

# REGOLAMENTO Camaioere Climbing Trail 8 settembre 2019

## organizzato da ASD Avis Stiava

### 1. ORGANIZZAZIONE

ASD Stiava e Maratonando organizzano la prima edizione della gara "Camaioere Climbing Trail" : domenica 8 settembre una gara di trail running articolata su due percorsi, un LUNGO di 30 km D+1500 che parte dal centro storico di Camaioere per raggiungere le vette del Monte Prana e del Monte Piglione e rientra a Camaioere; un CORTO +900, di 20 km, arriva a Foce San Vincenzo e ritorna nel centro storico di Camaioere.

### 2. REQUISITI DI PARTECIPAZIONE

Il Camaioere Climbing Trail è aperto a tutte le persone, uomini e donne, che abbiano compiuto 18 anni al momento dell'iscrizione, tesserati o no, in possesso del certificato medico sportivo:

Per ATLETI ITALIANI: la certificazione medica di idoneità alla pratica dell'attività agonistica per la disciplina Atletica Leggera, in corso di validità alla data della gara.

Per ATLETI STRANIERI: gli atleti stranieri dovranno far compilare, timbrare e firmare da un medico il certificato pubblicato qui: [HEALTH FORM](#)

**SENZA CERTIFICATO MEDICO O DIVERSO DA QUELLO RICHIESTO NON SI PARTE**

### 3. SEMI-AUTOSUFFICIENZA

**In nessun posto di ristoro saranno disponibili i bicchieri in plastica.** Gli atleti per bere dovranno munirsi di bicchiere o altro contenitore personale adatto all'uso. Ogni corridore dovrà accertarsi di disporre, alla partenza da ogni posto di rifornimento, della quantità d'acqua minima prevista come materiale obbligatorio e che gli sarà necessaria per arrivare nel successivo posto di ristoro. 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.

### 4. ISCRIZIONE

Un accurato allenamento e una capacità reale d'autonomia personale sono indispensabili alla riuscita di questa prova. Per l'iscrizione alla corsa Lunga é consigliato aver già partecipato ad altri Trail su distanze simili e **NON SOFFRIRE DI VERTIGINI.**

E' possibile iscriversi:

1) sul sito [www.slowtravelfest.it/camaioere/programma](http://www.slowtravelfest.it/camaioere/programma)

2) sul sito [www.endu.net](http://www.endu.net)

3) presso Maratonando (via Aurelia Sud n. 160 Viareggio)

4)presso Ufficio Informazioni Turistiche di Lido di Camaiore (viale Colombo 127/129) e Camaiore (Piazza San Bernardino)

Per iscriversi é obbligatorio accettare in ogni sua parte il DOCUMENTO MANLEVA che troverete nella pagina di iscrizione e inviare tramite mail a info@camaioreclimbingfestival.com

Le quote di partecipazione sono le seguenti:

	30km	16 km
Fino al 10/08	€30	€20
Fino al 31/08	€35	€25
Dal 1/09 al giorno della gara	€40	€30

Nella quota di iscrizione è compreso: • pettorale di gara • assistenza e ristori lungo il percorso • pacco gara • buono pasta-party post gara

## **5. ANNULLAMENTO/INFORTUNIO**

In caso di interruzione o annullamento della gara per motivi atmosferici, o per qualsiasi altra ragione indipendente dall'Organizzazione, nessun rimborso sarà dovuto ai partecipanti. In caso di impossibilità a partecipare, per comunicazione fino ad una settimana prima della gara verrà data la possibilità di cedere il pettorale ad altro atleta, previo pagamento diritti segreteria (€10), o congelare l'iscrizione per l'anno successivo. Non sono permessi scambi o cessioni di pettorale nell'ultima settimana

## **6. RITIRO PETTORALE E PACCO GARA**

Le operazioni di ritiro pettorale e pacco gara avverranno:

dalle 15:30 alle 23:00 sabato 7 settembre e dalle 07:00 alle 8.00 domenica 8 settembre (tra le ore 7.00 e le ore 8.00 di domenica 8 settembre sarà possibile accedere al Palazzetto dello Sport per deposito bagagli) Il pettorale sarà consegnato esclusivamente dietro presentazione di un documento di identità e previa consegna di copia del certificato medico se non già inviato via mail.

