

KARALStaffetta

(non competitiva)

Il percorso della mezza maratona diviso in due frazioni da 8 e 13 chilometri vi permetterà di condividere le emozioni della gara con una compagna o un compagno

CAGLIARI 6 DICEMBRE 2026

REGOLAMENTO

Ogni squadra partecipante dovrà essere composta da due frazionisti che saranno impegnati nelle seguenti distanze:

- **1ª Frazione circa 8 Km**
- **2ª Frazione circa 13 Km.**

REQUISITI DI PARTECIPAZIONE

Possono partecipare tutti coloro che, previa iscrizione sulla piattaforma *AvaiBook in formato ed invio telematico*, abbiano compiuto **16 anni** alla data del 6 dicembre 2026 e producano (o dichiarino di esserne in possesso) certificazione medica per lo svolgimento di attività sportiva non agonistica e/o, dove indicato, di certificazione di sana e robusta costituzione fisica. La sottoscrizione, che per i minori sarà effettuata da parte di chi ne esercita la potestà genitoriale, implica l'assunzione di responsabilità per quanto possa accadere loro, o ai loro tutelati, durante la manifestazione.

Ogni squadra può essere formata da atlete o atleti oppure può essere mista.

QUOTE E MODALITÀ DI PARTECIPAZIONE

È possibile iscriversi **non oltre le ore 23,59 del venerdì 4 dicembre 2026**. La squadra è costituita da due componenti e la stessa classifica sarà stilata sulla base delle seguenti tre differenti tipologie:

- **FEMMINILE**
- **MASCHILE**
- **MISTA**

La quota di partecipazione alla KARALStaffetta, per ogni coppia di staffettisti, è fissata in:

- **€ 50,00 fino al 4 ottobre**
- **€ 60,00 dal 5 ottobre al 15 novembre**
- **€ 70,00 dal 16 novembre al 4 dicembre**

MODALITÀ DI PAGAMENTO

Il pagamento della quota potrà avvenire esclusivamente on-line – attraverso la piattaforma *AvaiBook* – con carta di credito seguendo le istruzioni indicate o mediante iscrizione cumulativa effettuata da un rappresentante legale della

Società Sportiva di appartenenza per un numero di adesioni non inferiore a 20, previo accordo con la segreteria organizzativa (cell. +39 370 1675791 – mail: iscrizioni@cagliarirespira.it) anche in riferimento a eventuali promozioni che saranno pubblicizzate sul sito www.cagliarirespira.it o sui social media.

Si sottolinea come per le iscrizioni a tutte le gare effettuate attraverso la piattaforma AvaiBook non siano previsti costi aggiuntivi (commissioni) alle quote di iscrizione indicate nel regolamento.

VERIFICA ISCRIZIONE

Può essere verificato lo stato della iscrizione in qualsiasi momento sulla piattaforma AvaiBook.

L'iscrizione si ritiene valida se le dichiarazioni e l'eventuale documentazione fornita risultano regolari e valide e se il pagamento risulta ricevuto.

La convalida della tua iscrizione sarà inviata tramite email all'indirizzo indicato in fase di registrazione (controllare anche la casella SPAM).

Nell'email ricevuta al momento dell'iscrizione sarà presente il voucher dell'iscrizione che dovrà essere esibito al momento del ritiro del pettorale di gara.

SE NON SI HA RICEVUTO L'EMAIL DI CONVALIDA è possibile che l'iscrizione risulti ancora in stato non regolare, in questo caso è necessario contattare la Segreteria organizzativa della CagliariRespira (cell. +39 370 1675791 – email: iscrizioni@cagliarirespira.it).

TRASFERIMENTO ISCRIZIONE

Un atleta iscritto impossibilitato a partecipare potrà eventualmente trasferire ad altra persona la sua iscrizione **entro il 15 novembre 2026**, previo accordo con la Segreteria della CagliariRespira, per tale operazione è previsto un costo di € 10,00 di diritti di segreteria.

CONDIZIONI IN CASO DI ANNULLAMENTO GARA

Nel caso in cui la gara venisse annullata a causa di eventuali restrizioni sanitarie, la quota d'iscrizione sarà rimborsata o trasferita all'edizione 2027, a discrezione dell'atleta.

Non è previsto alcun rimborso nel caso in cui la manifestazione non avesse luogo o fosse sospesa per calamità naturali o altre decisioni indipendenti dalla volontà dell'organizzazione, né è previsto in tutti i casi il rimborso delle spese sostenute per la partecipazione all'evento.

