

L'Aquila - Gran Sasso One Hundred 2023

6 - 8 ottobre 2023

L'Aquila

REGOLAMENTO UFFICIALE

Art. 1 - ORGANIZZAZIONE

L'Aquila - Gran Sasso One Hundred Mountain Trail è organizzata da **Atleticom ASD**, con sede a Montelibretti (RM), 00010 Piazza Giacomo Matteotti 3.

La manifestazione è inserita nel calendario nazionale **FIDAL** 2023 (Trail).

*** Il Comitato Organizzatore si riserva di modificare, dopo approvazione FIDAL, il presente regolamento di gara in base alle disposizioni delle Istituzioni competenti, pertanto invitiamo tutti i partecipanti a consultarlo e rimanere sempre aggiornati.**

Art. 2 - INFORMAZIONI GENERALI

L'Aquila - Gran Sasso One Hundred Mountain Trail è una corsa di montagna che si svolge nell'area del Gran Sasso, tra il 6 e l'8 ottobre 2023. I percorsi offerti sono:

Le prove Competitive sono sulle seguenti distanze:

2.1) 100 MIGLIA (160 Km)

2.2) 100 Km (100 KM)

2.3) 30 Km

2.4) 15 Km

Il percorso non competitivo è:

2.5) 15 Km, Nordic Walking, Trekking

Art. 3 - REQUISITI DI PARTECIPAZIONE GARE COMPETITIVE

Possono partecipare gli atleti italiani e stranieri tesserati **FIDAL** 2023 e **WA** 2023, e gli atleti italiani e stranieri tesserati **Run Card e Run Card EPS** in possesso di certificato medico di idoneità all'atletica leggera agonistica in corso di validità.

I requisiti minimi per l'iscrizione delle prove da 30 Km a salire sono i seguenti:

- Gli atleti devono avere una precedente esperienza nella corsa in montagna, non devono soffrire di vertigini, avere un elevato standard di preparazione mentale e fisica e disporre di attrezzature adeguate alle temperature che possono avere grandi variazioni.

- Avere almeno 20 (millesimo di età) per le gare di 100 miglia, 100km, 30km e 18 anni (millesimo di età) per la gara di 15km alla data del 22 ottobre 2023

- Solamente per la gara sulla distanza da 100 Miglia (160 km), è necessario aver effettuato almeno una gara verificabile di 50 miglia (80 km) o più chilometri non-stop deve anche essere stata completata entro il limite di tempo nei tre anni precedenti la data di inizio dell'evento.

Art. 4 - REQUISITI DI PARTECIPAZIONE ALL'EVENTO NON COMPETITIVO

La partecipazione alla 15 km Non Competitiva è aperta a tutti senza limiti di età o tesseramento. Può essere percorsa con varie specialità:

corsa in montagna, nordic walking e trekking.

L'iscrizione alla manifestazione implica la tacita dichiarazione di autocertificazione di idoneità fisica alla pratica dell'attività sportiva "non agonistica" secondo quanto previsto dalla normativa vigente in materia e, pertanto, esonera gli organizzatori dal richiedere tale certificato medico. Il partecipante solleva il Comitato Organizzatore e i suoi partner da ogni responsabilità circa la propria idoneità fisica a prendere parte alla manifestazione e da ogni responsabilità sia civile che penale, per danni a persone e/o cose da lui causati o a lui derivati dalla partecipazione alla corsa. Dichiaro inoltre di concedere la propria autorizzazione ad utilizzare qualsiasi sua immagine relativa alla partecipazione all'evento per qualsiasi legittimo utilizzo senza remunerazione.

Per la prova da 15 km non competitiva non è previsto il rilevamento cronometrico del partecipante.

Art. 5 - ISCRIZIONI

Le iscrizioni a **L'Aquila - Gran Sasso One Hundred Mountain Trail** dovranno essere effettuate in modalità online fino al 18 ottobre 2023 tramite il portale https://iscrizioni.asdatleticom.it/inscripcion/100k-l-aquila-e-gran-sasso-mountain-trail/inscripcion_fidal/

5.1) Restrizioni di iscrizione

- I seguenti atleti non possono iscriversi alla gara:
- Atleti che sono stati squalificati in un'altra gara per l'uso di sostanze che migliorano le prestazioni.

