



**REQUISITI**  
Per partecipare è solo necessario che il tuo tesseramento FIDAL sia valido alla data della gara.

**CERTIFICATO MEDICO**  
Non c'è bisogno di presentare il certificato medico: l'informazione sulla validità del certificato è contenuta nel database FIDAL su cui effettuiamo il controllo della tessera.

**RIEPILOGO**  
Per finalizzare l'iscrizione, dovrai inserire:  
• numero tessera FIDAL  
• codice società FIDAL

**VAI AL PUNTO A**

**REQUISITI**  
Per partecipare devi avere una **RUNCARD** valida alla data della maratona.  
Inoltre devi avere un **certificato medico** di idoneità per la pratica sportiva agonistica dell'atletica leggera, valido alla data della maratona.

**RUNCARD**  
La RUNCARD costa 30 euro (15 per chi è tesserato per un Ente di Promozione Sportiva) e può essere acquistata insieme all'iscrizione alla maratona, oppure in autonomia sul sito [www.runcard.com](http://www.runcard.com).  
Dopo l'acquisto, la carta viene inviata in forma digitale (tramite e-mail).

**CERTIFICATO MEDICO**  
Essendo tu residente in Italia e di nazionalità italiana, devi fornire un certificato rilasciato in Italia.

**RIEPILOGO**  
Per finalizzare l'iscrizione, dovrai inserire:  
• numero RUNCARD  
• certificato medico

**VAI AL PUNTO A**

**REQUISITI**  
Per partecipare è solo necessario che il tuo tesseramento FIDAL sia valido alla data della gara.

**CERTIFICATO MEDICO**  
Non c'è bisogno di presentare il certificato medico: l'informazione sulla validità del certificato è contenuta nel database FIDAL su cui effettuiamo il controllo della tessera.

**RIEPILOGO**  
Per finalizzare l'iscrizione, dovrai inserire:  
• numero tessera FIDAL  
• codice società FIDAL

**REQUISITI**  
Per partecipare devi avere una **RUNCARD** valida alla data della maratona.  
Inoltre devi avere un **certificato medico** di idoneità per la pratica sportiva agonistica dell'atletica leggera, valido alla data della maratona.

**RUNCARD**  
La RUNCARD costa 30 euro e può essere acquistata insieme all'iscrizione alla maratona, oppure in autonomia sul sito [www.runcard.com](http://www.runcard.com).  
Dopo l'acquisto, la carta viene inviata in forma digitale (tramite e-mail).

**CERTIFICATO MEDICO**  
Essendo tu residente in Italia, anche se di nazionalità non italiana, devi fornire un certificato rilasciato in Italia.

**RIEPILOGO**  
Per finalizzare l'iscrizione, dovrai inserire:  
• numero RUNCARD  
• certificato medico

**VAI AL PUNTO A**

**REQUISITI**  
Per partecipare sono sufficienti le informazioni di tesseramento. La tessera deve essere valida alla data della gara.

**RIEPILOGO**  
Per finalizzare l'iscrizione, dovrai inserire:  
• nome della Federazione  
• numero tessera  
• nome running club  
• autocertificazione di tesseramento

**VAI AL PUNTO C**

**REQUISITI**  
Per partecipare è solo necessario che il tuo tesseramento FIDAL sia valido alla data della gara.

**CERTIFICATO MEDICO**  
Non c'è bisogno di presentare il certificato medico: l'informazione sulla validità del certificato è contenuta nel database FIDAL su cui effettuiamo il controllo della tessera.

**RIEPILOGO**  
Per finalizzare l'iscrizione, dovrai inserire:  
• numero tessera FIDAL  
• codice società FIDAL

**REQUISITI**  
Per partecipare devi avere una **RUNCARD** valida alla data della maratona.  
Inoltre devi avere un **certificato medico** di idoneità per la pratica sportiva agonistica dell'atletica leggera, valido alla data della maratona.

**RUNCARD**  
La RUNCARD costa 15 euro e può essere acquistata insieme all'iscrizione alla maratona, oppure in autonomia sul sito [www.runcard.com](http://www.runcard.com).  
Dopo l'acquisto, la carta viene inviata in forma digitale (tramite e-mail).  
La RUNCARD è indispensabile perché fornisce la **copertura assicurativa obbligatoria** per legge, non essendo tu tesserato per una Federazione di Atletica.

**VAI AL PUNTO A**

**REQUISITI**  
Per partecipare sono sufficienti le informazioni di tesseramento. La tessera deve essere valida alla data della gara.