SERVIZI COMPRESI NELLA QUOTA DI PARTECIPAZIONE DELLA MEZZA MARATONA A STAFFETTA

- Pettorale di gara;
- Deposito bagagli con contrassegno da applicare alla sacca personale;
- Assicurazione e assistenza medica durante la manifestazione;
- Ristori lungo il percorso;



- Pacco gara con: maglia tecnica, eventuali gadget degli sponsor e materiale informativo;
- Noleggio del chip;
- Diploma di partecipazione scaricabile dal sito <https://www.endu.net>
- Medaglia commemorativa della gara;
- Sacchetto ristoro (previa esibizione del pettorale).

RITIRO DEI PETTORALI E PACCO GARA

Il ritiro del pacco gara, contenente il pettorale e il *chip* potrà avvenire da parte di uno dei due frazionisti, sarà infatti uno per coppia e potrà essere effettuato a Cagliari presso la Segreteria della CagliariRespira – Fiera della Sardegna ingresso Piazza Marco Polo nei seguenti giorni e orari:

- venerdì 04/12/2026 dalle 15:00 alle 20:00
- sabato 05/12/2026 dalle 10:00 alle 20:00
- domenica 06/12/2026 dalle ore 08:00 alle ore 09:00.

Il ritiro del pacco gara avverrà presentando il **VOUCHER DELL'ISCRIZIONE** in formato digitale (su smartphone) e un documento d'identità, riguarderà la singola squadra e conterrà pertanto i due pettorali (medesimo numero con indicata 1^a e 2^a frazione).

I pettorali e pacchi gara della squadra potranno essere ritirati tramite persona delegata che dovrà presentare **VOUCHER DELL'ISCRIZIONE** del delegante (digitale su smartphone), fotocopia della carta d'identità dell'atleta delegante e delega scritta.

La consegna del pacco gara **KARALISaffetta** avverrà previa apposizione di visto nel retro del pettorale.

La consegna dei pacchi gara non ritirati prima della manifestazione potrà avvenire presso la Segreteria della CagliariRespira – Fiera della Sardegna ingresso Piazza Marco Polo entro e non oltre la chiusura della manifestazione, cioè nella giornata del 6 dicembre 2026.

Il pettorale di gara è personale e non può essere ceduto né scambiato. Deve essere attaccato sul petto in modo tale da essere interamente visibile: non può essere piegato e deve rimanere integro.

L'iscritto è responsabile della titolarità e della custodia del proprio pettorale di gara, acquisendo il diritto a usufruire dei servizi indicati nel regolamento. Chiunque partecipasse alla gara senza regolare iscrizione e/o con pettorale contraffatto, oltre a essere ritenuto responsabile di danni a persone o cose, incluso sé stesso, potrà incorrere in sanzioni sportive di competenza degli organi federali e anche delle eventuali sanzioni penali.

Le violazioni potranno essere riscontrate esclusivamente previa verifica di documentazioni fotografiche e/o video. Gli atleti che si faranno accompagnare in gara da biciclette saranno squalificati. Gli atleti che si faranno accompagnare da altri atleti senza pettorale non saranno classificati. La manifestazione sarà controllata dal Gruppo Giudici Gara della FIDAL e da addetti degli enti di Promozione Sportiva.

Gli atleti dovranno indossare i chip elettronici che consegneranno obbligatoriamente all'arrivo, pena la squalifica e il pagamento di una penale di € 30,00 al Comitato Organizzatore che avrà diritto di rivalersi nei confronti dell'iscritto o della società sportiva di appartenenza.

Si informa che, ai sensi del D.lgs. n. 196 del 30/06/03, che tutti i dati personali raccolti, saranno utilizzati solamente per la realizzazione dell'elenco degli iscritti, la classifica, le comunicazioni di servizio e l'invio di materiale relativo alla manifestazione, oltre ad altre condizioni previste nel presente regolamento.

PARTENZA

La partenza della gara è prevista per le ore 10:00 in Viale Diaz in prossimità della Piazza Marco Polo.

L'ingresso all'area di partenza, transennata in griglie, avverrà posteriormente all'arco di partenza.

Per il regolare svolgimento delle operazioni tutti i concorrenti, primi frazionisti, sono invitati a raggiungere la zona di partenza entro le ore 9:30.

