

REGOLAMENTO

TRAIL DEL POGGIO

Domenica 26 APRILE 2020

REGOLAMENTO MANIFESTAZIONE

Art. 1 ORGANIZZAZIONE

L'Associazione Sportiva Dilettantistica SYNERGY organizza TRAIL DEL POGGIO, gara di corsa in montagna in semi-autosufficienza con percorso in ambiente appenninico che si svolgerà domenica 26 APRILE 2020.

Art. 2 ACCETTAZIONE DEL REGOLAMENTO

La manifestazione si svolgerà in conformità con il presente regolamento e alla eventuali modifiche ed agli avvisi che saranno pubblicati sul sito <https://traildelpoggio.wordpress.com>

La volontaria iscrizione e la conseguente partecipazione alla corsa indicano la piena accettazione del presente regolamento in tutte le sue parti. Con l'iscrizione, il partecipante esonera gli organizzatori da ogni responsabilità, sia civile sia penale, per danni a persone e/o cose da lui causati o a lui derivati durante la manifestazione.

REPORT THIS AD
REPORT THIS AD

Gli atleti sono inoltre tenuti al rispetto del codice della strada, in particolare nei tratti in cui il tracciato attraversa la viabilità ordinaria che non sarà chiusa al traffico veicolare.

Art. 3 INFORMAZIONI GENERALI

IL “ TRAIL DEL POGGIO” è una corsa a piedi lungo sentieri e strade dei comuni di Lugagnano Val d'Arda, Morfasso, Vernasca, Gropparello, Bettola, con lunghezze di 14 km e con 679 D+ per lo

SHORT, 30 km con 1287 D+ per il TRAIL e 55km e 2500 D+ per l' ULTRA TRAIL

saranno tutte e tre le distanze in semi-autosufficienza, con partenza domenica 26 APRILE 2020 dalla DIGA DI MIGNANO situata a valle del Comune di Vernasca alle 7.00 scatterà il via PER L'ULTRA TRAIL invece il percorso short e il trail partiranno in concomitanza alle ore 9.00 il tempo massimo di percorrenza della ULTRA TRAIL è stato stabilito entro le 11 ore e 30 quindi non oltre le 18:30.

Art. 4 REQUISITI DI PARTECIPAZIONE

Per la partecipazione alla corsa è necessaria esperienza di corsa in montagna in stato di semi-autosufficienza e ottimo allenamento su distanze e percorsi simili. Inoltre le condizioni climatiche potranno essere caratterizzate da neve, pioggia e con temperature fino a -10 e oltre i +30 in base alla stagionalità , pertanto è indispensabile una reale autonomia personale e un adeguato abbigliamento oltre alla massima prudenza. *Durante la gara è proibito farsi accompagnare e/o assistere da persone diverse da quelle regolarmente iscritte. L'assistenza personale è ammessa nei soli punti di ristoro della manifestazione.*

Art. 5 CERTIFICAZIONE MEDICA

Possono iscriversi tutti gli/le atleti maggiorenni, vige l'obbligo per tutti di presentare la certificazione medica alla pratica sportiva a livello agonistico per l'atletica leggera o equivalente, in corso di validità alla data della manifestazione e riconosciuta nella propria nazione di residenza.

Non saranno comunque accettati atleti che stanno scontando squalifiche di qualsiasi natura e per uso di sostanze dopanti.

Art. 6 ISCRIZIONE

1. a) Modalità di iscrizione e di pagamento

VEDERE LINK INFO & ISCRIZIONE

SI RICORDA L'INVIO OBBLIGATORIO DEI DOCUMENTI SOTTO ELENCATI

- **certificato medico agonistico** in corso di validità il giorno della gara
- **ricevuta del pagamento**
- **Modulo iscrizione**

Trascorsi 4 giorni dall'iscrizione se non riceverete email di conferma : avvenuta iscrizione e nemmeno una email richiedente documenti mancanti o pagamento non ricevuto, contattate l'organizzazione per risolvere la problematica altrimenti non verrà considerata ricevuta, quindi non sarà ritenuta valida.

1. b) Quote di iscrizione

VEDERE LINK INFO & ISCRIZIONE

Lo scaglione di pagamento si intende riferito alla data di pagamento e non alla data di iscrizione.

