

# **IL REGOLAMENTO DELLA MANIFESTAZIONE DEVE ESSERE RISPETTATO DA TUTTI I PARTECIPANTI.**

## **Art.1 ORGANIZZAZIONE**

A.S.D. I Lupi Lumezzane, l'A.I.R.N.O. e l'AICS , con il patrocinio del comune di Lumezzane organizzano per Domenica 22 settembre 2019 la prima edizione del:" LUME TRA-IL "14 km; corsa in montagna e le manifestazioni collaterali di 4km non competitiva e 8km competitiva e non.

## **Art.2 INFO GENERALI**

La LUME TRA-IL 14km è una corsa a piedi in montagna competitiva, di oltre 14km e circa 800m. di dislivello positivo, con partenza Domenica 22 settembre ore 10:00 dalla località San Bernardo sotto l'osservatorio astronomico Serafino Zani in Lumezzane Bs.; tempo massimo: 3 ore e 30 minuti. La prova è svolta in maniera singola e in totale autonomia.

## **Art.3 REQUISITI DI PARTECIPAZIONE**

Per la partecipazione alla corsa è necessaria esperienza di montagna, assenza di vertigini, ottimo allenamento,

abbigliamento adeguato ad una temperatura che può andare da -10 a +25 gradi.

## **Art. 4 ISCRIZIONE**

Possono iscriversi gli atleti maggiorenni in possesso di certificato medico sportivo per l'attività agonistica (vedi art. 5), valido almeno fino al 24 settembre 2019

### Modalità di iscrizione

Le iscrizioni chiuderanno in caso del raggiungimento della quota iscritti 250

Ci si potrà iscrivere:

- online attraverso il link a PROZIS nella pagina eventi
- Presso Progetto Motorio via vallessabbia 33 Lumezzane Brescia.

### Quote d'iscrizione

- Dal 01 Luglio fino al 31 Agosto la quota d'iscrizione è di 12,00 euro
- Dal 01 settembre fino al 21 settembre la quota è di 16 euro
- Al giorno della gara cioè il 22 settembre il costo è di 20 euro

## LIBERATORIA

### **Liberatoria**

Ogni iscritto dovrà scaricare, leggere, compilare e consegnare la liberatoria al momento del ritiro dei pettorali.

## **OBBLIGATORIA PER IL RITIRO DEL PETTORALE LA LIBERATORIA COMPILATA E FIRMATA IN ORIGINALE.**

### **Nella quota di iscrizione è compreso:**

- pacco gara;
- chip da restituire;
- eventuali premi;
- ristori;
- assistenza sul percorso;
- buono bibita offerto dal GAIM.

### **Numero chiuso**

Il numero chiuso è di:

- 300 iscritti per i singoli;

### **Chiusura iscrizioni**

La chiusura delle iscrizioni seguirà le seguenti modalità:

- le iscrizioni verranno chiuse preventivamente al raggiungimento dei 300 iscritti singoli Dopo tale data saranno chiuse definitivamente le iscrizioni online.

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 ma sarà comunque garantito il ritiro del pacco gara.

### **Non è consentito:**

– il posticipo della quota di iscrizione all'anno successivo.

Qualsiasi atleta che venisse sorpreso, anche post gara, con il pettorale di un'altra persona, sarà squalificato.

## **Art. 5 CERTIFICAZIONE MEDICA**

Gli atleti che parteciperanno alle gare dovranno essere in possesso del certificato di idoneità alla pratica sportiva agonistica in corso di validità riportante la dicitura “atletica leggera”.

Con la loro iscrizione, i concorrenti certificano d'essere in condizioni fisiche e psichiche tali da poter affrontare la gara e riconoscono d'essersi documentati dei rischi e delle difficoltà del percorso; verrà richiesto al momento del ritiro del pettorale la compilazione e la sottoscrizione dell'autocertificazione.

