



REGOLAMENTO

FREGONA TRAIL FEST – FTF

13-14 luglio 2019

ART. 1 ORGANIZZAZIONE	<p>L'associazione Scuola di Maratona di Vittorio Veneto, l'associazione Pro Loco di Fregona, il Comune di Fregona, l'associazione culturale dei Cimbri del Consiglio organizzano il Fregona Trail Fest, giunto alla sua 15^a edizione. Le gare sono tre:</p> <ul style="list-style-type: none">- L'Antico Troi degli Sciamani è lungo km. 75 con dislivello positivo di 4700 mt. circa, è gara qualificante UTMB e vale 4 punti ITRA.- Il Troi dei Cimbri è lungo km. 48 con dislivello positivo di 2800 mt. circa, è gara qualificante UTMB e vale 3 punti ITRA.- Il Pizzoc Trail è lungo km. 22 con dislivello positivo di 1500 mt. circa
ART. 2 CONDIZIONI D'AMMISSIONE DEI PARTECIPANTI	<p>Essere maggiorenne (più di 18 anni) al giorno di svolgimento della prova. Certificato medico valido il giorno della gara, attestante l'idoneità del concorrente all'attività sportiva agonistica atletica leggera. Non si accettano iscrizioni di atleti che stiano scontando squalifica per doping per qualsiasi tipo di disciplina sportiva.</p>
ART. 3 MODALITÀ DI ISCRIZIONE	<p>Le iscrizioni si aprono il 13 dicembre 2018 e si chiuderanno il 12 luglio 2019. Ogni atleta deve fare pervenire all'organizzazione una copia del certificato medico agonistico per atletica leggera, valido al giorno della manifestazione. Con la propria iscrizione, i concorrenti si assumono la responsabilità di essere in condizioni fisiche e psichiche tali da poter affrontare la gara scelta e riconoscono d'essersi documentati dei rischi e delle difficoltà del percorso. La quota di iscrizione per il Pizzoc Trail è di 16€ dal 13 dicembre 2018 al 31 gennaio 2019, 21€ dal 1 febbraio 2019 al 30 giugno 2019, 25€ dal 1 luglio 2019. La quota di iscrizione per il Troi dei Cimbri è di 27€ dal 13 dicembre 2018 al 31 gennaio 2019, 37€ dal 1 febbraio 2019 al 30 giugno 2019, 47€ dal 1 luglio 2019. La quota di iscrizione per l'Antico Troi degli Sciamani è di 43€ dal 13 dicembre 2018 al 31 gennaio 2019, 53€ dal 1 febbraio 2019 al 30 giugno 2019, 63€ dal 1 luglio 2019. Per le iscrizioni si rimanda al sito www.fregonatrailfest.it Il pagamento dell'iscrizione comprende tutti i servizi descritti nel presente regolamento, il pacco gara, il pasta party sabato sera e la domenica all'arrivo, tutta l'assistenza, i rifornimenti in gara ed eventuali trasporti di rientro a Fregona.</p>
ART. 4	<p>La quota di iscrizione comprende il sostegno a dei progetti di solidarietà si rimanda al sito www.fregonatrailfest.it</p>





