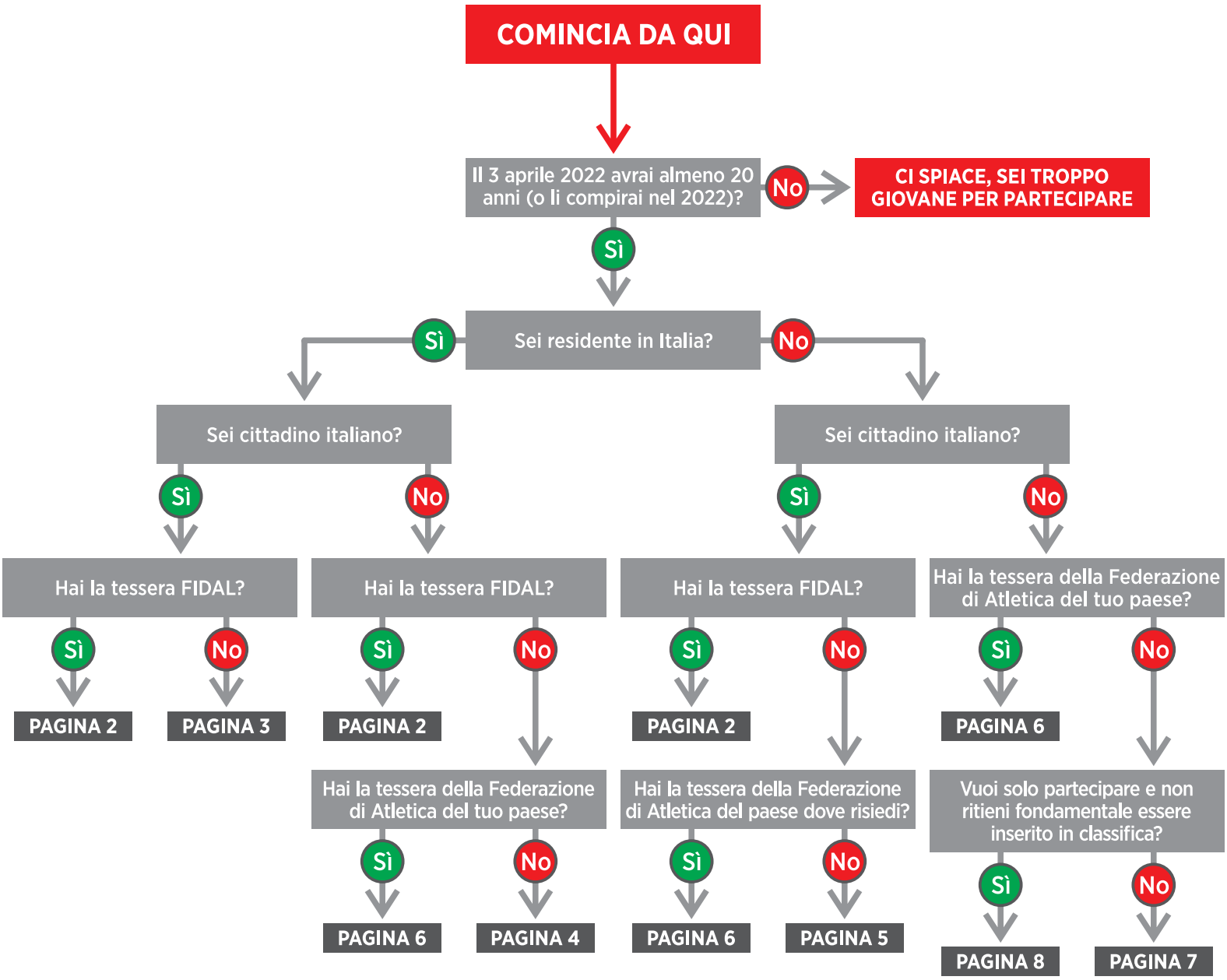
MILANO MARATHON

Abbiamo preparato il diagramma di flusso che vedi qui sotto per aiutarti a capire **di quali documenti hai bisogno per partecipare** alla Milano Marathon 2022.

