

TRAIL-RUNNING

corsa su sentiero, detta anche corsa in natura.

PARTECIPAZIONE

Queste gare sono aperte 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, o relative RUN card.

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

DISTANZE

RONDA MINIMA	- Km 14	D + 750 m. (Domenica 28)	SHORT TRAIL
RONDA ASSASSINA	- Km 25	D + 1200 m. (Domenica 28)	TRAIL
RONDA GHIBELLINA	- Km 45	D + 2500 m. (Domenica 28)	ULTRA TRAIL
RONDA GHIBELLINA PLUS	- Miglia 50	D + 4100 m. (Domenica 28)	ULTRA TRAIL LUNGO

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 e piatti in plastica, per bere o mangiare 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.

RISTORI

I ristori, con liquidi e cibi solidi, avranno la seguente ripartizione:

RONDA GHIBELLINA PLUS con 10 punti di ristoro (dislocazione esatta nel regolamento specifico di gara).

RONDA GHIBELLINA con 6 punti di ristoro (dislocazione esatta nel regolamento specifico di gara).

RONDA ASSASSINA con 2 punti di ristoro (dislocazione esatta nel regolamento specifico di gara).

RONDA MINIMA con 1 punto di ristoro (dislocazione esatta nel regolamento specifico di gara).

NB. In tutti i ristori, compresi quelli dove si somministra zuppa calda, non ci sono piatti o scodelle.

Ogni atleta dovrà essere munito di ciotola o bicchiere.

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
- Bicchiere o ciotola personale (previsti ristori con zuppa calda, sulle distanze più lunghe)
- Giacca impermeabile o simile, adatta a sopportare condizioni di brutto tempo.
- Telefono cellulare sempre acceso (inserire il numero di soccorso dell'organizzazione e la app. whip live)
- Lampada frontale (solo per la Plus)
- Scarpe da trail running.
- Fischietto
- Coperta termica.

E' consentito l'utilizzo dei bastoncini.

La RONDA GHIBELLINA si avvale come supporto, della applicazione Live Tracking di WHIP... per il monitoraggio e la localizzazione dei concorrenti in gara.

Tale app, da scaricare e tenere attiva sul cellulare di gara, è ritenuta un materiale obbligatorio (ad eccezione della RONDA MINIMA dove è in ogni caso raccomandata).

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 **7** ore.

RONDA MINIMA tempo massimo **5** 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 declassati e deviati sui 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 è di **1300 atleti complessivi (200-400-400-300)**, 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 e RONDA MINIMA, 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. Dichiaro 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.

PENALITÀ

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.
- 5) Il non utilizzo da parte dell'atleta dalla App. **WHIP** (dove obbligatorio), comporta una penalizzazione di 30 minuti sul tempo di gara finale.

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 grave o infortunio (opportunosamente documentata).

L'atleta regolarmente iscritto, che incorra in un infortunio o una malattia grave 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 7-1-2024.

Dopo tale data e fino alle ore 23:59 del 21-1-2024, ha diritto al recupero del 50% dell'importo d'iscrizione versato.

Oltre il 21-1-2024 non è più possibile effettuare nessun recupero.

MODALITÀ' e SCAGLIONI

ULTRA TRAIL LUNGO

RONDA GHIBELLINA PLUS Miglia 50 –

Dall'apertura delle iscrizioni al 30 settembre 2023 – è richiesto un contributo organizzativo di euro 65.

Dal 1 ottobre al 30 novembre 2023 – euro 75.

Dal 1 dicembre 2023 al 31 dicembre 2023 – euro 85.

Dal 1 gennaio 2024 al 14 gennaio 2024 – euro 95.

Dal 14 gennaio 2024 al termine ultimo d'iscrizione – euro 100.

ULTRA TRAIL

RONDA GHIBELLINA Km 45 –

Dall'apertura delle iscrizioni al 30 settembre 2023 – è richiesto un contributo organizzativo di euro 40.

Dal 1 ottobre al 30 novembre 2023 – euro 45.

Dal 1 dicembre 2023 al 31 dicembre 2023 – euro 50.

Dal 1 gennaio 2024 al 14 gennaio 2024 – euro 55.

Dal 14 gennaio 2024 al termine ultimo d'iscrizione – euro 65.

