



## REGOLAMENTO VIBRAM-MAREMONTANA TRAIL 2024 MEMORIAL BATTISTA E CENCIN DE FRANCESCO

13° EDIZIONE 5-6-7 Aprile 2024

rev.0 del 20/11/2023

### Art. 1) **ETICA**

Il mondo del TRAIL, accomuna diverse persone che non solo praticano attività sportiva, ma credono e rispettano valori importanti che costituiscono l'etica dello Sport.

#### Il rispetto delle Persone

Rispettare se stessi: niente inganni, né prima né durante la corsa;

Rispettare gli altri corridori: prestare assistenza ad un altro corridore in difficoltà.

Rispettare i volontari: partecipano anch'essi per il piacere di esserci.

#### Il rispetto della Natura

Rispettare la fauna e la flora non gettando rifiuti.

Seguire i sentieri segnalati senza tagliare per evitare l'erosione del suolo.

#### Niente premi in denaro

#### La condivisione e la solidarietà

- Ognuno, concorrente o volontario che sia, sostiene e si attiva per fornire supporto in qualsiasi situazione
- Sostegno ad associazioni benefiche: la corsa ha anche un fine umanitario

### Art. 2) **ORGANIZZAZIONE**

L'associazione Maremontana A.S.D. in collaborazione con l'associazione umanitaria Find The Cure, il C.A.I. Loano e l'Assessorato Sport e Turismo del Comune di Loano, organizza la tredicesima edizione del **VIBRAM-Maremontana Trail Memorial Battista e Cencin DeFrancesco**, con la partecipazione dei Comuni di Balestrino, Bardineto, Boissano, Borghetto S.S., Castelvechio di Rocca Barbena, Ceriale, Cisano sul Neva, Giustenice, Loano, Pietra Ligure, Toirano e Zuccarello.

### Art. 3) **GARA TRAIL**

Gara agonistica volta alla promozione del territorio, della sua storia e della natura che lo contraddistingue, che percorre i sentieri del comprensorio collinare e montano di dodici Comuni tracciando un ampio cerchio aperto che parte e ritorna a Loano. La manifestazione si svolge in ambiente potenzialmente ostile, ad inizio primavera, nulla a che vedere con le competizioni incentrate unicamente sul gesto atletico. Se, infatti, nell'ottica della competizione atletica, condizioni particolarmente ostili del meteo e del terreno sono causa di annullamento, in questo caso rappresentano una delle naturali variabili, uno degli elementi fondanti della gara su cui i partecipanti si misurano nell'atto competitivo. I concorrenti devono rapportarsi a questo evento con l'ottica e le regole dell'escursionismo, della corsa in montagna e quelle usate per affrontare l'ambiente naturale in autonomia senza sottovalutare regole e prescrizioni degli organizzatori, che agiscono nell'interesse della massima sicurezza dei concorrenti e con cognizione di causa maturata in anni di esperienza. La gara si svolge in una sola tappa a velocità libera in un tempo limitato.

Partenza da spazio orto Maccagli sulla passeggiata di Loano, corso Roma 150.

**trail K55** di circa 53,7km con dislivello positivo di 3.130 metri e tempo massimo 11,30 ore.

Partenza ore 6,00 Difficoltà della prova: FACILE (6,21 km) MEDIO (12,54 km) IMPEGNATIVO (34,95 km). **3 PUNTI ITRA** (International Trail Running Association).



#### Art. 4) **PARTECIPAZIONE**

In base a quanto previsto dalle "Norme per l'Organizzazione delle Manifestazioni Non Stadia" emanate dalla FIDAL, possono partecipare atleti tesserati in Italia limitatamente alle persone da 20 anni in poi (millesimo d'età) in possesso di uno dei seguenti requisiti

- Atleti tesserati per il 2024 per società affiliate alla FIDAL
- Atleti italiani e stranieri in possesso di Runcard (valevole come assicurazione sportiva e permesso a competere) e Atleti tesserati per un Ente di Promozione Sportiva (Sez. Atletica), in possesso di Runcard-EPS, limitatamente alle persone da 20 anni in possesso di un certificato medico di idoneità agonistica specifica per l'atletica leggera, in corso di validità, che dovrà essere obbligatoriamente consegnato, anche digitalmente, alle società organizzatrici di ciascuna manifestazione.
- Atleti italiani/stranieri non tesserati in Italia in possesso di tessera di club affiliati a Federazioni Estere di Atletica Leggera riconosciute dalla World Athletics. All'atto dell'iscrizione dovranno in alternativa presentare l'autocertificazione di possesso della tessera riconosciuta dalla World Athletics <https://maremontana.it/documenti/maremontana-2024-self-declaration-foreigner-federation-pdf/>. L'autocertificazione andrà poi, comunque, firmata in originale al momento del ritiro del pettorale.