Fino a metà febbraio potrai iscriverti senza dover specificare gli estremi (o caricare copia) dei documenti obbligatori. Saremo noi a segnalarti, tramite e-mail, quando sarà il momento di finalizzare la tua iscrizione.

Leggi con attenzione! È fondamentale per partecipare senza problemi e anche per risparmiare!



PARTECIPAZIONE CON TESSERAMENTO FIDAL

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 il **numero tessera FIDAL**
- inserire il **codice società FIDAL**
- inserire il **nome società FIDAL**

PARTECIPAZIONE CON RUNCARD (italiano residente in Italia)

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 (non sono accettate altre diciture) valido alla data della maratona.

RUNCARD

La RUNCARD per i residenti in Italia costa 30 euro (15 per chi è tesserato per un Ente di Promozione Sportiva) e deve essere acquistata in autonomia sul sito www.runcard.com.

Dopo l'acquisto, la carta viene inviata in forma digitale (tramite e-mail) insieme alla richiesta per la visita medica da consegnare al medico sportivo.

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 il **numero RUNCARD**
- caricare il **certificato medico**

VERIFICA CHE...

- RUNCARD ti abbia inviato l'apposito modulo di richiesta di visita medica che dovrai consegnare quando ti rechi a fare gli esami.
- 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 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 indica discipline diverse dall'atletica leggera, ad esempio: «triathlon», «ciclismo», «calcio», etc.

SITUAZIONI PARTICOLARI DA CONSIDERARE

- i certificati emessi in Lombardia devono essere rilasciati su apposito modulo che riporta il logo della regione nell'intestazione

PARTECIPAZIONE CON RUNCARD (straniero residente in Italia)

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 (non sono accettate altre diciture) valido alla data della maratona.

RUNCARD

La RUNCARD per i residenti in Italia costa 30 euro (15 per chi è tesserato per un Ente di Promozione Sportiva) e deve essere acquistata in autonomia sul sito www.runcard.com.

Dopo l'acquisto, la carta viene inviata in forma digitale (tramite e-mail) insieme alla richiesta per la visita medica da consegnare al medico sportivo.

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 il **numero RUNCARD**
- caricare il **certificato medico**

VERIFICA CHE...

- RUNCARD ti abbia inviato l'apposito modulo di richiesta di visita medica che dovrai consegnare quando ti rechi a fare gli esami.
- 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 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 indica discipline diverse dall'atletica leggera, ad esempio: «triathlon», «ciclismo», «calcio», etc.

SITUAZIONI PARTICOLARI DA CONSIDERARE

- i certificati emessi in Lombardia devono essere rilasciati su apposito modulo che riporta il logo della regione nell'intestazione

PARTECIPAZIONE CON RUNCARD (italiano residente all'estero)

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 (non sono accettate altre diciture) valido alla data della maratona.

RUNCARD

La RUNCARD per i residenti all'estero costa 15 euro e deve essere acquistata insieme in autonomia sul sito 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

Pur non essendo residente in Italia, sei un cittadino italiano, quindi in base alle leggi vigenti sei tenuto a fornire un certificato rilasciato in Italia.

RIEPILOGO

Per finalizzare l'iscrizione, dovrai:
- inserire il **numero RUNCARD**
- caricare il **certificato medico**

VERIFICA CHE...

- RUNCARD ti abbia inviato l'apposito modulo di richiesta di visita medica che dovrai consegnare quando ti rechi a fare gli esami.
- 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 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 indica discipline diverse dall'atletica leggera, ad esempio: «triathlon», «ciclismo», «calcio», etc.

