

Regolamento

STRAFEXPEDITION TRAIL

TONEZZA DEL CIMONE (VI) Domenica 11.10.2020

art. 1 Organizzazione.

L'associazione sportiva dilettantistica Palestra Saint Tropez organizza l'ottava edizione della manifestazione Strafexpedition, corsa in natura su lunga media distanza, che si svolgerà domenica 10 ottobre 2020 a Tonezza del Cimone

art.2 - Accettazione del regolamento

La Strafexpedition si svolgerà in conformità al presente regolamento, ed alle eventuali modifiche ed agli avvisi che saranno pubblicati nel sito web ufficiale www.strafextonezza.it e sulla pagina Facebook Strafexpedition trail.

La partecipazione alla manifestazione comporta da parte dei concorrenti iscritti l'accettazione in tutte le sue parti e senza riserve del presente regolamento.

I concorrenti sono inoltre tenuti al rispetto del codice della strada, in particolare nei tratti in cui il tracciato attraversa la viabilità ordinaria, che non sarà chiusa al traffico veicolare.

Con l'iscrizione ogni concorrente si impegna a rispettare questo regolamento e libera gli organizzatori da ogni responsabilità civile o penale per qualsiasi eventuale incidente o accidente, per danni a persone o cose a lui derivati o da sé causati che possono verificarsi prima durante e dopo la manifestazione. Di non avvalersi di denunce nei confronti degli organizzatori derivanti da qualsiasi malattia infettiva riscontrata anche 30 giorni dopo la data dell'evento. Il Trail Strafexpedition Tonezza del Cimone si svolgerà in conformità al presente regolamento che può essere consultato nel sito www.strafextonezza.it

art. 3 Prova.

Corsa a piedi in ambiente naturale su sentieri, mulattiere e strade forestali con classificazione C.A.I. T (turistico), E (escursionistico), EE (per escursionisti esperti), ad una quota altimetrica compresa tra m 1000 e m 1800 circa. Percorso di circa 24 Km circa con dislivello positivo di circa 1250 metri, partenza alle ore 7.30 a cronometro un concorrente ogni 20 secondi del 11.10.2020 da impianti sportivi Tonezza del Cimone.

art. 4 Partecipazione.

La gara è aperta a tutte le persone, uomini e donne, che abbiano compiuto 18 anni nell'anno di svolgimento della corsa, in possesso di certificato medico sportivo di idoneità all'attività agonistica di atletica leggera (D.M. 18.02.1982 tab. B) in corso di validità alla data di svolgimento della corsa indipendentemente dalla loro appartenenza a società o federazioni sportive.

Non sono previste limitazioni all'accettazione dei concorrenti in relazione alle loro capacità tecniche, tuttavia il percorso comprende un tratto limitato di circa 200m tra il km 4 e 5 esposto e si consiglia un accurato allenamento, una buona esperienza escursionistica, assenza di vertigini e una minima reale capacità d'autonomia personale.

art. 5 Semi-autosufficienza.

La gara è in semi-autosufficienza idrica e alimentare. Dei posti di ristoro saranno approvvigionati di cibo (solo confezionato) ed acqua potabile. In nessun posto di ristoro saranno disponibili i bicchieri in plastica, per bere i corridori 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 della sufficiente riserva alimentare che gli saranno necessarie per arrivare al successivo posto di ristoro.

art. 6 Modalità d'iscrizione.

Le iscrizioni si apriranno il 10 Settembre 2020 e si chiuderanno il 10 ottobre 2020 alle ore 12.00 (via Web). Aperte inoltre il mattino della gara ed in ogni caso verranno chiuse al raggiungimento di 300 iscritti. L'organizzazione si riserva di assegnare wild cards a propria discrezione anche in eccedenza al numero massimo di iscrizioni disponibili.

- **on-line**: accedendo all'indirizzo <https://forms.gle/upCGtop1Gwidw5wd8> fino alle ore 12:00 di sabato 10 ottobre 2020
- **la mattina della gara** dalle ore 6.30 alle ore 7.30

Modalità di pagamento

1. Con **Paypal o Carta di credito**: la quota di iscrizione potrà essere pagata attraverso il collegamento che sarà inviato con l'email di conferma dell'iscrizione
2. Con **bonifico bancario** (inviare copia del bonifico alla mail certificati@palestrasainttropez.it) intestato a
ASD SAINT TROPEZ
IBAN:IT 49 N 01030 60710 000061259539
Causale: Iscrizione Strafexpedition <nome atleta>

