

REGOLAMENTO TRAIL DELLA DIGA 2021

art.1 - ORGANIZZAZIONE

L' ASD La Vetta Running Mongrando con il patrocinio del Comune di Mongrando organizza la quarta edizione del **TRAIL DELLA DIGA** sulle distanze di :

TDD 22 KM 480 metri D+

art.2 - MANIFESTAZIONE e FINALITÀ

TDD 22 KM competitivo aperto SOLO a tesserati UISP/FIDAL/EPS/RUNCARD in possesso di regolare certificato medico per atletica leggera in corso di validità al 23/05/2021

La corsa è a scopo promozionale volta a valorizzare e promuovere il territorio che la ospita, compreso tra i comuni di Mongrando, Sala/Bornasco e Donato

art.3 - REQUISITI DI PARTECIPAZIONE

Per partecipare alla gara è assolutamente necessario:

- aver compiuto i 18 anni d'età;
- essere tesserati per società affiliate UISP/FIDAL/EPS/RUNCARD con tessera valida al 23/05/2021 e in possesso di regolare certificato medico per la pratica AGONISTICA dell'atletica leggera con scadenza non inferiore al 23/05/2021. **NON SARANNO ACCETTATI ATLETI "LIBERI"**
- essere pienamente coscienti della lunghezza e della difficoltà della prova ed essere allenati per affrontarla;
- aver acquisito, prima della corsa, una reale capacità d'autonomia personale in ambiente collinare /boschivo.
- saper gestire al meglio i problemi derivanti da condizioni meteo avverse (vento, nebbia, pioggia, freddo, neve); - saper gestire i problemi fisici o mentali provocati dal grande affaticamento, i problemi digestivi, i dolori muscolari o delle articolazioni, le piccole ferite ecc.;
- essere coscienti che il ruolo dell'Organizzazione non è di aiutare un corridore a gestire questi problemi.

art.4 – QUOTA di PARTECIPAZIONE, ISCRIZIONE

Il **TRAIL DELLA DIGA** avrà luogo con qualsiasi condizione meteorologica, purché non vi siano pericoli per i partecipanti.

L'iscrizione è personale e definitiva, non sono ammessi scambi di pettorale e/o sostituzioni dei nominativi.

Non è previsto nessun rimborso in caso di interruzione della gara per motivi atmosferici, o per qualsiasi altra ragione indipendente dall'organizzazione.

In caso di annullamento della gara dovuto a motivi di sicurezza legati alla pandemia di COVID-19 (p.e. ordinanze regionali, comunali e prefettizie, elevato livello di rischio sanitario o per altre valutazioni di rischio effettuate dall'organizzazione o da altri organi competenti) le quote di iscrizione verranno rimborsate trattenendo la somma di euro 2 a titolo di ristoro per costi bancari e di segreteria.

A CAUSA DEI PROTOCOLLI COVID-19 ATTUALI NON SARA' POSSIBILE PER NESSUN MOTIVO ISCRIVERSI IL GIORNO DELLA GARA

Le iscrizioni potranno essere effettuate UNICAMENTE on-line seguendo le istruzioni che si possono trovare sul sito internet www.lavettarunning.com

Le iscrizioni si chiuderanno mercoledì 19 Maggio 2021 alle ore 24.00 o al raggiungimento del numero massimo di **250** iscritti.

Un eventuale incremento o decremento del numero massimo di partecipanti è a discrezione esclusiva dell'organizzazione.

QUOTE DI ISCRIZIONE: 16 euro comprensivi di:

pettorale di gara; rilevamento cronometrico; assistenza e ristori lungo il percorso; ristoro finale; gadget tecnico, assicurazione, medico in zona partenza/arrivo

Al momento le disposizioni vigenti non consentono la predisposizione del deposito borse e degli altri servizi soggetti ad assembramento

art.5 – RITROVO, RITIRO PETTORALI e PARTENZA

Il ritrovo è previsto presso il Polivalente di Mongrando sito in via Giovanni Enrico, 3 - 13888 a Mongrando (BI) il giorno “Domenica 23 Maggio 2021 dalle ore 6.30”

I pettorali potranno essere ritirati unicamente il giorno della gara dalle ore 6.30 e fino a 30 minuti prima della partenza presso l'area partenze.

