



Regione Siciliana
Assessorato Turismo
Sport e Spettacolo



MONTEROSSO TRAIL – 5^a edizione

DOMENICA 9 OTTOBRE 2022

20 km (disl. +/- 900 m) Trail Lungo competitivo

13 km (disl. +/- 450 m) Trail Corto competitivo

13 km (disl. +/-450 m) Walk non competitivo

REGOLAMENTO

ART 1. INFORMAZIONI GENERALI

L' **A.S.D. NO AL DOPING RAGUSA** e la **UISP** Comitato Territoriale Iblei, in collaborazione con il Comune di Monterosso Almo, organizzano domenica 9 ottobre 2022 la quinta edizione della manifestazione podistica "Monterosso Trail".

La gara di 20 km è valida per l'assegnazione dei titoli di "**Campione Regionale di Categoria FIDAL di Trail CORTO**".

La gara di 13 km è valida come **prova di Grand Prix Provinciale degli Iblei** (N.B.: chi completa il trail di 20 km gli verrà assegnato il punteggio secondo quanto regolamentato da Fidal Ragusa).

L'evento sportivo prevede un trail lungo competitivo di 20 km, un trail corto competitivo di 13 km ed un walk non competitivo di 13 km, con partenza domenica mattina dalla centrale Piazza Sant'Antonio di Monterosso Almo (RG).

I percorsi si snodano su sentiero e traccia libera all'interno del Parco di Canalazzo.

ART 2. PROGRAMMA E MANIFESTAZIONI

Specifiche:

1. Trail Lungo di Monterosso 20 km. (900D+)
2. Trail Corto di Monterosso 13 km. (450 D+)
3. Walk di Monterosso 13 km. (450 D+)

Per tutte le manifestazioni è previsto andamento a velocità libera e in regime di semi-autosufficienza.



Regione Siciliana
Assessorato Turismo
Sport e Spettacolo



Programma:

Sabato 8 ottobre 2022:

- 17:00 – 19:00 | Ritiro pettorale presso Segreteria – Piazza Sant’ Antonio

Domenica 9 ottobre 2022:

- 07:30 | Ritrovo e ritiro pettorale presso Segreteria – Piazza Sant’ Antonio
- 08:15 | Briefing
- 09:00 | Partenza UNICA Trail Lungo, Corto e Walk
- 12:00 | Ristoro finale e premiazioni

ART 3. CONDIZIONI DI PARTECIPAZIONE

Trail running e Walk trail. Sono ammesse alla partecipazione tutte le categorie previste dal regolamento FIDAL.

Possono iscriversi solo gli atleti tesserati per una società sportiva affiliata all’ente di promozione sportiva **UISP** o **tesseramento con società affiliate alla FIDAL** o in possesso di **RUNCARD**.

È obbligatorio essere muniti di certificato medico per attività sportiva. Gli atleti non tesserati possono partecipare facendo richiesta di tesseramento con UISP Comitato Territoriale Iblei al costo di 5 euro presentando copia del documento d’identità e del certificato medico sportivo.

Possono partecipare gli atleti che abbiano compiuto 18 anni al momento dell’iscrizione.

ART 4. ISCRIZIONI

Iscrizioni entro e non oltre le ore 24:00 di martedì 4 ottobre 2022, la procedura di iscrizione va effettuata inviando copia comprovante l’avvenuto pagamento unitamente ad eventuali allegati a: causaranoguglielmo@gmail.com

Al momento dell’iscrizione indicare la propria tessera **UISP** o tessera **FIDAL** (se si vuole competere per il titolo di Campione Regionale di Categoria Fidal).

