



FILOSOFIA DELLA CORSA - REGOLAMENTO

Caro Atleta, dandoti il benvenuto, vogliamo mettere a disposizione questo regolamento affinché, nel rispetto delle regole, tu possa vivere una stupenda esperienza da ricordare nel tempo. È importante tu sia cosciente che ti troverai a correre in un ambiente naturale e per questo vuole anche essere rispettato.

Nel redigere questo regolamento, abbiamo prestato una particolare attenzione alla sicurezza dei concorrenti e al rispetto della natura. Per la sicurezza e la salvaguardia della vostra salute è importante un adeguato allenamento, che vi permetta di affrontare con tranquillità il percorso e apprezzarne le qualità. Ricorda inoltre che alcuni punti del regolamento che ti potrebbero sembrare ostici nascono, dalla volontà di rendere fruibili e veloci le incombenze amministrative.

Speriamo in una triplice e reciproca soddisfazione:

Sarai contento tu perché tornerai a casa con un ricordo meraviglioso scoprendo un territorio che probabilmente prima non conoscevi;

saremo contenti noi perché la nostra passione da sempre è quella della valorizzazione delle nostre bellezze ambientali;

sarà contenta la natura perché è stata rispettata.

Leggilo con calma per comprenderne il contenuto, ma soprattutto il suo significato.

RESPONSABILI

Responsabile organizzativo Gianni Lutz cell: 3457596150 Presidente comitato provinciale ASC (ente di promozione sportiva riconosciuto dal Coni – Segretario di Sardinia Sport Show)

Collaboratore organizzativo e responsabile logistica Angela Caratzu cell:3201741068 (Agricampeggio Elighes Uttiosos)

Fatta premessa, ora passiamo al regolamento che andrà letto, condiviso e accettato senza riserve in tutte le sue parti.

REGOLAMENTO

Organizzazione:

A.S.D. Sardinia Sport Show – via Carlo Alberto, 24 09070 Narbolia-mail sardiniasportshow@gmail.com

Art. 1 PROVA E DESCRIZIONE DEL PERCORSO

Corsa a piedi non competitiva in ambiente naturale che percorrono i sentieri del Montiferru nel territorio del Comune di Santu Lussurgiu, Seneghe, Cuglieri.

Non è una gara di atletica leggera e non è una gara FIDAL

Non ci sono cancelli orari e non viene richiesta nessuna dotazione al seguito.

ELIGHES UTTIOSOS SPRING TRAIL (EUST)

La partenza e l'arrivo saranno presso l'agri-campeggio ELIGHES UTTIOSOS, località BIA JOSSO nel comune di Santu Lussurgiu.

Il percorso sarà segnalato con fiocchi arancioni, appesi su rami della bassa vegetazione e a terra laddove non vi fosse, oltre a cartelli direzionali.

Il percorso ha un senso anti-orario e vi ritroverete la segnaletica sempre sul lato sinistro nel senso di marcia con cadenza di distanza tra fiocchi di massimo 100 metri l'uno dall'altro.

Fiocchi di colore giallo indicheranno il sentiero errato.

DISTANZE PREVISTE

LONG RUN: 21 chilometri circa con dislivello complessivo 1050D+

SHORT RUN: 11 chilometri circa con dislivello complessivo 500D+

TREKKING ACCOMPAGNATO: 9 km circa

I tre percorsi previsti sono soggetti a lievi differenze che possono aumentarne la distanza anche del 10%

DESCRIZIONE SINTETICA PERCORSI

ELIGHES UTTIOSOS SPRING TRAIL: 99% strada sterrata, sentieri, mulattiere.

Art. 2 PARTECIPAZIONE

Queste gare (LONG RUN e SHORT RUN) sono aperte a tutte le persone, uomini e donne, che abbiano compiuto 18 anni al momento dell'iscrizione, tesserati o no a Federazioni o EPS, ma in ogni caso in possesso di certificato medico agonistico in corso di validità e di essere pienamente coscienti della lunghezza, delle difficoltà tecniche, della specificità della prova ed essere fisicamente pronti per affrontarla.

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

Per partecipare al Short run e al Long run è indispensabile:

- Aver acquisito, prima della corsa, una reale capacità d'autonomia personale che permetta di gestire i problemi creati da questo tipo di prova e particolarmente;
- Saper gestire i problemi fisici o mentali derivanti dalla fatica, i problemi digestivi, i dolori muscolari o articolari, le piccole ferite etc;
- Essere pienamente coscienti che il ruolo dell'organizzazione non è aiutare un corridore a gestire questi problemi:
- Essere pienamente coscienti che per questa attività in ambiente naturale la sicurezza dipende soprattutto dalla capacità del corridore ad adattarsi ai problemi riscontrati o prevedibili.