5.5) Prezzo iscrizioni:

100 Miglia	130,00 €
100 Km	95,00 €
30 km	50,00 €
15 Km	28,00 €

15 Km Non Competitiva 20,00 €.

Art. 6 - KIT

- Bracciale
- T-shirt tecnica
- Pettorale con chip di cronometraggio
- Assicurazione RC

***Per le distanze più brevi il kit non comprenderà tutti i gadget**

Art. 7 - SERVIZI TECNICI

servizio ristoro per idratazione e alimentazione durante e dopo la gara

- Servizio medico immediato
- Servizio di soccorso lungo il percorso
- Servizio fotografico e video
- Live streaming e traccia GPS

8) Numero massimo di atleti - Le gare competitive sulle distanze di 100 miglia, 100 Km e 30 km sono a numero chiuso.

100 M = 150 iscritti;

100 Km = 300 iscritti;

30 Km = 500 iscritti;
15 Km = libera (no numero chiuso)
15K non Competitiva = libera (no numero chiuso).

Art. 9 - CANCELLAZIONE

Cancellazione - Se l'atleta non è in grado di partecipare alla gara e desidera annullare la propria iscrizione, deve informare gli organizzatori via e-mail all'indirizzo onehundred@atleticom.it

politica di rimborso

Fino a 30 giorni prima dell'evento = 50% di credito per l'iscrizione ad eventi 2024; Fino a 15 giorni prima dell'evento = 25% di credito per l'iscrizione ad eventi 2024.

Nessun rimborso, bonifico o reso in contanti sarà emesso in nessun'altra circostanza. I pettorali sono nominativi, perciò non è consentita la vendita di iscrizioni a terzi. Nessun rimborso o accredito sarà riconosciuto in caso di cambio di percorso.

Comprendiamo che sorgono problemi dell'ultimo minuto che possono impedire a un atleta di raggiungere la linea di partenza. Sosteniamo la maggior parte dei costi all'inizio del processo di pianificazione e questa politica di rimborso rappresenta la nostra capacità di fornire ragionevolmente un rimborso per gli atleti che non possono partecipare, pur mantenendo i nostri tassi di iscrizione più bassi e di qualità più alta.

Se la gara viene annullata a causa di circostanze fuori dal nostro controllo fino a 15 giorni prima della gara, gli organizzatori si riservano il diritto di rimborsare il 50% della quota di iscrizione pagata. Tale percentuale è calcolata in modo da consentire agli organizzatori di coprire una parte dei costi sostenuti che non possono essere recuperati.

Se la gara viene annullata per non aver raggiunto un numero minimo di partecipanti, gli organizzatori si riservano il diritto di annullare la gara fino a 30 giorni prima dell'evento, restituendo le somme già pagate, senza obbligo di pagare eventuali prenotazioni alberghiere o altre spese di soggiorno o di viaggio, compresi i biglietti aerei e qualsiasi altro costo che l'atleta possa aver sostenuto per se stesso o per gli altri che lo accompagnano, nonché eventuali compensi aggiuntivi.

Nel caso in cui l'evento venisse annullato o interrotto per motivi atmosferici, o per qualsiasi altro motivo al di fuori del controllo del Comitato Organizzatore, non ci sarà alcun rimborso della quota di iscrizione.

Non è consentito quanto segue:

- Posticipare l'iscrizione all'anno successivo
- Partecipare ad altre tappe invece della tappa a cui l'atleta si è iscritto
- Scambio di pettorali con chiunque non sia l'atleta iscritto stesso
- Le modifiche alla registrazione devono essere richieste via e-mail onehundred@atleticom.it entro il 15 settembre 2023.

Qualsiasi atleta trovato con il numero di corsa di un altro atleta durante o dopo la gara sarà squalificato e inserito nella lista nera One Hundred@.