Inoltre sarà possibile iscriversi direttamente **online** al sito: <https://www.smartcrono.net/evento/monterosso-trail-2022> (link diretto)

Quote d’iscrizione:

a) Trail Lungo 20 Km = € **15,00** dà diritto a: Servizio di cronometraggio e stesura classifica; Medaglia; Assistenza Sanitaria; Ristori in gara; Ristoro finale; Servizi igienici.

b) Trail Corto 13 Km = € **10,00** dà diritto a: Servizio di cronometraggio e stesura classifica; Medaglia; Assistenza Sanitaria; Ristori in gara; Ristoro finale; Servizi igienici.

c) Walk Trail 13 Km = € **8,00** dà diritto a: Medaglia; Assistenza Sanitaria; Ristori in gara; Ristoro finale; Servizi igienici.



Regione Siciliana
Assessorato Turismo
Sport e Spettacolo



FEDERAZIONE ITALIANA
DI ATLETICA LEGGERA
Comitato Regionale SICILIA



UISP
sportpertutti
Comitato Iblei

MODALITA' DI PAGAMENTO:

Bonifico bancario

Intestato a: ASD NO AL DOPING RAGUSA

IBAN: IT63 V087 1317 0000 0000 0420 114

Banca di Credito Cooperativo di Pachino (SR) filiale di Ragusa

Causale: Monterosso Trail lungo o Trail corto o Walk, il nome o nomi partecipanti.

L'iscrizione è personale e definitiva, non sono ammessi scambi di pettorale e/o sostituzioni di nominativi.

Non è prevista la possibilità di annullamento dell'iscrizione ed in caso di mancata partecipazione non sarà effettuato alcun rimborso delle somme pagate.

ART 6. EQUIPAGGIAMENTO

La partecipazione alla manifestazione prevede l'utilizzo di materiale obbligatorio che il concorrente deve avere sempre con sé nel corso di tutto il percorso. Il materiale indicato rappresenta un minimo vitale che consente di affrontare la prova in sicurezza, ma che deve essere integrato in funzione delle singole esigenze.

Equipaggiamento obbligatorio relativo al Trail e Walk:

- Riserva d'acqua di almeno 1/2 litro (I partecipanti dovranno ripartire anche dai ristori con la riserva idrica)
- Bicchiere personale o borraccia a bocca larga
- Fischietto
- Telefono cellulare con il numero dell'organizzazione **(+39) 331 5785084** (Guglielmo Causarano)

Equipaggiamento consigliato:

- bastoncini da trekking
- k-way

ART 7. CANCELLI E TEMPO MASSIMO

Saranno classificati tutti gli atleti giunti al traguardo entro le **4 ore** dalla partenza.



Regione Siciliana
Assessorato Turismo
Sport e Spettacolo



ART 8. PERCORSO E SEGNALETICA

I concorrenti dovranno rispettare rigorosamente il percorso di gara, segnalato con cartelli e nastro che verranno mostrati durante il briefing.

Al termine della manifestazione sarà cura dell'organizzazione provvedere al loro recupero.

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

ATTENZIONE: SE NON VEDETE PIU' ALCUN SEGNALE TORNATE INDIETRO.

ART 9. SICUREZZA E ASSISTENZA MEDICA

Sul percorso saranno presenti addetti dell'organizzazione. Ogni corridore in difficoltà potrà chiamare i soccorsi:

- presentandosi ad un punto di ristoro
- chiamando i numeri di soccorso
- chiedendo ad un altro corridore di avvisare i soccorsi

Ogni corridore deve prestare assistenza a tutte le persone in difficoltà ed avvisare i soccorsi.

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.

Tutti i concorrenti ai fini della sicurezza devono rimanere sui sentieri tracciati.

ART 10. PUNTI DI CONTROLLO E RISTORI

Lungo il tracciato saranno istituiti dei **punti di controllo**, dove addetti dell'organizzazione monitoreranno il passaggio degli atleti. L'atleta che si opporrà al controllo verrà immediatamente squalificato.

Nonostante le gare siano in semi-autonomia, saranno comunque istituiti lungo il percorso ristori con liquidi e solidi.

I punti ristoro in gara saranno sprovvisti di bicchieri, pertanto, tutti i partecipanti dovranno equipaggiarsi di bicchiere personale o borraccia a bocca larga.