Copia del certificato medico in corso di validità dovrà essere inviata entro l'11.10.2020 a certificati@palestrasainttropez.it. Nel caso in cui il concorrente iscritto non fornisca il certificato medico sportivo il pettorale non potrà essere consegnato ed il concorrente non potrà prendere parte alla gara, senza diritto ad alcun rimborso della quota di iscrizione. Non vengono accettate iscrizioni e consegne di certificati medici al ritiro pettorali o alla partenza.

art. 7 Quote di iscrizione

Le quote di iscrizione, che comprendono i diritti di spesa paypal, sono le seguenti:

dal 10.09.2020 al 10.10.2020 ore 12.00 : 15,00 € (euro : Quindici ,00)

Da sabato 10 ore 12.00 a domenica 11 ore 7.30: 25,00€ (euro Venticinque,00)

Ritiro Pettorali conferma Iscrizioni Sabato 10 settembre dalle ore 12.00 alle ore 15 e domenica dalle ore 6.30 alle ore 7.30 A Tonezza del Cimone presso la Tensostruttura di via del partigiano

Il pagamento dell'iscrizione comprende tutta l'assistenza prevista nel presente regolamento, il ristoro all'arrivo, i rifornimenti in gara , custodia borse (non inserire oggetti di valore), cronometraggio, assistenza sul percorso. Quest'anno non possiamo mettere a disposizione le docce né fare il pasta party tuttavia chiedendo gentilmente di evitare assolutamente assembramenti può essere che il finale sotto alla tensostruttura aperta ma al coperto sia possibile bere qualcosa...insieme!

art. 8 Rimborso quote iscrizione.

In caso di rinuncia alla partecipazione, per qualsiasi motivo, non è previsto in nessun caso il rimborso della quota di iscrizione, né la cessione del pettorale ad altro concorrente, né il trasferimento dell'iscrizione all'edizione successiva.

art. 9 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. Il materiale obbligatorio potrà essere controllato al ritiro del pettorale, alla partenza, in posizioni a sorpresa lungo il percorso e all'arrivo.

Materiale obbligatorio:

- borraccia o altro contenitore con minimo 500cc. d'acqua,
- telo termico di sopravvivenza, o kappa/way
- telefono cellulare (inserire il numero di soccorso dell'organizzazione, non mascherare il numero e non dimenticare di partire con la batteria carica), numeri da salvare 3402779075;3463808738
- fischiello,
- cappello o bandana,
- bicchiere personale (la borraccia se a tappo largo è valida come bicchiere).

Materiale fortemente raccomandato:

- scarpe da trail running,
- file gpx del percorso (scaricabile da sito)
- indumenti caldi indispensabili in caso di tempo previsto freddo,
- banda elastica adesiva adatta a fare una fasciatura o strapping.

Il contenitore da 500cc d'acqua dovrà essere pieno alla partenza ed all'uscita dai punti di ristoro.

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

art. 10 Pettorali

Ogni pettorale è rimesso individualmente ad ogni. Il pettorale non potrà essere consegnato in assenza di copia del certificato medico.

Il pettorale deve essere portato sul petto o sul ventre ed essere reso visibile sempre nella sua totalità durante tutta la corsa. Deve essere quindi posizionato sopra tutti gli indumenti ed in nessun caso fissato altrove. 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.

art. 11 Sicurezza ed assistenza medica.

Sarà presente sul territorio ambulanza, protezione civile e medico.

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, si farà appello al soccorso ufficiale, che subentrerà nella direzione delle operazioni e metterà in opera tutti i mezzi appropriati, compreso l'elicottero. Le eventuali spese derivanti dall'impiego di questi mezzi eccezionali saranno a carico della persona soccorsa secondo le norme vigenti... Chiamare in qualsiasi caso di necessità con i numeri inseriti in memoria nel cell. prima della partenza. 3402779075-3463808738

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. 12 Posto di controllo e posti di rifornimento.

Il rilevamento dei concorrenti è effettuato in tutti i posti di controllo o ai ristori. Solo i corridori portatori di pettorale ben visibile hanno accesso ai posti di rifornimento.

art. 13 Tempo massimo autorizzato e barriere orarie.

Il tempo massimo della prova, per la totalità del percorso, è fissato in 5 ore. Primo cancello di sbarramento al Km 11 ore 11.00 Secondo cancello di sbarramento- ristoro piazzale degli Alpini nei pressi di Monte Cimone ore 12.00 per chiunque ,anche per il concorrente partito per ultimo.

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, modificare le barriere orarie o annullare la gara, senza alcun preavviso.

art. 14 Abbandoni e rientri.

In caso di abbandono della corsa lungo il percorso, il concorrente è obbligato a comunicare il proprio abbandono facendosi registrare come ritirato al ristoro o punto di controllo più vicino; l'organizzazione si farà carico del suo rientro dal posto di controllo stesso fino al punto di partenza; non è garantito il rientro dei ritirati al di fuori dei posti di controllo se non in caso di infortunio. In caso di mancata comunicazione di un ritiro e del conseguente avvio delle ricerche del concorrente, ogni spesa derivante verrà addebitata al concorrente stesso.

art. 15 Penalità – squalifiche.

