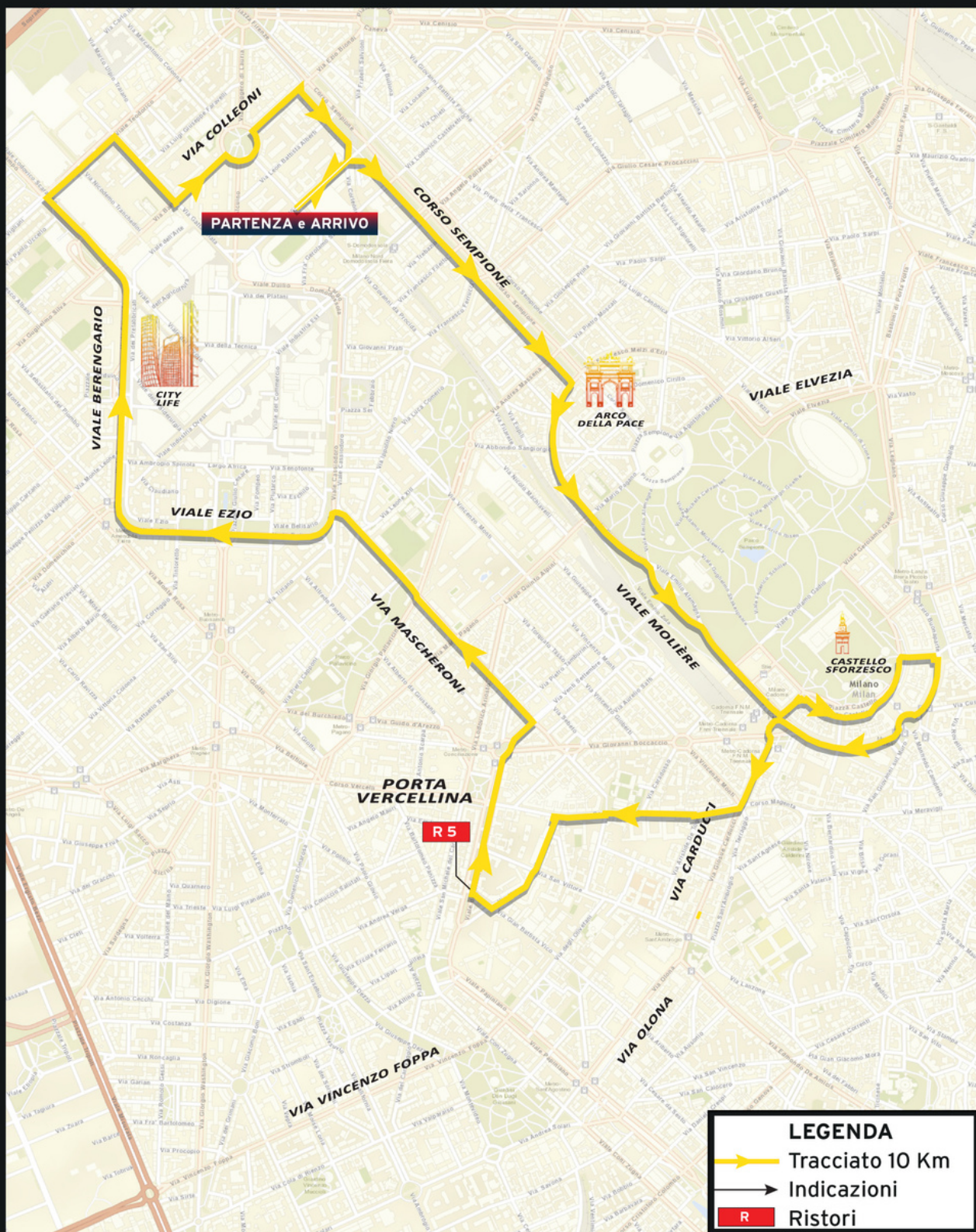
Mappa percorso - 10 km

10
KM

MILANO21

FollowYourPassion

World Record Run
Garten



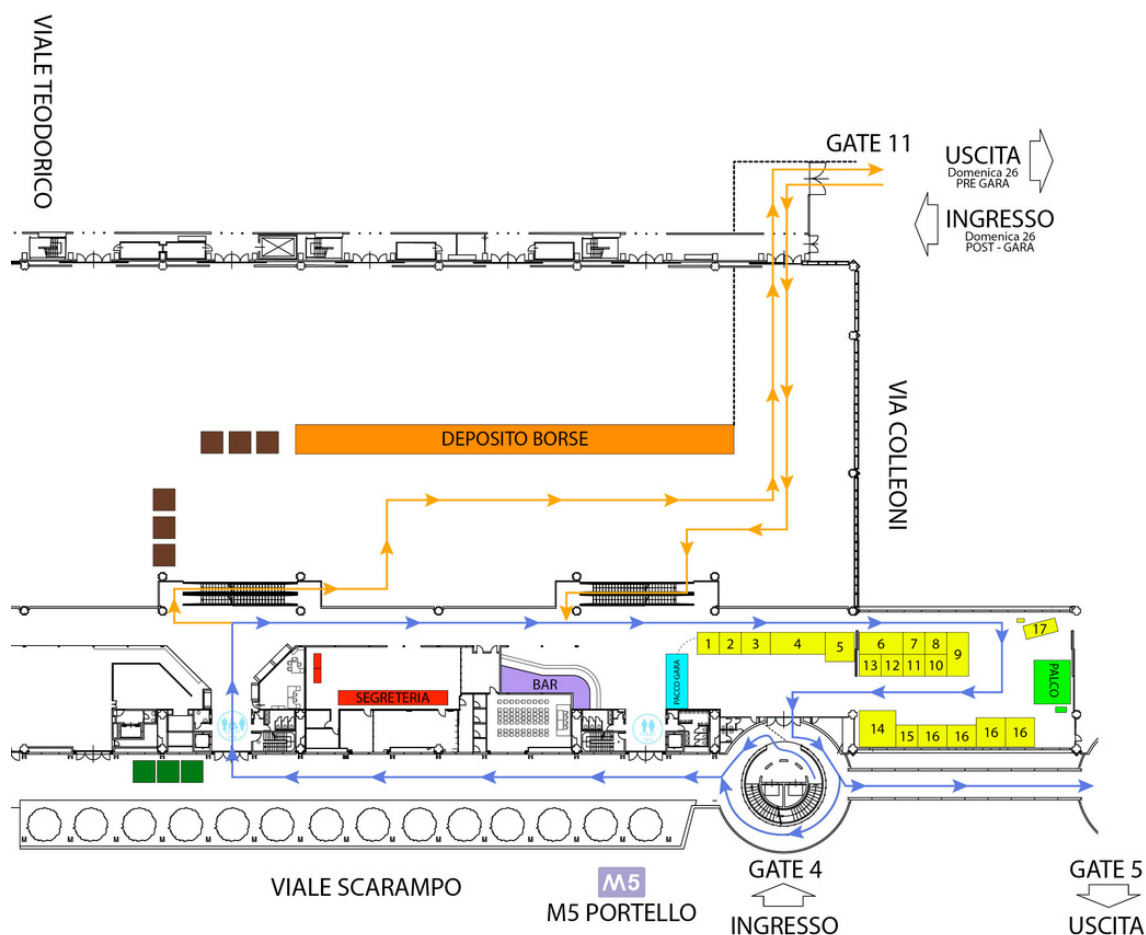
Mappe

Mappa Expo Village

L'Expo Village sarà allestito presso l'Allianz MiCo (Centro Milano Congressi), con accesso da via Scarampo Gate 4 (fermata metro M5 Portello).

Sarà aperto nei seguenti giorni e orari:

- Venerdì 24 dalle 15.00 alle 19.00.
- Sabato 25 dalle 10.00 alle 19.00.
- Domenica 26 dalle 7.00.



