

TRAIL-RUNNING

corsa su sentiero, detta anche corsa in natura.

PARTECIPAZIONE

Questa gara è aperta a tutte le persone, uomini e donne, che abbiano compiuto 20 anni (per millesimo) o 18 per chi gareggia negli short trail, al momento dell'iscrizione ed in possesso di certificato medico attestante l'idoneità alla pratica sportiva agonistica, per l'atletica leggera, in ottemperanza alle norme sanitarie vigenti in materia.

In possesso di Tessera FIDAL, EPS riconosciuti dal CONI, e relative RUN card.

Per gli eventuali liberi, è previsto un tesseramento giornaliero a loro carico, per garantire le coperture assicurative.

DISTANZE

RONDA SKY NIGHT	- Km 15 / D+ 1050 m. (Sabato 28)
RONDA MINIMA	- Km 12 / D+ 700 m. (Domenica 29)
RONDA ASSASSINA	- Km 25 / D+ 1200 m. (Domenica 29)
RONDA GHIBELLINA	- Km 45 / D+ 2500 m. (Domenica 29)
RONDA GHIBELLINA PLUS	- Miglia 50 / D+ 4000 m. (Domenica 29)

SEMI-AUTOSUFFICENZA

Le gare sono in semi-autosufficienza idroalimentare, l'organizzazione gestirà dei posti di rifornimento in cui i concorrenti potranno trovare cibo e bevande.

In nessun posto di ristoro saranno disponibili i bicchieri in plastica, per bere gli atleti devono munirsi di bicchiere o altro contenitore personale adatto all'uso; ogni corridore dovrà accertarsi di disporre, alla partenza da ogni posto di ristoro, della quantità d'acqua minima prevista come materiale obbligatorio e/o che gli sarà necessaria per arrivare nel successivo posto di ristoro.

I ristori personalizzati sono ammessi solo all'interno dei ristori ufficiali previsti dall'organizzazione, ogni rifornimento volante sul tracciato (denunciato e documentato) sarà sanzionato.

MATERIALI OBBLIGATORI

Con l'iscrizione, ogni corridore sottoscrive l'impegno a portare con sé il materiale obbligatorio sottoelencato, durante tutta la corsa; la loro mancanza, totale o parziale (una volta accertata), sarà sanzionata.

(verifiche possibili in ogni momento a giudizio dell'organizzazione)

- Abbigliamento adeguato al periodo e al meteo di giornata.
- Riserva d'acqua minimo 0,5 litri, borraccia o Camelbag
- Giacca impermeabile o simile, adatta a sopportare condizioni di brutto tempo.
- Telefono cellulare sempre acceso (inserire il numero di soccorso dell'organizzazione)
- Lampada frontale (solo per la Sky Night e la Plus)
- E' consentito l'utilizzo dei bastoncini.
- Scarpe da trail running.
- Fischietto
- Coperta termica.

E' GENNAIO E SONO I GIORNI DELLA MERLA... L'IPOTERMIA E' IL NEMICO MAGGIORE.

PETTORALI

Il pettorale deve essere portato e reso visibile, sempre nella sua totalità, durante tutta la corsa.

Prima dello start, ogni corridore deve obbligatoriamente procedere alla punzonatura, attraversando l'apposito tappeto antecedente la gabbia di partenza.

Al passaggio da ogni punto di controllo il corridore deve assicurarsi di essere stato regolarmente registrato.

POSTI DI CONTROLLO E RISTORO

Il rilevamento dei concorrenti è effettuato in tutti i punti di controllo presso i posti di ristoro.
Dei punti di controllo "volanti" possono essere posizionati in altri luoghi, al di fuori dei posti di ristoro.
La loro localizzazione non sarà comunicata dall'organizzazione.

TEMPO MASSIMO E BARRIERE ORARIE

Il tempo massimo per completare le distanze di gara, sono i seguenti:

RONDA Ghibellina Plus tempo massimo 17 ore.

RONDA Ghibellina tempo massimo 10 ore.

RONDA Assassina tempo massimo 6 ore.

RONDA Minima tempo massimo 5 ore

RONDA Sky Night tempo massimo 4 ore.

In caso di cattive condizioni meteorologiche e/o per ragioni di sicurezza, l'organizzazione si riserva il diritto di sospendere la prova in corso, ritardare la partenza, variare il percorso o di modificare le barriere orarie.

Vengono istituite le seguenti barriere orarie.

La prima barriera oraria sarà in località Partini al km. 9 (1° ristoro), che chiuderà alle ore 11 (solo per atleti della Ronda Assassina, eventuali ritardatari saranno devianti sul percorsi della Ronda Minima).