I concorrenti non trovati in possesso anche di un solo elemento del proprio materiale obbligatorio saranno immediatamente squalificati, senza alcuna possibilità di appello su questa sanzione. Le irregolarità accertate anche a mezzo di immagini video pervenute all'organizzazione dopo la gara, potranno causare squalifiche. La Giuria della gara di cui al successivo art. 17 può pronunciare la squalifica di un concorrente, in caso di mancanza grave al regolamento, in particolare di:

- pettorale portato in modo non conforme,
- 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,
- mancata assistenza ad un altro concorrente in caso di difficoltà,
- uso di assistenza personale al di fuori dei punti consentiti,

- abbandono di proprio materiale lungo il percorso,
- mancato rispetto del divieto di farsi accompagnare sul percorso,
- abbandono di rifiuti 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.

art. 16 Reclami.

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

art. 17 Giuria.

La giuria è composta:

- dal direttore della corsa,
- dal direttore del percorso,
- dal responsabile della sicurezza,
- dalle persone dell'organizzazione eventualmente coinvolte e convocate dal direttore della corsa.

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.

art. 18 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. In caso di condizioni meteorologiche avverse o per altri motivi non dipendenti dall'organizzazione e tali da mettere a rischio la sicurezza dei concorrenti, la partenza può essere posticipata o annullata, il percorso può essere modificato e ridotto, la corsa potrà essere fermata in qualsiasi punto del tracciato.

Le suddette modifiche saranno prese dalla Giuria, sentito anche il parere dei responsabili della sicurezza e dell'equipe medica.

La modifica, la sospensione o l'annullamento della corsa non daranno diritto ai concorrenti ad alcun rimborso della quota di iscrizione.

Art. 19 Carta del percorso.

La carta topografica del percorso, nella sua edizione più aggiornata, sarà disponibile sul sito internet www.strafextonezza.it

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 possano sopraggiungere in seguito alla gara. Al momento dell'iscrizione il corridore deve sottoscrivere una liberatoria di scarico responsabilità e di essere esente da sintomi covid.

art. 21 Classifiche e premi.

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

Sarà redatta una classifica generale assoluta. Verranno premiati con trofei e/o prodotti i primi cinque classificati maschili e le prime cinque classificate femminili. Più premi di categorie in base alle iscrizioni.

art. 22 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.

L'inserimento di eventuali modifiche sarà segnalato sulla pagina Facebook .

NORME ANTICOVID DA ADOTTARE CON LA MASSIMA SCRUPOLOSITA'

Preghiamo a quanti partecipano di rispettare le semplici regole richieste:

Mantenere sempre almeno la distanza di 2 mt- verrà misurata la temperatura con termometro digitale

Portare con sé tutto il cartaceo già compilato(Scaricabile dal sito) ed in ordine per ritirare il pettorale **LEGGI BENE !!** Certificato medico- ricevuta pagamento iscrizione-Modulo di Iscrizione /liberatoria- Modulo accertamento di non avere sintomi covid.

Usare sempre la mascherina ben posizionata, toglierla solamente prima della partenza e portarla al braccio da usare in caso di necessità

Isolarsi dopo l'arrivo

Verranno messi dei birilli bianchi e rossi sia per recarsi al posto dove confermare l'iscrizione che per portarsi alla partenza, occupare solo il birillo libero davanti a se' evitare qualsiasi forma di assembramento anche se di sole due persone.

I servizi da usare sono negli spogliatoi adiacenti all'arrivo e partenza non entrare piu' di 1 M. e 1 F. alla volta. Sempre con la mascherina

Le docce non si possono usare , è possibile cambiarsi e darsi una rinfrescata dentro agli spogliatoi , sempre uno alla volta , si prega di non dilungarsi con i tempi, dopo l'entrata di ogni singolo/a verrà spruzzato spray igienizzante a forte base alcolica. Raccomandato cambiarsi in auto o all'aperto sotto alla tensostruttura nell'apposito spazio segnalato.

Quando si viene superati tenere la dx e girare la testa a dx , chi supera ovviamente il contrario si supera a sx e si gira la testa a sx almeno per cinque metri dopo aver passato il concorrente che si supera

Nei ristori verrà fornita solo acqua e sali si prega di girare la testa dalla parte opposta del volontario (dotato di guanti e mascherina che cambierà spesso) verranno forniti cibi solidi solo confezionati. Obbligatorio portarsi una borraccia in modo da essere autonomi. .

Aggiornato al 05.09.2020