LEGENDA

- ESPOSITORE
- SEGRETARIA
- PACCO GARA
- PALCO
- BAR
- DEPOSITO BORSE
- SQUADRE
- SPOGLIATOI
- FLUSSO
- FLUSSO DOMENICA 26

ESPOSITORI

- | | |
|---------------------------|---------------------------|
| 1 - Almostthere | 11 - RunCzech |
| 2 - Referee Run | 12 - Aosta21k |
| 3 - Urban Runners | 13 - Venice Marathon |
| 4 - Otso Sport | 14 - Compex + Sport&Rehab |
| 5 - Sport Senza Frontiere | 15 - B&B Hotels |
| 6 - Sportenergia | 16 - Brooks |
| 7 - Neversecond | 17 - Clerici Auto |
| 8 - Verdepisello | |
| 9 - EthicSport | |
| 10 - Ibiza Marathon | |

Info generali

Ritiro pacchi gara e pettorali

I pettorali di gara potranno essere ritirati in segreteria all'interno dell'Expo Village situato presso l'Allianz MiCo (ingresso **Gate 4**, viale Scarampo) nei seguenti giorni e orari:

- Venerdì 24 Novembre dalle ore 15.00 alle ore 19.00
- Sabato 25 Novembre dalle ore 10.00 alle ore 19.00
- Domenica 22 Ottobre dalle ore 07.00 alle ore 8.30*

***Per garantire il miglior flusso possibile ed evitare spiacevoli inconvenienti il giorno della gara, il ritiro del pettorale e del pacco gara nella giornata di domenica è consentito solo ai residenti fuori dalla provincia di Milano.**

Il numero di pettorale verrà comunicato via mail da **ENDU**.

I pettorali potranno essere ritirati anche da terze persone, con delega scritta e fotocopia di un documento di riconoscimento in corso di validità.

Si pregano gli atleti, per garantire loro la massima sicurezza e assistenza, di compilare il retro del pettorale con le informazioni indicate: gruppo sanguigno e numero di emergenza.

Griglie di partenza e colori pettorali

GARE COMPETITIVE e 21KM Turistico-Sportiva

Il settore di partenza per ogni atleta è assegnato sulla base del miglior tempo personale dichiarato al momento dell'iscrizione, e sarà indicato dall'apposito colore identificativo del pettorale. Saranno predisposte 4 griglie di partenza:

Griglia 1 **AZZURRA**, Griglia 2 **GIALLA**, Griglia 3 **ROSSA**, Griglia 4 **BIANCA**

Il Comitato organizzatore si riserva comunque di spostare eventualmente alcuni atleti da un settore ad un altro in base alle esigenze organizzative contingenti.

10 km NON COMPETITIVA

Per le manifestazioni non competitive sarà predisposto dagli organizzatori una griglia di partenza dedicata in coda alle prove competitive, identificata con il colore **VERDE**.

COLORI PETTORALI

21 KM competitiva: pettorale **ROSSO**, **21KM** turistico-sportiva: pettorale **BIANCO**,

10 KM competitiva: pettorale **GIALLO**, **10 KM** non agonistica: pettorale **VERDE**

Ristori

Sono previsti i seguenti ristori e spugnaggi:

21 km: km 5: acqua; km 10: sali, banana, integratori; km 12.5: spugnaggio;
km 15: sali, banana, integratori; km 17.5: spugnaggio; km 20: acqua e sali.
10 km: km 5: acqua e sali.

E' previsto anche un servizio di ristoro finale dopo la zona di arrivo, con liquidi, sali, cibi solidi dolci e salati, frutta.

Tempi limite

Per le gare in programma, sono previsti i seguenti tempi limite:

- 21 km: **2 ore e 45 minuti**
- 10 km: **1 ora e 30 minuti**

Servizi presenti

PACER: presenti sulla distanza della **21km, da 1.20h a 2.30h ogni 5 minuti.**

DEPOSITO BORSE: presente all'interno dell'Allianz MiCo; si potrà usufruire del servizio **SOLO** con l'apposita sacca retinata fornita dall'organizzazione. **Il deposito borse chiuderà alle 8.40, invitiamo gli atleti a calcolare bene i tempi necessari a raggiungere la partenza (300 metri di distanza, in via Arona)**

SPOGLIATOI e WC: presenti all'interno dell'Allianz MiCo. **Presenti 20 bagni chimici in zona di partenza.**

DOCCE: NON presenti

MASSAGGI: presente in Area Expo nella giornata di domenica, e nella giornata di sabato su prenotazione (info@sportandrehab.it , 3517808668)

Cronometraggio e classifiche

La misurazione dei tempi e l'elaborazione delle classifiche sarà effettuata con sistema di chip transponder a perdere.