**Il pettorale deve essere portato e visibile sempre nella sua totalità durante tutta la corsa.**

## **7. PARTENZA**

I concorrenti dovranno presentarsi alle 08:00 di domenica 8 settembre 2019 per partecipare al briefing pre-gara. Alle 08:30 sarà dato il via. All'interno del palazzetto dello sport di Camaiore sarà possibile usare gli spogliatoi e usare gli armadietti per il deposito borse. (tra le ore 7.00 e le ore 8.00 di domenica 8 settembre sarà possibile accedere al Palazzetto dello Sport per deposito bagagli). L'organizzazione non è responsabile degli oggetti lasciati all'interno del deposito borse.

## **8. PERCORSO**

Il percorso si sviluppa su strada asfaltata per il 20% (nel tratto Camaiore Candalla e viceversa) e per l'80% su sentieri e mulattiere. L'itinerario che si svolge quasi sempre su sentieri oppure su terreno vario, si sviluppa, a volte, su terreni aperti e su pietraia, con tratti esposti (**RICHIESTA TOTALE ASSENZA DI**

**VERTIGINI)** e pendii ripidi. I PERCORSI CARTOGRAFATI SU QUESTO SITO SONO INDICATIVI E, IN CASO DI CONDIZIONI ATMOSFERICHE NEGATIVE E/O ESIGENZE ORGANIZZATIVE, POTREBBERO SUBIRE VARIAZIONI. In caso di maltempo o di impraticabilità di uno o più sentieri, sono previsti percorsi alternativi che saranno presentati al briefing pre-gara. I chilometri non sono segnati. I concorrenti dovranno rispettare rigorosamente il percorso di gara segnalato evitando di prendere scorciatoie o tagliare tratti del tracciato. L'allontanamento dal percorso ufficiale, oltre a comportare la squalifica dall'ordine di arrivo, avverrà ad esclusivo rischio e pericolo del concorrente. Nei tratti urbani è obbligatorio rispettare il CODICE DELLA STRADA

## 9. SICUREZZA E CONTROLLO

Sul percorso saranno presenti addetti dell'organizzazione in costante contatto con la base. Ambulanza sarà presente alla partenza e all'arrivo. Sono inoltre previsti due punti Rendez-vous a Metato e a Casoli. LUNGO IL TRACCIATO SARANNO ISTITUITI DEI PUNTI DI CONTROLLO, DOVE ADDETTI DELL'ORGANIZZAZIONE MONITORERANNO IL PASSAGGIO DEGLI ATLETI E POTRANNO CONTROLLARE IL MATERIALE OBBLIGATORIO. CHIUNQUE RIFIUTERÀ DI SOTTOPORSI AL CONTROLLO DEL MATERIALE OBBLIGATORIO SARÀ IMMEDIATAMENTE SQUALIFICATO.

## 10. MODIFICHE DEL PERCORSO O DELLE BARRIERE ORARIE - ANNULLAMENTO DELLA CORSA

In caso di fenomeni meteo importanti (nebbia fitta, forti temporali), l'organizzazione si riserva il diritto di effettuare, anche all'ultimo minuto o durante lo svolgimento della gara, 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 mettano a rischio l'incolumità dei partecipanti, dei volontari o dei soccorritori.

## 11. MATERIALE OBBLIGATORIO

È obbligatorio avere con sé, per tutta la durata della gara, il seguente materiale:

- Zaino o marsupio che possa contenere il materiale sotto elencato
- Telefono (inserire il numero di soccorso sul pettorale, non mascherare il numero e non dimenticare di partire con la batteria carica)
- Riserva d'acqua minimo 1 litro
- Coperta di sopravvivenza
- Fischietto
- in caso di condizioni meteo avverse la direzione di gara si riserva di rendere obbligatorio l'uso della giacca in goretex o similare
- Cappello o bandana
- Scarpe da Trail running
- Bicchiere o altro contenitore per bere ai ristori (NON SARANNO PRESENTI BICCHIERI)
- [Road book](#) stampato

Materiale raccomandato:

- Benda elastica adesiva adatta a fare una fasciatura o strapping
- Bastoncini Saranno eseguiti controlli a campione, del materiale, prima della partenza,

**SENZA MATERIALE OBBLIGATORIO NON SI PARTE**

## **12. SQUALIFICHE**

È prevista l'immediata squalifica, con ritiro del pettorale di gara, per le seguenti infrazioni:

- mancato passaggio da un punto di controllo
- taglio del percorso di gara
- abbandono di rifiuti sul percorso
- mancato soccorso ad un concorrente in difficoltà
- insulti o minacce a organizzatori o volontari
- utilizzo di mezzi di trasporto in gara
- rifiuto di sottoporsi al controllo del materiale obbligatorio e qual'ora palese abbandono del materiale obbligatorio previsto.