ART 11. AMBIENTE

I concorrenti dovranno tenere un comportamento rispettoso dell'ambiente, evitando in particolare di disperdere rifiuti, distruggere la flora o molestare la fauna.

Ad ogni ristoro saranno presenti sacchi neri per gettare eventuali rifiuti.



Regione Siciliana
Assessorato Turismo
Sport e Spettacolo



Chiunque sarà sorpreso ad abbandonare rifiuti lungo il percorso sarà squalificato dalla gara.

ART 12. PREMIAZIONI

Saranno premiati nel Trail Lungo - 20 km:

- I primi 3 arrivati Uomini e Donne.

- I primi 3 di ogni categoria FIDAL maschile e femminile. Inoltre, verrà consegnata la maglia di “CAMPIONE REGIONALE FIDAL” al primo di ogni categoria iscritto con tesseramento FIDAL.

- I premi NON sono cumulabili.

Saranno premiati nel Trail Corto - 13 km:

- I primi 3 arrivati Uomini e Donne.

- Il primo di ogni categoria FIDAL maschile e femminile.

Non sono previsti premi per i partecipanti al Walktrail.
Il premio verrà consegnato **SOLO all'atleta presente.**

ART 13. DIRITTI D'IMMAGINE E DICHIARAZIONE DI RESPONSABILITA'

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 ritraggono in occasione della partecipazione alla manifestazione.

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.

La partecipazione ad una delle manifestazioni comporta l'accettazione senza riserve del presente regolamento.

ART 14. AUTORIZZAZIONE PRIVACY

Leggendo ed accettando (in fase di registrazione) il concorrente autorizza il trattamento dei dati personali ai sensi del D.Lgs 30/06/2003 n. 196 e s.m.i. “Codice in materia di protezione dei dati personali”.



Regione Siciliana
Assessorato Turismo
Sport e Spettacolo



ART 15. AVVERTENZE FINALI

Il comitato organizzatore si riserva di modificare il presente regolamento in qualunque momento per motivi che riterrà opportuni per una migliore organizzazione della gara.

Eventuali modifiche a servizi, luoghi e orari saranno opportunamente comunicate agli atleti iscritti.

ART 16. INFORMAZIONI E CONTATTI

Website: www.maratonadiragusa.com

E-mail: causaranoguglielmo@gmail.com

Cellulare: (+39) 331 5785084 (Organizzatore: Causarano Guglielmo)