Ogni pettorale sarà consegnato individualmente ad ogni concorrente su presentazione tassativa di:

- ✓ **RILEVAZIONE TEMPERATURA CORPOREA INFERIORE A 37.5 GRADI CENTIGRADI**
- ✓ **DICHIARAZIONE DI ASSUNZIONE DI RESPONSABILITA' COMPILATA E FIRMATA (SE NON GIA CARICATA ON LINE);**
- ✓ **COPIA CERTIFICATO MEDICO SPORTIVO AGONISTICO e TESSERAMENTO FIDAL/UISP/EPS/RUNCARD VALIDO AL 23/05/2021(SE NON GIA CARICATO ON LINE);**
- ✓ **AUTODICHIARAZIONE COVID-19 COMPILATA E FIRMATA (SOLO IL GIORNO DELLA GARA)**

La mancata presentazione anche di uno solo dei requisiti di cui sopra è motivo di ESCLUSIONE dalla gara

Tutti gli atleti dovranno indossare la mascherina fino allo start e nei primi 500 metri di gara.

La mascherina andrà poi riposta in un apposito sacchetto personale e portata al seguito durante la gara, per essere indossata dopo aver terminato la stessa o laddove non fosse possibile mantenere la prescritta distanza interpersonale.

Dopo la partenza, agli atleti sul percorso è fatto divieto di utilizzare un pacer, correre in scia, superare un altro concorrente riducendo il distanziamento interpersonale

Si raccomanda di presentarsi in congruo anticipo per poter garantire la partenza negli orari previsti

In ottemperanza ai protocolli anti COVID-19 vigenti, la partenza sarà scaglionata a ondate di 50 partecipanti con un tempo massimo di 5 minuti tra una partenza e la successiva.

L'ordine di partenza avverrà tramite pettorale secondo questo schema:

ONDA 1 pettorali da 500 a 550 partenza ore **9.00**

ONDA 2 pettorali da 551 a 600 partenza ore **9.05**

ONDA 3 pettorali da 601 a 650 partenza ore **9.10**

ONDA 4 pettorali da 651 a 700 partenza ore **9.15**

ONDA 5 pettorali da 701 a 750 partenza ore **9.20**

Il numero di onda di partenza e il pettorale assegnato potrà essere verificato nell'elenco partenti disponibile su www.lavettarunning.com

La rilevazione dei tempi avverrà a cura dei cronometristi e giudici di gara UISP

art.6 - PERCORSI e TEMPO MASSIMO

Il percorso sarà segnalato con bandierine e frecce (maggiori informazioni saranno date durante il briefing pre-gara).

I concorrenti dovranno rispettare rigorosamente il percorso e nel caso non vedano per 5 minuti un segnale dovranno tornare indietro. L'allontanamento dal tracciato ufficiale avverrà ad esclusivo rischio e pericolo del partecipante.

Il percorso è aperto al traffico per tanto i partecipanti sono tenuti al rispetto del codice della strada secondo le normative vigenti

Personale dell'organizzazione sarà presente lungo il percorso per assistenza.

Sono previsti i seguenti tempi massimi di percorrenza oltre i quali non verranno più garantite le segnalazioni sul percorso e l'assistenza dell'organizzazione:

TDD 22 KM tempo massimo **4 ore** dalla partenza

Tutti i concorrenti fuori dal tempo massimo che vorranno proseguire il percorso potranno farlo sotto la propria responsabilità ed in autonomia completa

È previsto un servizio "scopa" con personale che percorrerà il tracciato seguendo l'ultimo partecipante.

Le tracce dei percorsi saranno scaricabili all'indirizzo www.lavettarunning.com oppure richieste all'indirizzo mail: lavettarunning@gmail.com

È obbligatorio prendere visione del percorso prima dell'iscrizione

art.7 - REGIME DI SEMI-AUTOSUFFICIENZA E MATERIALE OBBLIGATORIO

La gara si svolgerà in regime di semi-autosufficienza il che significa che ogni concorrente dovrà essere autosufficiente tra un ristoro e il successivo.

Sono previsti 2 punti ristoro forniti con acqua e 1 punto di ristoro fornito con acqua e cibo confezionato così come richiesto dagli attuali protocolli anti COVID-19

All'arrivo verrà consegnato un pacco ad ogni concorrente contenente il ristoro finale individuale.

