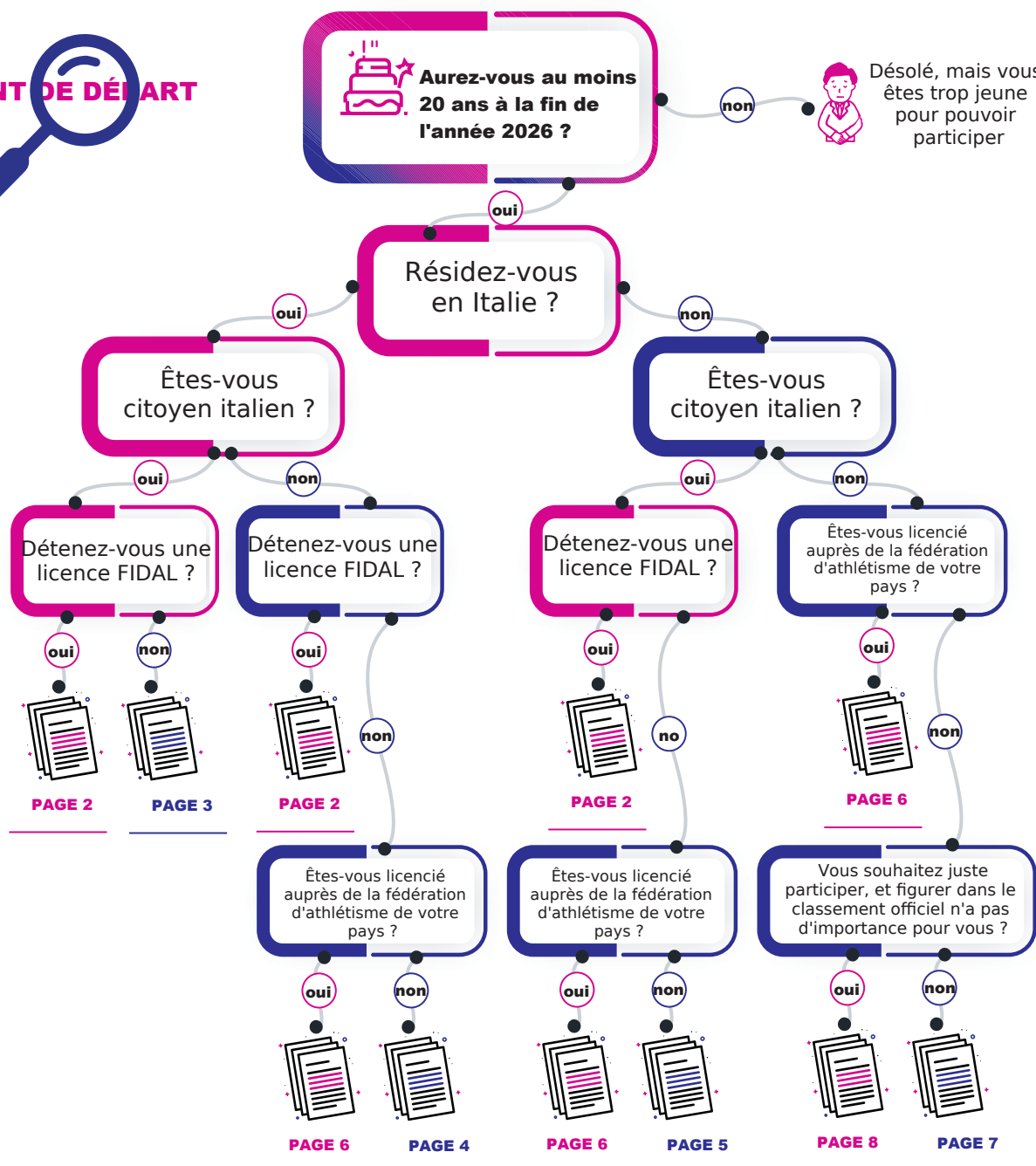


Nous avons préparé le diagramme ci-dessous afin de vous aider à comprendre **quels documents sont nécessaires pour participer au Wizz Air Marathon de Milan 2026.**

VEUILLEZ LIRE ATTENTIVEMENT !



PARTICIPATION AVEC UNE LICENCE FIDAL

PRÉREQUIS

Pour participer, vous avez simplement besoin que votre licence FIDAL soit valide le jour de la course.

CERTIFICAT MÉDICAL

Il n'est pas nécessaire de présenter un certificat médical : les informations relatives à la validité du certificat médical sont contenues dans la base de données de FIDAL, à partir de laquelle nous réalisons le contrôle.