Regione Siciliana
Assessorato Turismo
Sport e Spettacolo

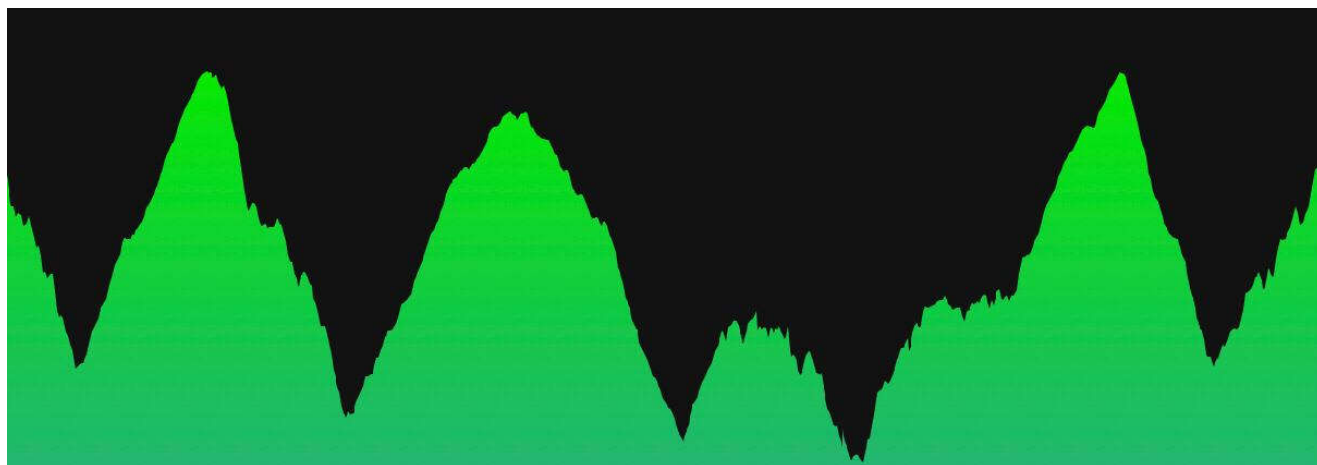
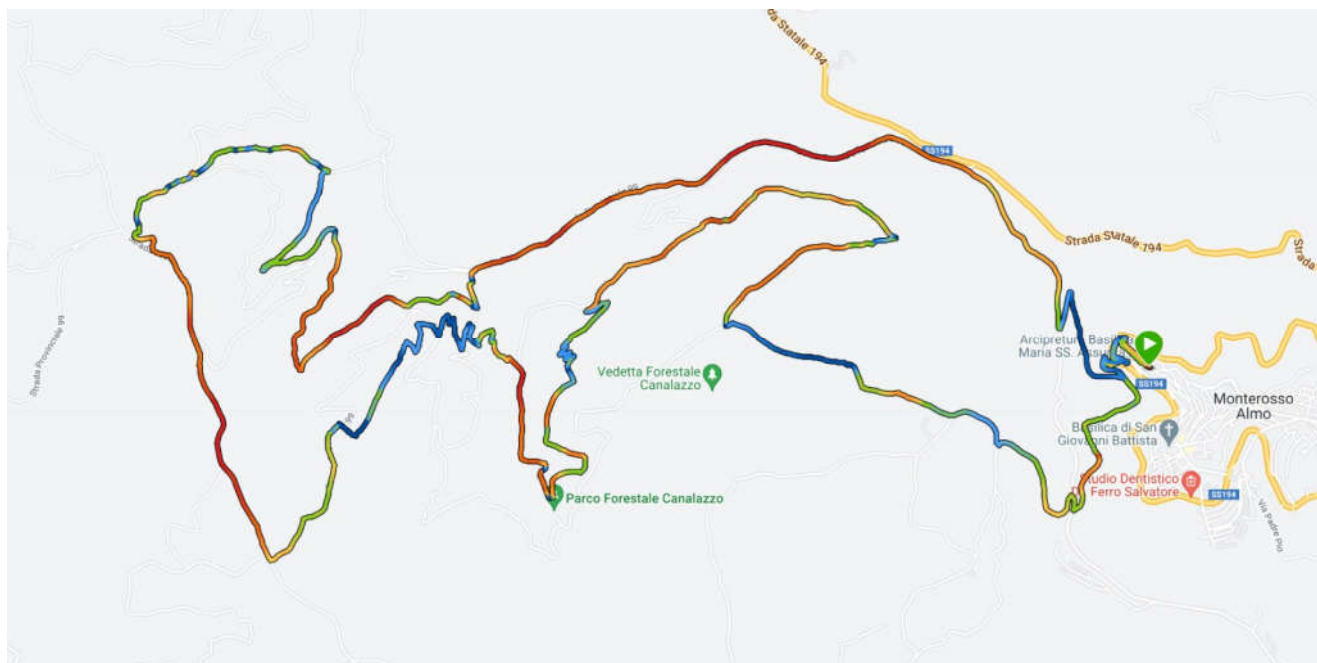


FEDERAZIONE ITALIANA
DI ATLETICA LEGGERA
Comitato Regionale **SICILIA**



UISP
sportpertutti
Comitato Iblei

PERCORSO MONTEROSSOTRAIL 20K





Regione Siciliana
Assessorato Turismo
Sport e Spettacolo



PERCORSO MONTEROSSOTRAIL 13K