#### Art. 5) **SEMI AUTO-SUFFICIENZA**

I posti di rifornimento saranno approvvigionati con bevande e cibo da consumare sul posto, come indicato nel programma. Nei posti di ristoro **NON** saranno disponibili i bicchieri in plastica. Solo l'acqua naturale sarà destinata al riempimento delle borracce o dei camelback.

Ogni corridore dovrà accertarsi di disporre, alla partenza da ogni posto di rifornimento, della quantità d'acqua e degli alimenti che gli saranno necessari per arrivare nel successivo posto di ristoro.

Non è consentito farsi accompagnare sul percorso da un'altra persona che non sia regolarmente iscritta alla gara.

#### Art. 6) **CONDIZIONI D'ISCRIZIONE**

Questa corsa comprende passaggi in altitudine fino a 1389 mt., e le condizioni meteorologiche possono essere disagiati (vento, freddo, pioggia o neve). Un accurato allenamento e una capacità reale d'autonomia personale sono indispensabili alla riuscita di questa prova.

Per iscriversi al Trail K55 è obbligatorio dimostrare di aver partecipato e concluso, una gara trail uguale o maggiore a 42KM **NON** antecedente al 01-07-2022.

Per maggiori informazioni [info@maremontana.it](mailto:info@maremontana.it)

#### Art. 7) **CERTIFICATO MEDICO**

Per iscriversi al **VIBRAM-Maremontana Trail Memorial Battista e Cencin De Francesco** è obbligatorio il CERTIFICATO MEDICO SPORTIVO AGONISTICO di idoneità alla pratica dell'atletica leggera. Per gli atleti stranieri è obbligatorio utilizzare il modulo Compulsory Medical Certificate, scaricabile dal sito. <https://maremontana.it/documenti/maremontana-2024-medical-certificate-model-pdf/> Il certificato (controllare la validità alla data di svolgimento della gara), deve essere caricato al momento dell'iscrizione sul sito <http://iscrizioni.wedosport.net/> **senza certificato medico NON si parte !!**

**Inoltre**, se preventivamente allo svolgimento della manifestazione, saranno nuovamente valide le normative sanitarie per contrastare il COVID-19, gli iscritti alla gara verranno informati tempestivamente sulle regole da seguire.

#### Art. 8) **DOCUMENTO DI LIBERATORIA**

Per iscriversi è obbligatorio accettare in ogni sua parte il documento DICHIARAZIONE DI ASSUNZIONE DEL RISCHIO ED ESONERO DI RESPONSABILITA' che troverete durante la fase di iscrizione.

#### Art. 9) **MODALITA' DI ISCRIZIONE**

L'iscrizione al **VIBRAM-Maremontana Trail Memorial Battista e Cencin De Francesco** edizione 2024 può essere effettuata dal 01 dicembre 2023, solo via internet sul sito <https://iscrizioni.wedosport.net/iscrizione.cfm?gara=56015>

La lista degli iscritti sarà consultabile sul sito <https://iscrizioni.wedosport.net/iscrizioni.cfm>

Nel caso in cui il concorrente iscritto non fornisca il certificato medico sportivo non potrà prendere parte alla competizione.



**IL MATERIALE OBBLIGATORIO NON VERRA' CONTROLLATO PRIMA DELLA CONSEGNA PETTORALI. SARANNO EFFETTUATI CONTROLLI A CAMPIONE PRIMA DELLA PARTENZA DELLE GARE E SUL PERCORSO IN CORRISPONDENZA DEI CHECK POINT.**

#### Art. 10) QUOTA DI ISCRIZIONE:

**VIBRAM-MaremontanaTrail Memorial Battista e Cencin De Francesco:**

- trail K55, 57 € fino al 31 dicembre 2023,
- 70 € per le iscrizioni effettuate fino al 03 aprile 2024.

L'iscrizione e il pagamento dovranno essere contestuali: in caso contrario, le iscrizioni cui non seguirà il pagamento **entro 5gg, verranno cancellate** automaticamente dal sistema.

Art. 10.1) L'iscrizione alla gara è aperta agli iscritti alla Federazione Italiana di Atletica Leggera, ai possessori di Runcard Standard, Mountain&Trail Runcard, Runcard EPS. I non tesserati italiani e stranieri potranno comunque iscriversi alle competizioni acquistando autonomamente la Mountain&Trail Runcard €10,00.