RÉSUMÉ

Pour finaliser votre inscription, vous devez :

- entrer votre **numéro de licence FIDAL**
- entrer le **code FIDAL de votre club de course**
- entrer le **nom de votre club de course**

PARTICIPATION AVEC UNE RUNCARD

- Citoyens italiens résidant en Italie -

PRÉREQUIS

Pour participer, vous devez être détenteur d'une RUNCARD valide le jour du marathon. De plus, vous devez présenter un certificat médical valide d'aptitude à la pratique de l'athlétisme en compétition (sans aucune autre mention) valide le jour du marathon.

RUNCARD

La RUNCARD coûte 30 euros (15 pour les inscrits auprès d'un organisme de promotion du sport) et doit être commandée indépendamment sur www.runcard.com (site disponible uniquement en italien).

Après votre commande, la carte est envoyée sous format numérique (par e-mail), accompagnée de la demande d'examen médical à remettre au médecin du sport.

CERTIFICAT MÉDICAL

En tant que citoyen italien résidant en Italie, vous devez fournir un certificat médical établi en Italie.

RÉSUMÉ

Pour finaliser votre inscription, vous devez :

- entrer le **numéro de RUNCARD**
- téléverser le **certificat médical**

VEUILLEZ VÉRIFIER QUE...

- RUNCARD vous a envoyé le bon formulaire de demande d'examen médical que vous devrez présenter lorsque vous irez passer vos examens
- la mention « certificato di idoneità all'attività sportiva agonistica » est bien présente sur le certificat
- le certificat comporte bien la mention « Art. 5 - D.M.18/02/82 »
- la discipline pour laquelle le certificat est établi est bien « atletica leggera »

LE CERTIFICAT N'EST PAS VALIDE SI...

- il contient les mentions « attività sportiva non agonistica », « attività ludico-motoria » ou similaires
- il contient les mentions : « ad uso privato », « a livello occasionale », « atleta non avente la qualifica di agonista », « per persone non indicate dall'Art. 5 » ou similaires

- plutôt que « athlétisme », il contient des termes comme « podismo », « running », « maratona », et similaires
- des disciplines autres que « athlétisme » sont mentionnées. « Triathlon », « ciclismo », « calcio », etc., par exemple.

SITUATIONS PARTICULIÈRES À SURVEILLER

- Les certificats établis en Lombardie doivent l'être sous un format spécial, sur lequel apparaît le logo de la région en en-tête

PARTICIPATION AVEC UNE RUNCARD

- citoyens étrangers vivant en Italie -

PRÉREQUIS

Pour participer, vous devez être détenteur d'une RUNCARD valide le jour du marathon. De plus, vous devez présenter un certificat médical valide d'aptitude à la pratique de l'athlétisme en compétition (sans aucune autre mention) valide le jour du marathon.

RUNCARD

La RUNCARD coûte 30 euros pour les personnes résidant en Italie (15 pour celles inscrites auprès d'un organisme de promotion du sport) et doit être commandée indépendamment sur www.runcard.com (site uniquement disponible en italien).

Après votre commande, la carte est envoyée sous format numérique (par e-mail), accompagnée de la demande d'examen médical à remettre au médecin du sport.

CERTIFICAT MÉDICAL

En tant que personne résidant en Italie, même si vous n'êtes pas citoyen italien, vous devez fournir un certificat établi en Italie.

RÉSUMÉ

Pour finaliser votre inscription, vous devez :

- entrer le **numéro de RUNCARD**
- téléverser le **certificat médical**

VEUILLEZ VÉRIFIER QUE...

- RUNCARD vous a envoyé le bon formulaire de demande d'examen médical que vous devrez présenter lorsque vous irez passer vos examens.
- la mention « certificato di idoneità all'attività sportiva agonistica » est bien présente sur le certificat
- le certificat comporte bien la mention « Art. 5 - D.M.18/02/82 »
- la discipline pour laquelle le certificat est établi est bien « atletica leggera »

LE CERTIFICAT N'EST PAS VALIDE SI...

- il contient les mentions « attività sportiva non agonistica », « attività ludico-motoria » ou similaires
- il contient les mentions « ad uso privato »,

« a livello occasionale », « atleta non avente la qualifica di agonista », « per persone non indicate dall'Art. 5 » ou similaires

- plutôt que « athlétisme », il contient des termes comme « podismo », « running », « maratona » et similaires
- des disciplines autres que « athlétisme » sont mentionnées. « Triathlon », « ciclismo », « calcio », etc., par exemple

SITUATIONS PARTICULIÈRES À SURVEILLER

- Les certificats établis en Lombardie doivent l'être sous un format spécial, sur lequel apparaît le logo de la région en en-tête

PARTICIPATION AVEC UNE RUNCARD

- Citoyens italiens résidant à l'étranger -

PRÉREQUIS

Pour participer, vous devez être détenteur d'une RUNCARD valide le jour du marathon. De plus, vous devez présenter un certificat médical valide d'aptitude à la pratique de l'athlétisme en compétition (sans aucune autre mention) valide le jour du marathon.

