

**REGOLAMENTO IV° MONTELAGO ECOTRAIL**  
**CAMPIONATO REGIONALE ASSOLUTO DI CORSA IN MONTAGNA**  
**GARA PER STUDENTI UNIVERSITARI CON IL PATROCINIO DI FederCUSI**

**Montelago eco Trail di 10 (490 metri D+) e 15 km (595 metri D+),** si terrà il 30 giugno 2024, con partenza ed arrivo a **Muccia**.

**Ritrovo il giorno 30 Giugno 2024 dalle ore 7.00 alle ore 8.30 a Muccia presso la Scuola Primaria " De Amicis" in Largo Fedeli** dove si svolgeranno le attività di conferma e ritiro pettorali nonché servizio di custodia borse.

Da qui gli atleti, pronti per la gara, muniti di equipaggiamento e abbigliamento gara, pettorale si sposteranno presso **Piazza della Vittoria**, sita a 200 metri dal luogo di ritrovo, dov'è posizionata la partenza, mentre l'arrivo la zona premiazioni e zona ristoro/pasta party finale sono posizionate **presso la Scuola Primaria " De Amicis" in Largo Fedeli**.

Tempo limite 3 ore. Numero massimo di iscrizioni ammesse **1000**.

La gara è valida come **Campionato Regionale Assoluto di Corsa in Montagna Km 15 per la gara maschile (categorie promesse e assolute), Km 10 per Junior maschile e km 10 per la gara femminile (tutte le categorie)** come da normativa FIDAL con apposite classifiche che verranno estrapolate da quella della gara di Corsa in Montagna.

- **Punto 1** – ORGANIZZAZIONE Cus Camerino asd e Comune di Muccia organizzano per il giorno 30 giugno 2024 la terza edizione dell'evento **"Montelago eco Trail" gara di corsa in montagna di 10 e 15 km**, con il patrocinio dei Comuni di Sefro, Camerino e Serravalle di Chienti, del Cusi, del Coni, dell' Università' di Camerino , e dell'unione montana Marca di Camerino. La gara si svolgeranno in semi-autosufficienza lungo un percorso in ambiente naturale.
- **Punto 2 – PERCORSI DI GARA E INFORMAZIONI GENERALI** Montelago eco Trail è una gara di corsa a piedi in montagna che si svolge sull'Appennino Umbro- Marchigiano. Il percorso della gara femminile misura 10 chilometri e ha un dislivello di 490 metri, mentre il percorso della gara maschile misura 15 chilometri e ha un dislivello di 595 metri. Il percorso si snoda su sentieri CAI, altre tracce nonché su piccoli tratti di strade comunali e provinciali. I passaggi più insidiosi saranno segnalati. Lo sviluppo planimetrico ed altimetrico, sono disponibili in apposita sezione del sito internet della gara. La partenza sarà alle ore 9:30 del 30 giugno 2024 in Piazza della Vittoria ed arrivo in Largo Fedeli a Muccia. Nei percorsi di 10 km e 15 km è previsto almeno un punto rifornimento circa a metà gara ed un punto ristoro all'arrivo. L'Organizzazione si riserva la possibilità di modificare i percorsi di gara qualora se ne prospetti la necessità per motivi di sicurezza.

Le eventuali variazioni dei percorsi di gara e il conseguente aggiornamento dei percorsi saranno pubblicati nell'apposita sezione del sito della gara.

- **Punto 3 – CONTROLLO PASSAGGI** – Lungo il percorso di gara sono presenti dei Punti Controllo per monitorare il passaggio degli atleti. In coda al gruppo degli atleti, lungo il percorso, si muoverà un Servizio Scopa per monitorare i ritiri e per essere di assistenza a eventuali concorrenti in difficoltà o rimasti indietro.

- **Punto 4 – LA SEGNALETICA** La segnaletica è realizzata con balise di nastro e cartelli con frecce a segnalare la direzione del percorso di gara. Nei tratti boschivi del percorso le balise sono poste su ramoscelli prossimi al sentiero da percorrere, o avvolte sui piccoli tronchi. Nei pascoli alti dove ci sono animali che potrebbero compromettere la segnaletica, il balisaggio è realizzato con paletti robusti conficcati nel terreno e con la testa verniciata di rosso. L'altezza dei paletti è adeguata in modo che ogni elemento successivo sia a vista appena lasciato il precedente.