## **13. CANCELLI ORARI, TEMPO MASSIMO, RITIRI**

Saranno istituiti cancelli orari. I concorrenti che non giungeranno entro i limiti di tempo prestabiliti saranno fermati e non potranno continuare la corsa. L'organizzazione comunicherà il loro posizionamento attraverso il RoadBook e l'altimetria.

La posizione prevista (salvo variazioni per motivi non dipendenti dall'organizzazione) dei cancelli orari è: • Foce del Cricione entro le 5 ore

Per entrambi i percorsi sono previsti un tempo massimo di 8 ore

I concorrenti giunti ai cancelli orari fuori tempo massimo e/o i concorrenti che intendano ritirarsi potranno proseguire il percorso alla velocità da loro preferita, anche camminando.

Gli infortunati, coloro che saranno giudicati dal personale medico non idonei a proseguire la gara, saranno accompagnati all'arrivo. È possibile che, per motivi logistici, i concorrenti ritirati debbano attendere un po' di tempo prima di essere riportati in zona arrivo.

Ogni concorrente che si ritirerà dalla gara fuori dai punti prestabiliti, dovrà provvedere al rientro per proprio conto, comunicando subito il suo ritiro via telefono o sms al numero indicato nel road-book di gara. È previsto un "servizio scopa" che percorrerà il tracciato seguendo l'ultimo concorrente, in modo da essere d'aiuto ai ritirati ed evitare che eventuali infortunati rimangano senza assistenza.

## **14. RISTORI**

Si corre in semi-autosufficienza con l'obbligo di scorta idrica di almeno 1 litro di acqua. Sono previsti 2 ristori Baita Barsi e Foce del Termine e 4 punti acqua Casoli, Focetta San Vincenzo, Baita Barsi e Foce del Termine sul percorso.

La posizione definitiva dei ristori verrà indicata nel profilo altimetrico del percorso circa due settimane prima della manifestazione. Hanno accesso al punto di ristoro esclusivamente i concorrenti con il pettorale ben visibile. I cibi e le bevande del ristoro devono essere consumati sul posto; è vietato bere direttamente dalle bottiglie dei ristori; i rifiuti dovranno essere gettati negli appositi contenitori. Le borracce o i camelbag potranno essere riempiti solo con acqua. Si consiglia pertanto ai concorrenti di portare con sé la quantità necessaria di sali minerali da utilizzare durante la gara. Alla partenza da ogni ristoro i corridori dovranno avere la quantità di acqua e di alimenti necessaria per arrivare al ristoro successivo. All'arrivo sarà presente un ulteriore ristoro liquido; inoltre, ogni partecipante potrà usufruire di un buono pasto da utilizzare presso il pasta party finale dopo l'arrivo.

## **15. PREMI**

Non sono previsti premi in denaro.

Saranno assegnati premi in natura ai primi 5 uomini e alle prime 5 donne in classifica assoluta delle due gare.

## **16. DIRITTI DI IMMAGINE**

Con la sottoscrizione della scheda d'iscrizione e/o dell'iscrizione on-line, l'atleta autorizza espressamente l'organizzazione all'utilizzo gratuito di immagini, fisse e/o in movimento, che ritraggono la propria persona e raccolte in occasione della sua partecipazione. La presente autorizzazione all'utilizzazione della propria immagine deve intendersi prestata a tempo indeterminato e senza limiti territoriali in tutto il mondo, per l'impiego in pubblicazioni e filmati vari, ivi inclusi, a mero titolo esemplificativo e non limitativo, materiali promozionali e/o pubblicitari e realizzati su tutti i supporti.

## **17. DICHIARAZIONE RESPONSABILITÀ**

La volontaria iscrizione e la conseguente partecipazione alla corsa indicano la piena accettazione del presente regolamento e delle modifiche eventualmente apportate. Con l'iscrizione, il partecipante esonera gli organizzatori da ogni responsabilità, sia civile sia penale, per danni a persone e/o cose da lui causati o a lui derivati.

Per tutto quanto non previsto nel presente regolamento, si rimanda ai regolamenti ufficiali vigenti della UISP e alle leggi vigenti in materia.

### **Note**

Rispettate le persone

Prestate assistenza ad un altro corridore in difficoltà.

Rispettate i volontari

Rispettate la natura, la flora e la fauna non gettando rifiuti.

Seguite i sentieri segnalati senza tagliare per evitare l'erosione del suolo.