PROGETTI DI SOLIDARIETA'	
<p align="center">ART. 5</p> <p align="center">ACCETTAZIONE DEL REGOLAMENTO</p>	<p>Il FTF è costituito da tre prove di trail running, si svolgerà il 13-14 luglio 2019.</p> <p>La partecipazione al FTF porta all'accettazione, in tutte le sue parti e senza riserve, del presente regolamento. Con l'iscrizione ogni concorrente si impegna a rispettare questo regolamento e libera gli organizzatori da ogni responsabilità civile o penale per qualsiasi eventuale incidente o accidente, per danni a persone o cose a lui derivati o da sé causati, che possano verificarsi durante la manifestazione.</p> <p>Il presente regolamento può essere consultato nel sito www.fregonatrailfest.it</p> <p>Il FTF aderisce alle Linee Guida del Trail Running Italiano definite ad Albisola Superiore (SV) il 27-28 novembre 2010, www.spiritotrail.it/files/Linee_guida_trail_2010.pdf</p>
<p align="center">ART.6</p> <p align="center">EQUIPAGGIAMENTO OBBLIGATORIO</p>	<p>PIZZOC TRAIL <u>Materiale fortemente raccomandato:</u> zainetto camel bag o borracce con riserva d'acqua di almeno lt. 0,5; giacca impermeabile con maniche lunghe, adatta a sopportare condizioni di brutto tempo in montagna; telo termico; un telefono cellulare (consigliato inserirvi in memoria i numeri dei telefoni dell'organizzazione, il percorso è coperto in gran parte dal segnale dei principali gestori di telefonia mobile); riserva alimentare; berretto o bandana. <u>Materiale raccomandato:</u> documento d'identità, qualche cerotto, benda elastica; repellente antinsetti</p> <p>TROI DEI CIMBRI <u>Materiale obbligatorio di sopravvivenza</u> (squalifica immediata in caso di assenza parziale o completa): zainetto camel bag o borracce con riserva d'acqua di almeno lt. 0,5; telo termico di sopravvivenza; giacca impermeabile con maniche lunghe, adatta a sopportare condizioni di brutto tempo in montagna; bicchiere o borraccia; fischietto. <u>Materiale raccomandato:</u> riserva alimentare; maglia termica manica lunga; telefono cellulare (consigliato inserirvi in memoria i numeri dei telefoni dell'organizzazione, il percorso è coperto in gran parte dal segnale dei principali gestori di telefonia mobile); documento d'identità; qualche cerotto; repellente antinsetti; benda elastica; maglia termica di ricambio; pantaloni lunghi</p> <p>ANTICO TROI DEGLI SCIAMANI <u>Materiale obbligatorio di sopravvivenza</u> (squalifica immediata in caso di assenza parziale o completa): zainetto camel bag o borracce con riserva d'acqua di almeno lt. 1; lampada frontale funzionante con lampada di scorta; telo termico di sopravvivenza; giacca impermeabile con maniche lunghe, adatta a sopportare condizioni di brutto tempo in montagna; pantaloni lunghi, oppure pantaloni ³/₄ (sotto il ginocchio) con calzettoni alti o booster (è consentito avere i pantaloni con eventuali calzettoni o booster nello zaino); maglia termica a manica lunga; berretto o bandana; telefono cellulare (consigliato inserirvi in memoria i numeri dei telefoni dell'organizzazione, il percorso è coperto in parte dal segnale dei</p>