Lungo il percorso, agli incroci che possono considerarsi critici, sono presenti i volontari addetti alla verifica della segnaletica e addetti a dirottare il flusso dei concorrenti. Le deviazioni agli incroci di vie forestali con i sentieri, e comunque le deviazioni e gli incroci tra sentieri o tra mulattiere, sono segnalati con balise di nastro più ravvicinate e comunque in modo che sia inequivocabile la direzione da prendere. Nei punti con passaggi più insidiosi, saranno collocati dei segnali a monte con indicazioni che pre-allerteranno i concorrenti della presenza di passaggi insidiosi. I concorrenti sono tenuti a porre particolare attenzione agli eventuali cartelli con segnale di pericolo e a seguire tutte le indicazioni dei cartelli posti lungo il percorso. È previsto un Servizio Apripista a staffetta qualche ora prima della gara per verificare che nessuno abbia compromesso la segnaletica. La segnaletica verrà rimossa al termine delle gare.

### ***BELISSAGGIO***

**“Se dopo aver percorso un lungo tratto di percorso non vedete alcun nastro, tornate indietro fino all'ultimo nastro visto e riconsiderate la direzione da percorrere. In caso vi troviate in difficoltà contattare il numero di telefono di emergenza dell'organizzazione”.**

- **Punto 5 – REQUISITI PER LA PARTECIPAZIONE ALLA GARA** Per poter partecipare è importante avere un buon allenamento per affrontare lunghe distanze, avere esperienza di corsa in ambiente naturale, non soffrire di vertigini, essere consapevoli dei propri limiti, delle difficoltà tecniche del percorso e considerare la possibilità di trovarsi a correre da soli anche per lunghi tratti. È importante avere cognizione che lo svolgimento delle gare è in

ambiente naturale non protetto, e che le procedure di sicurezza messe in atto dall'Organizzazione possono diminuire il rischio ma non escluderlo definitivamente. Anche se il tracciato di gara non è di alta montagna, si raggiungono quote in cui le condizioni per la corsa potrebbero rendersi più difficili in caso di pioggia o vento forte. È quindi importante avere anche esperienza di montagna.

### **REQUISITI DI PARTECIPAZIONE**

In base a quanto previsto dalle "Norme per l'Organizzazione delle Manifestazioni Non Stadia" emanate dalla FIDAL, possono partecipare atleti tesserati in Italia limitatamente alle persone da 18 anni in poi (millesimo d'età) in possesso di uno dei seguenti requisiti:

- Atleti tesserati per il 2024 per società affiliate alla FIDAL;
- Atleti italiani e stranieri in possesso di Runcard (valevole come assicurazione sportiva e permesso a competere) e Atleti tesserati per un Ente di Promozione Sportiva - EPS (Sez. Atletica), limitatamente alle persone da 20 anni in possesso di un certificato medico di idoneità agonistica specifica per l'atletica leggera, in corso di validità.
- Atleti italiani/stranieri non tesserati in Italia in possesso di tessera di club affiliati a Federazioni Estere di Atletica Leggera riconosciute dalla World Athletics. All'atto dell'iscrizione dovranno in alternativa presentare l'autocertificazione di possesso della tessera riconosciuta dalla World Athletics. L'autocertificazione andrà poi, comunque, firmata in originale al momento del ritiro del pettorale.

### **NON SARANNO PERTANTO AMMESSI A PARTECIPARE ALLE GARE**

Gli atleti in possesso del solo Certificato Medico o della sola RUNCARD o della tessera FIDAL senza la "velina" del rinnovo e gli atleti tesserati per ALTRE FEDERAZIONI (es. Ciclismo, Nuoto, Triathlon, Calcio, Arbitri, etc....)

