

# TRAIL DEL “BOSCO SACRO”

## Art :1 informazioni generali

Il Trail del “Bosco Sacro “ ,gara competitiva di trail running in semi-autonomia,è organizzato dalla ASD “Città Castelli Romani” ” in collaborazione con la pro-loco e il patrocinio del comune di Nemi. La manifestazione si svolgerà su un unico percorso della lunghezza di circa 11km e un modestissimo dislivello. Per i meno allenati c'è la possibilità di chiudere il giro a 4,5km.

**Percorso unico 11 Km:** Questo percorso include un tratto di sentiero di circa tre km , che presenta le vere caratteristiche di un circuito Trail, ostacoli naturali, passaggi obbligati, terreno in pendenza e in caso di pioggia, scivoloso. In questo tratto i partecipanti dovranno attenersi obbligatoriamente ai cartelli segnaletici e alle istruzioni del personale di assistenza presente sul percorso, previa esclusione dalla manifestazione. In alcuni punti sarà in vigore il rispetto della posizione acquisita. Ed è per questo che l'organizzazione ritiene necessario di porre un numero limite di partecipanti a 250 max. Si consiglia di non portare zaini ingombranti per i passaggi obbligati di cui sopra

A tutti i partecipanti del percorso **Rosso** verrà assegnato pettorale in ordine crescente a partire da 1 a 250. La gara prevede rilevazione dei tempi personali di ciascuno atleta, con posizione finale di classifica . Nella categoria assoluti verranno premiati anche il secondo e terzo classificato M/F, in più verranno premiati anche i primi tre classificati per ogni categoria: unica 18/35 ,35,40,45,50,55,60,65,70,M/F. Vincerà la gara chi per primo taglierà il nastro del traguardo .

Per iscriversi alla 11 KM è necessario:

- essere coscienti della lunghezza della gara e delle caratteristiche della gara;
- essere perfettamente allenati per affrontarla;
- aver acquisito, prima della corsa, una reale capacità di autonomia personale per poter gestire al meglio i problemi derivanti da condizioni meteo avverse (vento,nebbia,pioggia,freddo);
- 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 tali problemi.

L'iscrizione è personale e definitiva, non sono ammessi scambi di pettorale e/o sostituzioni di nominativi . Si precisa che non necessita il tesseramento a federazione od ente, l'importante è essere in regola con il certificato medico sportivo.

Le iscrizioni ON LINE apriranno il 01/01/2019 alle ore 10.00 e chiuderanno il 24/02/2019 alle ore 24 o comunque al raggiungimento di 250 concorrenti.

La chiusura delle iscrizioni sarà comunicata sul sito ufficiale dell' ”associazione Città Castelli Romani” e da quel momento non saranno più accettate ulteriori iscrizioni on

line.

Verranno accettate iscrizioni in loco fino a 30 minuti prima della partenza fino al raggiungimento totale dei partecipanti.

## **ART 2 : ISCRIZIONE Corsa NON COMPETITIVA 11 Km**

Il costo per l'iscrizione alla gara è di 10 Euro fino al 31 gennaio, 12 fino al 24/02 (chiusura iscrizioni) e 15 euro il giorno gara. L'iscrizione avviene via internet attraverso il sito [www.digitalrace.it](http://www.digitalrace.it), o via mail, [asdcittacastelliromani@gmail.com](mailto:asdcittacastelliromani@gmail.com) Oppure in LOCO , fino a 30 minuti prima della partenza

Per la GARA da 11km NON COMPETITIVA , è necessaria la certificazione medica, non agonistica, per l'anno in corso ed è obbligatorio compilare il DOCUMENTO DI LIBERATORIA sottoscrivendo la DICHIARAZIONE DI ASSUNZIONE DEL RISCHIO ED ESONERO DI RESPONSABILITA' al momento del ritiro del pettorale gara.