SITUAZIONI PARTICOLARI DA CONSIDERARE

- i certificati emessi in Lombardia devono essere rilasciati su apposito modulo che riporta il logo della regione nell'intestazione

IL NOSTRO CONSIGLIO PER RISPARMIARE. Valuta l'opportunità di effettuare la visita medica direttamente a Milano o di tesserarti con la Federazione di Atletica del paese in cui risiedi. Ulteriori info a pagina 16.

PARTECIPAZIONE CON TESSERA FEDERAZIONE STRANIERA

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:

- inserire il **nome della Federazione**
- inserire il **numero tessera**
- inserire il **nome running club**
- caricare l'**autocertificazione di tesseramento** (utilizza l'apposito modulo che trovi a pagina 14 in inglese e a pagina 15 in francese)

PARTECIPAZIONE CON RUNCARD (straniero residente all'estero)

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 per i residenti all'estero costa 15 euro e deve essere acquistata in autonomia sul sito www.runcard.com (purtroppo, il sito è disponibile solo in lingua italiana).

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, firmare e timbrare da un medico del tuo paese, l'apposto modulo (lo trovi a pagina 9 in inglese, e a pagina 10 in francese.

RIEPILOGO

Per finalizzare l'iscrizione, dovrai:
- inserire il **numero RUNCARD**
- caricare il **certificato medico**

PERCHÉ È COSÌ COMPLICATO?

La normativa italiana per la tutela della salute dello sportivo è una delle più rigorose al mondo, al fine di prevenire episodi potenzialmente molto gravi, derivanti da situazioni patologiche pre-esistenti, ma non individuate.

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

CHE CARATTERISTICHE DEVE AVERE IL CERTIFICATO?

- Il modulo ufficiale da consegnare al tuo medico è quello che trovi a **pagina 9** (in inglese) o a **pagina 10** (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 tramite e-mail a **info@milanomarathon.it**

IL NOSTRO CONSIGLIO PER RISPARMIARE. Valuta l'opportunità di effettuare la visita medica direttamente a Milano o di tesserarti con la Federazione di Atletica del paese in cui risiedi. Ulteriori info a pagina 16.

PARTECIPAZIONE «TURISTICO-SPORTIVA» (straniero residente all'estero)

ATTENZIONE. La partecipazione «turistico-sportiva», in base alle norme della Federazione Italiana di Atletica Leggera, **comporta queste limitazioni**:

- pettorale differenziato rispetto agli altri partecipanti;
- non inserimento in classifica, ma in un elenco alfabetico di arrivati con indicazione del tempo;
- impossibilità di ricevere premi, bonus, rimborsi spese, ecc.

REQUISITI

Per partecipare devi avere un **certificato medico** che dichiari la tua idoneità a prendere parte ad una maratona non competitiva, valido alla data della maratona.

Devi inoltre versare una **quota aggiuntiva di 10 euro a copertura dell'assicurazione che l'organizzazione è obbligata a fornirti per legge**, non essendo tu tesserato per una Federazione di Atletica.

CERTIFICATO MEDICO

Devi far compilare, firmare e timbrare, da un medico del tuo paese, l'apposto modulo (lo trovi a pagina 11 in inglese e a pagina 12in francese).

RIEPILOGO

Per finalizzare l'iscrizione, dovrai:
- caricare il **certificato medico**

CHE CARATTERISTICHE DEVE AVERE IL CERTIFICATO?

- Il modulo ufficiale da consegnare al tuo medico è quello che trovi a **pagina 11** (in inglese) o a **pagina 12** (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 tramite e-mail a **info@milanomarathon.it**

IL NOSTRO CONSIGLIO. Se il tuo medico ti richiede una parcella superiore ai 50 euro per rilasciare il certificato, dovresti valutare l'opportunità di partecipare come indicato a pagina 7. Seguendo le nostre indicazioni spenderai una cifra analoga e non sarai soggetto alle limitazioni elencate sopra.

