

18 aprile 2026

TESSERETE-GOLA DI LAGO

7km - 494m D+



tesserete-
gola di lago



USC
atletica



ASSOCIAZIONE
SPORTIVA
TICINO E MOESA

INFO E ISCRIZIONI



44a TESSERETE - GOLA DI LAGO

Sabato 18 aprile 2026

Corsa valida per la Coppa ASTI montagna

Informazioni

Sergio Stampanoni—079 579 44 28

tgdl@uscatletica.ch—www.tgdl.uscatletica.ch

Spogliatoi e docce

Arena Sportiva Capriasca

Categorie e normative

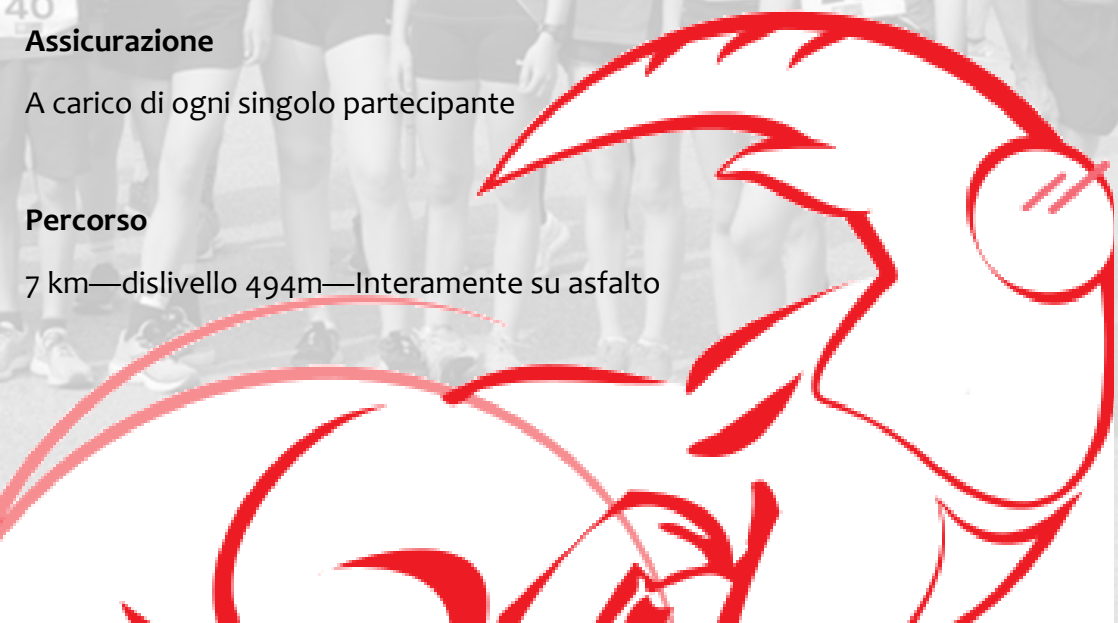
Fa stato il regolamento ASTI con aggiunta della categoria U20 F/M

Assicurazione

A carico di ogni singolo partecipante

Percorso

7 km—dislivello 494m—Interamente su asfalto



Programma

14:00-15:30	Ritiro pettorali	Arena Sportiva Capriasca
16:15	Partenza Tesserete—Gola di Lago	Piazzale ARL
18:45	Premiazione	Arena Sportiva Capriasca

Iscrizioni

CHF 20.00

Termine iscrizioni online: 16 aprile 2026

Sul posto entro le ore 15:00 (CHF 30.00)

Premi

Premio ricordo a tutti i partecipanti

Contanti e in natura ai primi 3 di ogni categoria ASTI, consegnati in presenza

Per i record: assoluto (premio Gipeto), femminile e di categoria

Servizio d'ordine

Polizia Torre di Redde - Prosegur

Servizio sanitario

Samaritani Agno

Rifornimento

Lungo il percorso acqua, all'arrivo acqua e 

Ritorno e trasporto vestiti

Ritorno in Autopostale alla riapertura della strada.

È previsto il trasposto vestiti a Gola di Lago

Info e iscrizioni



La strada Lelgio - Gola di Lago rimarrà chiusa fino al termine della gara

STAFFETTA 2 X

Sabato 18 aprile 2026 — 16.15

Programma: Come gara individuale, cambio Ponte di Marca

Iscrizioni: CHF 40.00

Termine iscrizioni online:

16 aprile 2026

Sul posto entro le ore 15:30 (CHF 60.00)

Premi: Premio ricordo a tutti i partecipanti

In natura ai primi della categoria unica