

Regolamento

art. 1 Organizzazione

L'associazione ASD Runners Valbossa con la collaborazione e il patrocinio del Comune di Vergiate organizza per sabato 31/10/2020 la undicesima edizione del "Trail delle Terre di Mezzo" e la nona edizione del "Mini Trail delle Terre di Mezzo". Entrambe le competizioni sono affiliate UISP.

Le competizioni partiranno alle ore 18.00 dalla Palestra comunale di Vergiate in località Cimbro (VA) secondo quanto indicato nella pagina "programma". La modalità di partenza potrà subire variazioni in base alla normativa vigente al giorno della competizione

art. 2 Percorso

Il trail di 21 km, con dislivello positivo di 650 m, percorre i sentieri del comprensorio del comune di Vergiate e Casale Litta. Il mini trail di 11 km, con dislivello positivo di 350 m, si svolge nel territorio del comune di Vergiate.

Entrambi i percorsi non prevedono passaggi difficili o tecnici ma si svolgono per più del 90% su percorsi sterrati e sentieri che in alcuni tratti possono risultare sconnessi o essere resi scivolosi da condizioni meteorologiche avverse.

Il percorso è segnalato con frecce e fettucce catarifrangenti poste in punti ben visibili. La segnalazione è più abbondante in prossimità degli incroci, pochi metri dopo ciascun incrocio è sempre posto un segnale a conferma della direzione.

Il tempo massimo per essere classificati al "Trail delle Terre di Mezzo" è fissato in 3 ore e 30 minuti.

Non sono previsti limiti di tempo per il percorso di 11 Km.

In caso di condizioni meteorologiche avverse l'organizzazione si riserva il diritto di variare l'orario di partenza della gara o di modificare il percorso o l'ubicazione dei posti di ristoro.

Il percorso di gara prevede tratti aperti al normale traffico veicolare e il partecipante si impegna a rispettare il codice della strada e a seguire le indicazioni fornite dal personale di servizio dislocato nei punti stabiliti dall'organizzazione. Il partecipante deve essere consapevole che la maggiore parte del percorso di gara si sviluppa in ambiente naturale costituito da fondo sterrato che può essere molto accidentato con radici affioranti, sassi fissi oppure che si muovono, dislivelli nel terreno, fossi, corsi di acqua, tronchi che devono essere scavalcati. Ci sono tratti di salite e discese molto impegnative ed è necessario adeguare il passo per evitare cadute o infortuni. Visto l'ambiente naturale è possibile che sporgano rami di alberi, arbusti ricoperti di spine oppure urticanti che possono provocare lesioni a qualunque parte del corpo compresi gli occhi. E' possibile che le condizioni atmosferiche modifichino in modo improvviso e non prevedibile la situazione del percorso. In caso di necessità il partecipante alla competizione si rivolgerà al personale sul percorso oppure contatterà il numero telefonico riportato sul pettorale di gara.

art.3 Ristori

La gara è in semi-autosufficienza alimentare. Sono previsti due ristori per il trail lungo al km 7, e al km 14 ed un ristoro per il trail corto al km 7. Ai ristori saranno disponibili solo alimenti liquidi (acqua, integratori e bevande calde e fredde). . Per evitare l'inutile produzione di rifiuti in nessun punto di ristoro saranno disponibili bicchieri usa e getta. Per bere i corridori di entrambe le competizioni devono obbligatoriamente munirsi di bicchiere o altro contenitore personale adatto all'uso. E' tassativamente vietato agli atleti toccare i contenitori dei liquidi. Le tazze personali verranno riempite dal personale di servizio.

art. 4 Iscrizione

Al trail di 21 km possono partecipare i maggiorenni in possesso di certificato medico agonistico in corso di validità come previsto dal D.M. 18/02/1982. Al mini-trail possono partecipare ragazzi dai 14 anni, in possesso di certificato medico agonistico in corso di validità come previsto dal D.M. 18/02/1982, previa autorizzazione scritta dei genitori. L'iscrizione al Trail è consigliata solo a chi abbia raggiunto un adeguato grado di preparazione fisica.