Art. 10 - PROGRAMMA

Il programma completo è disponibile sul sito
<https://gransasso.onehundred.run>

***Il programma dell'evento potrebbe subire delle variazioni per esigenze organizzative, pertanto invitiamo tutti i partecipanti a consultarlo e rimanere sempre aggiornati.**

I kit degli atleti saranno distribuiti alla segreteria di gara. Per ricevere i loro kit gli atleti devono presentare un documento d'identità valido, con foto e tutte le attrezzature obbligatorie.

Art. 11 -EQUIPAGGIAMENTO OBBLIGATORIO

La seguente attrezzatura è obbligatoria e deve essere trasportata dagli atleti durante tutta la gara:

11.1) 100 M e 100 Km

- zaino idratante o portabottiglie d'acqua con una capacità combinata di almeno 1 litro
- Giacca impermeabile o giacca a vento
- Cappello o fascia tipo buff/scaldacollo
- Coperta termica
- Fischiello
- Due lampade frontali con batterie di ricambio
- Bicchiere o bottiglia d'acqua. Per ridurre l'uso della plastica, non ci saranno utensili usa e getta (posate, tazze, piatti, ciotole) disponibili nei punti di ristoro, quindi tutti gli atleti dovrebbero portare il proprio materiale se desiderano mangiare cibi caldi/freddi.
- Telefono cellulare
- Localizzatore GPS fornito al momento del check-in della gara
- Pettorale visibile per tutta la gara

È responsabilità degli atleti portare attrezzature che rispettino questi criteri. In caso di verifica prima o durante la gara, il commissario o il giudice deciderà se l'attrezzatura soddisfa i criteri descritti nel regolamento o, altrimenti, l'atleta sarà squalificato.

L'attrezzatura obbligatoria può essere utilizzata o trasportata all'interno dello zaino o delle tasche.

Tutte le attrezzature obbligatorie saranno controllate quando gli atleti ritireranno il kit. A chi non presenterà tutto il materiale dell'attrezzatura obbligatoria sarà impedito di iniziare la gara.

Inoltre, durante la gara verranno eseguiti controlli una tantum.

11.2) Attrezzatura consigliata

Si consiglia ai partecipanti alla gara di portare con sé le seguenti attrezzature, oltre a quelle obbligatorie:

- Maglione caldo per la notte
- Barrette energetiche o cibi solidi
- Nastro adesivo elastico
- denaro per l'uso in qualsiasi evenienza
- Sono ammessi bastoni da corsa / da passeggio
- Occhiali da sole
- Crema solare

Art. 12 - TERMINI MASSIMI E TEMPI LIMITE

I limiti di tempo massimi nella devono essere rispettati dagli atleti durante la gara.

I limiti di tempo sono di:

- 36 ore per la 100 Miglia (160 km)
- 20 ore per la 100 km
- 6 ore per la 30 km
- 4 ore per la 15 km

I cancelli orari si trovano ai punti di controllo.

I cancelli orari sono i seguenti:

- 100 Miglia (160 km): 24 ore Castel del Monte / 30 ore Assergi / 40 ore Capitignano
- 100Km: 12 ore Assergi

Gli atleti che non raggiungeranno questi punti entro le scadenze stabilite non potranno proseguire la gara. E' vietato procedere dal punto di taglio per poi riutilizzare le aree di rifornimento. I giudici di gara si riservano il diritto di squalificare gli atleti che violano il regolamento.

Per proteggere la salute dei partecipanti, il personale medico ai posti di controllo ha l'autorità di fermare i corridori ritenuti inadatti a continuare la gara, anche entro i limiti di tempo. In questo caso, il partecipante deve seguire le istruzioni dell'equipe medica. Chiunque non lo faccia sarà immediatamente squalificato.

I partecipanti che raggiungono i punti di controllo dopo il tempo massimo, coloro che sono infortunati e coloro che sono ritenuti inadatti dall'equipe medica a continuare la gara, e gli eventuali altri atleti che decidono di rinunciare, saranno portati all'arrivo da mezzi trasporto forniti dall'organizzazione. Per motivi logistici, gli atleti che si sono ritirati potrebbero dover aspettare prima di essere trasportati all'area di arrivo.