## **ART 3 : - RITIRO PETTORALE**

Le operazioni di ritiro Pettorale ( solo per i partecipanti al percorso Rosso) avverranno nel Comune di Nemi, presso l'area di partenza a partire da: Domenica 03 Marzo dalle ore 8,30 fino a 30 minuti prima dell'inizio della corsa

Al momento del ritiro del pettorale gara l'atleta è tenuto a compilare e sottoscrivere il documento di liberatoria, altrimenti non gli verrà assegnato il pettorale gara e non potrà prendere parte alla competizione.

## **ART 4 : PARTENZA**

I concorrenti dovranno presentarsi alla partenza in Piazza a Nemi (Rm) Domenica 03 marzo entro le ore: 9.15 per la 11 km

## **ART 5: PREMI**

Non sono previsti premi in denaro. Verranno premiati oltre al Rex Nemorensis e la Ninfa Egeria, i secondi e terzi classificati nelle categorie maschile/femminile assoluti con coppa incisa a ricordo e capi tecnici. I primi tre classificati M/F di tutte le categorie sopra citate, con prodotti locali

Sarà riconosciuto un gadget ricordo della manifestazione a tutti i partecipanti dell'evento. Per la corsa da 11 km, ci sarà il cronometraggio di tutti gli atleti tramite Chip (da riconsegnare a fine gara) e verrà redatta classifica. IL vincitore della gara otterrà il "Ramo D'Oro" e con esso il titolo di "REX NEMORENSIS" Re del Bosco Sacro, il suo nome verrà iscritto nell' Albo d'oro creato appositamente per la manifestazione. Il vincitore dovrà difendere il titolo nelle edizioni successive. Albo e ramo d'oro resteranno custoditi a Nemi. Sarà premiata la prima donna classificata con il titolo di Ninfa Egeria.

## **ART 6: TEMPO MASSIMO**

Per il Trail del "Bosco Sacro "

Il tempo massimo per giungere all'arrivo è di 2.30 ore, e comunque non oltre le 12,30 per tutti i partecipanti

L'eventuale ritiro dovrà essere segnalato agli addetti sul percorso i quali organizzeranno l'eventuale trasporto del concorrente all'arrivo.

I concorrenti ritirati che desiderino proseguire il percorso devono prima restituire il pettorale, poi possono continuare esclusivamente sotto la propria responsabilità ed in autonomia completa..

## **ART 7 : RISTORI**

**E previsto un solo punto di ristoro , per i partecipanti al percorso rosso**

Si corre in semi-autonomia.

La semiautonomia è definita come la capacità ad essere autonomi fino all'unico punto di ristoro, per quanto riguarda la propria sicurezza, l'alimentazione e l'equipaggiamento, permettendo così di essere pronti ad affrontare problemi imprevisti, per esempio meteo avverso, fastidi fisici, piccole ferite, ecc.

Sarà comunque predisposto dall'organizzazione un punto di ristoro approvvigionato con acqua ed energy drink. L'assistenza personale è vietata al di fuori dei punti consentiti (ristori). E' proibito farsi accompagnare sul percorso da un'altra persona che non sia regolarmente iscritta.

## **ART 8 : SICUREZZA E CONTROLLO**

Sul percorso saranno presenti addetti dell'organizzazione, volontari A Nemi sarà presente un'ambulanza, in zona arrivo, con personale paramedico.

Lungo il tracciato saranno istituiti dei punti di controllo, dove gli addetti dell'organizzazione monitoreranno il passaggio degli atleti. E' obbligatorio transitare in prossimità dei punti di controllo andando al passo, senza correre e con il pettorale ben visibile posto sul petto o sulla gamba.

E' consigliabile accertarsi di essere stati registrati correttamente, in quanto in caso di mancata registrazione o mancato passaggio a un punto di controllo, viene applicata la squalifica.

