

XV MEMORIAL NICOLA FERRARI

REGOLAMENTO CORSA PER UN SORRISO“ - ED. 2023

Art. 1. Informazioni generali.

L'associazione Nicola Ferrari Onlus, in collaborazione con il Comune di **Pieve di Teco**, organizza per **domenica 30 luglio 2023 la seconda edizione della manifestazione podistica "CORSA PER UN SORRISO"**:

- **CORSA (gara non competitiva):** corsa di trail running in semi-autonomia con percorso in ambiente prevalentemente collinare, su distanza di 10 km.

Partenza: domenica 30/07/2023 alle ore 9:00 da Piazza Carenzi, Pieve di Teco

Arrivo: Piazza Carenzi, Pieve di Teco - Tempo massimo: **3 ore**
Tracciato di **10 km e 400 metri** di dislivello positivo (quota massima 660 m s.l.m.).

È ammesso il CANICROSS.

- **CAMMINATA** su percorso facile, 2 Km di anello con accompagnatore.

Partenza: domenica 30/07/2023 alle ore 10:00 da Piazza Carenzi, Pieve di Teco

Arrivo: Piazza Carenzi, Pieve di Teco

È ammesso il CANICROSS.

Art. 2 Condizioni per la partecipazione alla CORSA

Per partecipare è indispensabile:

- a. aver compiuto anni 18 al momento della gara;
- b. essere pienamente coscienti della lunghezza, delle difficoltà tecniche, della specificità della prova ed essere fisicamente pronti per affrontarla.
- c. aver acquisito, prima della corsa, una reale capacità d'autonomia personale che permette di gestire i problemi creati da questo tipo di prova ed in particolare:
 - saper affrontare senza aiuto esterno condizioni climatiche che potrebbero diventare difficili (vento, caldo o pioggia);
 - saper gestire i problemi fisici o mentali derivanti dalla fatica, i problemi digestivi, i dolori muscolari o articolari, le piccole ferite ecc.;

- essere pienamente coscienti che il ruolo dell'organizzazione non è aiutare un corridore a gestire questi problemi;
- essere pienamente coscienti che per quest' attività in ambiente naturale la sicurezza dipende soprattutto dalla capacità del corridore di adattarsi ai problemi riscontrati o prevedibili.

Art. 3 Accettazione del regolamento e dell'etica della CORSA.

Con l'iscrizione e il relativo versamento della quota, il partecipante accetta senza riserva alcuna il presente regolamento e l'etica della corsa.

Con l'accettazione del presente regolamento il concorrente dichiara di non stare scontando alcuna squalifica per doping.

Art. 4 Semi - autonomia.

La semi-autonomia è intesa come la capacità di essere autonomi tra due punti di ristoro, riferito alla sicurezza, all'alimentazione ed all'equipaggiamento, permettendo così di adattarsi ai problemi riscontrati o prevedibili quali ad esempio brutto tempo, fastidi fisici, ferite, ecc.

Questo principio implica le regole seguenti:

- ogni corridore deve portare con sé per tutta la durata della corsa tutto l'equipaggiamento obbligatorio (vedi art. 5);
- i punti ristoro sono approvvigionati con bibite e cibo da consumare sul posto. Per il riempimento delle borracce o camel bag l'Organizzazione fornisce solo acqua naturale. Alla partenza da ogni punto ristoro, i corridori devono avere la quantità d'acqua e di alimenti necessari per arrivare al punto ristoro successivo (per ridurre l'impatto ambientale non saranno presenti bicchieri ai ristori).

È proibito farsi accompagnare sul percorso, da una persona che non sia regolarmente iscritta.

Art. 5 Materiale obbligatorio.

- Bicchiere personale di 15 cl minimo (borracce e camel bag esclusi) – nessun bicchiere sarà disponibile ai ristori;
- pettorale visibile davanti lungo tutto il percorso;
- abbigliamento e scarpe idonei alle condizioni meteorologiche;

- telefono cellulare (inserire i numeri di emergenza dell'Organizzazione, tenere il telefono sempre acceso, non mascherare il numero e partire con la batteria carica);

È consentito l'uso dei bastoncini. Il concorrente che desidera utilizzare i bastoncini, deve tenerli con sé per tutta la durata della corsa.

Art. 6. Campagna "IO NON GETTO I MIEI RIFIUTI".

È severamente vietato lasciare lungo il percorso qualsiasi tipo di materiale. L'inosservanza di tale norma prevede la squalifica immediata dalla competizione.