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
- spirography

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)

MILANO MARATHON

Certificate of eligibility for participating in a non-competitive athletics event for tourist-sporting purposes

I, Dr. (first name, last name) _____ born (city, country) _____ on (dd/mm/yyyy) _____

with offices at (complete address) _____ and phone number _____

declare that Mr/Mrs/Ms (first name, last name) _____ born (city, country) _____ on (dd/mm/yyyy) _____

and resident at (complete address) _____

has sustained a thorough and adequate medical exam. Therefore I declare that the aforementioned athlete is in good health and fit to **PARTICIPATE IN A NON-COMPETITIVE, 42-KM MARATHON, FOR TOURIST-SPORTING PURPOSES**.

The exam has been performed by me on (dd/mm/yyyy) _____ .

This certificate is valid until (dd/mm/yyyy) _____ .

PHYSICIAN'S SIGNATURE AND STAMP

_____

MILANO MARATHON

Certificat d'aptitude à participer à un événement d'athlétisme non compétitif, à des fins de sport touristique

Le soussigné (prénom, nom) _____ né à (ville, pays) _____ le (jj/mm/aaaa) _____

avec bureau de médicin autorisé à (adresse complète) _____ et numéro de téléphone _____

certifie que Mr/Mme/Ms (prénom, nom) _____ né à (ville, pays) _____ le (jj/mm/aaaa) _____

et résident à (adresse complète) _____

a subi un examen médical approfondi et adéquat. Par conséquent, je déclare que l'athlète susmentionné est en bonne santé et apte à **PARTICIPER À UN MARATHON NON COMPÉTITIF DE 42 KM, À DES FINS DE SPORT TOURISTIQUE.**

L'examen a été effectué par moi le (jj/mm/aaaa) _____ .

Ce certificat est valable jusqu'au le (jj/mm/aaaa) _____ .

SIGNATURE ET TIMBRE DU MÉDECIN

_____

MILANO MARATHON

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** _____

MILANO MARATHON

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 _____

SEI RESIDENTE ALL'ESTERO E NON HAI LA TESSERA DI UNA FEDERAZIONE DI ATLETICA?

ECCO COME PUOI RISPARMIARE!

SOLUZIONE 1 - TESSERAMENTO NEL TUO PAESE

Per risparmiare e correre senza problemi a Milano (e nelle altre gare italiane) **puoi tesserarti con un running club aderente alla Federazione di Atletica Leggera del paese in cui risiedi**. Sarai tenuto a presentare l'eventuale certificazione medica prevista nel tuo paese, e non quella italiana (che nel 99% dei casi è più restrittiva e costosa).

Cerca su internet «iaaf member federations». Troverai facilmente la pagina specifica sul sito World Athletics (è il sito ufficiale della Federazione Internazionale) e da lì potrai cercare la Federazione specifica del tuo paese e il relativo sito.

Sul sito, o tramite i contatti forniti, potrai ricevere le informazioni pratiche per il tesseramento.

SOLUZIONE 2 - EFFETTUARE LA VISITA MEDICA A MILANO

In alternativa, **puoi prenotare in anticipo la visita medica a Milano, da effettuare nei giorni precedenti la maratona**, quando arriverai in città e prima di andare a ritirare il pettorale.

Per gli iscritti alla Milano Marathon la visita viene effettuata al **prezzo convenzionato di 63 euro**, presso i centri Delta Medica - Cerba HealthCare. Per gli atleti MASTER (uomini over 40 e donne over 50) e per gli atleti guariti dal Covid-19 **il costo è di 82 euro a causa degli esami aggiuntivi previsti**.

La visita è conforme agli standard sanitari richiesti dalle legge italiana, e prevede i seguenti esami:

- esame fisico
- esame delle urine
- spirometria
- elettrocardiogramma a riposo e dopo sforzo

Se sei interessato a questa soluzione, contattaci all'indirizzo **info@milanomarathon.it** e ti forniremo ulteriori informazioni.