



Roma, 29.03.2024
Prot. 1676

Ai Comitati Regionali AICS
Ai Comitati Provinciali AICS
Alle Società OCR AICS

Loro Sedi

Oggetto: 5° Campionato Nazionale AICS disciplina sportiva OCR – Balsorano (AQ) 23 giugno 2024

Il **23 giugno p.v.**, si svolgerà la 5ª edizione del Campionato Nazionale AICS disciplina sportiva OCR (obstacles course race). **La manifestazione, patrocinata della Direzione Nazionale, è promossa dal Settore AICS OCR in collaborazione con la ASD Cross Training Italia.**

I titoli di Campione Nazionale AICS di specialità saranno assegnati attraverso il format lungo **“ITALY OBSTACLE RACE”** gara a cronometro ad ostacoli sulla distanza di 8 km e superamento di 24 ostacoli.

La gara **ITALY OBSTACLES RACE – CASTLE EDITION 2024** si svolgerà a Balsorano (AQ) fra paesaggi naturali e la storica residenza del Castello di Piccolomini. Gli atleti ed amatori delle OCR potranno nuovamente cimentarsi e gareggiare in una spettacolare e divertente gara ad ostacoli. Un percorso decisamente particolare estremamente affascinante a livello naturalistico e storico.

La gara, dopo attento sopralluogo e valutazione, è stata selezionata dal coordinatore nazionale AICS disciplina sportiva OCR, il Trainer OCR SPECIALIST Gabriele Capasso, per l’assegnazione dei titoli nazionali AICS.

Il percorso di questa gara è quanto mai articolato, si parte dal centro urbano per dirigersi verso una prima parte di trail da percorrere lungo le sponde del fiume Liri che vedrà in alcune parti l’attraversamento degli atleti partecipanti per poi proseguire con un cambio di dislivello necessario a raggiungere lo storico castello Piccolomini. La gara metterà inoltre alla prova gli atleti partecipanti con ostacoli di vario genere naturali e artificiali, passaggi in acqua, fango, muri da scavalcare, travi su cui passare in equilibrio, funi su cui arrampicarsi e ostacoli in sospensione.

La partecipazione all'assegnazione dei titoli nazionali AICS è riservata agli atleti agonisti tesserati AICS per l'anno in corso, in possesso di certificato medico agonistico in corso di validità e agli amatori per la parte non competitiva.

Format gara:

– Gara competitiva singoli e in coppia (uomo+donna)

categorie uomo, donne e coppie sono vevoli per l'assegnazione dei titoli nazionali:

ASSOLUTI uomini/donne/coppie

Singoli per categorie

YOUNG uomini /donne Under 18

SM 25 – SF 25

SM 30 – SF 30

SM 35 – SF 35

SM 40 – SF 40

SM 45 – SF 45

SM 50 – SF 50

SM 55 – SF 55

SM 60 – SF 60

– Gara open non competitiva

Ai primi classificati in ogni categoria, saranno assegnati i **titoli di Campione Nazionale 2024 AICS con la consegna delle medaglie ORO, ARGENTO e BRONZO.**

Per tutti i partecipanti T-shirt evento e medagli FINISHER.

Per Info, regolamento e iscrizioni: <https://www.avaibooksports.com/inscripcion/italy-obstacles-race-castle-edition/>

Coordinatore nazionale AICS disciplina sportiva OCR Dott. Gabriele Capasso cell. 3477652166.

Mail asdcrosstrainingitalia@gmail.com

Cordiali saluti.

Il Presidente

On. Bruno Molea