### **REQUISITI DI PARTECIPAZIONE ALLA GARA UNIVERSITARIA**

Ogni singolo atleta potrà iscriversi alle gare le seguenti categorie di tesserati FIDAL:

- STUDENTI FEMMINILE e MASCHILE:

Studenti iscritti ai Cus, iscritti ad un corso di studi (laurea triennale, laurea magistrale, laurea a ciclo unico, diploma di specializzazione, dottorato di ricerca, master di I e II livello);

L'iscrizione alla gara universitaria dovrà essere formalizzata all'atto dell'iscrizione entro la data di scadenza delle iscrizioni indicando ISCRIZIONE CUS (nome del CUS di appartenenza)

- **Punto 6 – CERTIFICATO MEDICO** Per potersi iscrivere alle gare è necessario il certificato medico sportivo di idoneità all'attività agonistica, in corso di validità fino almeno il giorno della gara (D.M. 18.02.1982 tab. B). L'Organizzazione considererà valido solo il certificato rilasciato per la pratica agonistica dell'**atletica leggera**, non saranno accettati certificati medici rilasciati per altre discipline agonistiche.
- **Punto 7 – NUMERO MASSIMO DI ISCRIZIONI AMMESSE** – Le iscrizioni si chiuderanno all'eventuale raggiungimento del **numero massimo 1000 atleti** .
- **Punto 8 – DATA ULTIMA DI ISCRIZIONE** – Le iscrizioni online potranno pervenire solo fino alla **mezzanotte del 28 giugno 2024.**  
Per validare l'iscrizione occorre sempre fornire i dati e i documenti richiesti, effettuando contestualmente il pagamento e firmando la "Dichiarazione di Assunzione del Rischio, Esonero di Responsabilità e Trattamento dei Dati Personali: informativa ex art.13 del gdpr 679/2016".  
**Quota di Iscrizione Montelago Ecotrail di 10 e 15 km è di € 15,00 con termine al 28 giugno 2024**
- **Punto 9 – ISCRIZIONI ON-LINE** Ci si può iscrivere con questa modalità:
  - **Iscrizioni Società':**  
Tramite servizio On-line Fidal <https://tessonline.fidal.it/>
  - **Iscrizioni Singole con carta di credito:** attraverso piattaforma <https://www.timingrun.it/>  
**Link diretto:**  
<https://www.timingrun.it/EventiTR/pages/percorsi/dettaglio.php?event=343>
  - **cliccando sul seguente link:** <https://montelagotrail.altervista.org/iscrizioni/>
  - **e-mail di riferimento:** sigma.strada@fidalmarche.it

- **Punto 10 – Modalità Pagamento quota iscrizione**

Sarà possibile pagare la quota di iscrizione nelle seguenti modalità:

- Attraverso bonifico bancario alle seguenti Coordinate bancarie:

IBAN: **IT45P0538768830000042955619** intestato al CUS CAMERINO ASD.

Nella causale andrà indicato il nome della società/CUS e dei partecipanti che si iscrivono (es. **società' XXX, n. XX atleti**)

- **Carta di Credito** per iscrizioni effettuate tramite portale <https://www.timingrun.it/>

Dopo l'iscrizione non sarà possibile la cessione o lo scambio del pettorale. Con la quota di iscrizione è compreso il pettorale di gara, i ristori lungo il percorso di gara, il pacco gara, il cronometraggio, il servizio recupero per i ritiri, l'assistenza, il ristoro all'arrivo a fine gara.

- **Punto 11 – Punti Ristoro**

Sono previsti ristori lungo il tracciato e a termine della gara:

**RISTORI SUL PERCORSO E FINE GARA:** la presenza di barrette/merendine nei ristori durante la gara saranno sigillate (no cibi sfusi) su tavoli. Per i ristori di acqua saranno utilizzate bottigliette di acqua sigillate personali per ogni atleta.

- **Punto 12 – PUBBLICO**

Ammesso pubblico alla manifestazione nell'area di arrivo.

- **Punto 13 – MANCATA PARTECIPAZIONE** In caso di mancata partecipazione, la quota di iscrizione non potrà essere rimborsata.

- **Punto 14 – ANNULLAMENTO PER AVVERSE CONDIZIONI METEOROLOGICHE** La manifestazione si terrà anche in caso di pioggia, ma se le condizioni risulteranno particolarmente severe, la Commissione di Gara potrà decretarne l'annullamento o l'accorciamento dei percorsi per motivi di sicurezza. Il tale caso la quota di iscrizione non verrà rimborsata.

- **Punto 15 – EQUIPAGGIAMENTO OBBLIGATORIO**

Il controllo dell'equipaggiamento obbligatorio potrà avvenire dal momento della consegna dei pettorali fino alla conclusione delle gare con controlli a campione:

- cappellino o bandana
- Scarpe da Trail ed abbigliamento adeguato alle condizioni meteo ed alla altimetria del percorso.
- Telefono cellulare sempre acceso con batteria carica. Il numero dell'assistenza dell'organizzazione viene consegnato insieme a una mappa alla partenza.