Non vi sono limitazioni per la partecipazione al Trekking

Art. 3 PARTECIPAZIONE ALLA CAMPAGNA "IO NON GETTO I MIEI RIFIUTI"

I vari posti di rifornimento saranno approvvigionati di sola acqua naturale potabile.

Saranno disponibili i bicchieri in plastica che verranno gettati negli appositi cesti collocati in ogni singolo punto di ristoro.

Non è consentito farsi accompagnare sul percorso da un'altra persona che non sia regolarmente iscritta.

Art. 4 CONDIZIONI PER L'ISCRIZIONE

Non ci sono limitazioni specifiche.

Il certificato medico deve essere prodotto all'atto dell'iscrizione sul sito internet Wedo Sport, verrà recepito e convalidato dalla agenzia incaricata della iscrizione e cronometraggio. Nel caso in cui il concorrente iscritto non fornisca il certificato medico sportivo, non potrà prendere parte alla competizione. Non vengono accettati certificati o iscrizioni al momento della partenza.

Art. 5 NUMERO MASSIMO DI ISCRITTI

ELIGHES UTTIOSOS SPRING TRAIL : 300.

Vengono garantiti i pacchi gara a tutti gli iscritti che provvedono all'iscrizione entro la data stabilita del 16 Maggio 2019 attraverso il sito internet www.wedosport.net.

Art. 6 MODALITÀ D'ISCRIZIONE

L'iscrizione al Long Run e al Short Run è da effettuarsi esclusivamente attraverso Wedo Sport.

L'iscrizione per i partecipanti al trekking è consentito anche sul posto ma non si garantisce il "pacco gara".

Per rendere effettiva l'iscrizione alle due distanze, dovrà essere espletata l'intera procedura gestita da Wedo Sport allegando il certificato medico di idoneità sportiva in corso di validità nonché la liberatoria firmata.

L'eventuale prenotazione al pranzo, di atleti e eventuali accompagnatori, è da espletarsi attraverso contatto diretto con la struttura recettiva che ospita l'evento, entro 48 ore prima dello stesso. Il numero massimo di posti a sedere è di 150

Al completamento dei posti a sedere, verrà chiusa la possibilità di prenotarsi.

La quota d'iscrizione comprende :

Pettorale con micro chip

Pacco gara (maglia in tessuto tecnico)

La quota di iscrizione non comprende:

Quanto non espressamente dichiarato alla voce "la quota d'iscrizione comprende".

Art. 7 PETTORALI

Ogni pettorale è rimesso individualmente a ogni concorrente all'atto della registrazione. Deve essere portato sul petto, sul ventre o sulla coscia ed essere reso visibile sempre nella sua totalità durante tutta la corsa. La partenza avverrà all'interno del parco dell'Agri campeggio ed è in contemporanea per le due distanze.

Prima della partenza gli atleti dovranno essere verificati come "pronti alla via" da addetti al cronometraggio, attraverso il sistema di rilevamento del microchip e quindi devono accertarsi di essere stati inseriti nel sistema. Al passaggio dei punti di controllo, siti nei vari punti ristoro, ogni concorrente deve assicurarsi di essere stato regolarmente registrato.

Al passaggio del traguardo, ogni atleta deve accertarsi di essere "punzonato" elettronicamente dagli stessi addetti al cronometraggio.

Art. 8 CLASSIFICHE E PREMI

Sarà redatta una classifica generale uomini e donne, riscontrabile sul sito Wedo Sport . Verranno premiati i primi tre classificati maschili e femminili in classifica generale delle due distanze e i primi arrivati per categoria sempre maschile e femminile.

Le categorie devono intendersi per anno compiuto e sono distinte in:

Under 30

30-35, 36-40, 41-45, 46-50, 51-55, 56-60

Over 60

I vincitori assoluti non entrano a far parte dei premi per categoria.

Non verrà distribuito nessun premio in denaro.

Art. 9 SICUREZZA, ASSISTENZA MEDICA E NORME PER IL RITIRO

Sul luogo di partenza/arrivo presidierà un mezzo di soccorso-assistenza.

Lungo il percorso sono posizionati mezzi 4X4, Bikers e personale addetto con radiotrasmittenti.

In caso di ritiro lungo il percorso, il corridore è obbligato, immediatamente, a recarsi sul posto di soccorso-assistenza-ristoro più vicino per comunicare il proprio abbandono.