Gli atleti devono essere in regola con il tesseramento alla Fidal o ad un ente di promozione sportiva riconosciuto dal Coni oppure in possesso della Run Card o Trail Card.

La mancata consegna del certificato, comporterà l'impossibilità assoluta da parte dell'organizzazione a far partire l'atleta.

Il certificato medico deve essere consegnato esclusivamente attraverso una delle seguenti modalità:

- sul portale web di PROZIS al momento dell'iscrizione online;
- al ritiro del pettorale esclusivamente per chi si è iscritto da progetto motorio.

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

Le operazioni di ritiro pettorale e pacco gara avverranno:

- Venerdì 20 settembre presso Progetto Motorio dalle ore 14:00 alle ore 20:00 via valle sabbia 33 Lumezzane
- Sabato 21 settembre a Progetto Motorio dalle ore 9:30 fino alle 13:00 via vallesabbia 33 Lumezzane
- Domenica 22 settembre in località San Bernardo dalle ore 7:30 fino alle ore 9:30

Per il ritiro del pettorale di gara è obbligatorio esibire un documento di identità valido.

Al momento del ritiro pettorale è obbligatorio consegnare la liberatoria compilata e firmata in originale, qualora si volesse ritirare il pettorale per un proprio conoscente è obbligatorio consegnare la sua liberatoria compilata e firmata in originale.

## **Art. 7 MATERIALE CONSIGLIATO**

È consigliato avere con sé il seguente materiale:

- zaino;
- acqua;
- calzature da trail;
- abbigliamento adeguato;
- barrette energetiche o alimenti solidi;
- telefono.

È consentito l'uso dei bastoncini.

Eventuali materiali aggiuntivi che potrebbero essere inseriti in elenco, verranno resi noti attraverso i canali ufficiali online.

## **Art. 8 TEMPO MASSIMO, CANCELLI ORARI, RITIRI**

Il tempo massimo per giungere all'arrivo è di 3 ore e 30 minuti.

Non saranno previsti cancelli orari.

In caso di ritiro il concorrente dovrà obbligatoriamente e al più presto avvertire il personale dell'organizzazione.

La segnalazione del proprio ritiro è fondamentale per evitare che vengano allertati i mezzi di soccorso in caso di mancato arrivo degli atleti.

È obbligatorio che gli atleti che abbiano deciso di ritirarsi lo facciano in corrispondenza dei punti di controllo o ristoro dove verrà ritirato il pettorale.

## **Art. 9 RISTORI**

Sono previsti 3 ristori lungo il percorso:

- Al Colmone dopo circa 4km
- Malga Artecle dopo circa 6,5 km;
- Colmone dopo circa 10km.

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**, la mancata osservanza comporterà alla squalifica immediata dalla gara.

All'arrivo sarà presente un ulteriore ristoro.

## **Art. 10 PUNZONATURA, CONTROLLI E PETTORALE**

Verrà effettuata la punzonatura 30 minuti prima della partenza, inoltre sul percorso saranno presenti dei punti di controllo per verificare il corretto passaggio degli atleti.

Il pettorale va appuntato in modo che sia ben visibile e accessibile in quanto contiene il chip per il rilievo dei tempi.

Il pettorale è strettamente personale, non è cedibile a terzi, non può essere manomesso e dovrà essere applicato nella sua grandezza.

La mancata osservanza di queste disposizioni comporterà la squalifica dell'atleta.

## **Art. 11 PARTENZA**

Alle 10.00 sarà dato il via in Località San Bernardo.