Ogni corridore ferito o in difficoltà, potrà chiamare i soccorsi:

- presentandosi ad un punto di controllo ufficiale;
- chiamando il numero dell'organizzazione presente sul pettorale;
- chiedendo ad un altro corridore di avvisare i soccorsi.
- fermando un addetto sul percorso

E' doveroso e obbligatorio prestare assistenza a tutte le persone in difficoltà e se necessario avvisare i soccorsi.

## **ART 9: : METEO**

In caso di fenomeni meteo importanti (nebbia fitta, forti temporali, ecc)

l'organizzazione si riserva di effettuare anche all'ultimo minuto variazioni di percorso in modo da eliminare potenziali pericoli o condizioni di forte disagio per i partecipanti.

Le eventuali variazioni saranno comunicate ai partecipanti e segnalate dagli addetti. l'organizzazione si riserva inoltre di sospendere o annullare la gara nel caso in cui le condizioni meteorologiche mettessero a rischi l'incolumità dei partecipanti o dei soccorritori.

#### **ART 10: : AMBIENTE**

L'organizzazione aderisce all'iniziativa "Spirito Trail io non getto i miei rifiuti"

La corsa si svolge attraverso ecosistemi protetti. Pertanto tutti i concorrenti dovranno tenere un comportamento rispettoso dell'ambiente, evitando in particolare di disperdere rifiuti, raccogliere frutti, fiori o rompere le coltivazioni e/o molestare la fauna.

Chiunque sarà sorpreso ad abbandonare volontariamente rifiuti lungo il percorso sarà squalificato dalla gara.

#### **ART 11 : SQUALIFICHE**

Gli addetti dell'Organizzazione presenti sul percorso sono autorizzati a verificare il rispetto del regolamento e ad applicare le squalifiche in base alle seguenti infrazioni:

- Taglio di un tratto di percorso
- Rifiuto a farsi controllare
- Abbandono volontario di rifiuti
- Omissione di soccorso ad un corridore in difficoltà
- Assistenza di accompagnatori
- Imbrogli: utilizzo di un mezzo di trasporto, condivisione o scambio di pettorale
- Pettorale di gara con numero non visibile
- Mancato passaggio ad un posto di controllo
- Utilizzo di bastoncini che non siano stati portati fin dall'inizio della gara

#### **ART 12 : DIRITTI DI IMMAGINE – PRIVACY**

Con l'iscrizione, i concorrenti autorizzano l'organizzazione all' utilizzo gratuito, senza limiti territoriali e di tempo, di immagini fisse e in movimento che li ritraggono in occasione della partecipazione al Trail del "Bosco Sacro" su tutti i supporti, in internet, compresi i materiali promozionali e/o pubblicitari, in tutto il mondo e per tutto il tempo massimo previsto dalle leggi, dai regolamenti, dai trattati in vigore, compresa la proroga eventuale che potrà essere apportata al periodo previsto.

#### **INFORMATIVA ART. 13 DLGS 196/2003-TUTELA DELLA PRIVACY**

I dati personali, il cui conferimento è obbligatorio per l'iscrizione al Trail del "Bosco Sacro", saranno trattati dagli incaricati dell' organizzazione, in conformità al codice privacy, con strumenti cartacei per la realizzazione dell'evento sportivo in oggetto e

per l'invio di materiale pubblicitario.

I dati potranno essere comunicati a soggetti terzi per l'adempimento degli obblighi relativi alla manifestazione o per le finalità sopra indicate.

Per quanto concerne il consenso all'utilizzo dei dati personali, farà fede la firma apposta sul modulo d'iscrizione.

### **ART 13 : DICHIARAZIONE DI RESPONSABILITA'**

La volontaria iscrizione e la conseguente partecipazione alla corsa indicano la piena accettazione senza riserve del presente regolamento di gara. 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.

Il documento di LIBERATORIA deve essere obbligatoriamente firmato all'atto del ritiro del pettorale gara prima della partenza della gara.

### **ART 20: 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.

[▲ Torna su](#)