	<p>principali gestori di telefonia mobile); riserva alimentare; fischietto; bicchiere o borraccia. Materiale raccomandato: documento d'identità; qualche cerotto; benda elastica; maglia termica di ricambio; gps; road book (scaricabile dal sito dell'organizzazione; repellente per insetti</p> <p>Il concorrente che desidera utilizzare i bastoncini, deve tenerli con sé per tutta la durata della corsa. La lista del materiale obbligatorio potrà subire variazioni, in base alle previsioni meteo, in qualsiasi momento prima della partenza della gara, per decisione del Comitato organizzatore.</p>
<p style="text-align: center;">ART. 7 SICUREZZA ED ASSISTENZA MEDICA</p>	<p>Sicurezza ed Assistenza Medica saranno assicurate dai volontari dell'organizzazione, da operatori del Soccorso Alpino, da personale sanitario (medici, volontari della Protezione Civile), ecc. Gli operatori del Soccorso Alpino, il personale sanitario ed i volontari della Protezione Civile sono organizzati per portare assistenza alle persone che ne abbiano bisogno. I medici in servizio sono abilitati a fermare in modo inappellabile gli atleti giudicati inadatti a continuare la prova: il pettorale va tolto. I soccorritori sono autorizzati ad evacuare con i mezzi in loro uso i partecipanti giudicati in pericolo. In caso di necessità, per ragioni che siano nell'interesse della persona soccorsa, verranno messi in opera tutti i mezzi di soccorso appropriati compreso l'elicottero. Da qui il suggerimento per i concorrenti a stipulare un'assicurazione personale che copra eventuali costi per l'elitransporto o con altri mezzi "eccezionali". Il percorso è in molti punti inaccessibile ai veicoli: l'atleta in difficoltà potrà essere raggiunto a piedi dal personale di soccorso o dai volontari dell'organizzazione. Ogni atleta ha l'obbligo di assistere gli altri atleti in eventuale difficoltà e di segnalare al personale dell'organizzazione le situazioni che richiedono intervento di soccorso o di aiuto. L'atleta che fa appello ad un medico o a un soccorritore si sottomette di fatto alla sua autorità e si impegna a rispettarne le decisioni. L'accesso alle cure ed alla loro natura sarà lasciato alla decisione del personale medico. Si fa inoltre presente che non tutto il percorso gode di copertura della rete telefonica.</p>
<p style="text-align: center;">ART. 8 ASSICURAZIONE</p>	<p>L'organizzazione sottoscrive un'assicurazione di responsabilità civile per tutto il periodo della prova. La partecipazione alla prova avviene comunque sotto l'intera responsabilità dei concorrenti, che con la loro iscrizione rinunciano ad ogni ricorso contro gli organizzatori in caso di danni e di conseguenze ulteriori che possano derivare loro in seguito alla gara. Con l'iscrizione alla gara il concorrente dichiara di conoscere ed accettare i termini della assicurazione di responsabilità civile stipulata dall'organizzazione, consultabile nel sito www.fregonatrailfest.it, dichiara di accettare i massimali specificati dalla assicurazione stessa.</p>
<p style="text-align: center;">ART. 9 LE GARE</p>	<p>Il Pizzoc Trail è una gara di trail running di montagna della distanza di circa 22 km, con 1500 metri di dislivello positivo con partenza alle ore 8:00 di domenica 14 luglio 2019 da Fregona ed arrivo a Fregona.</p>



Il tempo massimo per essere classificati è di 8 ore, la prova si chiuderà quindi alle ore 16:00 dello stesso giorno.

Il **Troi dei Cimbri** è una gara di trail running di montagna; è lunga circa 48 km, con 2.800 metri di dislivello positivo, con partenza alle ore 7:00 di domenica 14 luglio 2019 da Fregona ed arrivo a Fregona. Il tempo massimo per essere classificati è di 13 ore, la prova si chiuderà quindi alle ore 20:00 dello stesso giorno.

L'Antico Troi degli Sciamani è una gara di trail running di montagna; è lunga circa 75 km, con circa 4700 metri di dislivello positivo con partenza alle ore 23:00 del sabato 13 luglio 2019 da Fregona ed arrivo a Fregona. Il tempo massimo finale è di 22 ore, la prova si chiuderà quindi alle ore 21:00 di domenica 14 luglio.

Le gare si sviluppano interamente su sentieri e strade sterrate ben tracciate e segnate in gran parte con segnavia CAI (cartografia Tabacco - n° 012, scala 1:25000), interessando complessivamente il monte Pizzoc, la Foresta del Cansiglio, il Gruppo del Monte Cavallo.

I percorsi si svolgono in gran parte (90% circa) lungo sentieri di montagna e boschivi: le condizioni possono essere difficili e talora estreme a causa di freddo, vento, pioggia, nebbia. Ogni atleta dovrà sempre avere con sé il materiale obbligatorio la cui lista è dettagliata all'Articolo 15.

Per affrontare il FTF sono indispensabili un accurato allenamento, un'adeguata conoscenza della montagna (capacità di orientamento, capacità di seguire un sentiero, capacità di affrontare imprevisti tipici dell'ambiente naturale montano come un temporale, la riduzione di visibilità, ostacoli naturali), una solida capacità d'autonomia personale.