Qualsiasi partecipante che si ritiri dalla gara in un punto diverso dai punti di controllo stabiliti deve informare immediatamente telefonicamente gli organizzatori della gara al numero indicato dall'organizzazione.

Tutti i partecipanti 100M e 100K riceveranno un dispositivo gps tracker al check-in della gara e ogni dispositivo include un pulsante di emergenza. Il corridore deve utilizzare il pulsante solo in caso di emergenza e se il pulsante viene premuto il corridore sarà immediatamente squalificato dalla gara e non potrà riprendere.

LIFE POINT

Lungo il percorso della **L'Aquila - Gran Sasso One Hundred Mountain Trail** sono stati istituiti diversi "Life point" in cui gli atleti in gara avranno la possibilità di bere, mangiare, riposarsi e se necessario avere assistenza medica.

Art. 13 - STAZIONI DI RIFORNIMENTO, SUPPORTO EQUIPAGGIO E BORSA INDUMENTI
L'Aquila - Gran Sasso One Hundred Mountain Trail è una gara di semi-autosufficienza e gli atleti sono tenuti a portare quantità minime di acqua, così come tutte le altre attrezzature elencate come obbligatorie. La semi-autosufficienza è definita come la capacità di essere autonomi tra le stazioni di rifornimento ed essere in grado di adattarsi in sicurezza a qualsiasi problema (maltempo, sofferenze fisiche, infortuni, ecc.).

Quando lasciano i punti di controllo, gli atleti devono avere abbastanza acqua e cibo per raggiungere il prossimo punto di controllo. Le squadre di supporto, individuali (inclusi familiari e amici) possono assistere gli atleti solo in determinate spazi nei punti di controllo come definito dal coordinatore del punto. Solo una persona per atleta può fornire assistenza e sarà ammessa all'area 15 minuti prima dell'arrivo dell'atleta.

Ogni atleta 100M e 100K riceverà la sua borsa di supporto con il proprio pettorale e solo queste saranno trasportate dall'organizzazione al punto di controllo designato. Gli atleti potranno inserire vestiti o cibo. Non sono tuttavia ammesse bottiglie di vetro. La consegna dei kit dovrà seguire il programma dell'evento. Si consiglia agli atleti di non riporre oggetti di valore nel kit. L'organizzazione non è responsabile per eventuali furti, perdite o danni. I bastoni da corsa / da passeggio non sono ammessi nel kit. I kit possono essere ritirati durante la gara seguendo il programma dell'evento, previa presentazione del pettorale. I kit non ritirati saranno donati.

Le seguenti stazioni di rifornimento e i loro servizi sono a disposizione degli atleti:

Solo i corridoi con pettorali visibili hanno accesso alle stazioni di rifornimento.

È espressamente vietato agli atleti bere dalle bottiglie fornite presso le stazioni di rifornimento: devono essere utilizzati bicchieri personali. I rifiuti devono essere lasciati in ogni stazione di rifornimento.

Ci sarà anche un ristoro all'arrivo. Inoltre, ogni partecipante può avere un pasto caldo all'arrivo. Per gustare questo pasto caldo, è necessario presentare il numero di pettorale.

Sul percorso si trovano diversi fiumi, fontane e centri abitati dove è possibile rifornirsi di acqua.

L'eventuale acquisto di cibo o bevande in luoghi non autorizzati è a carico del concorrente.

Art. 14 - ITINERARIO

La maggior parte dei percorsi de **L'Aquila - Gran Sasso One Hundred Mountain Trail** sono collinari e montani, così come parte del Parco Nazionale del Gran Sasso. Questo itinerario richiede la capacità di correre su diversi tipi di terreno, sentieri e torrenti, così come in aree rocciose e allagate, e lungo fiumi.

In caso di condizioni meteorologiche avverse e qualsiasi area del percorso diventi inaccessibile, percorsi alternativi saranno proposti nel briefing prima dell'inizio della gara.

Gli atleti devono seguire rigorosamente il percorso segnalato ed evitare scorciatoie o tagli del percorso. Eventuali deviazioni dal percorso ufficiale possono comportare la squalifica e saranno a rischio esclusivo degli atleti.