#### Art. 11) ACCETTAZIONE DEL REGOLAMENTO E DELL'ETICA DELLA CORSA

La partecipazione al **VIBRAM-Maremontana Trail Memorial Battista e Cencin De Francesco** porta all'accettazione senza riserve del presente regolamento, del regolamento tecnico internazionale, delle norme attività 2024 e delle norme per l'organizzazione delle manifestazioni non stadia FIDAL. Le comunicazioni ufficiali che perverranno ai concorrenti iscritti prima della gara diverranno parte integrante del regolamento.

#### Art. 12) RIMBORSO QUOTE DI ISCRIZIONE

Solo in caso di annullamento della gara per causa di forza maggiore dell'ultimo momento, verrà restituito il 50% della quota d'iscrizione.

In caso di grave infortunio dimostrato da un certificato medico la direzione di corsa valuterà un eventuale rimborso del 50% della quota d'iscrizione.

#### Art. 13) MATERIALE

Anche se la competizione si svolge per la quasi totalità sul versante marino del complesso montuoso retrostante i Comuni compresi tra Ceriale e Pietra Ligure, negli ultimi anni si sono registrate anche ad inizio primavera condizioni meteo particolarmente negative. L'organizzazione, per la sicurezza personale dei concorrenti e in base all'esperienza maturata nelle scorse edizioni, impone quanto di seguito: con l'iscrizione ogni corridore sottoscrive l'impegno a portare con sé tutto il materiale obbligatorio sottoelencato durante tutta la corsa, pena la squalifica.

#### **Obbligatorio trail K55 (controlli a campione prima della partenza e lungo il percorso ai check point)**

1. Zaino o marsupio
2. Telo termico
3. Cappello o bandana
4. Giacca antivento
5. Riserva d'acqua o altro liquido, minimo mezzo litro
6. Riserva alimentare (minimo n°1 gel + n°1barretta energetica)
7. Bicchiere o altro contenitore personale adatto all'uso
8. Telefono cellulare (inserire il numero di soccorso dell'organizzazione, non mascherare il numero e non dimenticare di partire con la batteria carica).
9. Lampada frontale.

#### **In caso di previsioni meteo particolarmente avverse saranno obbligatori:**

Pantaloni o collant da corsa che coprano il ginocchio, giacca tecnica impermeabile adatta a sopportare condizioni di brutto tempo in montagna, guanti.

#### **Consigliati:**

- Fischietto
- Indumenti di ricambio in caso di tempo previsto freddo
- Riserva alimentare proporzionata al n° di ristori (5+1 per il trail K55)



#### **Facoltativo:**

Bastoncini – L'atleta che farà uso dei bastoncini dovrà portarli con se per tutto il percorso. Nessun volontario o personale di soccorso sarà autorizzato al ritiro/custodia dei bastoncini degli atleti.

#### **Art. 14) PETTORALI**

Ogni pettorale è rimesso individualmente ad ogni concorrente su presentazione di un documento d'identità con foto. Il controllo del materiale obbligatorio potrà essere effettuato a campione prima della partenza o sul percorso nei check point.

Il pettorale deve essere portato sul petto, sul ventre, sulla coscia ed essere visibile sempre nella sua totalità durante tutta la corsa. Deve essere quindi posizionato sopra tutti gli indumenti ed in nessun caso fissato sul sacco o sulla parte posteriore del corpo.

**Prima della partenza ogni corridore deve obbligatoriamente passare per i cancelli d'ingresso alla zona chiusa di partenza per farsi registrare, lo stesso all'arrivo.**

Al passaggio da un punto di controllo ed all'arrivo il corridore deve agevolare la lettura del chip ed assicurarsi che la lettura sia regolarmente effettuata. Il pettorale è il lascia-passare necessario per accedere alle aree di rifornimento, sale di cura e riposo, docce.

#### **Art. 15) SACCHI CORRIDORI**

Tutto il materiale di ricambio dei corridori dovrà essere lasciato nel proprio sacco zaino e potrà essere depositato il sabato pomeriggio e la mattina della domenica 7 aprile dalle 5,00 alle 8,30 presso la zona di partenza in Orto Maccagli sulla passeggiata di Loano. Le borse o sacchi zaino verranno inseriti dagli stessi concorrenti in appositi sacchi messi a disposizione dall'organizzazione. I sacchi numerati e chiusi verranno presi in consegna dall'organizzazione, che ne avrà cura nel rispetto delle leggi sulla sicurezza della salute pubblica.

#### **Art. 16) SICUREZZA ED ASSISTENZA MEDICA**

Ad ogni colle o punto in altitudine e ad ogni cancello e ristoro, è stabilito un posto di chiamata di soccorso: questi posti sono collegati con la direzione di gara.

