



con il patrocinio

CITTÀ DI RUSSI (RA)

2 DOMENICA
APRILE
2023

45[°] MARATONA DEL LAMONE



GS LAMONE

E LA STORIA
CONTINUA...

KM 42,195 *per conquistarla!!*
ore 9.00 da Piazza Farini

CRAFT

ore 9,15

AL TUO PASSO SUL LAMONE

Corri per la ricerca



Camminate ludico-motorie e Nordic walking della salute e della solidarietà su percorsi storico naturalistici

km 6 con visita Area di riequilibrio ecologico Villa Romana

km 10 attraverso Palazzo S. Giacomo e Fiume Lamone

ore 9,30 Gare competitive per bambini e ragazzi da 5 a 17 anni
Prova valida 30° Gran Premio Promesse di Romagna 2023

TROFEO



FONDAZIONE CASSA DI RISPARMIO DI RAVENNA



- MARATONA DEL LAMONE RUSSI 02.04.2023
 - 50 KM di CASTELBOLOGNESE il 25.04.2023
 - 100 KM del PASSATORE
Firenze - Faenza il 27-28.05.2023
- WWW.TRITTICODIROMAGNA.IT**

www.gslamone.it



45ª MARATONA DEL LAMONE

30° G.P. Promesse di Romagna 2023 DOMENICA 2 APRILE 2° PROVA

TROFEO



FONDAZIONE CASSA DI RISPARMIO DI RAVENNA

2° MEMORIAL EVARISTO GUERRA

Premio al gruppo più numeroso



Partenza G.P. PROMESSE



Premiazione G.P. PROMESSE

Gara riservata ad atleti con tessera Fidal/Uisp e/o in regola con il certificato medico (libretto verde dai 6 ai 11 anni, certificato agonistico per atletica leggera dai 12 anni in poi)

Preiscrizione entro sabato 1 aprile

sul sito www.atleticando.net

oppure sul posto il giorno della gara

Partenza: Piazza Farini ore 9,30

Iscrizione 2,50 € Info: 335 6933050 Sassi Lucia

CATEGORIE BAMBINI

ALLIEVI M/F 2006-2007 sul percorso di mt. 2.000

Cat. A - M/F 2008-2009 sul percorso di mt. 1.500

Cat. B - M/F 2010-2011 sul percorso di mt. 1.000

Cat. C - M/F 2012-2013 sul percorso di mt. 1.000

Cat. D - M/F 2014-2015 sul percorso di mt. 500

Cat. E - M/F 2016-2017 sul percorso di mt. 500

Cat. E1 - M/F 2018 in poi sul percorso di mt. 300

PREMIAZIONI Verranno premiati tutti gli atleti con Medaglia ricordo e Premio di partecipazione

UISP
sportpertutti

Comitato di Ravenna-Lugo
Atletica Leggera



Euro Company
Food for Change



sponsor tecnico

CRAFT

coop
Alleanza 3.0

DECO
INDUSTRIE

Frullà

asita
TECNOLOGIE DI MISURA

GEMI
LTI

CALZATURIFICIO
EMANUELA

RANDI s.r.l. RUSSI - Via G. Di Vittorio, 5
stampanti - plotter - fotocopiatrici

Yoga



45^a MARATONA DEL LAMONE

RUSSI - DOMENICA 2 APRILE 2023

PERCORSI STORICO NATURALISTICI KM 6 E KM 10
CAMMINATE LUDICO-MOTORIE DELLA SALUTE E DELLA SOLIDARIETÀ
NORDIC WALKING

AL TUO PASSO SUL LAMONE

CORRI PER LA RICERCA vestita di rosa



istituto
oncologico
romagnolo
vicino a chi soffre,
insieme a chi cura

in collaborazione con BCC
e a sostegno dello I.O.R.
per la ricerca contro il tumore al seno



LA BCC RAVENNATE
FORLIVISE
E IMOLESE
GRUPPO BCC ICCREA

PARTENZA:

Piazza Farini - ore 9,15 al seguito della Maratona

- km 6 con visita all'Area di riequilibrio ecologico adiacente
la VILLA ROMANA in collaborazione con WWF e Pro Loco
- km 10 a Palazzo S. Giacomo per costeggiare il Fiume Lamone
e incontrare la Maratona

Quota € 10,00 Maglia Maratona - Pettorale - Confezione di piadine Randi -
Gadget - **Offerta a sostegno dello I.O.R.**

Quota € 4,00 Confezione piadine Randi - Gadget - Offerta a sostegno dello I.O.R.