## **Art. 12 PERCORSO**

Dalla partenza si va verso i Grassi, per poi salire al Colmone, si prosegue per circa 1km su strada bianca e poi si scende fino ad imboccare la salita direttissima che prima ci portai all'interno di un bellissimo bosco e poi alla Malga Artecle. Continuando sulla ripida salita ci spostiamo verso il santuario dei bersaglieri per poi seguire nuovamente il sentiero e arrivare alla croce del Sonclino passiamo sulla vetta più alta di Lumezzane per poi scendere in prossimità dei parcheggi e imboccare il sentiero così nominato "Al Buco" discesa ripida e tecnica da prestare molta attenzione, terminata la discesa ci troviamo alla casa di Zanetti dove attraverseremo il recinto con animali, e poi ritorneremo al Colmone dove da lì questa volta scenderemo a destra verso la casa dei Giori, arrivati sull'asfalto ultimo sforzo, piccola salita per arrivare sopra l'osservatorio Zani ed eccoci all'arrivo, dove prima di tagliare il traguardo dovrete compiere un giro d'onore... arrivati atleti.

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

L'organizzazione si riserva il diritto di variare il percorso di gara; ogni modifica verrà comunicata direttamente sul sito.



## **Art. 13 ASSICURAZIONE**

La manifestazione è coperta da assicurazione per la responsabilità civile come da convenzione ACSI.

## **Art. 14 SICUREZZA E CONTROLLO**

Sul percorso saranno presenti addetti dell'organizzazione e personale della protezione civile in costante contatto con la base. Ambulanze e personale medico e paramedico stazioneranno in diversi punti del percorso, nonché alla partenza e all'arrivo. Lungo il tracciato saranno istituiti dei punti di controllo, dove addetti dell'organizzazione monitoreranno il passaggio degli atleti.

## **Art. 15 AMBIENTE**

I concorrenti dovranno tenere un comportamento rispettoso dell'ambiente, evitando 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.

## **Art. 16 METEO**

In caso di fenomeni meteo importanti (nebbia fitta, bufere di neve, forti temporali), l'organizzazione a suo esclusivo giudizio, si riserva 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 mettessero a rischio l'incolumità dei partecipanti, dei volontari o dei soccorritori.

## **Art. 17 SQUALIFICHE, PENALITÀ E RICORSI**

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 ad atleti, organizzatori o volontari;
- utilizzo di mezzi di trasporto in gara;
- scambio dei pettorali;
- utilizzo di sostanze dopanti;
- rispetto dell'intero regolamento;
- partire anticipatamente.

La penalizzazione potrà essere applicata immediatamente, nel punto dove sarà accertata l'eventuale infrazione, oppure a fine gara.

Il personale di soccorso può eventualmente consigliare agli atleti che ritengono fisicamente o psicologicamente inadatti a continuare il percorso di non proseguire la gara fino a quando non sottoposti a controllo da parte del medico di gara.

Contro la squalifica è ammesso il ricorso da parte del concorrente, da presentare in forma scritta alla direzione gara entro 30 minuti dalla pubblicazione dei risultati di gara. La direzione gara valuterà il ricorso e darà risposta nei tempi necessari; la decisione della direzione gara è definitiva e inappellabile.

## **Art. 18 PREMI**

Saranno assegnati:

– premi ai primi 3 uomini e alle prime 3 donne Assoluti che porteranno a termine la prova LUME TRA-IL 14km

– i primi 3:- over 35

- Over 40

- Over 50

- Over 60

-il primo/a di Lumezzane.

I premiati come Assoluti NON riceveranno anche i premi di categoria.

Non sono previsti premi in denaro.

Le premiazioni verranno effettuate alle ore 13:00

## **Art. 19 ANTI DOPING**

È data facoltà agli organizzatori di eseguire controlli a propria discrezione, con l'intento di smascherare l'utilizzo di sostanze dopanti. Il mancato assenso a tali controlli, verrà considerata

come prova dell'utilizzo di sostanze proibite, tradotta quindi in squalifica.

## **Art. 20 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 LUME TRA-IL.

## **Art. 21 DICHIARAZIONE DI 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.

**ATTENZIONE:** Eventuali modifiche, aggiunte, cambi di sedi ed orari verranno sempre comunicati a tempo debito attraverso i nostri canali ufficiali.