

La competizione si svolgerà come previsto anche in caso di brutto tempo.

Edizione ristretta causa COVID-19:
Obbligatorio il rispetto delle regole igieniche
e l'uso della mascherina al chiuso durante tutta la giornata.

ISCRIZIONE ONLINE OBBLIGATORIA
entro il 31 luglio ore 12:00
sul sito coppafroda.ch

08.15-09.15
Palestra Caveragno

Ritiro pettorale e versamento tassa
di iscrizione per tutte le categorie
Ragazze I, II Donne I, II, III
Ragazzi I, II Uomini I, II, III

Caveragno 08.45

Partenza della camminata popolare (walking)

Caveragno 09.30

Partenza delle categorie
Donne I, II, III Uomini I, II, III

Fontana 10.30

Partenza delle categorie
Ragazze I, II Ragazzi I, II

10.00-11.15
Foroglio - Caveragno

Bus navetta ogni 15 min. (2 veicoli)

10.00-11.45
Caveragno

Possibilità di fare la doccia in palestra
o presso il rifugio Protezione civile.
Bar con bibite, panini e gelati.

Caveragno 12.00

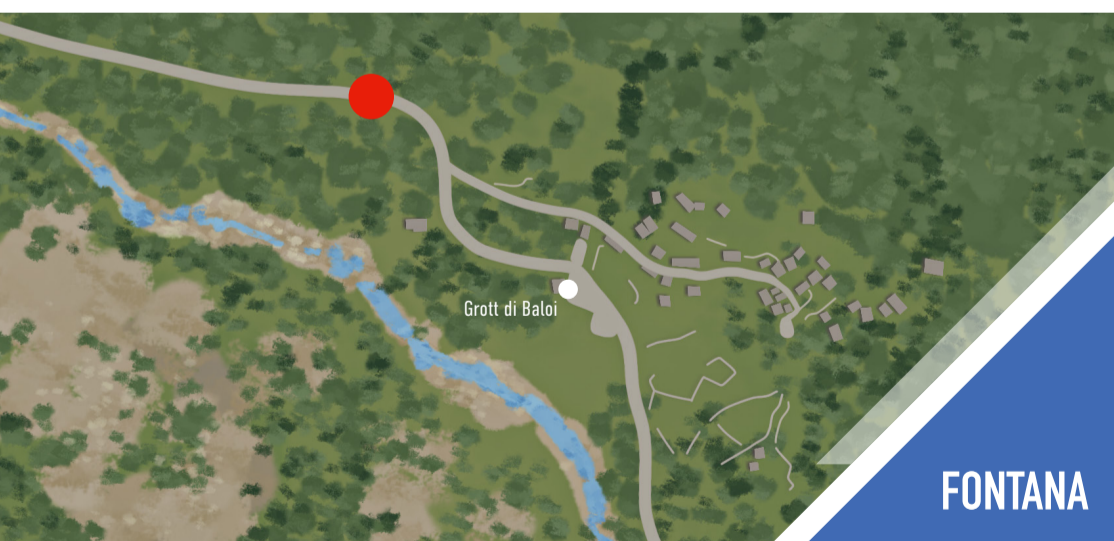
Premiazione e fine della manifestazione



1° AGOSTO 2021
CAVERGNO - FOROGLIO



CAVERGNO



FONTANA

- PARTENZA
- ISCRIZIONI E PREMIAZIONI
- POSTEGGI
- ARRIVO

Invitiamo spettatori ed atleti ad usufruire
del nostro pulmino navetta sulla tratta Caveragno-Foroglio.
Chi volesse raggiungere Foroglio tramite mezzi propri
è invitato a seguire le indicazioni dei pompieri.



FOROGLIO

CATEGORIE

Gli atleti sono tenuti a possedere una propria assicurazione infortuni.
L'organizzazione declina ogni responsabilità.

LA COPPA FRODA È DI RITORNO!

Walking e Nordic Walking da Caveragno (6km)

partecipazione libera

Percorso da Caveragno (6km)

Iscrizione 20.-

Categorie	anni di nascita	tempo 2019	assoluto
Donne I	1986 - 2004	30:00	29:04
Donne II	1976 - 1985	26:59	26:59
Donne III - 1975	33:12	29:49
Uomini I	1982 - 2005	23:44	21:10
Uomini II	1972 - 1981	25:40	23:17
Uomini III - 1971	28:28	24:46

Percorso da Fontana (3km)

Iscrizione 15.-

percorso valido per la Coppa Ticino U16
(ragazzi e ragazze nati dal 2006 al 2009)

Ragazze I	2008 - 2010	10:56	09:52
Ragazze II	2005 - 2007	09:57	09:57
Ragazzi I	2008 - 2010	08:57	08:57
Ragazzi II	2006 - 2007	09:38	08:47

SOSTENITORI