Quota € 2,50 Confezione Piadine Randi

ISCRIZIONI

- Sabato 1 aprile in Piazza Farini dalle ore 10 alle ore 20
- Domenica dalle ore 7
- DEGRIFE' Abbigliamento C. Comm. I Portici - RUSSI - Tel. 0544 582509

Per info: Lucia 335 6933050

**PREMI DI SOCIETÀ verranno premiate 40 società
con un minimo di 10 iscritti**



Comitato di Ravenna-Lugo
Atletica Leggera



FORTI E PRECISI SU TUTTI I METALLI



CONTROLLO GLICEMIA

Il giorno della Maratona in Piazza Farini il Lions Club Russi e la Pubblica Assistenza di Russi effettueranno GRATUITAMENTE un controllo della glicemia per sensibilizzare alla problematica del diabete



Farmacia **ERRANI**
D.ssa Giardini L.
RUSSI - Corso Farini, 35



TRASPORTI & SPEDIZIONI s.r.l.

Via Bondi, 15 - RAVENNA - Zona Bassette
Tel. 0544 454853 - Fax 0544 454856
e-mail: lucci.trasporti@libero.it



**gslamone è anche
su facebook!**

MONTEPREMI 45° MARATONA DEL LAMONE

I primi tre assoluti maschili e femminili sono esclusi dai premi di categoria. Il montepremi riservato agli italiani è assegnato solo per prestazioni inferiori alle 2h30'00" per gli uomini e 2h55'00" per le donne ed è cumulabile con quello assoluto. Non è previsto nessun premio in denaro o buoni valore per possessori tessere Runcard e Runcard EPS.
Ai primi tre uomini e donne assoluti oltre al montepremi quadro Maratona trofeo città di Russi.

ASSOLUTI MASCHILI

Fino a 2.15.07 Record	Da 2.15.08 a 2.20.00	Da 2.20.01 a 2.25.00	Da 2.25.01 a 2.30.00	Da 2.30.01 in poi
1° 1.500 €	1° 800 €	1° 500 €	1° 400 €	1° 300 €
2° 700 €	2° 600 €	2° 400 €	2° 250 €	2° 200 €
3° 400 €	3° 400 €	3° 250 €	3° 200 €	3° 150 €

MONTEPREMI RISERVATO AGLI ATLETI ITALIANI MASCHILI

Fino a 2.15.07 Record	Da 2.15.08 a 2.20.00	Da 2.20.01 a 2.25.00	Da 2.25.01 a 2.30.00
1° 500 €	1° 300 €	1° 200 €	1° 150 €
2° 250 €	2° 200 €	2° 125 €	2° 100 €
3° 150 €	3° 100 €	3° 75 €	3° 50 €

ASSOLUTI FEMMINILI

Fino a 2.41.44 Record	Da 2.41.45 a 2.45.00	Da 2.45.01 a 2.50.00	Da 2.50.01 a 2.55.00	Da 2.55.01 in poi
1ª 1.500 €	1ª 800 €	1ª 500 €	1ª 400 €	1ª 300 €
2ª 700 €	2ª 600 €	2ª 400 €	2ª 250 €	2ª 200 €
3ª 400 €	3ª 400 €	3ª 250 €	3ª 200 €	3ª 150 €

MONTEPREMI RISERVATO ALLE ATLETE ITALIANE FEMMINILI

Fino a 2.41.44 Record	Da 2.41.45 a 2.45.00	Da 2.45.01 a 2.50.00	Da 2.50.01 a 2.55.00
1ª 500 €	1ª 300 €	1ª 200 €	1ª 150 €
2ª 250 €	2ª 200 €	2ª 125 €	2ª 100 €
3ª 150 €	3ª 100 €	3ª 75 €	3ª 50 €

MONTEPREMI DI CATEGORIA

I primi 3 classificati di ognuna delle 10 categorie sia maschili che femminili verranno premiati sul palco con:

1° QUADRO MARATONA + PROSCIUTTO + PREMIO IN DENARO € 50

2° PROSCIUTTO + PREMIO IN DENARO € 40

3° MEZZO PROSCIUTTO + PREMIO IN DENARO € 30

UOMINI

M20/34 (2003-1989):	4° - 10°
M35/39 (1988-1984):	4° - 10°
M40/44 (1983-1979):	4° - 15°
M45/49 (1978-1974):	4° - 15°
M50/54 (1973-1969):	4° - 15°
M55/59 (1968-1964):	4° - 10°
M60/64 (1963-1959):	4° - 10°
M65/69 (1958-1954):	4° - 5°
M70 e oltre (1953 e prec):	4° - 5°

DONNE

F20/34 (2003-1989):	4ª - ultima
F35/39 (1988-1984):	4ª - ultima
F40/44 (1983-1979):	4ª - ultima
F45/49 (1978-1974):	4ª - ultima
F50/54 (1973-1969):	4ª - ultima
F55/59 (1968-1964):	4ª - ultima
F60/64 (1963-1959):	4ª - ultima
F65/69 (1958-1954):	4ª - ultima
F70 e oltre (1953 e prec):	4ª - ultima



Trofeo Avis al 1° Uomo e alla 1ª Donna residente nel Comune di Russi