**RIEPILOGO**  
Per finalizzare l'iscrizione, dovrai inserire:  
• nome della Federazione  
• numero tessera  
• nome running club  
• autocertificazione di tesseramento

**VAI AL PUNTO C**

**REQUISITI**  
Pur non essendo residente in Italia, sei un cittadino italiano, quindi sei tenuto a fornire un certificato rilasciato in Italia.

**RIEPILOGO**  
Per finalizzare l'iscrizione, dovrai inserire:  
• numero RUNCARD  
• certificato medico

**VAI AL PUNTO A**

**REQUISITI**  
Per partecipare sono sufficienti le informazioni di tesseramento. La tessera deve essere valida alla data della gara.

**RIEPILOGO**  
Per finalizzare l'iscrizione, dovrai inserire:  
• nome della Federazione  
• numero tessera  
• nome running club  
• autocertificazione di tesseramento

**VAI AL PUNTO C**

**REQUISITI**  
Per partecipare devi avere una **RUNCARD** valida alla data della maratona.  
Inoltre devi avere un **certificato medico** di idoneità per la pratica sportiva agonistica dell'atletica leggera, valido alla data della maratona.

**RUNCARD**  
La RUNCARD costa 15 euro e può essere acquistata insieme all'iscrizione alla maratona, oppure in autonomia sul sito [www.runcard.com](http://www.runcard.com).  
Dopo l'acquisto, la carta viene inviata in forma digitale (tramite e-mail).  
La RUNCARD è indispensabile perché fornisce la **copertura assicurativa obbligatoria** per legge, non essendo tu tesserato per una Federazione di Atletica.

**CERTIFICATO MEDICO**  
Devi far compilare e firmare, da un medico del tuo paese, un apposito modulo.

**RIEPILOGO**  
Per finalizzare l'iscrizione, dovrai inserire:  
• numero RUNCARD  
• certificato medico

**VAI AL PUNTO B**

**REQUISITI**  
Per partecipare è solo necessario che il tuo tesseramento FIDAL sia valido alla data della gara.

**CERTIFICATO MEDICO**  
Non c'è bisogno di presentare il certificato medico: l'informazione sulla validità del certificato è contenuta nel database FIDAL su cui effettuiamo il controllo della tessera.

**RIEPILOGO**  
Per finalizzare l'iscrizione, dovrai inserire:  
• numero tessera FIDAL  
• codice società FIDAL

**REQUISITI**  
Per partecipare devi avere una **RUNCARD** valida alla data della maratona.  
Inoltre devi avere un **certificato medico** di idoneità per la pratica sportiva agonistica dell'atletica leggera, valido alla data della maratona.

**RUNCARD**  
La RUNCARD costa 15 euro e può essere acquistata insieme all'iscrizione alla maratona, oppure in autonomia sul sito [www.runcard.com](http://www.runcard.com).  
Dopo l'acquisto, la carta viene inviata in forma digitale (tramite e-mail).  
La RUNCARD è indispensabile perché fornisce la **copertura assicurativa obbligatoria** per legge, non essendo tu tesserato per una Federazione di Atletica.

**CERTIFICATO MEDICO**  
Devi far compilare e firmare, da un medico del tuo paese, un apposito modulo.

**RIEPILOGO**  
Per finalizzare l'iscrizione, dovrai inserire:  
• numero RUNCARD  
• certificato medico

**VAI AL PUNTO B**

## **A** RESIDENTI IN ITALIA, NON TESSERATI

### **✓** VERIFICA CHE...

- RUNCARD ti abbia inviato l'apposito modulo di richiesta di visita medica che dovrai consegnare quando ti rechi a fare gli esami. In alternativa, lo puoi trovare a **pagina 3**.
- sul certificato sia presente la dicitura «certificato di idoneità all'attività sportiva agonistica»
- sul certificato sia presente la dicitura «Art. 5 - D.M. 18/02/82»
- sul certificato la disciplina sportiva per la quale è stato rilasciato il certificato sia «atletica leggera»

### **✗** IL CERTIFICATO NON È VALIDO SE...

- sono presenti le diciture: «attività sportiva non agonistica», «attività ludico-motoria» e simili
- sono presenti le diciture: «ad uso privato», «a livello occasionale», «atleta non avente la qualifica di agonista», «per persone non indicate dall'Art. 5» e simili
- invece di atletica leggera sono usati termini quali: «podismo», «maratona», «running» e simili
- sono indicate discipline diverse dall'atletica leggera, ad esempio: «triathlon», «ciclismo», «calcio», etc.

