

INDICE:

ART.1 Prova

ART.2 Gare

ART.3 Partecipazione

ART.4 Accettazione del regolamento e dell'etica della corsa

ART.5 Ristori e assistenza

ART.6 Posto di controllo e posti di rifornimento

ART.7 Condizioni per l'iscrizione

ART.8 Modalità d'iscrizione

ART.9 Pettorali e CHIP

ART.10 Materiale Obbligatorio

ART.11 Tempo massimo autorizzato e barriere orarie

ART.12 Sicurezza ed assistenza medica

ART.13 Modifiche del percorso o dei cancelli orari

Annullamento della corsa

ART.14 Abbandoni e rientri

ART.15 Reclami

ART.16 Assicurazione

ART.17 Penalità, Squalifiche

ART.18 Giuria

ART.19 Rimborso quote di iscrizione

ART.20 Classifiche e premi

ART.21 Diritti all'immagine

ART.22 Partecipazione alla campagna: "io non getto i miei rifiuti"



7° GARGANO RUNNING WEEK 2020 REGOLAMENTO GARE TRAIL RUNNING

art.1 - Prova

L'A.S.D. **Gargano Run** (associazione sportiva dilettantistica senza finalità di lucro) organizza, nei giorni 26 Aprile 2020, le seguenti gare:

- L'Ultra Trail "**Gargano Trail**" 65 Km 3000 D+.
- Il trail "**Mattinata Trail**" 34 Km 1850 D+.
- Il trail "**Saraceno Trail**" di 15 km per 600 D+.

art.2 - Gare

Corsa a piedi in ambiente naturale, che percorre i sentieri del comprensorio del Parco Nazionale del Gargano con partenza ed arrivo nel comune di Mattinata (FG).

- **Gargano Trail:** Percorso di circa **65 Km** con dislivello positivo di 3000 metri. **Numero minimo di iscritti 50 – valido solo per la 65 km**
Partenza ore **6:00** - Domenica 26 Aprile 2020.
Quota d'iscrizione: **49€** entro il 31 Marzo 2020 ore 24:00 – **65€** entro il 23 Aprile 2020 alle ore 24:00.
- **Mattinata Trail:** Percorso di circa **34 Km** con dislivello positivo di 1850 metri.
Partenza alle ore **8:00** - Domenica 26 Aprile 2020.



Quota d'iscrizione: **30€** entro il 31 Marzo 2020 ore 24:00 – **35€** entro il 23 Aprile 2020 alle ore 24:00.

- **Saraceno Trail:** Percorso di circa **15 Km** con dislivello positivo di 600 metri. **Pacco gara garantito per I PRIMI 300 ISCRITTI* valido solo per la 15 km**

Partenza ore **9:30** di Domenica 26 Aprile 2020.

Quota d'iscrizione: **13€** entro il 31 Marzo 2020 ore 24:00 - **15€** entro il 23 Aprile 2020 alle ore 24:00.

**se non sarà raggiunto un numero minimo di iscritti pari a 50 per la gara denominata Ultra Trail Gargano Trail 65 km, la gara non avrà luogo, ogni iscritto riceverà il rimborso integrale della quota d'iscrizione versata e potrà a sua scelta decidere di partecipare al Mattinata trail 34 km. In questo caso riceverà un rimborso pari alla differenza tra la quota d'iscrizione pagata ed il costo d'iscrizione al Mattinata trail pari che è pari a 35 €.*

Le gare si svolgono in una sola tappa, a velocità libera, in un tempo limitato. **L'organizzazione si riserva di poter apportare delle modifiche al percorso, opportunamente segnalate tramite il balisaggio che ciascuna atleta è tenuto a seguire, per ragioni di sicurezza, in caso di condizioni meteo avverse e simili evenienze, anche se non indicate nel presente dispositivo.**

art.3– Partecipazione

1. Possono partecipare tutti gli atleti tesserati FIDAL delle categorie Amatori/Master ed Assoluti (unica categoria) in regola col tesseramento 2020 e tutti i possessori di Run Card valida per la data del 26 Aprile 2020.
2. Atleti italiani tesserati per Enti di Promozione Sportiva – E.P.S. (sezione Atletica) convenzionati con la FIDAL per la stagione 2020.
3. I tesserati UISP Lega Atletica Leggera.
4. Atleti tesserati per federazioni estere di atletica leggera affiliate alla IAAF.