La seconda in località San Martino al km. 16 o 25 dipende dalla gara, (2° ristoro per la ronda ghibellina 3° ristoro per la ronda plus) che chiuderà alle ore 12,00.

La terza in frazione Petreto km. 33 o 42 (4° ristoro ronda ghibellina 5° ronda plus), che chiuderà alle ore 15,00.

La quarta in località Montecchio Vesponi km. 60 (6° ristoro ronda plus), che chiuderà alle ore 17,00.

La sesta in località Alta di Sant'Egidio Km. 70 (7° ristoro ronda plus), che chiuderà alle ore 19,00.

ABBANDONI E RIENTRI

In caso di abbandono, il concorrente, deve cercare di raggiungere il più vicino posto di controllo, comunicare il proprio abbandono e l'organizzazione si farà carico del suo rientro, il prima possibile.

Nel caso d'incidente il concorrente o un suo soccorritore, dovranno comunicare con il numero d'emergenza l'accaduto e i soccorsi provvederanno al recupero

NUMERO MASSIMO DI CONCORRENTI

Il numero limite di concorrenti ammessi alla RONDA Ghibellina Plus, RONDA Ghibellina, RONDA Assassina, RONDA Minima e RONDA Sky Night è di **1400 atleti complessivi (300-350-400-100-250)**, oltre tale numero il comitato organizzatore si riserva di poter accogliere ulteriori iscritti.

DICHIARAZIONE DI RESPONSABILITA'

Con la firma della scheda d'iscrizione l'atleta dichiara di conoscere ed accettare il regolamento della RONDA Ghibellina Plus, RONDA Ghibellina, RONDA Assassina, RONDA Minima e RONDA Sky Night, pubblicato sul presente sito web e sulla brochure della gara e di aver compiuto i 18/20 anni alla data della gara a cui è iscritto.

Dichiara inoltre, espressamente sotto la propria responsabilità, non solo di aver fornito la verità (art. 2 legge 04/01/1968 n° 15 come modificato dall'art. 3 comma 10 legge 15/05/1997 n° 127), ma di esonerare gli organizzatori da ogni responsabilità, sia civile che penale, per danni a persone e/o cose da lui causati o a lui derivati.

PENALITÀ E SQUALIFICHE

Le penalità o le squalifiche sono decise dal giudice d'arrivo, dal direttore di gara e dalla direzione di corsa.

I commissari di corsa presenti sul percorso ed i capi-posto ai ristori, sono abilitati a far rispettare il regolamento vigente e a segnalare ogni eventuale infrazione.

PENALITA'

E' comminata una penalità di tempo, a discrezione dell'organizzazione, per infrazioni non gravi (minimo 15 minuti) per:

- 1) Abbandono di rifiuti fuori dagli spazi prestabiliti e segnalati nelle aree ristoro.
- 2) Beneficiare di aiuti esterni fuori dalle aree prestabilite e segnalate.
- 3) Equipaggiamento mancante o inadeguato.

4) Pettorale non visibile.

SQUALIFICHE

La squalifica di un corridore avviene per le seguenti infrazioni gravi:

- 1) Abbandono di rifiuti lungo il percorso di gara.
- 2) Mancato transito in un punto di controllo
- 3) Taglio o abbandono del percorso tracciato dagli organizzatori
- 4) Condotta offensiva nei confronti dei volontari
- 5) Omissione di soccorso ad atleti in difficoltà

QUOTE D' ISCRIZIONE

La quota d'iscrizione non è rimborsabile in caso di mancata partecipazione alla gara, ma il concorrente può congelare l'iscrizione per l'edizione successiva, in caso di sopravvenuta malattia o infortunio (opportunamente documentata).

L'atleta regolarmente iscritto, che incorra in un infortunio o una malattia nei giorni antecedenti la gara, può chiedere (**dietro presentazione di regolare referto medico**) il recupero totale dell'iscrizione; trasferendola all'edizione successiva, entro e non oltre le ore 23:59 del 15-1-2023.

Dopo tale data e fino alle ore 23:59 del 22-1-2023, ha diritto al recupero del 50% dell'importo d'iscrizione versato.

Oltre il 22-1-2023 non è più possibile effettuare nessun recupero.

MODALITA' e SCAGLIONI

ULTRA TRAIL

RONDA GHIBELLINA PLUS Miglia 50 –

Dal 15 ottobre 2022 al 30 novembre 2022 – è richiesto un contributo organizzativo di euro 60.

Dal 1 dicembre 2022 al 31 dicembre 2022 – euro 65.