TRAIL

RONDA ASSASSINA Km 25 –

Dall'apertura delle iscrizioni al 30 settembre 2023 – è richiesto un contributo organizzativo di euro 20.

Dal 1 ottobre al 30 novembre 2023 – euro 25.

Dal 1 dicembre 2023 al 31 dicembre 2023 – euro 30.

Dal 1 gennaio 2024 al 14 gennaio 2024 – euro 35.

Dal 14 gennaio 2024 al termine ultimo d'iscrizione – euro 40.

SHORT TRAIL

RONDA MINIMA Km 14 –

Dall'apertura delle iscrizioni al 30 novembre 2023 – è richiesto un contributo organizzativo di euro 15.

Dal 1 dicembre 2023 al 31 dicembre 2023 – euro 20.

Dal 1 gennaio 2024 al 14 gennaio 2024 – euro 25.

Dal 14 gennaio 2024 al termine ultimo d'iscrizione – euro 30.

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 sulla distanza.
- Pacco gara di competenza,
- Ristori lungo il percorso e alla fine.
- Assistenza sanitaria.
- Deposito borse.
- Servizio docce a fine gara.
- Terzo tempo/pasta party finale per le gare Trail - Ultra Trail - Ultra Trail Lungo.

N.B. Tutti gli altri, compresi gli accompagnatori, possono usufruire del terzo tempo/pasta party, acquistando un apposito ticket food 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 – IT50B0885171410000000361925 - Banca Tema

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

Oppure all'indirizzo e-mail

iscrizioni@detecht.it

oppure

info@rondaghibellina-trail.com

TASSATIVO

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

L'ISCRIZIONE E' ANNULLATA.

ISCRIZIONE SOCIETA'

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

RICONOSCIMENTI

Ronda Ghibellina Plus – 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 under 40.
- 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 tre classificati assoluti M/F.
- I primi tre classificati M/F under 40.
- 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 tre classificati assoluti M/F.
- I primi tre classificati M/F under 40.
- 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 under 40.
- I primi tre classificati M/F over 40.
- I primi tre classificati M/F over 50.
- Il primo classificato M/F over 60.

RONDA DOG TRAIL 14k - pacco gara oltre riconoscimento finisher e diploma personale scaricabile.

Premi supplementari per:

I primi cinque binomi classificati 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 27

Ore 15,00 – 20.00 Apertura stand - consegna pettorali e pacchi gara

DOMENICA 28

Ore 4,30 – 8,00 Consegna pettorali e pacchi gara

Ore 5,00 – 22,00 RONDA GHIBELLINA PLUS 50 Miglia.

Ore 8,00 – 21,00 MARCIA ARDITA 35 Chilometri.

Ore 8,00 – 17,30 RONDA GHIBELLINA 45 Chilometri.

Ore 8,30 – 15,30 RONDA ASSASSINA 25 Chilometri.

Ore 9,00 – 14,00 RONDA MINIMA 14 Chilometri.

Ore 9,15 – 14,15 RONDA DOG TRAIL 14 Chilometri.

RONDA6zampe no-comp 14 chilometri.

Ore 9,00 – 13,00 ANELLO GHIBELLINO mini percorso trail campestre, per bambini e ragazzi 5/17anni.

Ore 9,30 – 12,30 MARCIA delle FONTI 9 Chilometri.

EVENTI COMPLEMENTARI

ANELLO GHIBELLINO - Ronda per GIOVANI SPARVIERI

mini percorso trail campestre, per bambini e ragazzi 5/17anni.

MARCIA delle FONTI Km 9 circa (nuovo tracciato per l'acquedotto etrusco-romano)

Camminata non competitiva gestita dalle guide del Botton d'oro.

MARCIA ARDITA Km 35 circa (segiurà il tracciato di gara della Ronda Ghibellina)

Camminata non competitiva ad andatura libera.

RONDA DOG TRAIL e RONDA6zampe

Corsa competitiva e non, con cane al guinzaglio.

EXPO'

Dal pomeriggio di sabato e durante tutta la manifestazione della domenica, saranno in funzione:

Stand dei nostri sponsor, e di altri marchi sportivi.

Stand di promozione eventi e gare trail.

Stand con prodotti enogastronomici tipici, artigianali e non solo; dove sarà possibile acquistare e degustare, specialità del territorio e della cucina tipica Toscana.