

XVI Memorial Nicola Ferrari - Edizione 2024

III^ EDIZIONE DELLA "CORSA & CAMMINATA PER UN SORRISO"

REGOLAMENTO GARA

Art. 1. Informazioni generali.

L'associazione "Nicola Ferrari Onlus", in collaborazione con il Comune di Pieve di Teco, organizza, **domenica 28 luglio 2024**, la terza edizione della manifestazione podistica denominata "CORSA PER UN SORRISO".

La manifestazione prevede:

- a. **TRAIL RUNNING (gara non competitiva):** TRAIL RUNNING di *trail running* in semi-autonomia con percorso in ambiente prevalentemente collinare, **su distanza di 11 km circa.**

E' ammessa la partecipazione di atleti accompagnati da cani.

Ritrovo: domenica 28.07.2024 alle ore 8:00 da Piazza Carenzi, Pieve di Teco

Partenza: domenica 28.07.2024 alle ore 9:00 da Piazza Carenzi, Pieve di Teco

Arrivo: Piazza Carenzi, Pieve di Teco

Tempo massimo: **3 ore** con tracciato di **Km 11 circa** con dislivello positivo 453 m.

- b. CAMMINATA 
- su percorso "FACILE" - **3 Km circa**, con accompagnatore
 - su percorso "MEDIA DIFFICOLTÀ" - **7 km circa**, con guida.

Ritrovo: domenica 28.07.2024 alle ore 9:30 da Piazza Carenzi, Pieve di Teco

Partenza: domenica 28.07.2024 alle ore 10:00 da Piazza Carenzi, Pieve di Teco.

Arrivo: Piazza Carenzi, Pieve di Teco.

Art. 2 - Condizioni per la partecipazione al TRAIL RUNNING.

Per partecipare è indispensabile:

- aver compiuto anni 18 al momento della gara;
- essere pienamente coscienti della lunghezza, delle difficoltà tecniche, della specificità della prova ed essere fisicamente pronti per affrontarla;
- aver acquisito, prima del TRAIL RUNNING, una reale capacità d'autonomia personale che permetta 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 del TRAIL RUNNING.

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

Con l'accettazione del presente regolamento il concorrente dichiara di non scontare 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...ecc...

Questo principio implica le regole seguenti:

- o ogni corridore deve portare con sé per tutta la durata del TRAIL RUNNING tutto l'equipaggiamento obbligatorio (vedi successivo art. 5);
- o i punti ristoro sono approvvigionati con bibite e cibo da consumare sul posto;
- o per il riempimento delle borracce o *camel bag* l'Organizzazione fornisce solo acqua naturale;
- o 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);
- o è proibito farsi accompagnare sul percorso da una persona che non sia regolarmente iscritta.

Art. 5 - Materiale obbligatorio.

- o Bicchiere personale di 15 cl minimo (borracce e *camel bag* esclusi) - nessun bicchiere sarà disponibile ai ristori;
- o pettorale visibile apposto sul davanti lungo tutto il percorso;
- o abbigliamento e scarpe idonei alle condizioni meteorologiche;
- o 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 altresì consentito l'uso dei bastoncini; il concorrente che desidererà utilizzarli dovrà tenerli con sé per tutta la durata del TRAIL RUNNING.

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.

Le pre-iscrizioni si apriranno il giorno 01.07.2024 e si chiuderanno il giorno 25.07.2024 o al raggiungimento del numero di 200 partecipanti.

ATTENZIONE:

La preiscrizione dovrà avvenire attraverso un messaggio WhatsApp al numero 389.1998029, avendo cura di indicare: Nome - Cognome - Codice Fiscale - 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 **28.07.2024** e rispettivamente:

- ⇒ **TRAIL RUNNING:** dalle ore 8.00 alle ore 8.50;
- ⇒ **CAMMINATE:** 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.

TRAIL RUNNING: € 25,00. L'iscrizione comprende:

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

CAMMINATE: € 15,00 - L'iscrizione comprende:

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

Gli 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 28.07.2024:**

- ⇒ **TRAIL RUNNING:** dalle ore 8.00 alle ore 8.50;
- ⇒ **CAMMINATE:** dalle ore 9.30 alle ore 9.50,

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

Il pettorale sarà consegnato esclusivamente all'atleta iscritto.

Il pettorale dovrà essere indossato 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.

⇒ TRAIL RUNNING:

- alle ore 08.50 di domenica 28.07.2024 verrà tenuto il *briefing* pre - gara nella zona di partenza;
- alle ore 09.00 di domenica 28.07.2024 partenza della gara.

⇒ CAMMINATE:

- alle ore 10.00 di domenica 28.07.2024 partenza della camminata.

Art. 11 - Sicurezza e controllo.

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

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 TRAIL RUNNING, ritiri.

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

Sarà previsto un c.d. "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.

TRAIL RUNNING: si corre in semi-autosufficienza.

Saranno comunque previsti 2 ristori lungo il percorso, più 1 finale nei pressi della zona di arrivo.

Avranno 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.

Art. 16 - Premi TRAIL RUNNING.

Non sono previsti premi in denaro.

Saranno premiate le seguenti categorie:

⇒ prime tre concorrenti classificate di sesso femminile;

⇒ primi tre concorrenti classificati di sesso maschile.

La premiazione avverrà indicativamente alle ore 12.30 durante il pranzo.

Art. 17 - Assicurazione.

L'organizzazione sottoscrive un'assicurazione di responsabilità civile avente validità il giorno della gara.

La 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 al TRAIL RUNNING o alle CAMMINATE PER UN SORRISO.

Art. 19 Dichiarazione di responsabilità.

La volontaria iscrizione e la conseguente partecipazione al TRAIL RUNNING ed alle CAMMINATE 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.