

# 2° Trail della Conca Tolmezzina

Domenica 18 Ottobre 2015

## Regolamento

### Articolo 1: INFORMAZIONI GENERALI

L'associazione sportiva dilettantistica "CARNIATLETICA" in collaborazione con i comuni di AMARO, CAVAZZO CARNICO, TOLMEZZO e VERZEGNIS organizza per domenica 18 Ottobre 2015 la seconda edizione del "Trail della Conca", trekking in montagna non competitivo con percorso in ambiente vario.

Il tragitto avrà una lunghezza di circa 33 km e un dislivello positivo di circa 1.400 metri.

E' previsto un percorso corto di circa 18 km senza eccessivi dislivelli.

Per la partecipazione alla corsa si consiglia di avere già esperienza di montagna, assenza di vertigini, ottimo allenamento, abbigliamento adeguato ad una temperatura che può variare da 10 a + 30 gradi centigradi, oltre alla necessaria idoneità fisica.

### Articolo 2: ISCRIZIONE

#### a) Requisiti di iscrizione:

Potranno iscriversi tutti gli atleti purché maggiorenni in possesso di certificato medico sportivo per l'attività agonistica di atletica leggera valido almeno fino al 18 OTTOBRE 2015.

#### b) Modalità di iscrizione:

Le iscrizioni si effettueranno sul sito della ENTER NOW: <http://www.enternow.it> e seguirà la classica procedura, compreso il possesso di certificato medico sportivo per ATLETICA LEGGERA.

Le iscrizioni apriranno il 10 Agosto 2015 e chiuderanno il 18 Ottobre 2015 alle ore 8,30.

La richiesta d'iscrizione costituisce autocertificazione di idoneità fisica, con l'atto di iscrizione i concorrenti sollevano l'organizzazione da ogni responsabilità per danni a persone o cose che potrebbero verificarsi prima, durante o dopo la manifestazione.

#### c) Quote di iscrizione:

##### Gara 33 Km

Dal 10 Agosto al 14 Ottobre 25 €

Dal 15 Ottobre al 18 Ottobre 32 €

##### Gara 18 Km

Dal 10 Agosto al 14 Ottobre 15 €

Dal 15 Ottobre al 18 Ottobre 20 €

Nella quota di iscrizione è compreso:

- Pettorale gara;
- Assistenza e ristori lungo il percorso;
- Pacco gara;
- Buona pasto;

In caso di annullamento nei giorni antecedenti la manifestazione per causa di forza maggiore, l'organizzazione si riserva di rimborsare una percentuale pari al 50% della quota di iscrizione pagata. Tale percentuale è giustificata dalle molteplici spese che l'organizzazione ha già effettuato e che non può recuperare.

In caso di interruzione o annullamento il giorno della manifestazione per motivi atmosferici, o per qualsiasi altra ragione indipendente dall'organizzazione, nessun rimborso sarà dovuto ai partecipanti.

### **Articolo 3: RITIRO PETTORALE E PACCO GARA**

Le operazioni di ritiro pettorale e pacco gara avverranno presso Piazza XX Settembre a Tolmezzo dalle ore 14.00 alle 19.00 di Sabato 17 Ottobre e dalle 6.30 alle 7.30 del giorno 18 Ottobre 2015.

Si consiglia ove possibile di provvedere al ritiro del pettorale sabato 17 Ottobre.

### **Articolo 4: PARTENZA**

I concorrenti dovranno presentarsi alla partenza in linea presso Piazza XX Settembre a Tolmezzo entro le ore 8.30; il via sarà dato alle ore 9,00 per la 33 Km e 9,10 per la 18 Km

### **Articolo 5: PERCORSO**

Durante il percorso saranno attraversate alcune strade il cui traffico è limitato al transito degli autoveicoli. Nei tratti stradali e negli attraversamenti i partecipanti dovranno rispettare il codice della strada anche se presidiati da personale addetto alla segnalazione.

Il percorso del Trail della Conca 2015 seguirà il seguente itinerario:

Percorso lungo (33 km / 1.350 m D+)

Tolmezzo, Pissebus, Lisagno, Amaro, greto fiume Tagliamento fino a Cavazzo, Cavazzo, località Pescatore, Stavolo Zouf, Intissans, Chaicis di Verzegnis, Ponte Avons e di nuovo a Tolmezzo

Percorso corto (18 km)

Tolmezzo, Pissebus, sottopasso bretella Amaro-Tolmezzo, greto fiume Tagliamento fino a Cavazzo, ciclabile Cavazzo-Tolmezzo, Ponte Avons e di nuovo a Tolmezzo.

I percorsi saranno ben tracciato ed assistiti, senza alcuna difficoltà di riconoscimento..

I concorrenti dovranno rispettare rigorosamente il percorso indicato.

L'allontanamento dal tracciato ufficiale, oltre a comportare la squalifica dall'ordine di arrivo, avverrà ad esclusivo rischio e pericolo del concorrente.

### **Articolo 6: SICUREZZA E CONTROLLO**

Sui percorsi saranno presenti addetti dell'organizzazione in costante contatto con la base.

Lungo il tracciato saranno istituiti dei punti di controllo, dove addetti dell'organizzazione monitoreranno il passaggio dei partecipanti.

### **Articolo 7: AMBIENTE**

I concorrenti dovranno tenere un comportamento rispettoso dell'ambiente alpino, evitando in particolare di disperdere rifiuti, raccogliere fiori o molestare la fauna. **Chiunque sarà sorpreso ad abbandonare rifiuti lungo il percorso sarà squalificato dalla gara e incorrerà nelle eventuali sanzioni previste dai regolamenti comunali.**

### **Articolo 8: METEO**

In caso di fenomeni meteo importanti (nebbia fitta, bufere di neve, forti temporali), 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 rischio l'incolumità dei partecipanti o dei soccorritori.

#### **Articolo 9: TEMPO MASSIMO**

Il tempo massimo per giungere all'arrivo è di 6 ore per il percorso lungo e 4 ore per il percorso corto. E' previsto un "servizio scopa" che percorrerà il tracciato seguendo l'ultimo concorrente.

#### **Articolo 10: 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 personale medico sul percorso;

A tutela della salute dei partecipanti, il personale medico presente lungo il percorso è abilitato a fermare il concorrente che non sarà giudicato idoneo al proseguimento della gara. In questo caso il concorrente dovrà seguire le indicazioni del personale medico, pena l'immediata squalifica.

I concorrenti infortunati, coloro che saranno giudicati dal personale medico non idonei a proseguire la gara, e gli altri atleti che vorranno ritirarsi volontariamente, saranno accompagnati all'arrivo tramite un servizio navetta. 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 a Tolmezzo per proprio conto, comunicando subito il suo ritiro via telefono o sms al numero indicato nel road-book di gara.

#### **Articolo 11: RISTORI**

Sul percorso sono presenti diversi punti dove è possibile rifornirsi di liquidi e solidi .

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. I rifiuti dovranno essere gettati negli appositi contenitori.

All'arrivo sarà presente un ristoro liquido e solido, inoltre, ogni partecipante potrà usufruire di un buono pasto.

I ristori sul percorso saranno posti a circa 4/5 Km di distanza uno dall'altro e saranno forniti di acqua, sali e frutta.

#### **Articolo 12: PREMI**

Si rimanda al programma gara.

#### **Articolo 13: DIRITTI DI IMMAGINE**

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 ritraggano in occasione della partecipazione alla manifestazione.

#### **Articolo 14: DICHIARAZIONE DI RESPONSABILITA'**

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 che penale, per danni a persone e/o cose da lui causati o a lui derivati.

**BUONA GARA**