Le classifiche e l'ordine di arrivo della **Milano21** saranno disponibili sul sito internet www.endu.net in tempo reale, alla pagina

<https://www.endu.net/it/events/milano21/results>



Consulta le classifiche

Premiazioni

A cura del comitato organizzatore saranno premiati:

- **21Km competitiva:** premi in natura per i primi 5 assoluti uomini e 5 assolute donne, e premi in natura per i primi 3 uomini e donne di ogni categoria

Donne JU, SF35, SF40, SF45, SF50, SF55, SF60 ed SF65 ed oltre.

Uomini JU, SM35, SM40, SM45, SM50, SM55, SM60, SM65, SM70, SM75 ed oltre.

- **10Km competitiva:** premi in natura per i primi 5 assoluti uomini e 5 assolute donne

Montepremi società

CLASSIFICA A QUANTITÀ

Verranno premiate le prime 5 società classificate. Le classifiche si otterranno considerando il numero di iscritti della medesima società sulle distanze 21 e 10km competitive. E' previsto il seguente montepremi:

- 1° Società Class. M/F 400,00 €
- 2° Società Class. M/F 225,00 €
- 3° Società Class. M/F 150,00 €
- 4° Società Class. M/F 125,00 €
- 5° Società Class. M/F 100,00 €

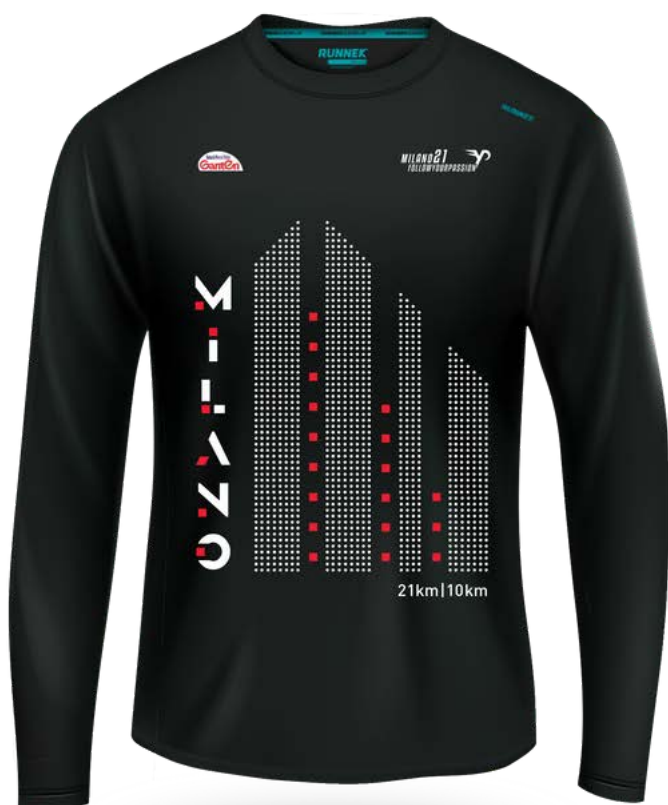
CLASSIFICA A TEMPO - SOLO 21 KM

Verranno premiate le prime 5 società classificate. Le classifiche si otterranno sommando i 5 tempi ottenuti dai primi 4 atleti uomini più la prima atleta donna della stessa società. E' previsto il seguente montepremi:

- 1° Società Class. M/F 400,00 €
- 2° Società Class. M/F 225,00 €
- 3° Società Class. M/F 150,00 €
- 4° Società Class. M/F 125,00 €
- 5° Società Class. M/F 100,00 €

Merchandising

Scopri la nuova maglietta di **Milano21**! Compresa nel pacco gara per i partecipanti, ci sarà inoltre la possibilità per tutti di acquistarla, secondo le disponibilità nella giornata di domenica, dopo la partenza degli atleti.