### **i** SITUAZIONI PARTICOLARI DA CONSIDERARE

- i certificati emessi in Lombardia devono essere rilasciati su apposito modulo che riporta il logo della regione nell'intestazione
- i certificati emessi in Veneto, da un centro di medicina sportiva privato e prima del 25/04/18, devono essere vidimati da parte dell'ULSS di competenza

## **B** RESIDENTI ALL'ESTERO, NON TESSERATI

In base alle norme dello Stato Italiano e della Federazione Italiana di Atletica Leggera, per partecipare ad una maratona in Italia un atleta straniero non tesserato per una Federazione di Atletica deve:

- presentare un **certificato medico** (rilasciato nel proprio paese) in conformità alla normativa sulla tutela della salute nella pratica sportiva agonistica in vigore in Italia
- possedere una **RUNCARD** (rilasciata dalla Federazione Italiana di Atletica) in corso di validità alla data della gara

### **COME DEVE ESSERE FATTO IL CERTIFICATO?**

Il modulo ufficiale da consegnare al tuo medico è quello che trovi a **pagina 4** (in inglese) o a **pagina 5** (in francese).

Ti consigliamo di utilizzare esclusivamente questo modulo per non avere problemi. Se sei già in possesso di un certificato medico, e vuoi sapere se è accettato, contattaci per tempo ([info@milanomarathon.it](mailto:info@milanomarathon.it)).

### **LA VISITA MEDICA NEL TUO PAESE È TROPPO COSTOSA?**

Puoi effettuare la visita a Milano, nei giorni immediatamente prima della maratona, al costo di 60 euro. Potrai prenotarla online, verifica sul sito ufficiale tra qualche mese!

### **MI SEMBRA COMPLICATO, CI SONO ALTERNATIVE?**

Sì, puoi tesserarti per un running club aderente alla Federazione di Atletica Leggera del tuo paese! Controlla su [www.iaaf.org](http://www.iaaf.org)

## **C** ATLETI TESSERATI PER FEDERAZIONE ESTERA

Per partecipare è sufficiente fornire i tuoi dati di tesseramento e un'**autocertificazione del tesseramento** stesso, utilizzando il modulo che trovi a **pagina 6** (in inglese) o a **pagina 7** (in francese).



**Medical Certificate**  
**Competitive sport activity**

The undersigned .....(licensed physician), on the basis of the medical tests:

- medical visit
- test of urines (urinalyses)
- electrocardiogram at rest and stress test
- spirometry

diagnostic tests as by the Italian law to be able to practice competitive sports activities (Ministerial Decree 18/02/1982).

certify that

Name .....Surname.....

Born.....in.....

Resident in.....in.....

can practice competitive Athletics sport activity.

This certificate is valid for.....

and will expire on.....

**Date,**

The Doctor

(stamp e signature)

**Certificat medical**  
**Activités sportives compétitives**

Le soussigné..... (médecin autorisé) sur la base d'une  
évaluation médicale effectuée:

- examen physique,
- examen complet de l'urine,
- un électrocardiogramme au repos et après l'exercice,
- spirographie,

inspection conforme aux tests diagnostics prévus par la loi applicable en Italie  
pour être en mesure de exercer des activités sportives compétitives (Décret  
Ministériel 18/02/1982).

**certifie que**

Nom.....Prenom.....

né le.....à.....

et résident à.....

en.....

peut exercer des activités sportives compétitives d'Athlétisme.

Ce certificat est valable pour .....

et prendra fin le.....

**Date,**

Le Médecin

(timbre et signature)



**DECLARATION**  
**athlete licensed or registered for a Foreign Federation**

First Name, Last Name

born on (dd/mm/yyyy)

born in (city, country)

nationality

gender (M/F)

resident at (complete address)

**declares that**

is registered for or licenced by the following IAAF Federation:

Federation name

Club / Team (if applicable)

Card number / code (if applicable)

I hereby declare myself fully responsible for this declaration, acknowledging the legal consequences of a false statement.

**DATE** (dd/mm/yyyy)

**SIGNATURE**



## **DÉCLARATION**

### **athlète licencié ou enregistré pour une Fédération Étrangère**

Prénom, Nom

né le (jj/mm/aaaa)

Né à (ville, pays)

nationalité

sexe (M/F)

résident à (adresse complète)

#### **déclare que**

est inscrit ou licencié par la Fédération IAAF suivante:

Nom de la Fédération

Club / équipe (le cas échéant)

Numéro / code de la carte (le cas échéant)

Je déclare être entièrement responsable de cette déclaration, en reconnaissant les conséquences juridiques d'une fausse déclaration.

**DATE** (jj/mm/aaaa)

**SIGNATURE**