PERCORSO

Il percorso della **KARALIStaffetta**, si svilupperà in un unico giro all'interno della città, con la prima parte nel centro storico e la seconda parte nella zona del Poetto/Saline, come da stradario allegato.

Il percorso sarà sostanzialmente pianeggiante, su fondo asfaltato ad eccezione di circa 1 km su fondo sterrato nel Parco di Molentargius.

La zona cambio staffetta sarà posizionata nella sede stradale, lato Fiera, compresa tra l'angolo tra il Viale Diaz e Piazza Marco Polo e i 50 metri successivi allo stesso (direzione Poetto).

Si raccomanda ai secondi frazionisti di posizionarsi all'interno delle aree contrassegnate dal numero di pettorale (lato destro della carreggiata) e ai primi frazionisti di mantenere il lato destro della carreggiata lungo il Viale Diaz giunti in prossimità di Piazza Marco Polo.

I primi frazionisti ritireranno la propria medaglia nell'area consegna medaglie e pacchi ristoro sita in zona arrivo gare all'interno del quartiere fieristico, la medaglia ai secondi frazionisti sarà consegnata dopo il taglio del traguardo nella medesima area.

ARRIVO

L'arrivo è previsto presso la Fiera della Sardegna.

TEMPO MASSIMO

Il tempo massimo consentito è di 2 ore e 30 minuti, oltre il quale l'organizzazione non sarà in grado di garantire la sicurezza del percorso.

SERVIZI DI GARA

DEPOSITO BORSE

L'organizzazione mette a disposizione dei partecipanti gratuitamente un servizio di deposito delle borse. Gli atleti ritireranno un contrassegno con il numero corrispondente al proprio pettorale da applicare in modo visibile alla sacca. La



consegna dovrà essere effettuata agli addetti **entro le ore 09:20** del giorno della gara nell'apposita area allestita all'interno della Fiera della Sardegna.

L'organizzazione, pur avendo la massima cura nel raccogliere e riconsegnare le borse, non effettua il servizio di custodia, di conseguenza, è espressamente vietato lasciare nelle borse cellulari, computer, tablet, macchine fotografiche o altri oggetti di valore. L'organizzazione non potrà essere ritenuta responsabile di eventuali furti, smarrimenti o danni.

SERVIZI IGIENICI E SPOGLIATOI

Nel quartiere fieristico gli atleti potranno usufruire dei servizi igienici e degli spogliatoi.

NON saranno presenti servizi doccia.

RISTORI E SPUGNAGGI

Il primo ristoro sarà posizionato al Km 5 (acqua) da tale punto in poi sono previste postazioni di ristoro ogni 5 Km (Km 5/10/15/20). Al km 10 con acqua e Sali minerali.

Nei punti di ristoro sarà presente acqua in bottigliette chiuse.

Lungo il percorso di gara sono previsti gli spugnaggi in virtù delle condizioni climatiche.

SERVIZIO SANITARIO

L'Organizzazione assicura la presenza di Ambulanze e personale Sanitario in differenti punti del percorso.

CRONOMETRAGGIO

Il cronometraggio e l'elaborazione delle classifiche sarà effettuata a cura della EvoData per mezzo di un sistema basato su un transponder passivo, *chip*, che sarà consegnato con i pettorali.

È vietato manomettere il *chip*, gli atleti che lo danneggiano non saranno cronometrati e non risulteranno nelle classifiche.

Il *chip* sarà passato come testimone tra primo e secondo frazionista. Per ogni atleta saranno rilevati: il tempo ufficiale (*dallo sparo al tappeto della zona cambio per la prima frazione e dalla zona cambio all'arrivo all'interno della Fiera della Sardegna per la seconda frazione*) e il tempo netto o real-time (*dal passaggio sul tappeto rilevatore sulla linea di partenza e al cambio per i primi frazionisti e al traguardo per i secondi*) e i passaggi intermedi.

DOPO L'ARRIVO

Dopo l'arrivo è prevista la consegna della medaglia e del sacchetto ristoro contenente prodotti alimentari sigillati e frutta.

PREMIAZIONI

La **KARALISTaffetta** prevede premi individuali per i due componenti delle prime tre squadre delle categorie DONNE, UOMINI e MISTA.

I premi saranno dei prodotti offerti dagli sponsor: il ritiro degli stessi avverrà durante le premiazioni ufficiali dopo l'ufficializzazione delle classifiche da parte della FIDAL ed entro il giorno della gara.