RUNCARD

La RUNCARD coûte 15 pour les personnes résidant à l'étranger et doit être commandée indépendamment sur www.runcard.com (site disponible uniquement en italien).

Après votre commande, la carte est envoyée sous format numérique (par e-mail). La RUNCARD est indispensable, celle-ci fournissant la couverture d'assurance obligatoire, puisque vous n'êtes pas inscrit auprès d'une fédération d'athlétisme.

CERTIFICAT MÉDICAL

Même si vous ne résidez pas en Italie, vous êtes citoyen italien. Par conséquent, en vertu des lois en vigueur, vous devez fournir un certificat établi en Italie.

RÉSUMÉ

Pour finaliser votre inscription, vous devez :

- entrer le **numéro de RUNCARD**
- téléverser le **certificat médical**

VEUILLEZ VÉRIFIER QUE...

- RUNCARD vous a envoyé le bon formulaire de demande d'examen médical que vous devrez présenter lorsque vous irez passer vos examens
- la mention « certificato di idoneità all'attività sportiva agonistica » est bien présente sur le certificat
- le certificat comporte bien la mention « Art. 5 - D.M.18/02/82 »
- la discipline pour laquelle le certificat est établi est bien « atletica leggera »

LE CERTIFICAT N'EST PAS VALIDE SI...

- il contient les mentions « attività sportiva non agonistica », « attività ludico-motoria » ou similaires
- il contient les mentions : « ad uso privato », « a livello occasionale », « atleta non avente la qualifica di agonista », « per persone non indicate dall'Art. 5 » ou similaires

- plutôt que « athlétisme », il contient des termes comme « podismo », « running », « maratona », et similaires
- des disciplines autres que « athlétisme » sont mentionnées. « Triathlon », « ciclismo », « calcio », etc., par exemple.

SITUATIONS PARTICULIÈRES À SURVEILLER

- Les certificats établis en Lombardie doivent l'être sous un format spécial, sur lequel apparaît le logo de la région en en-tête

PARTICIPATION AVEC UNE LICENCE D'UNE FÉDÉRATION D'ATHLÉTISME ÉTRANGÈRE

PRÉREQUIS

Il vous suffit de renseigner les informations relatives à votre licence pour participer. La licence doit être valide le jour du marathon.

RÉSUMÉ

Pour finaliser votre inscription, vous devez :

- fournir le **nom de la fédération**
- fournir le **numéro de licence**
- fournir le **nom du club de course**
- téléverser votre **auto-déclaration de possession de licence** (utilisez le formulaire approprié en page 13 (en anglais) ou en page 14 (en français))

PARTICIPATION AVEC UNE RUNCARD

- citoyens étrangers résidant à l'étranger -

PRÉREQUIS

Pour participer, vous devez être détenteur d'une RUNCARD valide le jour du marathon. De plus, vous devez présenter un certificat médical valide d'aptitude à la pratique de l'athlétisme en compétition (sans aucune autre mention) valide le jour du marathon.

RUNCARD

La RUNCARD pour les personnes résidant à l'étranger coûte 15 euros et peut être commandée lors de l'inscription au marathon, ou bien de façon indépendante sur www.runcard.com (site disponible uniquement en italien).

Après votre commande, la carte est envoyée sous format numérique (par e-mail), accompagnée de la demande d'examen médical à remettre au médecin du sport.

CERTIFICAT MÉDICAL

Vous devez remplir le formulaire approprié, signer celui-ci et le faire tamponner par un médecin dans votre pays (page 9 en anglais et page 10 en français).

RÉSUMÉ

Pour finaliser votre inscription, vous devez :

- entrer le **numéro de RUNCARD**
- téléverser le **certificat médical**

POURQUOI EST-CE SI COMPLIQUÉ ?

La législation italienne autour de la protection de la santé des athlètes est l'une des plus strictes au monde, afin de prévenir tout épisode potentiellement grave, dérivant de situations pathologiques pré-existantes, mais pas identifiées.

Selon les règles fixées par l'État italien et la fédération italienne d'athlétisme, afin de pouvoir participer à un marathon en Italie, un athlète étranger n'étant pas licencié auprès d'une fédération d'athlétisme doit :

- fournir un certificat médical (établi dans son pays) conformément à la législation Italienne en vigueur en matière de protection de la santé dans le cadre du sport en compétition

- être détenteur d'une RUNCARD (établie par la fédération italienne d'athlétisme) valide le jour de la course

QUELLES CARACTÉRISTIQUES LE CERTIFICAT DOIT-IL PRÉSENTER ?

