

Regolamento

MONTI della META Marathon Trail

23.08.2018

1. PREMESSA

L'ASD ATINA TRAIL RUNNING organizza per il giorno 23 settembre 2018 una gara podistica di corsa appenninica denominata MONTI della META Marathon Trail di seguito denominata MdMMT.

La Competizione MdMMT si svolge secondo le normative previste dalla UISP

La gara MdMMT si svolge lungo un percorso impegnativo lungo km 32 con dislivello positivo di 2700 mt. su sentieri di montagna di tipo escursionistico e con brevi tratti esposti per escursionisti esperti EE.

Pertanto si richiedono buona preparazione fisica e mentale oltre alla massima prudenza.

2. CARATTERISTICHE TECNICHE

La gara MONTI della MdMMT si svolgerà domenica 23 settembre 2018 con partenza da Piazza Capocci di Picinisco(Fr) alle ore 8:30

Dal borgo medioevale di Picinisco il percorso di gara seguirà il sentiero PNALM direzione Monte Forcellone (quota 2040 mt) passando per la frazione di San Gennaro. Una volta raggiunta la vetta del Monte Forcellone scenderete verso Fontefredda (quota 1845) per poi risalire prima su Costa dell'Altare (2075 mt) e poi sulla vetta più alta del tracciato, La Metuccia (2160).

Tutta cresta fino a Passo dei Monaci (1946 mt) , poi attenzione !!! Tutta discesa o meglio discesa a tutta !!! Fino alla frazione di Valle Porcina, passando per l'Area Turistica di Prati di Mezzo (1476), ancora discesa fino alle splendide cascate sul fiume Melfa di Ponte Le Branche (615 mt) ed infine ultima salita fino al Castello di Picinisco (750 mt)

3. CONDIZIONI di PARTECIPAZIONE

Alla gara MdMMT possono partecipare atleti di sesso maschile e femminile che abbiano compiuto il 18° anno di età, in possesso del certificato medico che attesti l'idoneità alla pratica di sport agonistici per la stagione in corso.

Le tessere non sostituiscono il certificato medico agonistico.

Con l'atto dell'iscrizione i concorrenti sollevano gli organizzatori da qualsiasi responsabilità civile e penale per danni a persone o cose che possono verificarsi durante e dopo la gara in relazione della stessa, pertanto rinunciano ad ogni ricorso contro gli organizzatori in caso di danni e di conseguenze ulteriori che sopraggiungano in seguito alla gara. Il comitato organizzativo comunque dichiara di aver stipulato l'assicurazione per la responsabilità civile per rischi derivanti dall'organizzazione della gara.

Per tutti i partecipanti alla MdMMT il ritrovo è fissato alle ore 07:00 in Piazza Capocci Picinisco (Fr).

La consegna dei pettorali terminerà alle ore 08:15

La partenza della gara è prevista per le ore 8.30 di domenica 23 settembre 2018

La quota di iscrizione alla gara MdMMT è di Euro 30,00 e comprende: assistenza e ristori lungo il percorso, pranzo (pasta party) ed un ricordo della manifestazione.

Per iscriversi bisogna inviare una mail con allegato il certificato medico agonistico alla seguente e-mail:

atinatrailrunning@gmail.com oppure è possibile iscriversi direttamente sul sito www.digitalrace.it oppure direttamente presso il negozio MATIS SPORT OUTDOOR in Via Forca d'Acero 30 ad Atina (Fr).

La quota d'iscrizione potrà essere pagata sul posto il giorno della gara, oppure presso il negozio Matis Sport Outdoor ad Atina (Fr)

L'iscrizione sarà confermata solo dopo l'invio dei seguenti documenti:

– certificato medico di idoneità sportiva valido per il giorno della gara;

Le iscrizioni dovranno pervenire entro le ore 23.00 di venerdì 21 settembre.

NON E' POSSIBILE ISCRIVERSI SUL POSTO IL GIORNO DELLA GARA

4. COMPORTAMENTO DEL CONCORRENTE IN GARA

I concorrenti devono seguire la segnaletica del percorso della MdMMT e passare tutti i punti di controllo.

Il pettorale non può essere modificato e deve essere esposto e ben visibile durante tutto l'arco della competizione.

I concorrenti possono ritirarsi di propria iniziativa o essere costretti al ritiro dal direttore di gara o da uno dei medici presenti sul percorso. In caso di abbandono spontaneo gli atleti sono tenuti a darne comunicazione al posto di controllo, consegnando il pettorale e seguendo attentamente le indicazioni degli addetti di controllo per il rientro.

In caso di incidente, gli atleti sono tenuti a collaborare, devono soccorrere gli atleti in difficoltà e provvedere ad avvertire immediatamente il prossimo posto di controllo. La giuria terrà conto del tempo speso per l'assistenza.