1. b) Pacco gara

Nella quota di iscrizione è compreso:

- pettorale gara
- pacco gara
- assistenza e ristori lungo il percorso
- pasta party finale
- medaglia finisher
- premiazione in natura se qualificati nelle rispettive categorie

Il pacco gara sarà garantito ai solo pre-iscritti in regola con il pagamento, per le iscrizioni in loco si valuterà in base alla

disponibilità anche se saranno disponibili per un numero ipotetico previsto accettabile per accontentare tutti.

1. c) Numero chiuso

Il numero chiuso è di **300 iscritti** totali sui 3 percorsi.

1. d) Rimborsi

Non è prevista nessuna forma di rimborso della quota di iscrizione.

Art. 7 RITIRO PETTORALE E PACCO GARA

Le operazioni di ritiro pettorale e pacco gara avverranno:

- Domenica 26 APRILE 2020 dalle ore 5.30 alle 6.30 PER LA ULTRA TRAIL e dalle ore 7.30 alle 8.30 per SHORT E TRAIL presso la segreteria gara che verrà allestita in loco c/o la Diga di Mignano.

Il pettorale sarà consegnato esclusivamente dietro presentazione di un documento di identità o di apposita delega scritta e previa consegna di copia del certificato medico da lasciare presso la segreteria.

Nel caso in cui il concorrente iscritto non fornisca il certificato medico sportivo il pettorale non potrà essere consegnato ed il concorrente non potrà prendere parte alla gara, senza diritto ad alcun rimborso della quota di iscrizione.

Eventuali certificati medici presentati in originale non saranno restituiti, neanche a fine gara.

Il pettorale deve essere portato nella parte anteriore e ben visibile durante tutto il percorso della manifestazione.

Art. 8 PARTENZA

I concorrenti ULTRA TRAIL dovranno presentarsi in griglia di partenza entro le 06.30 di domenica 26 aprile 2020 Alle 6.45 si terrà il briefing pre-gara obbligatorio e alle 7.00 sarà dato il via

I concorrenti SHORT e TRAIL dovranno presentarsi in griglia di partenza entro le 08.30 di domenica 26 aprile 2020 Alle 8.45 si terrà il briefing pre-gara e alle 9.00 sarà dato il via

All'interno del villaggio TRAIL, funzioneranno dei locali adibiti a spogliatoio e deposito borse. Nonostante i controlli, l'organizzazione non è responsabile degli oggetti lasciati all'interno del deposito borse.

Al momento dell'accesso alla zona partenza sarà controllato il materiale obbligatorio. Chiunque si rifiuterà di sottoporsi al controllo del materiale obbligatorio o risulterà sprovvisto dello stesso sarà immediatamente squalificato, potrebbero verificarsi controlli anche durante il percorso.

Art. 9 PERCORSO

L'intero percorso sarà segnalato da fettucce, indicazioni con spray biologici e cartelli segnaletici.

I concorrenti dovranno rispettare rigorosamente il percorso di gara segnalato evitando di prendere scorciatoie o tagliare tratti del tracciato. L'allontanamento dal percorso ufficiale, oltre a comportare la squalifica dall'ordine di arrivo, avverrà ad esclusivo rischio e pericolo del concorrente.

In caso di maltempo o di impraticabilità di uno o più sentieri, sono previsti percorsi alternativi che saranno presentati al briefing pre-gara.

Art. 10 SICUREZZA E CONTROLLO

Sul percorso saranno presenti addetti dell'organizzazione e personale abilitati al primo soccorso in costante contatto con la base. Ambulanze con personale paramedico stazioneranno in diversi punti del percorso, nonché alla partenza e all'arrivo, dove sarà presente

anche un medico. È previsto un “servizio scopa” che percorrerà il tracciato seguendo l’ultimo concorrente, in modo da essere d’aiuto ai ritirati ed evitare che eventuali infortunati rimangano senza assistenza.

NB. Se il personale volontario o medico gara o personale abilitato al primo soccorso valutassero un atleta in condizione fisica critica, hanno il dovere di fermare il concorrente facendolo visitare dal medico di gara che valuterà le reali condizioni psico fisiche , da questa valutazione è il medico che darà il benestare se il concorrente potrà proseguire o ritirarsi, in caso si valuti per non lasciarlo continuare e l’atleta di sua iniziativa prosegua, sarà squalificato immediatamente e l’organizzazione non si assumerà nessuna responsabilità, considerandolo fuori gara.