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. Al momento dell'iscrizione il corridore riceverà, inclusa nella lettera di conferma iscrizione, la liberatoria di scarico responsabilità da presentare firmata al box per il ritiro del pettorale e chip

Ogni corridore deve avere una assicurazione contro gli infortuni, tale assicurazione deve includere i costi per le operazioni di salvataggio e in particolare salvataggio a mezzo di mezzi speciali di soccorso.

Non saranno accettate iscrizioni da parte di atleti che stanno scontando squalifiche per doping di qualunque disciplina.



art.4- Accettazione del regolamento e dell'etica della corsa

La partecipazione all'ultra trail "Gargano Trail", "Mattinata Trail" e "Saraceno Trail" porta all'accettazione senza riserve del presente regolamento e dell'etica della corsa.

art.5 - Ristori e assistenza

Le gare sono in semi-autosufficienza alimentare. Punti di rifornimento (liquidi e/o solidi) saranno predisposti lungo il percorso e possono essere individuati dal concorrente prendendo visione dell'apposito Profilo Altimetrico scaricabile direttamente dal sito ufficiale www.garganorunningweek.com. E' proibito farsi accompagnare sul percorso da un'altra persona che non sia regolarmente iscritta. E' consentita l'assistenza personalizzata solamente all'interno o in prossimità delle aree di ristoro.

art.6 - Posto di controllo e posti di rifornimento

Il rilevamento dei concorrenti è effettuato in tutti i posti di controllo. Solo i corridori portatori di pettorale ben visibile hanno accesso ai posti di rifornimento. Dei posti di controllo "Volanti" saranno posizionati in altri luoghi al di fuori dei posti di soccorso e di ristoro. La loro localizzazione non sarà comunicata dall'organizzazione.

art.7- Condizioni per l'iscrizione



Questa corsa comprende passaggi in zone disabitate e sentieri immersi nella natura, che in condizioni di meteo avverse (notte, vento, freddo, pioggia o neve) potrebbero richiedere l'utilizzo di un

vestiario adeguato. Non sono previste difficoltà di tipo alpinistico, un accurato allenamento unito alla reale capacità d'autonomia personale sono indispensabili alla riuscita di questa prova individuale. Non ci sono limitazioni specifiche per l'iscrizione al Gargano Trail 65 km, ma è vivamente consigliato aver già partecipato ad altri Trail (almeno 35-40 km) prima di questa prova.

Un certificato medico valido per l'attività agonistica e riconosciuto nel proprio paese di residenza è obbligatorio per convalidare l'iscrizione oltre al rispetto del disposto ex **“art.3 Partecipazione”** del presente regolamento.

Al ritiro del pettorale dovrà essere consegnata la lettera di conferma iscrizione ricevuta per e-mail al momento dell'iscrizione, inclusa la dichiarazione liberatoria di responsabilità firmata.

Nel caso in cui il concorrente iscritto non fornisca i documenti sopra citati al ritiro del pettorale, il pettorale stesso non potrà essere consegnato ed il concorrente non potrà prendere parte alla gara, senza diritto ad alcun rimborso della quota di iscrizione.



art.8 - Modalità d'iscrizione

L'iscrizione avviene esclusivamente mediante il sito <https://www.cronogare.it/> previa registrazione da parte dell' atleta o del team sul suddetto portale . Per qualsiasi necessità contattare la segreteria iscrizioni all' indirizzo e-mail iscrizioni@cronogare.it

Per gruppi superiori a 10 atleti è possibile contattare l'organizzatore per eventuali azioni promozionali o di scontistica scrivendo all' indirizzo e-mail info@garganorunningweek.com

N.B. Nel caso in cui il concorrente iscritto non disponga del certificato medico sportivo agonistico valido alla data 26 aprile 2020 e caricato sul portale Fidal/Fidal RunCard, non potrà prendere parte alla competizione.

Le iscrizioni per il Gargano Trail e Mattinata Trail e Saraceno Trail si concluderanno tassativamente giovedì 23 Aprile 2020 alle ore 24:00.

Per maggiori informazioni consultare la pagina evento ed iscrizioni www.cronogare.it/garganorunningweek20/

Ulteriori informazioni sull' evento Gargano Running Week possono essere trovate su i canali

web: ww.garganorunningweek.com

instagram ([garganorunningweek2020](https://www.instagram.com/garganorunningweek2020))

Facebook ([gargano running week](https://www.facebook.com/gargano.running.week))



Il pagamento dell'iscrizione comprende tutti i servizi descritti nel presente regolamento, il pacco gara, il buffet all'arrivo, tutta l'assistenza dell'organizzazione, i rifornimenti in gara (ristori idrici e/o solidi) con differenze per ciascuna delle 3 gare.