Nei pochissimi tratti di strada asfaltata, nei punti di attraversamento di strade asfaltate e nei rari tratti di strada sterrata percorribile da autoveicoli, gli atleti sono obbligati a rispettare il codice della strada. I tempi dei cancelletti, cioè l'orario entro cui ogni atleta dovrà transitare (ossia concludere il rifornimento e ripartire dai cancelletti, corrispondenti ai punti ristoro) per non venire fermato, sono stati calcolati per permettere ai concorrenti di effettuare la prova entro il tempo massimo previsto. Gli atleti che ripartiranno dai cancelletti oltre il tempo massimo verranno obbligatoriamente fermati, ed il pettorale verrà staccato: gli atleti non potranno proseguire e verranno accompagnati al punto di arrivo da mezzi dell'organizzazione.

I CANCELLETTI sono i seguenti:

- Per il **Pizzoc Trail**: Rifugio Città di Vittorio Veneto, monte Pizzòc, (km 12) – ore 12:30
- Per il **Troi dei Cimbri**: Località Crosetta, (km 13 circa) – ore 11.00; Museo dei Cimbri, Pian Osteria (km 28 circa) – ore 14.30; Rifugio Città di Vittorio Veneto Monte Pizzòc (km 38 circa) – ore 18.00
- Per **l'Antico Troi degli Sciamani**: Crosetta, (km 14 circa) – ore 04:00; Piancavallo (km. 34 circa) – ore 10:00; Loc. Pian Canaie (km. 50 circa) – ore 14:00; Rifugio Città di Vittorio Veneto – monte Pizzoc (km 65 circa) – ore 18:00



	<p>Sacchi di raccolta dei rifiuti sono disposti in ogni punto ristoro e devono essere imperativamente utilizzati.</p> <p>Il percorso è segnato con fettucce bianche con simbolo del FTF, bandierine a terra gialle o rosse, frecce gialle per il Pizzoc Trail, frecce rosse per il Troi dei Cimbri e Frece blu per l'Antico Troi degli Sciamani: nei tratti di sentiero o sterrato in cui non vi possono essere dubbi sulla direzione da seguire, la segnaletica sarà limitata.</p> <p>La gara aderisce alla campagna "IO NON GETTO I MIEI RIFIUTI" promossa da Spirito Trail, per tutelare l'ambiente e la natura. http://www.spiritotrail.it/i-nostri-progetti/io-non-getto-i-miei-rifiuti. Non è consentita la partecipazione con accompagnamento di cani o altri animali.</p>
<p style="text-align: center;">ART. 10</p> <p style="text-align: center;">MODIFICHE DEL PERCORSO O ANNULLAMENTO DELLA PROVA</p>	<p>L'organizzazione si riserva il diritto di modificare, per cause di forza maggiore, in ogni momento il percorso o l'ubicazione dei punti di soccorso e di ristoro, senza preavviso. In caso di condizioni meteorologiche sfavorevoli (freddo, pioggia, neve, forte rischio di temporali o altro), la partenza può essere posticipata o la gara annullata, la prova può essere interrotta, oppure il percorso può essere modificato (ridotto o addirittura allungato) per salvaguardare la sicurezza di atleti e volontari. In caso di cattive condizioni meteorologiche, e per ragioni di sicurezza, l'organizzazione si riserva il diritto di sospendere la prova in corso o di modificarne le barriere orarie. Ogni decisione sarà presa dalla giuria e da tutte le persone competenti designate dai responsabili del Comitato organizzatore stesso e sarà inappellabile.</p> <p>Il percorso alternativo ufficiale sarà comunicato tempestivamente prima della gara.</p> <p>In caso di annullamento (mancata partenza) della prova, non è previsto alcun tipo di rimborso della quota di iscrizione.</p>
<p style="text-align: center;">ART. 11</p> <p style="text-align: center;">CONSEGNA PETTORALI E PACCHI GARA, CONTROLLO ZAINI</p>	<p>Per l'Antico Troi degli Sciamani la consegna dei pettorali e pacchi gara è fissata per sabato 13 luglio 2019 dalle ore 16:00 alle ore 22:00.</p> <p>Per il Troi dei Cimbri e il Pizzoc Trail la consegna dei pettorali e pacchi gara è fissata per sabato 13 luglio 2019 dalle ore 16:00 alle ore 22:00 e poi domenica 14 luglio dalle ore 5:00 fino a mezz'ora prima della partenza.</p> <p>Il materiale obbligatorio da portare con sé durante la prova sarà controllato alla consegna del pettorale: se il materiale obbligatorio non sarà in regola, non verrà consegnato al concorrente il pettorale. Se l'atleta non presenterà il materiale obbligatorio entro mezz'ora prima della partenza non potrà prendere parte alla gara e non otterrà alcun tipo di rimborso.</p> <p>Controlli del materiale obbligatorio potranno essere eseguiti a campione lungo il percorso da personale incaricato dall'Organizzazione: ci sarà il fermo immediato e la squalifica dell'atleta in caso di assenza di parte del materiale obbligatorio di sopravvivenza (vedi lista, all'articolo 6).</p> <p>Ogni concorrente, al momento del ritiro del pettorale, dovrà consegnare la "dichiarazione di consapevolezza" firmata, scaricabile dal sito www.fregonatrailfest.it</p>
<p style="text-align: center;">ART. 12</p>	<p>Possono essere depositate presso il campo sportivo di Fregona.</p>



