

# **19ª SALITA ALLA GUARDIA**

**Domenica 24 Maggio 2026**

Regolamento aggiornato al 21 Aprile

---

## **TIPOLOGIA EVENTO**

- a) Gara podistica competitiva (aperta ai tesserati FIDAL, UISP e agli atleti liberi di età superiore ai 16 anni; per i non tesserati è obbligatorio presentare copia del certificato medico di idoneità agonistica per atletica leggera in corso di validità)
  - b) Gara podistica non competitiva aperta a tutti
  - c) Camminata ludico-motoria aperta a tutti
- 

## **PERCORSO**

Tracciato: ex guidovia del Monte Figogna  
Partenza: Gaiazza (Ceranese - GE)  
Arrivo: Santuario della Madonna della Guardia

Distanza: 6,7 km  
Dislivello positivo: +495 m  
Pendenza media: 7,4%

La gara e tutti gli eventi si svolgono lungo il percorso dell'ex guidovia, dal tratto Gaiazza fino al Santuario, con arrivo di fronte al Santuario e vista panoramica sull'intera vallata.

---

## **ORARI**

Ritrovo: ore 7:45  
Partenza: ore 9:30 (Ristorante Da Luigina - Gaiazza)

Alle ore 9:30 partirà la corsa competitiva; a seguire, in coda al gruppo, la corsa non competitiva e la camminata.

Le manifestazioni si svolgeranno indipendentemente dalle condizioni meteorologiche.

---

## **GARA VALIDA per i seguenti TROFEI:**

- a) 4° Gran Prix delle 2 Valli 2026 Val Polcevera e Valle Scrivia
  - b) 2ª tappa del 1° Trofeo dello Scalatore 2026
- 

## **RISTORI**

Sarà disponibile acqua lungo il percorso  
Al termine della gara, presso la struttura "Il Caminetto", situata a pochi metri dall'arrivo, sarà allestito un ristoro finale

---

## **PACCO GARA e SERVIZI**

Pacco gara (per la sola gara competitiva)  
Trasporto borse con consegna entro le ore 08:45 presso l'area di partenza e ritiro in zona arrivo sia per la gara competitiva che non competitiva e camminata

---

## **PREMIAZIONI SOLO PER GARA COMPETITIVA**

Saranno premiati:

- **I primi 3 classificati assoluti (uomini e donne)**

- **I primi 3 classificati di categoria (maschili e femminili):**

16-22 / 23-34 / 35-39 / 40-44 / 45-49 /  
50-54 / 55-59 / 60-64 / 65-69 / 70-74 / 75+

Gruppi Sportivi:

- Le prime 3 società più numerose
- Premio Bonus alla società con il maggior numero di atleti classificati (minimo 20 atleti)

Premi speciali:

- Miglioramento dei record della gara  
Maschile: Davide Cavalletti – 29'04" (2024)  
Femminile: Stefania Caponera – 34'18" (2025)
- 

## **ISCRIZIONI**

(L'iscrizione comporta l'accettazione del regolamento ufficiale pubblicato sul sito della manifestazione)

### **Gara competitiva:**

**Quota promozionale** valida fino al 5 Maggio:

€8 entro il 5 maggio ore 18 presso Genova Running

### **Modalità:**

- Presso Genova Running (Via Cipro 47/49) entro il 22 maggio ore 18 – €10
- Online entro il 22 maggio ore 23:59 su [www.cronoru22.it](http://www.cronoru22.it) – €10 (pagamento al ritiro pettorale)
- Il giorno della gara entro le ore 09:00, salvo esaurimento pettorali – €12

Chiusura iscrizioni al raggiungimento del numero massimo di 200 partecipanti.

### **Eventi non competitivi e camminata:**

Iscrizione esclusivamente il giorno della gara entro le ore 09:00 presso il punto iscrizioni (Ristorante Da Luigina)

## **ORARI**

Ritrovo: ore 7:45

Partenza: ore 9:30 (Ristorante Da Luigina – Gaiazza)

Alle ore 9:30 partirà la corsa competitiva; a seguire, in coda al gruppo, la corsa non competitiva e la camminata.

Le manifestazioni si svolgeranno indipendentemente dalle condizioni meteorologiche.

Quota: €8

Non è previsto inserimento in classifica

No pacco gara

Ristoro incluso

Trasporto borse incluso

---

## **INFORMAZIONI**

Mario Codella – 348.604.49.48

Paolo Pelloni – 329.958.86.85

Sito ufficiale: [salitaallaguardia.blogspot.com](http://salitaallaguardia.blogspot.com)

---

## **NORME GENERALI**

È vietato abbandonare il percorso di gara e disperdere rifiuti lungo il tracciato.

---

## **ORGANIZZAZIONE**

Cambiaso Riso Running Team Genova

Patrocinio: Comune di Ceranesi

---

Un appuntamento consolidato del calendario podistico ligure, su uno dei percorsi più caratteristici del territorio.