Ad iscrizione avvenuta non sono previsti nè consentiti scambi di persona o di pettorale.

art.9 - Pettorali e CHIP

Ogni pettorale è rimesso individualmente ad ogni concorrente su presentazione di un documento d'identità con foto congiuntamente alla lettera di conferma iscrizione ricevuta per e-mail all'atto dell'iscrizione. Il pettorale deve essere portato sul petto, sul ventre e reso visibile sempre nella sua totalità durante tutta la corsa. Deve essere quindi posizionato sopra tutti gli indumenti ed in nessun caso fissato sullo zaino. Il CHIP è parte integrante del pettorale ed è posizionato sulla parte posteriore dello stesso, pertanto non è permesso piegarlo, tagliarlo o manometterlo in alcun modo. Prima dello start ogni corridore deve obbligatoriamente passare per i cancelli d'ingresso alla zona chiusa di partenza per farsi registrare.

Al passaggio da un punto di controllo ed all'arrivo il corridore deve assicurarsi di essere stato regolarmente registrato.



La punzonatura è indispensabile poiché il riscontro tra due controlli successivi permette di accertare che non vi siano concorrenti mancanti. **In caso di omessa registrazione del passaggio e del conseguente avvio delle ricerche del corridore, ogni spesa derivante verrà addebitata al corridore stesso.** Il pettorale è il lascia-passare necessario per accedere a tutti i servizi elencati nel presente regolamento quali parte integrante dello status di corridore regolarmente iscritto.

art.10 - Materiale Obbligatorio

Con l'iscrizione ogni corridore sottoscrive l'impegno a portare con sé tutto il materiale obbligatorio sottoelencato durante tutta la corsa, pena la squalifica o penalizzazione cronometrica a discrezione del direttore di gara o dei giudici lungo il percorso. Controlli a campione potranno essere effettuati prima, durante la corsa e immediatamente dopo aver tagliato il traguardo.

N.B. la zona immediatamente successiva al traguardo sarà transennata e denominata "parco chiuso", fintanto che l'atleta non sarà uscito da suddetta zona potrà essere soggetto a controllo materiale.

MATERIALE OBBLIGATORIO	65k	34k	15k
Scarpe da trail running – in mancanza squalifica	X		
Zaino o Marsupio - in mancanza squalifica	X	X	
Borracce o altri contenitori con almeno 1,0 litro d'acqua - in mancanza 30' penalità	X	X	
Riserva alimentare - in mancanza 30' penalità	X	X	
Telo termico di sopravvivenza - in mancanza squalifica	X	X	
Fischietto - in mancanza 10' penalità	X	X	
Banda elastica adesiva adatta a fare una fasciatura o strapping (minimo 80cm X 5cm) - in mancanza squalifica	X	X	
Giacca impermeabile adatta a sopportare condizioni di brutto tempo in quota - in mancanza squalifica	X		
Bicchiere personale o altro contenitore adatto per bere ai punti di ristoro (la borraccia se a tappo largo è valida come bicchiere) - in mancanza 10' penalità	X	X	
Telefono cellulare (inserire il numero di soccorso dell'organizzazione, non mascherare il numero e non dimenticare di partire con la batteria carica) - in mancanza squalifica	X	X	
N.1-2 Lampade Frontali (a seconda delle ore di autonomia e/o presenza di pile di ricambio) - in mancanza 45' penalità	X		

Non è previsto materiale obbligatorio per il Saraceno Trail 15 km.



N.B.

- Telefono cellulare (inserire il numero di soccorso dell'organizzazione, non mascherare il numero e non dimenticare di partire con la batteria carica)
- Indumenti caldi indispensabili in caso di tempo previsto freddo
- Scarpe da trail running **VIVAMENTE RACCOMANDATE** per la Saraceno Trail 15 km ed il Mattinata Trail 34 km.

Il concorrente che desidera utilizzare i bastoncini deve tenerli con sè per tutta la durata della corsa.