Lungo il tracciato saranno istituiti dei punti di controllo e timbro, dove addetti dell’organizzazione monitoreranno il passaggio degli atleti e potranno controllare il materiale obbligatorio. Chiunque si rifiuterà di sottoporsi al controllo del materiale obbligatorio o risulterà sprovvisto dello stesso sarà immediatamente squalificato.

Art. 11 AMBIENTE

La corsa si svolge anche in parchi naturali ed ecosistemi a protezione totale o parziale. I concorrenti dovranno tenere un comportamento rispettoso dell’ambiente, evitando in particolare di disperdere rifiuti, raccogliere fiori o molestare la fauna. Chiunque sarà sorpreso ad abbandonare rifiuti lungo il percorso sarà squalificato dalla gara e incorrerà nelle eventuali sanzioni previste dai regolamenti comunali. Per ridurre l’impatto ambientale, anche se ai punti di ristoro saranno presenti bicchieri, invitiamo ogni concorrente a portare con sé un bicchiere o una borraccia da riempire ai ristori. L’abbandono di rifiuti al di fuori delle aree predisposte per la raccolta determina l’immediata squalifica.

Art. 12 METEO

In caso di fenomeni meteo importanti (allerta meteo, nebbia fitta, bufere di neve, forti temporali), l'organizzazione si riserva di effettuare, anche all'ultimo minuto o durante lo svolgimento della gara, variazioni di percorso in modo da eliminare potenziali pericoli o condizioni di forte disagio per i partecipanti. Le eventuali variazioni saranno comunicate ai partecipanti e segnalate dagli addetti. L'organizzazione si riserva inoltre di sospendere o annullare la gara nel caso in cui le condizioni meteorologiche mettessero a rischio l'incolumità dei partecipanti, dei volontari o dei soccorritori.

NB. In caso di annullamento manifestazione non partita, la quota di partecipazione versata, potrà essere richiesta a meno delle spese vive sostenute dall'organizzazione, se la manifestazione è già in corso l'organizzazione non prevede alcun rimborso.

Art. 13 MATERIALE OBBLIGATORIO

È obbligatorio avere con sé, per tutta la durata della gara, il seguente materiale:

- pettorale di gara, portato sul petto o ben visibile durante tutta la durata della corsa
- giacca antipioggia/antivento adatta a condizioni di maltempo in alta montagna
- scarpe da trail running
- telo termico
- fischiello
- camelbag o portaborracce con almeno mezzo litro di liquidi
- telefono cellulare

REPORT THIS AD
REPORT THIS AD

Il controllo del materiale obbligatorio sarà effettuato al momento dell'accesso alla zona partenza. Sono previsti inoltre controlli a sorpresa lungo il tracciato.

È fortemente consigliato partire con il seguente materiale:

- maglia a maniche lunghe e pantaloni che coprano il ginocchio

- tazza, bicchiere o borraccia
- road book
- guanti
- benda elastica per fasciature
- GPS con traccia scaricata

È consentito l'uso dei bastoncini. Qualsiasi infortunio causato da questi è responsabilità di chi li ha in uso!!!

ATTENZIONE: In base alle condizioni metereologiche l'organizzazione si riserva di modificare il materiale obbligatorio la mattina della gara e di darne comunicazione durante il briefing.

Art. 14 SQUALIFICHE E PENALITA'

È prevista l'immediata squalifica, con ritiro del pettorale di gara, per le seguenti infrazioni:

- mancato passaggio da un punto di controllo
- taglio del percorso di gara
- abbandono di rifiuti sul percorso o fuori dalle aree predisposte per la raccolta
- mancato soccorso ad un concorrente in difficoltà
- insulti o minacce a organizzatori o volontari
- utilizzo di mezzi di trasporto in gara
- rifiuto di sottoporsi al controllo del personale medico sul percorso
- rifiuto di sottoporsi al controllo del materiale obbligatorio
- mancanza giacca a vento, telo termico

Sono previste penalizzazioni per le seguenti infrazioni:

- mancata esposizione del pettorale di gara: 30 minuti di penalizzazione

Art. 15 TEMPO MASSIMO, CANCELLI ORARI, RITIRI

Il tempo massimo per giungere all'arrivo è : entro le 18.30 di domenica 26 Aprile 2020.

Sarà istituito un cancello orario (solo per la ultra trail di 55km) che verrà comunicato durante il breafing.

I concorrenti che non giungeranno entro i limiti di tempo prestabiliti saranno fermati e non potranno continuare la corsa.