Le iscrizioni apriranno il 15 settembre 2020.

L'iscrizione può essere effettuata on-line sul sito www.traildelleterredimezzo.com mediante pagamento con carta di credito durante la procedura o con successivo bonifico bancario. Il pagamento può inoltre essere effettuato in contanti nei punti autorizzati (riferimenti nel capitolo Iscrizioni).

In tutti i casi per convalidare l'iscrizione dovrà essere fatta pervenire copia del certificato di idoneità sportiva agonistica in corso di validità, caricandolo o inviandolo via mail a iscrizionitm@gmail.com.

Non è ammessa nessuna autocertificazione come indicato nell' art.49, comma 1, D.P.R. n.445/00.

Nel caso in cui il concorrente iscritto non fornisca il certificato medico sportivo, non potrà prendere parte alla competizione.

A partire dal 15 settembre 2020 ed entro il 29 ottobre 2020 il costo dell'iscrizione al TRAIL è fissato in € 20,00. Le iscrizioni si chiuderanno al raggiungimento dei 200 iscritti. La quota di iscrizione comprende il pettorale, il cronometraggio tramite chip elettronico, i ristori lungo il percorso e all'arrivo.

Il costo di iscrizione al mini-TRAIL è invece fissato in € 15,00 fino al 29 ottobre 2020. Le iscrizioni si chiuderanno al raggiungimento dei 200 iscritti. La quota di iscrizione comprende il pettorale, il cronometraggio con chip elettronico, i ristori lungo il percorso e all'arrivo.

Ogni iscritto potrà verificare lo stato della propria iscrizione consultando il sito www.traildelleterredimezzo.com.

art. 5 Rimborso quote iscrizione

Solo in caso di annullamento della gara per causa di forza maggiore dell'ultimo momento, verrà restituito il 50% della quota d'iscrizione. L'atleta già iscritto, ma impossibilitato a gareggiare, contattando l'organizzazione potrà effettuare cambio di pettorale o usufruire dell'iscrizione per l'anno successivo.

Art. 6 Ritiro pettorale

Le operazioni di ritiro pettorale avverranno, presso la Palestra di Cimbri (VA), sabato 31 ottobre dalle 16.15 alle 17.45.

Il pettorale dovrà essere portato in modo visibile nella sua totalità durante tutta la corsa.

art. 7 Materiale obbligatorio

E' obbligatorio essere muniti di lampada frontale con batterie cariche e autonomia di almeno 4 ore (raccomandiamo che il fascio luminoso sia potente)

E' consigliato attrezzarsi con borraccia o bicchiere in quanto ai ristori non saranno disponibili bicchieri usa e getta.

Art. 8 Ambiente

Il TTM aderisce al regolamento UISP per organizzatori di Trail Running, al "Manifesto Trail", alla campagna "Io non getto i miei rifiuti" e promuove la campagna "Io non produco inutili rifiuti" si propone cioè di ridurre al minimo il quantitativo di rifiuti prodotti.

I concorrenti dovranno inoltre tenere un comportamento rispettoso dell'ambiente, evitando nel modo più assoluto di disperdere rifiuti (vedi bustine di gel e carte di barrette!) lungo il percorso. Chiunque sarà

sorpreso ad abbandonare rifiuti verrà squalificato dalla gara e incorrerà nelle sanzioni previste dai regolamenti comunali e del Parco del Ticino.

Si invitano gli atleti alla pratica del car pooling. Sarà disponibile sul sito uno spazio dedicato in cui si potranno prendere accordi con altri podisti sugli spostamenti.

Il luogo della manifestazione è raggiungibile in treno dalla stazione di MORNAGO-CIMBRO (linea Milano-Luino).

art. 9 Controlli, sicurezza ed assistenza medica, abbandoni e rientri

Sono previsti dei punti di controllo per verificare il passaggio dei concorrenti. Al passaggio da un punto di controllo il corridore deve rendere ben visibile il pettorale ed assicurarsi di essere stato regolarmente registrato. Chi non risultasse registrato verrà escluso dalla classifica finale.