L'organizzazione sanitaria e di soccorso è delegata completamente alla C.R.I. che ha pianificato la presenza sul percorso ad intervalli di circa 5 km, di ambulanze e P.M.A. con medici e infermieri e squadre di volontari C.R.I. specializzati nel soccorso in montagna (S.M.T.S.). Saranno inoltre presenti numerosi volontari del C.A.I., soprattutto nelle zone montane. Le comunicazioni radio con la direzione gara saranno garantite dagli specialisti della C.R.I. e dall' A.R.I di Loano.

I posti di soccorso sono destinati a portare assistenza a tutte le persone in pericolo con i mezzi propri dell'organizzazione o tramite organismi convenzionati.

I medici ufficiali sono abilitati a sospendere i concorrenti giudicati inadatti a continuare la gara. I soccorritori sono abilitati ad evacuare con tutti i mezzi di loro convenienza i corridori giudicati in pericolo.

In caso di necessità, per delle ragioni che siano nell'interesse della persona soccorsa, solo ed esclusivamente a giudizio dell'organizzazione sanitaria, si farà appello al 118 e al Soccorso Alpino che metterà in opera tutti i mezzi appropriati, compreso l'elicottero.

Le eventuali spese derivanti dall'impiego di questi mezzi eccezionali saranno regolate secondo le norme vigenti.

Un corridore che fa appello ad un medico o ad un soccorritore si sottomette di fatto alla sua autorità e si impegna a rispettare le sue decisioni.

#### **Art. 17) PUNTO DI CRONOMETRAGGIO**

##### **Trail K55**

(CP5) partenza-passeggiata a mare di Loano, Km.0,00; (CP1) Località Croce di Tornassa Balestrino, Km 13,00; (CP2) Giogo di Toirano, Km 25,30; (CP3) Baita San Pietrino, Km 36,40; (CP4) Frazione Verzi di Loano, Km 45,70; (CP5) arrivo passeggiata a mare di Loano; Km 53,70.



## Art. 18) PUNTI DI RIFORNIMENTO

### Trail K55

- Località Croce di Tornassa Balestrino (km. 13,00 circa), solidi e liquidi.
- Località Lavagin (km. 20,20 circa), fonte acqua prelievo in autonomia.
- Località Giogo di Toirano (km. 25,30 circa), solidi e liquidi.
- Località S.Pietro (km. 33,50 circa), rubinetto su condotta prelievo in autonomia.
- Località S.Pietrino di Boissano ( km. 36,40 circa), solidi e liquidi.
- Località rio Fissone (km. 40,20 circa), fonte acqua prelievo in autonomia.
- Rifugio Pian delle Bosse (km. 41,70 circa), solidi e liquidi.
- Località Verzi di Loano (km. 45,70 circa), liquidi.
- Località SS Cosma e Damiano (km. 51,2 circa), fonte acqua prelievo in autonomia.

## Art. 19) TEMPO MASSIMO AUTORIZZATO E BARRIERE ORARIE

Trail K55 di circa 53,70 km e fissato in 11,30 ore.

L'orario limite di partenza (barriera oraria) dal posto di controllo (CP1) in Località Croce di Tornassa Balestrino è di ore 3,00; (CP2) località Giogo di Toirano ore 5,30; (CP3) località S.Pietrino di Boissano ore 7,50; (CP5) località Verzi di Loano ore 9,50.

Le barriere sono calcolate per permettere ai partecipanti di raggiungere l'arrivo nei tempi massimi imposti, effettuando comunque eventuali fermate (riposo, pasti,...).

Per essere autorizzati a continuare la prova, i concorrenti devono **ripartire** dal posto di controllo **prima delle barriere orarie**.

In caso di cattive condizioni meteorologiche e/o per ragioni di sicurezza, l'organizzazione si riserva il diritto di sospendere la prova in corso o di modificare la barriera oraria.

E' previsto il servizio "scopa" effettuato da due esperti che seguiranno la gara dietro all'ultimo concorrente.

## Art. 20) RIPOSO DOCCE

E' possibile fare la doccia calda nel Palazzetto dello sport di Via Matteotti località Fei, distante circa 10 minuti di strada dall'arrivo.