RESPONSABILITÀ

L'Organizzazione e la FIDAL declinano ogni responsabilità per quanto possa accadere agli atleti, per danni a persone o cose che si dovessero verificare prima, durante e dopo la manifestazione.

DICHIARAZIONE DI RESPONSABILITÀ DELL'ATLETA

Con l'iscrizione alla manifestazione l'atleta dichiara di conoscere nell'interezza e accettare il regolamento della **CagliariRespira 2026**, pubblicato sul sito www.cagliarirespira.it e di essere in possesso di idoneo certificato medico per partecipare alla gara, ai sensi del DM 18/02/82 e 28/02/83.

Dichiara inoltre espressamente sotto la propria responsabilità, e secondo le norme vigenti, non solo di aver dichiarato la verità, ma di sollevare gli organizzatori da ogni responsabilità, sia civile che penale per danni a persone e o cose da esso causati o da esso derivati.

Per i minori l'iscrizione deve essere effettuata dal genitore o da chi esercita la patria potestà.

L'organizzazione non risponde circa eventuali modifiche al regolamento indipendenti dalla propria volontà in qualsiasi caso queste ultime saranno emendate mediante pubblicazione nei siti internet www.cagliarirespira.it e/o della FIDAL Sardegna.

PRIVACY

Le informazioni personali saranno trattate ai sensi della normativa in materia di protezione dei dati personali attualmente in vigore.

DIRITTO D'IMMAGINE ED UTILIZZO DELL'INDIRIZZO DI POSTA ELETTRONICA

Con l'iscrizione alla KARALISTaffetta l'atleta autorizza espressamente gli organizzatori, unitamente ai media partner e agli sponsor, all'acquisizione gratuita del diritto di utilizzare le immagini fisse o in movimento che eventualmente lo ritraggano durante la partecipazione alla gara stessa, su tutti i supporti visivi, compresi i materiali promozionali e/o pubblicitari, e sul web, in tutto il mondo e per tutto il tempo massimo previsto dalle leggi, dai regolamenti, dai trattati in vigore compresa la proroga eventuale che potrà essere apportata al periodo previsto, nonché all'utilizzo del proprio indirizzo di posta elettronica per scopi pubblicitari.

RECLAMI

Eventuali reclami dovranno essere presentati nel rispetto delle norme FIDAL e del R.T.I.



ALTRE NORME

Per quanto non contemplato nel presente regolamento valgono le norme dei Regolamenti FIDAL, G.G.G. e della Presidenza Federale.

CONTATTI

Segreteria Organizzativa:

- iscrizioni@cagliarirespira.it
- +39 370 1675791

COORDINATORE ORGANIZZATIVO

Ivan Onnis

Cagliari, 29 maggio 2026

ASD Cagliari Marathon Club

Il Presidente

Paolo Serra



STRADARIO 18ª MEZZA MARATONA CITTA' DI CAGLIARI

Km. 0 Viale Diaz in prossimità di Piazza Marco Polo (PARTENZA)

Km. 1 Viale Diaz

Km. 2 Via Roma

Largo Carlo Felice

Km. 3 Piazza Yenne

Corso Vittorio Emanuele

Km. 4 Viale Trento

Viale Sant'Avendrace

Km. 5 Viale Trieste

Km. 6 Via Roma (Municipio)

Km. 7 Viale Diaz (Banco di Sardegna)

Km. 8 Viale Diaz Piazza Manlio Scopigno

(Stadio Amsicora)

Km.9 Viale Campioni d'Italia 1969/1970

(Ponte Vittorio)

Km.10 Viale Poetto

Km.11 Lungomare Poetto (Marina Piccola)

Km.12 Lungomare Poetto

Km.13 Lungomare Poetto

(Vecchio Ospedale Marino)

Km.14 Parco Molentargius Saline

(Canale Idrovora)

Km.15 Parco Molentargius Saline

(Lungo canale La Palma)

Km.16 Parco Molentargius Saline

Via La Palma

Km.18 Ingresso Pista ciclabile

Km.19 Ciclabile Canale La Palma

(sino al Molo Sant'Elmo)

Km.20 Via Caboto/Su Siccu

(sottopasso Piazza Marco Polo viale Diaz)

Km.21 Ingresso Fiera (Piazza Marco Polo)

Km. 21,0975 Fiera della Sardegna (ARRIVO)