Dal 1 gennaio 2023 al 15 gennaio 2023 – euro 75.

Dal 16 gennaio 2023 al termine ultimo d'iscrizione – euro 85.

RONDA GHIBELLINA Km 45 –

Dal 15 ottobre 2022 al 30 novembre 2022 – è richiesto un contributo organizzativo di euro 35.

Dal 1 dicembre 2022 al 31 dicembre 2022 – euro 40.

Dal 1 gennaio 2023 al 15 gennaio 2023 – euro 45.

Dal 16 gennaio 2023 al termine ultimo d'iscrizione – euro 55.

TRAIL

RONDA ASSASSINA Km 25 –

Dal 15 ottobre 2022 al 31 dicembre 2022 – è richiesto un contributo organizzativo di euro 20.

Dal 1 gennaio 2023 al 15 gennaio 2023 – euro 25.

Dal 16 gennaio 2023 al termine ultimo d'iscrizione – euro 35.

SHORT TRAIL

RONDA MINIMA Km 12 –

Dal 15 ottobre 2022 al 31 dicembre 2022 – è richiesto un contributo organizzativo di euro 10.

Dal 1 gennaio 2023 al 15 gennaio 2023 – euro 15.
Dal 16 gennaio 2023 al termine ultimo d'iscrizione – euro 20.

RONDA SKY NIGHT Km 15 –

Dal 15 ottobre 2022 al 31 dicembre 2022 – è richiesto un contributo organizzativo di euro 10.
Dal 1 gennaio 2023 al 15 gennaio 2023 – euro 15.
Dal 16 gennaio 2023 al termine ultimo d'iscrizione – euro 20.

N.B. Contributo organizzativo di soli 10 euro per partecipare anche alla RONDA SKY NIGHT, per chi è già iscritto anche a una delle due gare lunghe domenicali (ULTRATRAIL).

INDICE DI PERFORMANCE ITRA

Il comitato organizzatore riconoscendo il valore e l'attendibilità dei coefficienti di performance ITRA, stabilisce che tutti gli atleti in possesso di ITRA CODE compresi fra AAAA (TOP ELITE) e BBB (EXPERT 1) hanno diritto all'iscrizione gratuita.

Con l'iscrizione il concorrente ha diritto a:

- Riconoscimento finisher previsto.
- Pacco gara,
- Ristori lungo il percorso e alla fine.
- Assistenza sanitaria.

COMPATIBILMENTE CON LE NORME ANTI-CODIV 19 IN VIGORE

- Deposito borse.
- Servizio docce a fine gara.
- Terzo tempo finale per le gare domenicali Trail e Ultratrail

N.B. Tutti gli altri, compresi gli accompagnatori, possono usufruire del terzo tempo, acquistando un apposito ticket allo stand della segreteria RONDA GHIBELLINA.

MODALITÀ D' ISCRIZIONE

Direttamente compilando il modulo d'iscrizione online, tramite il nostro sito web, allegando file con la ricevuta di pagamento.

N.B. Copia del certificato medico in corso di validità, potrà essere consegnato al ritiro pettorale.

MODALITÀ DI PAGAMENTO

A) OnLine per mezzo di - **PayPal/Carta di Credito**; in questo caso il pagamento ci viene notificato da PayPal e non servono ulteriori allegati.

B) Tramite bonifico bancario, **con spese bancarie a carico dell'ordinante**, intestato a A.S.D. RONDA GHIBELLINA, Via borsellino,35 - 52043 Castiglion Fiorentino - AREZZO –
IBAN – IT08P0848971410000000361925 - Banca Tema

Una volta effettuato il versamento, allegare il bollettino di pagamento alla scheda d'iscrizione OnLine (**vivamente consigliato**)

Oppure all'indirizzo e-mail

iscrizione@rondaghibellina-trail.com

TASSATIVO

In caso di mancanza di ricevuta di pagamento dopo cinque giorni dalla preiscrizione

L'ISCRIZIONE E' ANNULLA.

ISRIZIONE SOCIETA'

- On line seguendo le modalità prescritte.
- Con lista unica, su carta intestata della società d'appartenenza e firmata dal presidente, completa di:
nome – cognome - anno di nascita esteso (gg/mm/aaaa) - numero di cellulare usato in gara -

RICINISCIMENTI

Ronda Ghibellina Plus – pacco gara oltre riconoscimento finisher e diploma personale scaricabile.

Premi supplementari per:

- I primi cinque classificati assoluti M/F.
- I primi tre classificati M/F over 40.
- I primi tre classificati M/F over 50.
- Il primo classificato M/F over 60

Ronda Ghibellina – pacco gara oltre riconoscimento finisher e diploma personale scaricabile.

