



CDS ED INDIVIDUALE DI CORSA IN MONTAGNA MASTER
C.R.INDIVIDUALE ASSOLUTI
Gare di Contorno Allievi/e
“1° EDIZIONE SENTIERI DEL CONERO”
SIROLO – MONTE CONERO

Sabato 24 settembre 2016 - ore 15.30

La Fidal Marche indice e la Sef Stamura Ancona organizza il Campionato Regionale Individuale e di Società di Corsa in Montagna riservato alle categorie Assolute e Master

PROGRAMMA ORARIO

Ritrovo alle 15.30 area antistante Hotel Monte Conero – Sirolo – Monte Conero

Ore 16.30 – Allievi/e km 4 (1 giro corto)

Ore 17.00 – Assoluti F. – SF35+ - SM60+ km 6 (1 giro)

Ore 17.00 – Assoluti M. – SM35 – SM40 – SM45 – SM50 – SM55 Km 12 (2 giri)

Ore 18.30 - Premiazioni

INFORMAZIONI GENERALI

La società Sef Stamura Ancona organizza una corsa in Montagna denominata “Sentieri del Conero” - 1° edizione Gara competitiva di corsa in Montagna di circa 4 – 6 – 12 km.

La gara si disputerà a Sabato 24 settembre 2016 . Ritrovo alle 15.30 Sirolo, al parcheggio situato alla fine della strada che porta all'ex Convento dei Camaldolesi ora Monte Conero Hotel.

PARTECIPANTI

Alla gara competitiva potranno partecipare gli atleti in regola con il tesseramento Fidal per l'anno 2016. Alle gare regionali sono esclusi gli atleti della lista ELITE salvo propria regione di tesseramento.

ISCRIZIONI

Le iscrizioni dovranno essere effettuate entro le ore 24 di giovedì 22 settembre 2016, nella sezione on-line area riservata di ciascuna società o via e-mail a : sigma.strada@fidalmarche.com.

TASSA GARE

Euro 3,00 per tutte le categorie.

PARTENZA

La gara si svolgerà con qualsiasi condizione atmosferica. La partenza avverrà vicino al piazzale del parcheggio. Sono previste due partenze. Per prima partirà la categoria degli allievi maschili e femminili alle ore 16.30. Seguiranno alle ore 17 tutte le altre categorie. Allievi e allieve faranno il giro corto di km 3,900 circa. Tutte le donne e gli SM 60 ed oltre faranno un giro lungo di km 6,200.

Tutte le altre categorie maschili : Assoluti e SM35 – SM40 – SM45 – SM50 – SM55 faranno due giri del percorso equivalenti a km 12,400.

PREMIAZIONI

Verranno premiati con medaglie i primi 3 di ogni categoria Master, sia maschile che femminile e i primi 3 Assoluti M/F ; inoltre ai primi arrivati verranno dato lo scudetto di campione Regionale .

PERCORSO ALLIEVI/E - Alla partenza, dopo 300 metri di corsa su asfalto svolta a dx prendendo il sentiero che porterà a Pian dei Raggeti dove si girerà ancora a dx per tornare indietro su altro sentiero. Dopo altro bivio si procederà sul sentiero a dx che immette su stradone asfaltato che porterà all'arrivo. Giro piccolo da ripetere una volta.

PERCORSO LUNGO - Alla partenza, dopo 300 metri di corsa su asfalto svolta a dx prendendo il sentiero che porterà a Pian dei Raggeti, dove si girerà a sx e si scende. Dopo una zona scoperta si entra nel bosco e ad un crocevia si prende a dx. Si continua a scendere fino ad arrivare ad un altro crocevia. Qui inizia la salita che lentamente evitando tutti i bivi a dx e sx porterà gli atleti a Pian Grande. Una volta qui la salita si fa più ripida e stretta e dopo 200/300 metri si esce su uno stradone. Andare a dx e proseguire sino a intercettare un altro stradone asfaltato vicino a presidio militare. La strada diventerà discesa e porterà gli atleti al traguardo.

SICUREZZA E CONTROLLO

Considerata la caratteristica del percorso, sentieri con terreno e presenza sassi, si consigliano scarpe da corsa in montagna/trail.

Sul percorso sarà presente personale addetto alle operazioni di sicurezza in contatto con il comitato organizzatore della gara. L'assistenza medica è assicurata con un'ambulanza presente alla partenza/arrivo e a metà percorso (Pian Grande) con fuoristrada del CNSAS con medico a bordo, mentre sul tracciato ci sarà personale addetto al primo soccorso. Alla fine della gara è previsto un servizio scopa che percorrerà interamente il tracciato per evitare che nessuno rimanga sul percorso.