NUMERI DELL'ORGANIZZAZIONE DA MEMORIZZARE SUL PROPRIO CELLULARE:

- **MICHELE 331 5373007**
- **ANGELO 342 0107339**
- **GINO 338 8988038**
- **FRANCESCO 338 6197343**

art.11 - Tempo massimo autorizzato e barriere orarie

Il tempo massimo previsto per la totalità del percorso, è fissato in:

- **15 km Saraceno Trail** **TEMPO MAX 4 h** - all'arrivo entro le ore 13:30
- **34 km Mattinata Trail** **TEMPO MAX 8 h e 30 m** - all'arrivo entro le ore 19:00



- **65 km Gargano Trail** **TEMPO MAX 13 h** – all'arrivo entro le ore **19:00**

CANCELLI ORARI (validi solo per il Gargano Trail 65 km)

Gli orari limite di partenza dai principali posti di controllo (barriere orarie) saranno indicati nel **profilo altimetrico** che è preferibile ciascun concorrente scarichi dal sito ufficiale www.garganorunningweek.com o sul portale www.cronogare.it/garganorunningweek20/ stampi e tenga con se durante tutto il percorso. I cancelli orari sono calcolati 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 dell'ora limite fissata. In caso contrario saranno squalificati, e il pettorale verrà ritirato. Il concorrente che volesse continuare senza pettorale, fuori gara, lo farà assumendosi ogni responsabilità in ordine alle conseguenze che potrebbero derivargli.

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

LOCALITÀ	CANCELLO ORARIO
U' STRITT ->1° ⌚	Ore 11.30
VERGON DEL LUPO ->2° ⌚	Ore 14.30
BAIA DELLE ZAGARE ->3° ⌚	Ore 17:15



N.B. "La scopa" facente parte a pieno titolo della direzione gara ha piena facoltà di fermare e/o squalificare un atleta in qualunque momento, anche non in corrispondenza di un "cancello orario" ed in forza di quanto previsto dal presente regolamento.

art.12 - Sicurezza ed assistenza medica

Saranno presenti sul territorio oggetto della manifestazione un'ambulanza, la protezione civile e personale medico.

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.

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.13–Modifiche del percorso o dei cancelli orari 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. In caso di condizioni meteorologiche sfavorevoli (forte depressione con importanti quantità di pioggia, forte rischio di temporali...) la partenza può essere posticipata; al di fuori di un certo tempo limite, stabilito dal Direttore della Corsa, la corsa viene annullata.



art.14 - Abbandoni e rientri

In caso di abbandono della corsa lungo il percorso, il concorrente è obbligato, appena ne avrà la possibilità, a recarsi al più vicino posto di controllo, comunicare il proprio abbandono facendosi registrare

consegnando anche il pettorale con microchip. L'organizzazione si farà carico del suo rientro alla base di Mattinata. 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.15 - Reclami

Sono accettati solo reclami scritti nei 30 minuti che seguono l'affissione dei risultati provvisori, con consegna di cauzione di € 50.00.

Con l'iscrizione si accetta tutto il presente regolamento e pertanto non sarà presa in considerazione nè ritenuto accettabile ogni reclamo, lettera o altro tipo di azione intrapresa contro l'organizzazione della manifestazione, se essa non rispetterà il requisito temporale sopra citato (nei 30 minuti che seguono l'affissione dei risultati provvisori).



art.16 - Assicurazione

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. Al momento dell'iscrizione on line per concludere la pratica, il corridore sottoscrive la liberatoria di scarico responsabilità che riceve congiuntamente alla lettera di conferma iscrizione e che dovrà presentare firmata al gate per il ritiro del pettorale e chip

Ogni corridore deve avere una assicurazione contro gli infortuni, tale assicurazione deve includere i costi per le operazioni di salvataggio, come previsto dall'art.3 del presente regolamento.

art.17- Penalità - Squalifiche

Dei controllori sul percorso sono abilitati a controllare il materiale obbligatorio e, in generale, il rispetto dell'intero regolamento (rispetto del luogo e dell'etica, assistenza ed accompagnamento illecito, pettorale non visibile davanti...).

Tutti i concorrenti non trovati in possesso, nel momento di controllo sul percorso, anche di un solo elemento del proprio materiale obbligatorio saranno immediatamente squalificati, o sanzionati cronometricamente, senza alcuna possibilità di appello. Le irregolarità accertate anche a mezzo di immagini video pervenute all'organizzazione dopo la gara, potranno causare squalifiche. La giuria della gara può pronunciare la squalifica, o la penalità cronometrica di un concorrente, in caso di mancanza grave al regolamento, in particolare di:



- Pettorale portato in modo non conforme o manomesso (piegato, tagliato, etc.).
- Scambio di pettorale.
- Mancato passaggio ad un posto di controllo.
- Mancanza di parte o della totalità del materiale obbligatorio.
- Utilizzo di un mezzo di trasporto.
- Partenza da un posto di controllo dopo la barriera oraria.