A tutela della salute dei partecipanti, il personale medico presente ai punti di controllo o lungo il percorso è abilitato a fermare il concorrente che non sarà giudicato idoneo al proseguimento della gara. In questo caso il concorrente dovrà seguire le indicazioni del personale medico, pena l'immediata squalifica. "La scopa" o i volontari abilitati facente parte a pieno titolo della direzione gara ha piena facoltà di fermare un atleta in qualunque momento, anche non in corrispondenza di un "cancello orario".

I concorrenti giunti ai cancelli orari fuori tempo massimo, gli infortunati, coloro che saranno giudicati dal personale medico non idonei a proseguire la gara, saranno accompagnati all'arrivo tramite un mezzo dell'organizzazione, gli altri atleti che vorranno ritirarsi volontariamente dovranno arrivare almeno a un punto di ristoro dove avranno la possibilità di essere portati a fine gara con i tempi e le modalità necessarie a non impedire la buona riuscita della manifestazione. Ogni concorrente che si ritirerà dalla gara fuori dai punti prestabiliti, dovrà provvedere al rientro presso la segreteria gara per proprio conto, comunicando subito il suo ritiro via telefono o sms al numero dell'organizzazione.

REPORT THIS AD

Art. 16 RISTORI

Sono previsti salvo variazioni, 2 ristori lungo il percorso short, 3 ristori trail 30km e 5 ristori ultra trail 55km

Hanno accesso al punto di ristoro esclusivamente i concorrenti con il pettorale ben visibile.

I cibi e le bevande del ristoro dovranno essere consumati solo sul posto; è vietato bere direttamente dalle bottiglie dei ristori; i rifiuti

dovranno essere gettati negli appositi contenitori prima di uscire dalla zona ristoro.

I camelbag potranno essere riempiti solo con acqua, si potrà invece utilizzare la borraccia come bicchiere. Si consiglia pertanto ai concorrenti di portare con sé la quantità necessaria di sali minerali da utilizzare durante la gara.

All'arrivo sarà presente un ulteriore ristoro; inoltre, ogni partecipante potrà usufruire del pasta party messo a disposizione dall'organizzazione.

Art. 17 PREMI

Non sono previsti premi in denaro.

Verranno premiati i primi 3 uomini e le prime 3 donne della classifica generale del SHORT TRAIL 14 Km,

REPORT THIS AD

Verranno premiati i primi 3 uomini delle seguenti categorie A 18-29 anni B 30-39 anni C 40-49 anni D 50-59 anni E 60+ anni e le prime 5 donne della classifica generale del TRAIL 30 Km,

Verranno premiati i primi 5 uomini e le prime 5 donne della classifica generale del ULTRA-TRAIL 55 Km.

1. non saranno effettuate in nessun modo premiazioni parimerito, nel caso di concorrenti che giungeranno sul traguardo “mano nella mano” per la classifica farà fede la rilevazione del primo pettorale registrato.

Art. 18 ASSICURAZIONE

L'organizzazione sottoscrive una assicurazione di responsabilità civile avente validità il giorno della gara. La responsabilità della partecipazione avviene sotto la responsabilità degli atleti che

rinunciano ad ogni azione in caso di danni o conseguenze ulteriori che sopraggiungano in seguito.

SI CONSIGLIA UNA COPERTURA ASSICURATIVA PERSONALE

Art. 19 DIRITTI DI IMMAGINE

REPORT THIS AD

Con l'iscrizione, i concorrenti autorizzano l'organizzazione all'utilizzo gratuito, senza limiti territoriali e di tempo, di immagini fisse e in movimento che li ritraggano in occasione della partecipazione al TRAIL DEL POGGIO.

Art. 20 DICHIARAZIONE DI RESPONSABILITA'

La volontaria iscrizione e la conseguente partecipazione alla corsa indicano la piena accettazione del presente regolamento e delle modifiche eventualmente apportate. Con l'iscrizione, il partecipante esonera gli organizzatori da ogni responsabilità, sia civile sia penale, per danni a persone e/o cose da lui causati o a lui derivati.

Art. 21 RECLAMI

I reclami di qualsiasi natura purchè inerenti al buono svolgimento della gara vanno esposti presso la segreteria gara entro e non oltre 30 minuti dal proprio arrivo, oltre tale termine non saranno accettati.

Art. 22 OMISSIONI REGOLAMENTO

- 1. Per tutto quello non menzionato in questo regolamento si fa fede al regolamento ITRA e al buon senso!!!**