Nelle zone di ristoro sono previsti degli appositi contenitori dove gettare eventuali rifiuti.

In nessun posto di ristoro saranno disponibili bicchieri in plastica.

Art. 7 Iscrizioni: apertura e chiusura.

La pre-iscrizione si aprirà il **01/07/23** e si chiuderà il **27/07/23** fino al raggiungimento del numero di **200 partecipanti**.

La pre-iscrizione avverrà attraverso messaggio **whatsapp** al seguente numero cellulare: **389 1998029**

Nel testo del messaggio si dovrà indicare:

- a. Nome
- b. Cognome;
- c. Codice Fiscale;
- d. eventuale numero di accompagnatori che parteciperanno al pranzo.

La conferma dell'iscrizione avverrà con il pagamento che potrà essere effettuato presso la Segreteria ubicata presso il punto di partenza nel giorno **30/07/23** rispettivamente:

- **CORSA** dalle ore 8.00 alle ore 8.50
- **CAMMINATA** dalle ore 9.30 alle ore 9.50

Non saranno accettate iscrizioni da parte di atleti che stanno scontando squalifiche per doping di qualunque disciplina.

Art. 8 Quota di partecipazione.

CORSA

€ 20,00 - L'iscrizione comprende:

- pettorale;
- pacco gara con gadget degli sponsor;
- classifica;
- assicurazione;
- ristoranti lungo il percorso;
- assistenza medica lungo il percorso;
- ristoro finale e pranzo

CAMMINATA

€ 12,00 - L'iscrizione comprende:

- pettorale;
- pacco gara con gadget degli sponsor;
- assicurazione;
- ristoro finale e pranzo

In tutti i casi eventuali accompagnatori non partecipanti potranno usufruire del pranzo al costo di € 10,00.

Art. 9 Ritiro pettorale e pacco gara.

Le operazioni di ritiro pettorale e pacco gara avverranno domenica **30/07/2023**:

- CORSA dalle ore 8.00 alle ore 8.50;
- CAMMINATA dalle ore 9.30 alle ore 9.50;

presso la Segreteria ubicata presso il punto di partenza (Piazza Carenzi - Pieve di Teco).

Il pettorale sarà consegnato esclusivamente all'atleta iscritto.

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

Su di esso gli atleti troveranno il numero di telefono dell'organizzazione da contattare solo in caso di emergenza e richiesta di assistenza lungo il percorso (eventuale)

Art. 10 Partenza.

CORSA

Alle ore 08.50 verrà tenuto il briefing pre gara nella zona di partenza.

Alle ore 09.00 di domenica 30 luglio 2023 partenza della gara.

CAMMINATA

Alle ore 10.00 di domenica 30 luglio 2023 partenza della camminata.

Art. 11 Sicurezza e controllo.

Sul percorso saranno presenti addetti dell'organizzazione e personale paramedico in costante contatto con l'organizzazione.

Ambulanze e/o personale paramedico stazioneranno in diversi punti del percorso, nonché alla partenza e all'arrivo.

Lungo il tracciato saranno istituiti dei punti di controllo, dove addetti dell'organizzazione monitoreranno il passaggio degli atleti.

Art. 12 Meteo.

In caso di fenomeni meteo importanti l'organizzazione si riserva 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.

Art. 13 Squalifiche e penalità.

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

- taglio del percorso di gara;
- abbandono di rifiuti sul percorso;
- 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.

Art. 14 Tempo massimo CORSA, ritiri.

Il tempo massimo per giungere all'arrivo è di **3 ore**.

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.

Art. 15 Ristori CORSA.

Si corre in semi-autosufficienza, sono previsti comunque 2 ristori lungo il percorso, più 1 finale nei pressi della zona di arrivo.

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

I cibi e/o le bevande del ristoro dovranno essere consumati solo sul posto.

La borraccia potrà essere utilizzata come bicchiere.

È vietato bere direttamente dalle bottiglie dei ristori.

I rifiuti dovranno essere gettati negli appositi contenitori in loco.

All'arrivo sarà presente un ulteriore ristoro.

Art. 16 Premi corsa.

Non sono previsti premi in denaro. Saranno premiati le seguenti categorie:

-prime 3 donne

-primi 3 uomini

La premiazione avverrà indicativamente alle ore 12.30 in piazza Carenzi.

Art. 17 Assicurazione.

L'organizzazione sottoscrive un'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.

Art. 18 Diritti di immagine.

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 alla gara CORSA PER UN SORRISO.

Art. 19 Dichiarazione di responsabilità.

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.