#### • **Punto 16 – EQUIPAGGIAMENTO CONSIGLIATO**

1. **Riserva Idrica** di almeno 1/2 litro
2. **Barrette energetiche, gel.** Restando obbligatoria una riserva alimentare, non si richiede una quantità stabilita, si tenga conto però che la distanza maggiore che si può individuare tra un punto ristoro e il successivo può essere compresa tra 10 e 15 chilometri;
3. **Telo termico\***;
4. **Fischietto**;
5. **Maglia a maniche lunghe o micropile o manicotti\*** da tenere di riserva nello zaino o nel marsupio;
6. **Documento di riconoscimento** con foto, in corso di validità;
7. **Guscio antipioggia\***, consigliabile il Gore-tex, consigliabili comunque materiali con membrane sia impermeabili che traspiranti;
8. **Pantaloni che coprano il ginocchio**;
9. **Benda elastica per fasciature**;
10. **GPS**;
11. **Roadbook o traccia GPS**; • **Maglia tecnica di ricambio**;
12. **Crema solare.**

#### **CONTROLLO**

Il **controllo** dell'**equipaggiamento obbligatorio** potrà avvenire dal momento della consegna dei pettorali fino alla conclusione delle gare con controlli a campione. I controlli possono avvenire sia all'ingresso del box partenza che ai punti rifornimento. Lungo il percorso potranno esserci anche controlli a campione fuori dai luoghi sopra riportati.

#### • **Punto 17 – USO DEI BASTONCINI**

È consentito l'uso dei bastoncini. Eventualmente si scegliesse di portarli consigliamo di richiuderli nei tratti più insidiosi. Chi sceglie di usare i bastoncini è tenuto a portarli sempre con sé per tutta la durata della corsa.

- **Punto 18 – REGIME DI SEMI-AUTOSUFFICIENZA**

La gara si svolge in regime di semi-autosufficienza.

Ogni atleta partecipante è obbligato a portare sempre con sé l'equipaggiamento obbligatorio, valutando anche il materiale non obbligatorio ma consigliato.

Gli atleti non possono usufruire di assistenza personale lungo il percorso, pena la squalifica immediata.

Previsto circa a metà gara un Punto Rifornimento Acqua e un Punto Ristoro all'arrivo.

Solo gli atleti con il numero del pettorale ben visibile avranno accesso ai Punti Ristoro.

- **Punto 19 – CONSEGNA PETTORALI E CHIP**

Il pettorale è strettamente personale, è il lasciapassare per accedere ai Punti Ristoro, dovrà essere posizionato ben visibile sul petto, sul ventre o frontalmente sulla gamba. Dopo la gara è obbligatorio riconsegnare il pettorale agli Organizzatori, per poter ricevere il pacco gara. I pettorali verranno assegnati dietro presentazione di un documento con foto in corso di validità.

- **Punto 20 – PACCO GARA**

Ogni atleta iscritto a partecipare ha diritto al pacco gara.

- **Punto 21 – COMMISSIONE DI GARA (O GIURIA)**

La Commissione di Gara è composta dai Giudici **FIDAL**.

Alla Commissione di Gara spetta il compito di verificare il rispetto del Regolamento di Gara, di accogliere eventuali reclami da parte degli atleti, e di decidere se sospendere o annullare la gara per motivi di sicurezza legati a fenomeni atmosferici particolarmente severi, o di annullare la gara per motivi di sicurezza per eventi di altra natura.

La Commissione di Gara è abilitata a deliberare in un tempo compatibile con gli obblighi della corsa su tutti i reclami formulati durante la corsa. Le decisioni prese dalla Commissione di Gara sono definitive e inappellabili.

- **Punto 22 – PENALITÀ E SQUALIFICHE**

Giudici e volontari delegati al controllo lungo i percorsi di gara sono autorizzati a controllare l'equipaggiamento obbligatorio, e a far rispettare il regolamento in ogni suo punto.

Gli atleti che si rifiuteranno di sottoporsi a controllo verranno squalificati immediatamente.