Art. 10 PUNTI RISTORO, POSTI DI CONTROLLO

SHORT RUN:

due ristori artificiali (km 4 e km 7) e uno naturale (fonte Elighes Uttiosos) km 6

LONG RUN:

5 ristori artificiali (km 4, km 7, km 10, km 14, km 19) e uno naturale (fonte Elighes Uttiosos) km 6.

Ristoro finale all'arrivo per tutti.

È fatto divieto abbandonare lungo il percorso qualsiasi materiale.

Art. 11 POSTI DI CONTROLLO, SCOPA

Al vostro passaggio in alcuni punti prestabiliti (ristori artificiali), per monitorare la vostra posizione un incaricato rileverà il numero di pettorale. Vi chiediamo pertanto di agevolare tale operazione che è

indispensabile per la sicurezza, poiché il riscontro tra punti di controllo successivi permette di accertare che non ci siano concorrenti mancanti.

In coda la "scopa" seguirà a ruota l'ultimo atleta e si farà carico di accompagnarlo all'arrivo.

Art. 12 SQUALIFICHE

Chi contravvenisse tali regole ritenute fondamentali per il rispetto e la dignità di tutti e tutto, verrà squalificato e non potrà partecipare alle prossime edizioni. Tali termini saranno insindacabili e inderogabili.

I commissari di corsa presenti sul percorso e i capi-posto dei punti di controllo e ristoro sono abilitati a far rispettare il regolamento e nel caso ad applicare immediatamente una penalità seguendo la tabella seguente:

INFRAZIONE AL REGOLAMENTO PENALIZZAZIONE – SQUALIFICA

Taglio che rappresenta una riduzione importante (scorciatoia) – Perdita della posizione acquisita

Abbandono di rifiuti (atto volontario) da parte di un Concorrente – Squalifica immediata

Comportamento pericoloso accertato (che arrechi pericolo agli altri) – Squalifica immediata

Mancato passaggio a un punto di controllo – Perdita della posizione acquisita

Art. 13 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 a 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 deve sottoscrivere una liberatoria di scarico responsabilità che trova sul portale wedo sport

Art. 14 SPONSOR INDIVIDUALI

I corridori sponsorizzati possono esporre i loghi degli sponsor solamente sull'abbigliamento e il materiale usato durante la corsa. È proibito esporre ogni altro accessorio pubblicitario (bandiere, striscioni, ecc.) in qualsiasi punto del percorso, compreso l'arrivo.

Art. 15 DIRITTI ALL'IMMAGINE, PRIVACY E NEWSLETTER

Ogni concorrente rinuncia espressamente ad avvalersi dei diritti all'immagine durante la prova così come rinuncia a qualsiasi ricorso contro l'organizzazione e i suoi partners abilitati, per l'utilizzo fatto della sua immagine. Iscrivendosi a **EUST** si verrà inseriti automaticamente nella newsletter dell'organizzazione per permette di ricevere novità e dettagli della gara. È possibile essere rimossi inviando una mail all'indirizzo sardiniasportshow@gmail.com con oggetto RIMOZIONE NEWSLETTER

Art. 16 ACCETTAZIONE DEL REGOLAMENTO

La partecipazione al ELIGHES UTTIOSOS SPRING TRAIL comporta l'accettazione senza riserve del presente regolamento.

Ore 07,30: apertura dell'ufficio registrazioni gare presso la struttura dell'agri campeggio ELIGHES UTTIOSOS località BIA JOSSO (Santu Lussurgiu)

Ore 9,15: chiusura registrazione.

Ore 9,15: briefing pre-partenza

Ore 9,30: partenza del 2° ELIGHES UTTIOSOS SPRING TRAIL

Ore 13,00: premiazioni

Ore 13.30: pranzo degli atleti e accompagnatori (prenotazione e pagamento necessari) con contatto diretto con la proprietà: Angela Caratzu cell:3201741068 (Agricampeggio Elighes Uttiosos)

Art. 17 CONVENZIONE CAMPING & BREAKFAST

Per l'occasione, l'agri-campeggio ELIGHES UTTIOSOS, metterà a disposizione tutta una serie di servizi a disposizione di atleti e accompagnatori attraverso una tariffa speciale.

Per informazioni e per chi volesse usufruire di tale convenzione, può contattare la struttura ai seguenti recapiti:

AGRICAMPEGGIO ELIGHES 'UTTIOSOS (FACEBOOK)

ELIGHESUTTIOSOS (INSTAGRAM)

+39 320 174 1068 Cellulare e whatsapp