- Doping o rifiuto di sottomettersi ad un controllo anti-doping.
- Mancata assistenza ad un altro concorrente in caso di difficoltà.
- Uso di assistenza personale al di fuori dei punti consentiti.
- Abbandono di proprio materiale o rifiuti lungo il percorso.
- Mancato rispetto del divieto di farsi accompagnare sul percorso.
- Inquinamento o degrado del luogo da un concorrente o da un membro del suo staff.
- Insulti, maleducazione o minacce contro i membri dell'organizzazione o dei volontari.
- Rifiuto a farsi esaminare da un medico dell'organizzazione in qualunque momento della gara.
- Tagli di percorso.



art.18-Giuria

- La giuria è composta dal:
- coordinatore responsabile della sicurezza
- responsabile dell'equipe medica
- responsabili dei posti di controllo della zona in causa.
- Tutte le persone competenti designate dal presidente del comitato
- dell'organizzatore Michele Piemontese.
- La giuria è abilitata a deliberare in un tempo compatibile con gli obblighi della corsa su tutti i litigi o squalifiche avvenuti durante la corsa. Le decisioni prese sono senza appello. Le stesse prerogative sono in capo alle “scope” facenti parte a pieno titolo dell'organizzazione.

art.19- Rimborso quote di iscrizione

Non è previsto in nessun caso il rimborso della quota di iscrizione fatta Salva l'ipotesi di sottoscrizione della c.d. *“clausola di annullamento”*
Clausola di annullamento: i concorrenti possono sottoscrivere una clausola di annullamento, versando 10 euro in più al momento dell'iscrizione. Per poter abilitare tale prerogativa il concorrente dopo aver effettuato l'iscrizione dovrà provvedere ad inviare un'email



all'indirizzo info@garganorunningweek.com nella quale richiede di poter aggiungere alla sua iscrizione, dietro il pagamento di 10 euro aggiuntivi, la clausola di annullamento. Solo dopo aver ricevuto conferma scritta a mezzo email da parte dell'organizzazione tale clausola diventerà utilizzabile.

Questa clausola permette il rimborso totale delle spese d'iscrizione nel caso il concorrente necessiti annullare l'iscrizione per le ragioni seguenti:

- 1) infortunio, malattia grave o decesso del concorrente stesso.
- 2) malattia grave che necessiti un ricovero, decesso del coniuge o di parenti stretti avvenuto trenta giorni prima della manifestazione.

In caso di infortunio o di malattia grave del corridore, è necessario fornire un certificato medico con firma e timbro professionale del medico. Qualsiasi altra causa d'annullamento deve essere giustificata da un certificato firmato e con il timbro dell'autorità competente.

art.20 - Classifiche e premi

Verranno inseriti in classifica i soli concorrenti che raggiungeranno il traguardo di Mattinata e che si faranno registrare all'arrivo entro il tempo massimo dichiarato dall'organizzazione. Non verrà distribuito nessun premio in denaro.



Sarà redatta una classifica generale uomini e donne.

- Verranno premiati i primi 3 classificati maschili e femminili in classifica generale per ognuna delle tre gare.
- Verranno premiati il primo Atleta Uomo di categoria e la prima

Atleta Donna di categoria in classifica generale per ognuna delle tre gare. L'organizzazione si riserva di modificare, dandone opportuna informazione tramite i canali ufficiali di comunicazione di gara, quanto statuito nel presente articolo.

art.21 - Diritti all'immagine

Ogni concorrente 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.

art.22 - Partecipazione alla campagna: "io non getto i miei rifiuti"

Lo scopo della campagna è di sensibilizzare i podisti al rispetto della natura e dell'ambiente.

In conformità a tale movimento il regolamento della gargano running week prevede le seguenti norme ed accorgimenti:

>> Ricordare prima della partenza che nessuno scarto deve essere lasciato sul percorso;

>> predisporre diversi contenitori per i rifiuti nei pressi dei ristoranti

>> evitare l'uso di bicchieri di plastica, incentivando l'utilizzo del proprio bicchiere;



>> squalificare chi getta rifiuti a terra sul percorso.

La campagna “Io non getto i miei rifiuti” è promossa dalla rivista

Spirito Trail (www.spiritotrail.it)

AVVERTENZE FINALI

L'Organizzazione si riserva di modificare il presente regolamento in qualunque momento ai fini di garantire una migliore organizzazione della gara.