Art. 15 - ASSICURAZIONE DEGLI ATLETI

Tutti gli atleti de **L'Aquila - Gran Sasso One Hundred Mountain Trail** devono essere coperti da un'assicurazione che copra la morte e l'invalidità per incidente e per atleta, oltre alle spese mediche e ospedaliere. L'organizzazione è coperta da polizza RC fornita da primaria compagnia assicurativa.

Art. 16 - SQUADRA DI SOCCORSO

Tutti gli atleti de **L'Aquila - Gran Sasso One Hundred Mountain**

Trail hanno a disposizione una squadra di soccorso, composta da operatori della Protezione Civile, Soccorso Alpino, vigili del fuoco, infermieri e medici. Questi saranno posizionati lungo il percorso e saranno a piedi, in auto e ambulanze. Ci saranno varie stazioni mediche lungo il percorso.

Art. 17 - AMBIENTE

La maggior parte dei percorsi si trovano in aree di montagna, altre parti in zone agricole e altre aree con ecosistemi naturali ricadenti tutti all'interno del Parco Nazionale del Gran Sasso Monti della Laga. **I partecipanti sono quindi obbligati a rispettare l'ambiente**, non lasciando rifiuti, non raccogliendo fiori e disturbando la fauna selvatica. In vari punti di rifornimento ci sono luoghi in cui gli atleti possono lasciare i rifiuti. L'organizzazione consiglia agli atleti di portare un piccolo sacco di rifiuti.

Gli atleti devono seguire il percorso segnalato in modo da non causare danni all'ambiente.

Per ridurre l'uso della plastica, non saranno disponibili utensili usa e getta (posate, bicchieri, piatti, ciotole) nei punti di ristoro; quindi, gli atleti devono portare i propri utensili se desiderano mangiare cibi caldi e/o freddi.

Art. 18 - METEO

I percorsi de **L'Aquila - Gran Sasso One Hundred Mountain Trail** possono subire variazioni meteorologiche e nel caso in cui siano molto avversi (nebbia densa, neve e ghiaccio o temporale), l'organizzazione si riserva il diritto di apportare modifiche dell'ultimo minuto, anche durante la gara, nel percorso, per eliminare potenziali pericoli o condizioni che possono causare difficoltà agli atleti. Gli atleti saranno informati di questi cambiamenti. L'organizzazione si riserva inoltre il diritto di sospendere o annullare la gara se le condizioni meteorologiche mettono in pericolo atleti, volontari o squadre di supporto. Se necessario, gli organizzatori forniranno e comunicheranno un "piano B" fino a 24 ore prima dell'inizio della gara.

Art. 19 - SQUALIFICA, SANZIONI E RISORSE

Eventuali reclami dovranno essere presentati nel rispetto delle norme della FIDAL e del R.T.I.

Art. 20 - PREMIAZIONI

La Gran Sasso World Championship si correranno individualmente, ogni atleta correrà il percorso nella sua interezza, Ai fini dell'iscrizione, della classifica e dell'assegnazione sono previste le seguenti categorie, prendendo come data di riferimento l'età al 31 dicembre 2023.

M/D Assoluti: da 18 a 29 anni
M/D Adulti: dai 30 ai 39 anni
M/D Master: dai 40 ai 49 anni
M/D Ultra Senior: oltre 49 anni

Premi:

- 100M e 100K

Premio con medaglie: Distribuito come segue:

- 100M: Tutti i finisher riceveranno la medaglia **L'Aquila - Gran Sasso One Hundred Mountain Trail**.

- 100K: Tutti i finisher riceveranno la medaglia **L'Aquila - Gran Sasso**

One Hundred Mountain Trail.

