

LegnanoNews

Le news di Legnano e dell'Alto Milanese

Doppio appuntamento con il 68° Campaccio San Giorgio su Legnano: le gare e il convegno tecnico

Gea Somazzi · Thursday, December 19th, 2024

Sempre più ricco il Campaccio Cross Country che ha saputo conservare gli elementi di qualità della tradizione ed andare al passo con i tempi, nel segno dell'innovazione, dell'inclusione e della sostenibilità. Giunto alla 68^a edizione, Campaccio Cross Country, evento Gold del circuito **Cross Country Tour World Athletics**, organizzato da **Us Sangiorgese** con la forte collaborazione del **Comune di San Giorgio Su Legnano**, raddoppia il suo palinsesto, trasformando la giornata di domenica 5 gennaio in un'occasione per assistere a nuove gare e al traguardo più importante, quello dell'inclusione.

Domenica 5 gennaio – Gare e presentazione top runner

La giornata è dedicata a tutti, grazie alla possibilità di partecipare a tutti gli eventi, essendo questi a carattere non competitivo. Primo start alle ore 10.00 per **Corri coi campioni**, la **Charity Run 5km** non competitiva aperta a tutti che offre la possibilità di correre fianco a fianco con alcuni protagonisti del Campaccio internazionale. Lo start successivo è un invito anche a chi voglia cimentarsi con una disciplina differente della corsa ma altrettanto coinvolgente, al via alle 10.45 il **4° Nordic Walking Sangiorgese 5k powered by LTC**, il nordic walking è un gesto tecnico che può essere assimilato ad una camminata veloce che comprende elementi della tecnica di marcia, prevede l'uso di braccia e bastoncini e, proprio per questo, diventa un allenamento completo. Intorno alle 11.45 partiranno le gare del **chilometro inclusivo** che vede coinvolti anche gli atleti del team Italia **FISDIR**, la Federazione Italiana Sport Paralimpici degli Intellettivo Relazionali.

Sarà il PalaBertelli ad ospitare, il giorno 5 alle ore 11.00, la conferenza di presentazione delle stelle dell'atletica che si daranno battaglia lunedì 6 gennaio, per conquistare un posto nell'albo d'oro del 68° Campaccio. Sempre al PalaBertelli, alle ore 16.00, si svolgerà il tradizionale convegno tecnico, dal titolo "**Run like Hell: estremi climatici e prestazione di endurance**", la cui introduzione e moderazione è affidata al Direttore Tecnico FIDAL Antonio La Torre. La partecipazione è aperta a tutti, tecnici e appassionati a qualsivoglia titolo. Con la frequenza, i tecnici FIDAL acquisiscono 0,5 crediti formativi. Iscrizioni via e-mail: info@campaccio.it. Altra novità è rappresentata dai **Campionati Regionali CSI Lombardia** (tutte le categorie, gare Open per tesserati FIDAL) che si svolgeranno a partire dalle 9.30 di domenica 12 gennaio.

Scaletta interventi

- Ore 16.10: L'effetto dello stress termico sulla prestazione durante World Athletics

- Championships. **Relatore Paolo Emilio Adami**, Head of Medical Operations – World Athletics
- Ore 16.35: Olimpiadi nel microonde – dati e sfide dello sport in un mondo che si scalda. **Relatori Marco Tengattini**, Performance Developer – FIDAL e **Giuseppe Giambrone**, On Tuscany Camp Head Coach.
 - Ore 17.10: Condizioni ambientali e test di valutazione degli atleti di endurance. **Relatore Andrea Bosio**, Responsabile della Ricerca e Tecnico – Sport Service MAPEI.
 - Ore 17.35: Dalle ondate di calore agli inquinanti atmosferici: perché gli atleti dovranno adattarsi a un nuovo clima. **Relatori Sofia Farina**, Fisica dell'atmosfera e comunicatrice scientifica – Univ. Degli Studi di Trento e **Francesco Puppi**, Fisico della materia e atleta POW.
 - Ore 18.10: Conclusioni

Lunedì 6 gennaio

Il Campaccio, nella sua versione classica, sarà, come da tradizione, **lunedì 6 gennaio 2025** quando si disputeranno le gare **Master, Giovanili e Internazionali** che porteranno a circa 2mila presenze. I primi a partire saranno gli atleti SM35, SM40 e SM45 alle ore 9.00, seguiranno gli SM50 e SM55 alle 9.30, gli SM60 e oltre alle 10.10. La mattinata degli atleti master si chiude con le donne, da SF35 e oltre che avranno il via alle 10.50. In tutte le categorie sono inseriti anche gli atleti in possesso di Runcard.