<p>SACCHE DEI CONCORRENTI</p>	<p>È compito di ogni atleta contrassegnare la propria sacca in modo da riconoscerla all'arrivo. L'organizzazione declina ogni responsabilità sulla custodia delle sacche: non sarà accettata alcuna contestazione in merito. Si raccomanda perciò di non inserirvi oggetti di valore.</p>
<p>ART. 13 PUNZONATURA E CONTROLLI IN GARA</p>	<p>Il pettorale va appuntato in modo che sia ben visibile. La punzonatura inizierà mezz'ora prima della partenza delle gare. I punti di controllo lungo il percorso, ove il passaggio dei concorrenti verrà registrato ed il contenuto dello zaino potrà essere verificato, saranno quelli corrispondenti ai ristori (e ai cancelletti) più altri decisi dall'organizzazione che può attuare controlli in qualsiasi punto del percorso, senza preavviso.</p>
<p>ART. 14 PUNTI RISTORO, BEVANDE E ALIMENTI</p>	<p>Il criterio alla base di questa prova è la semi-autosufficienza alimentare. I punti di ristoro saranno forniti di bevande e alimenti. I punti ristoro sono i seguenti:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Per il Pizzoc Trail: Località Cadolten, 1° ristoro (km. 9 circa), solo acqua; Rifugio Città di Vittorio Veneto, Monte Pizzoc, 2° ristoro (km 12 circa); • Per il Troi dei Cimbri: Località Crosetta, 1° ristoro (km 14 circa); località Candaglia, 2° ristoro (km. 23 circa); Museo dei Cimbri, Pian Osteria, 3° ristoro (km 30 circa); Rifugio Città di Vittorio Veneto, Monte Pizzoc, 4° ristoro (km 38 circa) • Per l'Antico Troi degli Sciamani: Località Crosetta, 1° ristoro (km 13 circa); località Candaglia, 2° ristoro (km. 22 circa), solo acqua; Piancavallo, 3° ristoro (km 34 circa); rifugio Semenza, 4° ristoro (km. 40 circa), solo acqua; località Pian Canaie, 5° ristoro (km. 50 circa); Museo dei Cimbri, Pian Osteria, 6° ristoro (km 56 circa); Rifugio Città di Vittorio Veneto, Monte Pizzoc, 7° ristoro (km 65 circa) <p>In nessun posto di ristoro saranno disponibili i bicchieri in plastica, per bere gli atleti devono usare un bicchiere personale o altro contenitore personale adatto all'uso. All'arrivo, un ristoro con cibo ed altre vivande, sarà a disposizione dei concorrenti.</p>
<p>ART. 15 CLASSIFICHE E PREMI</p>	<p>Non vi sono premi in denaro. Saranno premiati i primi 3 classificati della classifica maschile e le prime 3 classificate della classifica femminile per il Pizzoc Trail, i primi 5 classificati della classifica maschile e le prime 5 classificate della classifica femminile per il Troi dei Cimbri e per l'Antico Troi degli Sciamani: il valore dei premi è uguale per la classifica maschile e femminile. I premi saranno consegnati durante la premiazione ufficiale alle ore 15:00 del 14 luglio 2019. Il tempo di ogni atleta sarà espresso in ore, minuti e secondi. In caso di ex-equo, il vantaggio in classifica sarà dato all'atleta più anziano, mentre l'eventuale premio verrà equamente diviso tra i due atleti. Verrà inoltre premiato/a l'ultimo/a atleta di ogni gara.</p>
<p>ART.16 RITIRO</p>	<p>Il ritiro è consentito ai punti di ristoro o, in alternativa, dove sia presente personale dell'organizzazione a cui l'atleta consegnerà il pettorale comunicando il proprio ritiro. La segnalazione di ogni ritiro è fondamentale per evitare che vengano allertati inutilmente i mezzi</p>