- 30K, 15K: tutti i partecipanti che taglieranno la linea di arrivo riceveranno la medaglia **L'Aquila - Gran Sasso One Hundred Mountain Trail.**

Class.	1° (M/W)	2° (M/W)	3° (M/W)	4° (M/W)	5° (M/W)
100Mi	2.000,00 €	1.300,00 €	650,00 €	325,00 €	250,00 €
30-39 years	150,00 €	100,00 €	50,00 €	0,00 €	0,00 €
41-49 years	150,00 €	100,00 €	50,00 €	0,00 €	0,00 €
> 49	150,00 €	100,00 €	50,00 €	0,00 €	0,00 €
100Km	1.150,00 €	650,00 €	325,00 €	250,00 €	175,00 €
30-39 years	150,00 €	100,00 €	50,00 €	0,00 €	0,00 €
41-49 years	150,00 €	100,00 €	50,00 €	0,00 €	0,00 €
> 49	150,00 €	100,00 €	50,00 €	0,00 €	0,00 €
30Km	250,00 €	150,00 €	100,00 €	0,00 €	0,00 €
15Km	250,00 €	150,00 €	100,00 €	0,00 €	0,00 €

I premi in danaro saranno conferiti da One Hundred Group Ltd entro tre mesi dalla gara, mediante bonifico bancario internazionale. I beneficiari dovranno fornire alla organizzazione tutti i propri dati bancari incluso CIC o Swift code.

Art. 21 - ANTIDOPING

La gara si svolge sotto l'egida della legge Italiana.

Iscrivendosi a L'Aquila - Gran Sasso One Hundred Mountain Trail, ogni atleta deve:

- Dichiarare all'organizzazione qualsiasi informazione relativa all'uso di una prescrizione soggetta a esenzione per uso terapeutico (TUE) tramite l'e-mail onehundred@atleticom.it

Gli atleti possono essere malati o avere condizioni che richiedono l'ingestione di alcuni farmaci. Se questo medicinale, assunto allo scopo di trattare una malattia o condizione, è nell'elenco delle sostanze proibite, il TUE può consentire all'atleta di assumere il medicinale. Per maggiori informazioni: www.wada-ama.org/en/science-medical. Queste informazioni devono essere fornite il prima possibile e all'ultimo prima dell'inizio della gara.

- Accettare tutte le richieste di prelievi e analisi di urine e/o sangue e/o capelli relative alle richieste avanzate dal medico dell'organizzazione, fermo restando che eventuali spese relative all'esecuzione di tali campioni e delle relative analisi sono di diretta responsabilità dell'organizzazione.

- Accettare di rispondere a tutte le chiamate che il medico dell'organizzazione può inviargli sulla base di informazioni mediche su di lui, per discutere della sua capacità, o meno, di partecipare alla gara in cui è iscritto. Al termine della consultazione il medico può guidare la giuria del test se il corridore debba essere escluso da esso, per motivi medici.

Per tutte le informazioni sulla lotta al doping, vi invitiamo a consultare il sito dell'Agenzia Mondiale Antidoping: www.wada-ama.org.

Art. 21 - DIRITTI D'IMMAGINE

Al momento dell'iscrizione a **L'Aquila - Gran Sasso One Hundred Mountain**

Trail, gli atleti autorizzano l'organizzazione a utilizzare liberamente qualsiasi immagine o altro media che rappresenti gli atleti durante la loro partecipazione alla manifestazione, da fermi o in movimento, senza limiti territoriali o temporali.

Art. 22 -DICHIARAZIONE DI COGNIZIONE

L'iscrizione volontaria e la successiva partecipazione confermano la piena accettazione del regolamento della gara e delle eventuali successive modifiche apportate. Con l'iscrizione, i partecipanti esentano l'organizzazione da qualsiasi responsabilità civile o penale per danni personali e/o materiali da essi causati.

Art. 23 - DISPOSIZIONI FINALI

Domande o informazioni tecniche su **L'Aquila - Gran Sasso One Hundred Mountain Trail** devono essere inviate all'e-mail onehundred@atleticom.it per essere registrate e rispondere in modo tempestivo.

L'organizzazione può, a sua discrezione o in funzione delle esigenze della manifestazione, includere o modificare il presente regolamento, in tutto o in parte dopo l'approvazione della FIDAL.

Tutte le scansioni del copyright relative a questo regolamento e all'evento appartengono ad **ASD Atleticom**

**Per tutto quello non previsto nel regolamento valgono le norme FIDAL.
(Federazione Italiana di Atletica Leggera)**

Nota:

Per ogni informazione, scrivere a: onehundred@atleticom.it