- Le formulaire officiel à présenter à votre médecin est celui que vous trouverez en page 9 (en anglais) ou en page 10 (en français)
- Nous vous recommandons d'utiliser uniquement ce formulaire afin d'éviter tout problème. Si vous possédez déjà un certificat médical et que vous souhaitez savoir s'il sera accepté, veuillez nous contacter en temps voulu sur info@milanomarathon.it

PARTICIPATION

<<SPORT TOURISME>>

- citoyens étrangers résidant à l'étranger -

ATTENTION. La participation « sport tourisme », conformément aux règles établies par la fédération italienne d'athlétisme, implique les restrictions suivantes :

- dossard différent de celui des autres participants ;
- résultats non inclus dans le classement, mais affichés par ordre alphabétique avec les temps ;
- impossibilité de recevoir des primes, des prix, des remboursements, etc.

PRÉREQUIS

Pour participer, vous devez soigneusement lire, puis signer et joindre la décharge de responsabilité ainsi que le formulaire de santé à votre inscription.

Vous devez également verser la somme de 5 euros correspondant à l'assurance que l'organisation est légalement obligée de vous fournir, puisque vous n'êtes pas inscrit auprès d'une fédération d'athlétisme.

CERTIFICAT MÉDICAL

Un certificat médical n'est pas requis, mais il demeure vivement recommandé de consulter un médecin pour vous assurer d'être en bonne santé.

RÉSUMÉ

Pour finaliser votre inscription, vous devez :

Remplir et signer la décharge de responsabilité ainsi que le formulaire de santé (disponibles en pages 11 et 12)

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

NameSurname.....

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,
- spirométrie,

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)

DÉCHARGE DE RESPONSABILITÉ ET INFORMATIONS SUR LA SANTÉ

Important ! À lire attentivement avant signature

Ce document présente les aspects essentiels relatifs à la participation au **Wizz Air Marathon de Milan 2026**. Il sert à la fois de décharge de responsabilité et de liste de contrôles de santé recommandés.

Se responsabiliser

- Vous êtes responsable de votre santé et de votre condition physique avant, pendant, et après la course.
- Participez uniquement si vous êtes en bonne condition physique et que vous vous êtes entraîné de façon appropriée.
- Consultez plusieurs fois la liste des contrôles de santé recommandés afin d'évaluer votre aptitude à participer à la course.

À prendre en compte le jour de la course

- Si vous vous blessez, si vous tombez malade ou êtes victime d'un accident, une assistance médicale sera disponible. Assurez-vous que les coordonnées des contacts à prévenir en cas d'urgence soient bien renseignées sur votre dossard.
- Aucun remplacement n'est autorisé. Seuls les coureurs inscrits peuvent participer.
- L'organisation se réserve le droit d'utiliser des supports liés à la course (photos, vidéos) à des fins promotionnelles.
- Veuillez n'accéder à la zone de départ qu'à partir des zones désignées.
- En validant votre inscription, vous acceptez de respecter toutes les règles de l'événement présentes sur le site internet et le formulaire d'inscription.

Contrôles de santé recommandés – Section A

Il est vivement recommandé de consulter un médecin, surtout si vous répondez « oui » à n'importe laquelle des questions suivantes :

- Un trouble cardiaque vous a-t-il été diagnostiqué ou prenez-vous actuellement un traitement pour un trouble cardiaque ?
- Vous êtes-vous déjà évanoui ?
- Avez-vous déjà ressenti des douleurs à la poitrine ou des vertiges pendant une activité sportive ?
- Un de vos proches parents a-t-il été victime d'un arrêt cardiaque mortel ?
- Votre dernier examen physique date-t-il d'il y a plus d'un an ?
- Si vous êtes concerné par l'une des questions de la Section A, prenez rendez-vous avec votre médecin pour un examen physique et cardiaque.

Remarque : Aucun certificat médical n'est requis. La liste des contrôles de santé est à titre informatif.

Facteurs de risques supplémentaires pour les troubles cardiaques – Section B

- Tension artérielle élevée
- Diabète ou taux de glycémie élevé
- Taux de cholestérol ou triglycérides élevés
- Tabagisme



Parlez à votre médecin de votre participation ainsi que de tout examen médical nécessaire pour garantir votre sécurité le jour de la course.

Je m'engage par la présente à respecter les mesures décrites ci-dessus et, après consultation de la liste des contrôles de santé, je confirme être apte à participer à la course.

Nom de l'athlète : _____

Participant au **Wizz Air Marathon de Milan**, à savoir à une course d'une distance de 42,195 km, conformément au règlement de la course.

Veillez renseigner les coordonnées des contacts à prévenir en cas d'urgence (nom et numéro de téléphone).

Nom _____ **Téléphone** _____

Après avoir soigneusement pris connaissance de toutes les sections, veuillez signer et dater le formulaire.

Date _____ **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 Federation affiliated to World Athletics:

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 suivante affiliée à World Athletics:

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



12/04/2026

WIZZ AIR
MILANO
MARATHON

RENDEZ-VOUS
EN AVRIL !
MERCI

