



**Ritiro della t-shirt** (alla 5.30 non c'è pettorale):

- martedì 30 e mercoledì 31, dalle 10 alle 18 presso l'Az. Agricola Reggiani (ex Hombre), Strada Corletto Sud 320, Modena.  
**Non telefonate al luogo di consegna t-shirt**, non sapranno darvi altre informazioni che non siano scritte qui!

**Per chi ha fatto l'iscrizione Individuale.** Presentatevi con: la conferma dell'iscrizione con il codice QR, oppure con la ricevuta di pagamento, oppure con il vostro nome e cognome. Chi si è iscritto in un *punto iscrizione* deve avere il ticket che gli hanno consegnato al momento del pagamento.

**Per chi ha fatto l'iscrizione Team/Gruppi.** Un rappresentante può presentarsi dicendo semplicemente il nome del gruppo.

**Per tutti gli altri**

- Per ritirare la t-shirt non è necessario stampare nulla; potete mostrarci la conferma o la ricevuta di pagamento dallo smartphone;
- è possibile mandare chiunque a ritirare la vostra t-shirt e non serve nessuna delega;
- se proprio non ce la fate, è possibile ritirarla anche il giorno della 5.30, sul luogo di partenza, dalle 5:00 fino a un secondo prima del via; cercate la vela gialla 'T-shirt'.

**Arrivare al luogo di partenza al Parco Novi Sad.** Preferibilmente in bicicletta, di corsa, a piedi, con mezzi elettrici, su un'auto condivisa. Il Novi Park è proprio sotto la partenza, è comodo, costa poco e vi evita di perdere tempo cercando un parcheggio. Calcolate bene i tempi per arrivare puntuali sul luogo di partenza;

**Il giorno della 5.30**

- la 5.30 si svolgerà con qualsiasi condizione atmosferica (se volete sapere perché, leggete la FAQ *In caso di brutto tempo*);
- dalle 4.30 sarà tutto pronto per accogliervi;
- alla 5.30 non ci sono gonfiabili, né palchi, né transenne, né musica;
- il punto di partenza è segnato sul volantino scaricabile dalla pagina della vostra città su [run530.com/tour](http://run530.com/tour);
- durante il percorso prestate attenzione agli ostacoli (marciapiedi, fittoni, ecc.);
- dimenticate il cronometro, non è alle 5.30 che dovete fare il vostro personal best.

**Il ristoro.** Assaporate lentamente, con gioia, la frutta del ristoro!

Per la frutta cercate la vela arancione 'Food', per l'acqua, la vela azzurra 'Drink'. Utilizzate i contenitori della raccolta differenziata: carta (la confezione delle ciliegie) e organico (bicchieri compostabili e noccioli delle ciliegie)

**Dopo la 5.30.** In ufficio, sul posto di lavoro vantatevi dell'impresa con i colleghi e siate orgogliosi di voi stessi!

Tutte le foto verranno pubblicate il sabato e il magazine della 5.30 viene pubblicato alla domenica... sempre su [run530.com](http://run530.com).

**Domande e curiosità?** Le troverete nella pagina delle FAQ su [run530.com](http://run530.com).

Dal 2009 il progetto 5.30 è stato esportato con successo nel Regno Unito, a New York, nelle scuole, nelle università, nelle carceri, ed ha collaborato con Fondazione Guggenheim.

**Chi sono Sergio Bezzanti e Sabrina Severi?** Qui potete leggere i primi 2 capitoli del libro di 5.30.

**I nostri orgogliosi sponsor:** Arcese, SIFA.

**5.30 È... QUANDO DIPINGI IL MONDO COME VUOI VEDERLO**