In qualsiasi punto della gara il direttore di gara o un addetto di controllo potranno obbligare i concorrenti ad indossare la giacca antivento o qualsiasi altro capo d'abbigliamento o attrezzatura obbligatoria.

5. INTERRUZIONE GARA

In caso di sopravvenute condizioni atmosferiche tali da costituire elemento di pericolo oggettivo per i concorrenti, il percorso può essere modificato a giudizio insindacabile da parte della direzione di gara, e la competizione potrà essere sospesa in qualsiasi momento, anche a gara già iniziata.

È previsto un percorso alternativo.

In caso di interruzione forzata da parte dell'organizzazione della gara, verrà stilata la classifica generale tenendo conto del tempo ottenuto al passaggio presso l'ultimo punto di controllo.

6. SERVIZIO SANITARIO

Lungo il percorso di gara sarà presente del personale di assistenza.

Soccorso Alpino

Croce Rossa

CAI di Gallinaro

Volontari dell'Asd Atina Trail Running

Inoltre sarà presente un medico al passaggio del 10° km Rocca San Gennaro, uno al passaggio il località Valle Porcina km 31 ed uno all'arrivo a Picinisco

7. TEMPO MASSIMO

Tempo massimo Monti della Meta SkyMarathon: il tempo massimo per concludere la gara sarà di 8h00m.

Saranno presenti presente due cancelli:

uno al 12° km con tempo limite di 2h45minuti di gara ed uno al 20° km con tempo limite di 4h00m .

8. CRONOMETRAGGIO

Il cronometraggio ufficiale e l'elaborazione dei dati sono effettuati da un'organizzazione specializzata DIGITAL RACE

Ai primi 5 atleti femminili e maschili non è consentito passare il traguardo appaiati.

9. RISTORI

I punti di ristoro ufficiali della gara saranno 3 :

1° Rocca di San Gennaro

2° Prati di Mezzo

3° Valle Porcina

Ad ogni punto di ristoro, saranno disponibili bevande e rifornimenti energetici adatti. È severamente vietato abbandonare rifiuti lungo il percorso di gara, fuori dai punti di ristoro, pena la squalifica. Per maggiori dettagli visualizza la sezione punti ristoro.

9. EQUIPAGGIAMENTO OBBLIGATORIO

La gara si svolgerà su sentieri di montagna con un percorso impegnativo di salite e discese. Viste le caratteristiche del percorso si consigliano calzature ed abbigliamento adatti.

Obbligatorio presentarsi alla partenza con giacca antipioggia/guscio.

Obbligatorio utilizzo scarpe idonee allo skyrunning (trail running)

Obbligatoria riserva idrica da 0,500

Obbligatoria tazza ecologica

Penalità per l'atleta sprovvisto di guscio lungo tutto il percorso di gara.

10. CONTROLLI

Saranno istituiti numerosi posti di controllo ed il mancato passaggio ad uno solo di questi comporterà la squalifica dell'atleta.

11. SQUALIFICHE E PENALITÀ

Penalità da 5 minuti a squalifica:

1. Abbandono di spazzatura fuori dalle aree prestabilite come punti di ristoro (+ /-100 m) o lungo il percorso : 5 minuti
2. Pettorale non in vista o manomesso : 5 minuti
3. Non transitare nei punti di controllo obbligatori: squalifica
4. Comportamento antisportivo – non assistere un concorrente che ha bisogno di aiuto: 15 minuti
5. Non portare o non utilizzare il materiale richiesto: scarpa squalifica giacca anti pioggia 30 minuti riserva idrica 15 minuti
6. Non seguire le indicazioni dell'organizzazione oppure dei giudici : squalifica
7. Rifiuto di sottoporsi al test antidoping o risultato positivo al test antidoping: squalifica
8. Taglio del percorso (fuori sentiero balisato): 15 minuti

13. PREMI

Saranno premiati i primi 5 atleti assoluti e le prime 5 donne assolute.

Saranno premiati i vincitori delle seguenti categorie maschili e femminili:

Under 23 – M30 – M35 – M40 –M45 –M50 – M55 – M60 – M65 oltre

12. RICORSI

Eventuali reclami dovranno pervenire all'ufficio gara, entro un'ora dalla pubblicazione della classifica ufficiale, accompagnati da Euro 50,00 che saranno restituiti solo in caso di accettazione dello stesso. La decisione della giuria, se in maggioranza, è insindacabile.

13. INFORMAZIONI

Per informazioni contattare : atinatrailrunning@gmail.com oppure i seguenti numeri 347 2948653 (Federico) 3483349155 (Loris)

14. Per quanto non specificato in questo regolamento, sono valide le norme del regolamento della UISP