Al termine delle categorie master, si sfideranno le Ragazze (11.30), i Ragazzi (11.40), le Cadette (11.50), i Cadetti (12.05), gli Esordienti M/F (12.20), le Allieve (12.30) e gli Allievi (13.00). Il pomeriggio sarà aperto dai Jun M internaz. (13.25) cui seguiranno le gare più attese, quelle dei grandi campioni **Jun/Pro/Sen F internaz.** (14.05) **Sen/Pro M Internaz.** che avrà il via alle 14.35. Chiuderanno le gare il Cross Corto JPS F e M, rispettivamente con start alle 15.20 e 15.40. Da questa edizione, le gare del Campaccio saranno riconosciute ufficialmente come FISDIR, pertanto alle gare di lunedì 6 gennaio parteciperanno alcuni atleti del **team Italia FISDIR**.

ISCRIZIONI

Le iscrizioni sono aperte e dovranno pervenire alla società organizzatrice non oltre il giorno **31 dicembre 2024** tramite le seguenti modalità:

- Online, tramite il sito – [CLICCA QUI](#);
- Inviando una e-mail all'indirizzo campaccio@evodata.it indicando: nome, cognome, società numero tessera Fidal, anno di nascita e codice società, oltre alla prova di avvenuto pagamento.

Le iscrizioni di gruppi dovranno avvenire secondo le seguenti modalità:

- Online, tramite il sito – [CLICCA QUI](#), attraverso apposita procedura di aggiunta di atleti nel processo di iscrizione;
- Inviando il **file excel scaricabile qui** a campaccio@evodata.it unitamente a copia del bonifico per il saldo iscrizioni.

05 GENNAIO 2025

ORE 16.00
C.S. ALBERTI,
VIA DEL CAMPACCIO
SAN GIORGIO SU LEGNANO

68° CAMPACCIO

World Athletics Gold Level Cross Country Tour

**Run like Hell:
estremi climatici e prestazione di endurance**

Ore 16.00 | Introduce e Modera:
Antonio La Torre | Direttore Tecnico FIDAL

Ore 16.10 | L'effetto dello stress termico sulla prestazione durante World Athletics Championships
Paolo Emilio Adami | Head of Medical Operations - World Athletics

Ore 16.35 | Olimpiadi nel microonde - dati e sfide dello sport in un mondo che si scalda
Marco Tengattini | Performance Developer - FIDAL
Giuseppe Giambrone | On Tuscany Camp Head Coach

Ore 17.10 | Condizioni ambientali e test di valutazione degli atleti di endurance
Andrea Bosio | Responsabile della Ricerca e Tecnico - Sport Service MAPEI

Ore 17.35 | Dalle ondate di calore agli inquinanti atmosferici: perché gli atleti dovranno adattarsi a un nuovo clima
Sofia Farina | Fisica dell'atmosfera e comunicatrice scientifica - Univ. degli Studi di Trento
Francesco Puppi | Fisico della materia e atleta POW

Ore 18.10 | Conclusioni

Partecipazione: possono partecipare tecnici e appassionati a qualsivoglia titolo.
Iscrizioni via mail: info@campaccio.it
La FREQUENZA al Seminario dà diritto all'acquisizione di 0,5 CREDITI formativi per TECNICI FIDAL

Con il patrocinio di:

Regione Lombardia, CMA, ZERO WASTE ITALY, n, WHY RUN, POW, FIDAL CENTRO STUDI & RICERCHE

This entry was posted on Thursday, December 19th, 2024 at 2:55 pm and is filed under Alto Milanese, Atletica Leggera, Sport

You can follow any responses to this entry through the [Comments \(RSS\)](#) feed. You can skip to the end and leave a response. Pinging is currently not allowed.