	di soccorso: eventuali oneri conseguenti a mancata segnalazione verranno addebitati all'atleta.
ART. 17 PENALITÀ E SQUALIFICHE	<p>Le irregolarità accertate mediante segnalazione da parte di personale dell'organizzazione, oppure a mezzo di immagini video pervenute all'organizzazione, potranno causare squalifica insindacabile dopo valutazione da parte della giuria di gara.</p> <p>La giuria della gara può decretare la squalifica di un concorrente per mancanza grave al regolamento, in particolare in caso di:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Scambio di pettorale - Mancato passaggio ad un posto di controllo - Taglio del percorso - Mancanza di parte o della totalità del materiale obbligatorio di sopravvivenza - Utilizzo di un mezzo di trasporto - Partenza dal posto di controllo - cancelletto dopo il tempo massimo - Doping o rifiuto di sottomettersi ad un controllo anti-doping - Mancata assistenza ad un altro concorrente in caso di difficoltà - Abbandono di proprio materiale o di rifiuti lungo il percorso - Insulti, maleducazione o minacce contro i membri dell'organizzazione o dei volontari - Rifiuto a farsi esaminare da un medico dell'organizzazione in qualunque momento della gara, o stato fisico e/o psichico giudicato inadatto al proseguimento della prova
ART. 18 RECLAMI e GIURIA	<p>I reclami devono essere presentati per iscritto entro trenta minuti dall'affissione delle classifiche provvisorie da parte dell'organizzazione, all'arrivo.</p> <p>La giuria è composta da: un responsabile del comitato organizzatore; un responsabile della sicurezza (rappresentante del Soccorso Alpino o della Protezione Civile); un responsabile dell'equipe medica. Inoltre, tutte le persone competenti designate dal comitato dell'Organizzazione possono essere sentite per deliberare.</p> <p>Le decisioni saranno prese in un tempo compatibile con gli obblighi della prova. Le decisioni prese sono inappellabili.</p>
ART. 19 RINUNCIA DELL'ISCRIZIONE, RIMBORSO	<p>In caso di infortunio od altro problema di salute attestato da certificato medico inviato entro il 30 giugno 2019, l'atleta può richiedere rimborso del 50 % del costo d'iscrizione oppure trasferimento dell'iscrizione all'edizione 2020, a propria scelta. Non sono previsti rimborso oppure trasferimento dell'iscrizione all'edizione 2020 per rinunce non attestate da certificato medico.</p>
ART. 20 COPERTURA FOTOGRAFICA, TELEVISIVA, VIDEO: DIRITTI	<p>Ogni concorrente rinuncia espressamente ad avvalersi dei diritti sulla propria immagine durante la prova, così come rinuncia a qualsiasi ricorso contro l'organizzatore ed i suoi partner abilitati, per l'utilizzo fatto della sua immagine.</p> <p>Inoltre con l'iscrizione autorizza l'organizzazione al trattamento dei dati, ai sensi del Decreto Legislativo 196/2003 "Codice in materia di protezione dei dati personali".</p>
CONTATTI TELEFONICI	<p>Ivan +39 348 7088514 Gianni +39 347 5051376 Tiziana +39 347 7345089</p>



Moreno +39 340 7540482