Medaglia finisher

E per te che completi la **Milano21** (21 km e 10 km) ti aspetta alla linea d'arrivo l'esclusiva medaglia per i finisher, realizzata in legno al 95% riciclato e prodotto con lavorazioni sostenibili.



Info logistiche

Come arrivare

L'Expo Village della **Milano21** sarà allestito presso l'Allianz MiCo

La partenza e l'arrivo sono situati in via Arona, a pochi minuti a piedi dall'Expo Village.

IN METRO (mezzo consigliato)

La partenza/arrivo e l'area Expo sono facilmente raggiungibili in metro fermata **Portello, Metro 5 LILLA**.

IN TRENO

Dalla Stazione Centrale (FS) e Stazione Garibaldi (FS) è possibile raggiungere la partenza e l'area Expo prendendo poi la linea metropolitana **LILLA M5 fermata Portello**.

IN AUTO

Non ci sono Parcheggi convenzionati.

Per chi proviene da fuori Milano consigliamo di lasciare la macchina in corrispondenza dei parcheggi ATM vicino alle principali fermate della metropolitana:

Linea M1 Rossa: Molino Dorino, Lampugnano, Bisceglie

Linea M2 Verde: Famagosta, Romolo, Crescenzago, Cascina Gobba, Cologno Nord, Gessate.



Accesso al MiCo

Accommodation

B&B Hotel Milano Cenisio Garibaldi

Il B&B Hotel Milano Cenisio-Garibaldi è situato strategicamente a pochi km dal centro di Milano, vicino la stazione Garibaldi e a pochi passi dalla metro lilla M5, perfetto per visitare la città. L'aeroporto di Milano Linate e l'aeroporto Milano Malpensa distano meno di un'ora. Tutte le camere includono il bagno privato, la connessione Wi-Fi illimitata, gratuita e superveloce e Smart TV 43", con Chromecast integrata e canali Sky gratuiti. Il B&B Hotel Milano Cenisio-Garibaldi dispone anche di un parcheggio coperto a pagamento.

PRENOTA CON UNA TARIFFA SPECIALE!

Codice **HALFMAR10** già attivo

(Il codice è valido sulla tariffa flessibile, solo per gli atleti e le loro famiglie, per soggiorni dal 24/11 al 26/11)

CONTATTI

B&B Hotel Milano Cenisio Garibaldi

Via Messina, 38 , 20154 Milano, Italia

+39 02 314059 – mi.cenisio@hotelbb.com



hotelbb.com

Planimetria accessi



Servizio Foto

Con GetPica le foto della tua gara subito sul tuo smartphone

Con il servizio GetPica, tutti i partecipanti potranno ricevere le proprie foto direttamente su smartphone, subito dopo la gara e nel pieno rispetto della privacy. Le foto saranno disponibili durante e nell'immediato dopogara. Una volta fatto l'accesso all'app (o al sito getpica.com) e aver inserito il codice riportato sul pettorale, si potranno vedere e si potranno acquistare.

Le foto acquistate saranno inizialmente in risoluzione più bassa per avere la possibilità di condividerle subito online con i propri amici e parenti (comunque in una risoluzione buona e ben visibile), nel giorno successivo le foto saranno disponibili ad alta risoluzione (ovviamente senza alcun costo aggiuntivo).

Durante l'evento PhotoToday fotograferà tutti i runner lungo il percorso diverse volte e all'arrivo.

Cosa deve fare l'atleta?

1. Indossare il codice

Indossare il codice adesivo che gli viene fornito o che è stampato sul proprio pettorale.

2. Correre

Rimanere concentrato ma sorridere quando, durante la gara, incontri uno dei fotografi presenti.