Premi supplementari per:

- I primi cinque classificati assoluti M/F.
- I primi tre classificati M/F over 40.
- I primi tre classificati M/F over 50.
- Il primo classificato M/F over 60.

Ronda Assassina – pacco gara oltre riconoscimento finisher e diploma personale scaricabile.

Premi supplementari per:

- I primi cinque classificati assoluti M/F.
- I primi tre classificati M/F over 40.
- I primi tre classificati M/F over 50.
- Il primo classificato M/F over 60.

Ronda Minima – pacco gara oltre riconoscimento finisher e diploma personale scaricabile.

Premi supplementari per:

- I primi tre classificati assoluti M/F.
- I primi tre classificati M/F over 40.
- I primo classificato M/F over 50.
- Il primo classificato M/F over 60.

Ronda Sky Night – pacco gara oltre riconoscimento finisher e diploma personale scaricabile.

Premi supplementari per:

- I primi tre classificati assoluti M/F.
- I primi tre classificati over 40.
- Il primo classificato M/F over 50.
- Il primo classificato M/F over 60.

Classifica combinata – **Ronda Sky Night - Ronda Minima** - Premio supplementare per:

I primi tre classificati assoluti M/F.

TRAILRUNNING DOG Km 25/12 - pacco gara oltre riconoscimento finisher e diploma personale scaricabile.

Premi supplementari per:

Il primo classificato M/F.

Società –

- Cesto con prodotti tipici per le prime tre società più numerose (iscritte con lista unica).
- Cesto con prodotti tipici per le società straniere (minimo quattro atleti).

Eventuali altri premi saranno comunicati prima della gara.

AVVERTENZE FINALI

La A.S.D. RONDA GHIBELLINA, si riserva di modificare il presente regolamento in qualunque momento ai fini di garantire una migliore organizzazione della gara; eventuali modifiche a servizi, luoghi ed orari saranno riportate sul nostro sito web o comunicati al briefing pregara.

PROGRAMMA e ORARI

SABATO 28

Ore 15,00 – 20,00 Apertura stand - consegna pettorali e pacchi gara
Ore 15,00 – 17,30 ANELLO GHIBELLINO – trail/campestre per giovani sparpieri.
Ore 17,00 – 21,00 MARCIA MANNARA 10 Chilometri.
Ore 18,00 – 22,00 RONDA SKY NIGHT 15 Chilometri.

DOMENICA 29

Ore 4,30 – 8,30 Consegna pettorali e pacchi gara
Ore 5,00 – 22,00 RONDA GHIBELLINA PLUS 50 Miglia.
Ore 7,00 – 20,00 MARCIA ARDITA 35 Chilometri.
Ore 8,00 – 17,30 RONDA GHIBELLINA 45 Chilometri.
Ore 9,00 – 15,00 RONDA ASSASSINA 25 Chilometri.
TRAILRUNNING DOG 25 Chilometri.
RONDA MINIMA 12 Chilometri.
TRAILRUNNING DOG 12 Chilometri.
TRAILRUNNING DOG 6zampe no-comp.
Ore 9,15 – 12,00 MARCIA delle FONTI 10 Chilometri.
Ore 9,30 – 12,30 CORONE GHIBELLINE - "E-bike & Bike".
Ore 9,30 – 13,00 CAMMINATA CULTURALE "le Due Rocche".

EVENTI COMPLEMENTARI

ANELLO GHIBELLINO - Ronda per GIOVANI SPARVIERI
mini percorso trail campestre, per bambini e ragazzi 6/17anni.

MARCIA delle FONTI Km 10 circa (nuovo tracciato per l'acquedotto etrusco-romano)
Camminata non competitiva gestita dalle guide del Botton d'oro.

MARCIA MANNARA Km 10 circa (in notturna alla ricerca del lupo)
Camminata non competitiva gestita dalle guide del Botton d'oro.

MARCIA ARDITA Km 35 circa (segurerà il tracciato di gara della Ronda Ghibellina)
Camminata non competitiva ad andatura libera.

TRAILRUNNING DOG Km 25/12 e 6zampe
Corsa competitiva e non, con cane al guinzaglio.

CORONE GHIBELLINE - "E-bike & Bike"
escursionistica ciclistica con guida qualificata, per i sentieri di valle e mazzacosta.

STAND

Dal pomeriggio di sabato e durante tutta la manifestazione della domenica, saranno in funzione stand con prodotti enogastronomici tipici, artigianali e non solo; dove sarà possibile acquistare e degustare, specialità del territorio e della cucina tipica Toscana.