GIUDICI

La regolarità della manifestazione sarà garantita dai giudici Fidal.

RISTORI E POST GARA

E' prevista un'area di ristoro in zona traguardo, con bicchieri di acqua ad ogni passaggio.

RECLAMI

Eventuali reclami potranno essere presentati all'organizzazione della corsa entro 30 minuti dalla pubblicazione ed esposizione dei risultati.

DICHIARAZIONE DI RESPONSABILITA'

La partecipazione alla 1° edizione di corsa in montagna "Sentieri del Conero" comporta da parte del concorrente iscritto l'accettazione in tutte le sue parti e senza riserve, del presente regolamento. Con l'iscrizione ogni atleta dichiara di conoscere le caratteristiche del percorso e si impegna a rispettare questo regolamento e libera gli organizzatori da ogni responsabilità civile e penale per qualsiasi eventuale incidente per danni a persone o cose a lui derivati o da se causati, che possono verificarsi durante la manifestazione. L'atleta iscritto dichiara di aver attentamente letto e valutato il contenuto del presente documento e di aver compreso chiaramente il significato di ogni singolo punto al momento dell'iscrizione. L'atleta consente al trattamento dei dati personali ai sensi della legge n. 196/2003, ed autorizza l'organizzazione all'utilizzo gratuito, senza limiti territoriali e di tempo, di immagini fisse e in movimento in occasione della partecipazione alla gara "1° sentieri del Conero".

ETICA DELLA CORSA IN MONTAGNA

Chi pratica la corsa in montagna, oltre a praticare attività sportiva crede e rispetta valori importanti che costituiscono l'etica dello sport.

IL RISPETTO DEL PARCO NATURALE DL MONTE CONERO

Non è consentito:

1 – abbandonare rifiuti di qualsiasi genere, ivi compresi quelli di origine organica.

2 – raccogliere o danneggiare fossili, rocce e minerali, nonché specie animali e vegetali, fatta salva la raccolta di funghi e di prodotti del bosco, nel rispetto della normativa vigente.

3 – tagliare i sentieri lungo i ghiaioni, nonché lungo le praterie soggette a fenomeni di degrado o di erosione del suolo.

E' vietato produrre rumori inutili e molesti, quali schiamazzi e l'utilizzo di riproduttori sonori, altoparlanti e segnalatori acustici.

IL RISPETTO DELLE PERSONE

Rispettare se stessi: niente inganni né prima né durante la corsa. Rispettare gli altri corridori: prestare assistenza ad altro corridore in difficoltà se siete soli e lontani da personale addetto alla sicurezza. Rispettare i volontari che partecipano anch'essi al piacere di esserci.

IL RISPETTO DELLA NATURA

Rispettare la fauna e la flora non gettando rifiuti. Seguire i sentieri segnalati senza tagliare per evitare l'erosione del suolo.

Hotel Monteconero - Badia San Pietro

Charme&relax

I - 60020 Sirolo (AN)

tel 0039 071 9330592

fax 0039 071 9330365

www.hotelmonteconero.it

Proposta menù per gli atleti che desidereranno effettuare la cena presso il nostro ristorante:

bis di primi piatti con un secondo piatto con contorno e dessert a partire da Euro 25,00 a persona (esclusi vini ed extra bar). Prenotazione obbligatoria.

11/29/2012
 2012 2016

Poggio



© 2016 Google

Google earth

Data di acquisizione delle immagini: 5/22/2016 43°32'55.36"N 13°36'12.82"E elev 531 m alt 3.92 km

Grafico: min, med, max Elevazione: 364, 460, 560 m

Totale intervallo: Distanza: 6.26 km Guadagno/perdita in elev.: 329 m, -329 m Pendenza max: 35,3%, -29,0% Pendio medio: 10,4%, -9,7%



11/29/2012
 2012 2016



© 2016 Google
 Data SIO, NOAA, U.S. Navy, NGA, GEBCO

Google earth

Data di acquisizione delle immagini: 5/22/2016 43°32'55.06"N 13°36'16.33"E elev 519 m alt 2.73 km

Grafico: min, med, max Elevazione: 364, 460, 560 m
 Totali intervallo: Distanza: 6.26 km Guadagno/perdita in elev.: 329 m, -329 m Pendenza max: 35,3%, -29,0% Pendio medio: 10,4%, -9,7%