Ogni atleta dovrà portare con sé, fin dalla partenza, tutto ciò che gli occorre per essere autosufficiente.

Elenco Materiale Obbligatorio:

- telefono cellulare acceso per contattare l'organizzazione in caso di infortunio o di abbandono del percorso (un numero di emergenza è stampato sul pettorale e/o verrà consegnato al momento dell'iscrizione)
- piccola riserva idrica e alimentare
- abbigliamento consono alla temperatura del giorno
- mascherina da indossare secondo il regolamento

L'organizzazione si riserva, previa comunicazione sul proprio sito e/o su tutti i mezzi di comunicazione adeguati, di modificare la lista del materiale obbligatorio in qualsiasi momento

art 8 – SICUREZZA e ABBANDONI

Sarà garantito SERVIZIO MEDICO presso la zona partenza/arrivi.

Per la sicurezza verrà garantita assistenza sul percorso attraverso il servizio di volontari e personale con mezzi motorizzati.

In caso di abbandono di un partecipante (per infortunio od altro) lo stesso è **OBBLIGATO** a recarsi al più vicino punto di assistenza e comunicarlo

IMMEDIATAMENTE all'organizzazione o chiamare l'organizzazione al numero fornito sul pettorale e/o in fase di iscrizione pe concordare il rientro presso il punto di partenza.

In caso di mancata comunicazione del ritiro all'organizzazione, al concorrente saranno addebitate le spese relative alle operazioni di ricerca.

art.9 - PENALITA' E SQUALIFICHE

Gli addetti dell'Organizzazione presenti sul percorso sono autorizzati a verificare il rispetto del regolamento da parte dei corridori e comunicare alla giuria di corsa le infrazioni riscontrate.

La giuria di corsa applica le penalità in base alla tabella seguente.

Le penalità di tempo sono applicate immediatamente al termine della gara o nei giorni successivi con maggiorazione del tempo riportato sulla classifica ufficiale.

- INFRAZIONE AL REGOLAMENTO E RELATIVE PENALITA' -

- ❖ abbandono volontario di rifiuti: squalifica
- ❖ partenza da un punto di controllo oltre l'ora limite: squalifica
- ❖ taglio di un tratto di percorso superiore a 1 km: squalifica
- ❖ rifiuto a farsi controllare: squalifica
- ❖ omissione di soccorso ad un corridore in difficoltà: squalifica
- ❖ imbrogli: utilizzo di un mezzo di trasporto, condivisione o scambio di pettorale: squalifica e interdizione a vita
- ❖ insulti e minacce a volontari o addetti dell'Organizzazione: squalifica e interdizione a vita
- ❖ taglio di un tratto di percorso inferiore a 1 km: penalità pari a 1 ora
- ❖ mancanza del materiale obbligatorio a discrezione della direzione gara: squalifica

art.10 - PREMI

Verranno riconosciuti premi in natura decrescente ai primi 6 uomini e alle prime 6 donne. Le premiazioni si svolgeranno appena disponibili le classifiche.

Ulteriori premi potranno essere riconosciuti secondo le modalità che verranno comunicate prima della gara.

art.11 - ACCETTAZIONE del REGOLAMENTO e ETICA della MANIFESTAZIONE

La volontaria iscrizione e la conseguente partecipazione alla manifestazione podistica indica la piena accettazione senza riserve del presente regolamento generale.

Con l'iscrizione 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 durante la manifestazione.

Presso ogni punto di ristoro saranno presenti dei contenitori per i rifiuti che devono essere imperativamente utilizzati. Ogni atleta dovrà prestare assistenza a tutte le

persone che dovessero trovarsi in difficoltà o pericolo ed eventualmente chiamare il soccorso.

È inoltre indispensabile il rispetto in ogni sua forma: rispetto di se stessi e degli altri, evitando qualsiasi tipo di scorrettezza; rispetto dei volontari che prestano servizio unicamente per piacere; rispetto della popolazione locale che accoglie la corsa; rispetto dell'organizzazione e dei suoi partner.

art.12 - PRIVACY

Con l'iscrizione, i concorrenti autorizzano gli organizzatori all'utilizzo gratuito, senza limiti territoriali e di tempo, di immagini fisse e in movimento che li ritraggono in occasione della partecipazione, nonché all'utilizzo e alla pubblicazione dei dati anagrafici al fine di stilare la lista dei partenti.