3. Scaricare l'app

Scaricare l'app GetPica© per ricevere immediatamente le proprie foto sullo smartphone.
Pica: app disponibile sia su App Store che su Google Play, sia sul sito www.getpica.com

FollowYourPassion[®]



GANTEN È TITLE SPONSOR DEL CIRCUITO GARE DI FOLLOWYOURPASSION.



Ganten Water, gruppo specializzato nella produzione di acqua minerale in Cina, è title sponsor del circuito FollowYourPassion, con una partnership triennale.

La denominazione del circuito di 14 gare prevederà la presenza del marchio Ganten. La Ganten Food & Beverage Co. Ltd., già sponsor di Juventus, Federazione Internazionale di Basket, Volley e degli Australian Open di tennis, si è sempre focalizzata su produzione e distribuzione di acqua dalla qualità. Nel cuore dell'antico bacino glaciale delle Prealpi Lombarde, cullata dalla bellezza incontaminata e protetta del Parco Naturale dell'Alto Garda, sgorga pura Ganten.

Il marchio sarà presente in tutti gli eventi FollowYourPassion, negli Expo e nei punti ristoro in gara, per supportare e rinfrescare tutti i partecipanti.





COSTRUIRE DA ZERO O RISTRUTTURARE NOI LO FACCIAMO PER PASSIONE

Da oltre quarant'anni operiamo con serietà, competenza e professionalità per garantire ai nostri clienti elevati standard qualitativi. A tal fine ogni fase produttiva è costantemente sotto osservazione: dalla progettazione iniziale all'accurata selezione dei fornitori e dei materiali, dal supporto nel processo autorizzativo all'assistenza dopo la consegna.

***LAGALLA COSTRUZIONI è sponsor
di Milano21,
sostenendo con professionalità e competenza
gli eventi FollowYourPassion.***



Find YOUR run.
TOUR
BROOKS

RUN HAPPY 5K
con Tito Tiberti

25 novembre 2023
ore 10:00

MILANO21
FOLLOWYOURPASSION

MiCo Allianz
Gate 4 davanti
alla fermata metro Portello

Il **Find Your Run Tour** by **Brooks** arriva a Milano in occasione della Milano21.

Il 25 novembre alle ore 10:00 non perdere l'occasione di allenarti con Tito Tiberti - coach delle Nazionali FIDAL - in una corsa di 5km testando a ritmo di musica le nuove scarpe Brooks. Iscriviti e partecipa all'evento per ottenere subito la maglietta ufficiale dell'evento e ricevere consulenze dai Tech rep, gli esperti del prodotto Brooks, sulle nuove tecnologie e i nuovi modelli di calzature. Testa subito in corsa i nuovi modelli Brooks brinda con noi alla corsa e ottieni uno speciale gadget da ritirare nel tuo negozio di fiducia nei giorni successivi all'evento! L'evento gratuito aperto a tutti.

Corri ad iscriverti su:

https://www.brooksrunning.com/it_it/find-your-run-tour/

Sarà possibile testare le scarpe Brooks anche in gara il 26 novembre.

Prenota ora le tue scarpe su:

<https://www.trippus.net/brooks/milano21>

*Ringraziamo per la collaborazione nel rendere
questa gara speciale:*



hotelbb.com

RUNNER'S WORLD

LAGALLA
Construction • Renovation • Interior Design



COMPEX

elleerre[®]
Dove c'è passione

Clericiauto

MV AGUSTA
E - MOBILITY

SPORTLAB
MILANO

Il Sole
24 ORE

TUTTOSPORT

Corriere dello Sport
SEMPLICEMENTE PASSIONE

MediaWorld

ECOLIGHT
Servizi

SISTEMA
ECOLIGHT
INSEME PER L'AMBIENTE

MILANOSPORT



**FEDERAZIONE ITALIANA
DI ATLETICA LEGGERA**



Comune di
Milano



Regione
Lombardia



*Grazie a tutti i partecipanti.
Arrivederci alla prossima edizione.*

MILANO21
FOLLOWYOURPASSION

FollowYourPassion  



followyourpassion_it



Follow Your Passion



FollowYourPassion

www.followyourpassion.it