Ad ogni punto acqua, ristoro e in altri punti presidiati dal personale incaricato dall'organizzazione è stabilito un posto di chiamata di soccorso. Questi punti sono collegati via telefono o radio con la direzione di gara. Saranno presenti sul percorso protezione civile, medico e ambulanza.

In caso di ritiro dalla corsa, il concorrente deve recarsi al più vicino posto di controllo per comunicare il proprio abbandono e l'organizzazione si farà carico del suo rientro a Cimbrot. In caso di mancata comunicazione di un ritiro e del conseguente avvio delle ricerche del corridore, ogni spesa derivante verrà addebitata al corridore stesso.

art. 10 Penalità – squalifiche

Dei controllori sul percorso sono abilitati a verificare i passaggi e il rispetto dell'intero regolamento. Le irregolarità accertate anche a mezzo di immagini video pervenute all'organizzazione dopo la gara, potranno causare squalifiche. L'organizzazione della gara può pronunciare la squalifica di un concorrente, in caso di mancato rispetto del regolamento, in particolare per:

- Mancato passaggio ad un posto di controllo
- Utilizzo di un mezzo di trasporto
- Mancata assistenza ad un altro concorrente in caso di difficoltà
- Abbandono di proprio materiale lungo il percorso
- Abbandono di rifiuti, inquinamento o degrado del luogo
- Insulti, maleducazione o minacce contro i membri dell'organizzazione o dei volontari
- Rifiuto a farsi esaminare da un medico dell'organizzazione in caso di necessità.

art. 11 Classifiche e premi

Per entrambe le competizioni saranno stilate classifiche individuali maschili e femminile.

Per il trail di 21 km verranno premiati i primi otto classificati maschili e le prime otto classificate femminili con prodotti alimentari e/o materiale tecnico, mentre per il trail di 11 km i primi 5 e le prime 5.

.

Non verrà distribuito alcun premio in denaro. Le premiazioni del mini-trail si terranno alle 20.00, quelle del trail alle 21.30.

art. 12 Reclami

Sono accettati solo reclami scritti nei 30 minuti che seguono l'affissione dei risultati provvisori, con consegna di cauzione di € 50.00.

L'organizzazione deve deliberare in un tempo compatibile con gli obblighi della corsa su tutti i reclami o le squalifiche avvenuti durante la corsa. Le decisioni prese sono senza appello.

art. 13 Normativa privacy e Diritti all'immagine

Ogni concorrente autorizza al trattamento dei propri dati personali unicamente per finalità funzionali alle attività legate alla manifestazione e con criteri di correttezza e liceità, ai sensi della Legge 675 del 31/12/1996 facendo espresso divieto di cederli ad altri. Resta inteso che in qualunque momento potrà chiederne la cancellazione. Rinuncia espressamente ad avvalersi dei diritti all'immagine durante la prova così come rinuncia a qualsiasi ricorso contro l'organizzazione ed i suoi partners abilitati, per l'utilizzo fatto della sua immagine. Autorizza inoltre che le stesse vengano diffuse a terzi ed agli sponsor dell'organizzazione anche in occasione di campagne pubblicitarie, fiere, congressi, ecc. con qualunque mezzo e supporto lecito quali, ad esempio, CD, DVD, audiovisivi, Internet, ecc.. La presente autorizzazione viene concessa in piena libertà, senza condizioni o riserve e a titolo completamente gratuito.

art. 14 Assicurazione

L'organizzazione sottoscrive un'assicurazione di responsabilità civile e un'assicurazione infortuni (link) per tutto il periodo della prova.

art. 15 Accettazione del regolamento

La volontaria iscrizione e la conseguente partecipazione alla corsa implicano la piena accettazione del presente regolamento. Con l'iscrizione, fatto salva la copertura assicurativa, il partecipante esonera gli organizzatori da ogni responsabilità, sia civile che penale, per danni a persone e/o cose da lui causati o a lui derivati