## Art. 21) ABBANDONI E RIENTRI

In caso di abbandono della corsa lungo il percorso, il concorrente è **obbligato a recarsi al più vicino posto di controllo o aspettare il servizio scopa, comunicare il proprio abbandono** facendosi registrare e l'organizzazione si farà carico del suo rientro da ogni cancello alla base di Loano con apposito servizio navetta. **In caso di mancata comunicazione di un ritiro e del conseguente avvio delle ricerche del corridore, ogni spesa derivante verrà addebitata al corridore stesso.**

## Art. 22) PENALITA' E SQUALIFICHE

Dei controllori sul percorso sono abilitati a controllare il materiale obbligatorio e il rispetto dell'intero regolamento.

Le irregolarità accertate, anche a mezzo di immagini video pervenute all'organizzazione dopo la gara, potranno causare squalifiche o penalità.

INFRAZIONE	PENALIZZAZIONE
Assenza di materiale obbligatorio di sicurezza: giacca tecnica impermeabile (solo con tempo previsto freddo, pioggia, neve), pantalone o collant sotto il ginocchio, riserva d'acqua. Partenza da un punto di controllo dopo l'ora limite.	Squalifica
Assenza di altro materiale obbligatorio: zaino o marsupio, bicchiere o altro contenitore personale adatto all'uso, riserva alimentare.	Squalifica
Rifiuto a farsi controllare dagli addetti dell'organizzazione, rifiuto a farsi visitare da un medico dell'organizzazione	Squalifica



Uso di un mezzo di trasporto, condivisione e scambio di pettorale, mancato passaggio da un punto di controllo, doping o rifiuto a sottoporsi ad eventuali controlli anti-doping, omissione di soccorso verso un altro corridore in difficoltà, insulti, maleducazione o minacce verso un membro dell'organizzazione o un volontario	Squalifica
Rifiuto di seguire le indicazioni di un medico	Squalifica

#### Art. 23) **RECLAMI**

I reclami devono essere presentati nel rispetto della regola 8 RC del RTI e dell'art. 13 delle "norme attività 2024", che qui si intendono integralmente richiamati. Gli eventuali reclami in seconda istanza, dovranno essere presentati al giudice d'appello accompagnati dalla tassa di € 100,00 che sarà restituita in caso d'accoglimento.

#### Art. 24) **GIURIA**

E' presente il gruppo Giudici Gare

#### Art. 25) **MODIFICHE DEL PERCORSO O DELLE BARRIERE ORARIE – ANNULLAMENTO DELLA CORSA**

L'organizzazione si riserva il diritto di modificare in ogni momento il percorso o l'ubicazione dei posti di soccorso e di ristoro, senza preavviso.

Per la sicurezza dei corridori e dei volontari, in caso di condizioni meteorologiche sfavorevoli la partenza può essere posticipata al massimo di una ora per trail K55; oltre questo tempo, la corsa viene annullata.

#### Art. 26) **ASSICURAZIONE**

L'organizzazione sottoscrive un'assicurazione di responsabilità civile per tutto il periodo della prova.

La partecipazione avviene sotto l'intera responsabilità dei concorrenti, che rinunciano ad ogni ricorso contro gli organizzatori in caso di danni e di conseguenze ulteriori che sopraggiungano in seguito alla gara.

Per concludere la pratica e ritirare il pettorale, il corridore deve sottoscrivere e consegnare all'organizzazione una liberatoria di scarico responsabilità.

#### Art. 27) **CLASSIFICHE E PREMI**

Verranno inseriti in classifica i soli concorrenti che raggiungeranno il traguardo di Loano e che si faranno registrare all'arrivo.

Non verrà distribuito nessun premio in denaro.

Ad ogni corridore iscritto alle gara **VIBRAM-Maremontana Trail Memorial Battista e Cencin De Francesco** verrà consegnato un pacco gara o gadget.

Sarà redatta una classifica generale uomini e donne con i tempi intermedi e complessivi.

Verranno premiati: i primi cinque classificati maschili e femminili in classifica generale

premi a sorteggio per tutti gli altri partecipanti senza distinzione di categoria, età e sesso.

**Verrà inoltre consegnato simbolicamente ai primi classificati, il premio messo a disposizione dalla famiglia De Francesco, destinato ad una particolare azione di beneficenza e/o di tutela del territorio.**

#### Art. 28) **DIRITTI DI IMMAGINE**

Ogni concorrente, con l'iscrizione e la conseguente accettazione del regolamento di gara, rinuncia espressamente ad avvalersi dei diritti all'immagine durante la prova, così come rinuncia a qualsiasi ricorso contro l'organizzazione ed i suoi partners abilitati, per l'utilizzo fatto della sua immagine.

Questo documento è ispirato al Manifesto Italiano del Trail e alle Linee Guida Trail Running Italiano (consultabili su [www.maremontana.it](http://www.maremontana.it)) al documento FIDAL Compendio di regole della corsa in montagna e in natura.