Gli atleti che alla richiesta dei giudici, o dei volontari delegati, di mostrare il materiale obbligatorio ne verranno trovati sprovvisti verranno squalificati immediatamente. La squalifica è applicata anche per le infrazioni seguenti: utilizzo di un mezzo di trasporto durante la gara; assistenza e supporto esterno lungo il percorso di gara; mancato passaggio a un Punto di Controllo; scambio del pettorale; doping o rifiuto di sottomettersi ad un controllo anti-doping; mancata assistenza a un concorrente in evidente difficoltà; deviazione dal tracciato segnalato per scorciare il percorso di gara; danneggiamento o alterazione della segnaletica.

Gli stessi giudici e volontari delegati potranno comminare la squalifica dalla gara, ai concorrenti che commetteranno infrazioni al regolamento, o che ad esempio manchino di rispetto ai giudici stessi o ai volontari, o manifestino comportamenti pericolosi lungo il percorso in modo che questi possano compromettere l'incolumità degli altri concorrenti o del personale volontario e non, in generale quando qualcuno dei concorrenti assume comportamenti non conformi ai principi di lealtà, correttezza sportiva, rispetto per l'ambiente, o contrari alla legge.

Eventuali irregolarità accertate anche a mezzo di video o di immagini pervenute all'Organizzazione dopo la conclusione delle gare potranno anch'esse valere la squalifica o penalità commisurate.

- **Punto 23 – SICUREZZA E ASSISTENZA MEDICA**

Come specificato al Punto 17 e al Punto 18, ogni concorrente è obbligato a portare sempre con sé anche i numeri del Soccorso e dell'Organizzazione. Ad ogni modo tutti i Punti Controllo e Rifornimento (Punti Ristoro) sono in collegamento con il Centro Operativo e con il Responsabile della Sicurezza, tramite il Responsabile del Punto Controllo o del Punto Ristoro. Lungo il percorso sono dislocate due ambulanze.

- **Punto 24 – ASSICURAZIONE**

L'Organizzazione sottoscrive un'assicurazione di responsabilità civile per tutto il periodo della prova.

La partecipazione alla gara avviene sotto l'intera responsabilità dei concorrenti, che rinunciano ad ogni ricorso contro gli organizzatori in caso di danni e di conseguenze ulteriori che sopraggiungano in seguito alla gara stessa.

Sarà cura di ogni atleta stipulare un'assicurazione personale, da sottoscrivere presso una società assicuratrice di propria scelta, che copra il rischio di incidenti e infortuni, e che copra spese relative ad un'eventuale operazione di ricerca e di evacuazione del concorrente stesso.

- **Punto 25 – ABBANDONI**

Il concorrente che decidesse di ritirarsi lungo il percorso di gara è obbligato, appena ne avrà la possibilità e salvo i casi di seri infortuni, a recarsi al più vicino Punto di Controllo per comunicare il proprio ritiro dalla gara e farsi registrare. In tale occasione il concorrente dovrà riconsegnare il pettorale.

Il responsabile del Punto di Controllo dove il concorrente avrà dichiarato di abbandonare la gara contatterà il Centro Operativo per comunicare il ritiro e predisporre il rientro dell'atleta.

I tempi di attesa per il rientro potrebbero non essere brevi, ciò potrà dipendere dalla concomitanza di più ritiri o eventuali urgenze che potrebbero impegnare la totalità dei mezzi messi in campo dall'Organizzazione.

Dal momento in cui l'atleta avrà comunicato il proprio ritiro e consegnato il pettorale, questi non sarà più sotto il controllo dell'Organizzazione.

Al concorrente che non comunicasse il proprio abbandono della gara verranno addebitate tutte le spese di ricerca messe automaticamente in atto dall'Organizzazione qualora dal confronto dei dati dei passaggi pervenuti tramite i Responsabili dei Punti Controllo, di concerto con il Servizio Scopa, con la Commissione di Gara e i responsabili del Centro Operativo, risultasse appunto disperso un concorrente.

- **Punto 26 – PARTENZA, ARRIVO, CLASSIFICHE E PREMI**

**PARTENZA E ARRIVO DELLA GARA.**

Il ritrovo dei partecipanti per il ritiro dei pettorali è previsto presso Largo Fedeli di Muccia dopodiché si trasferiranno presso Piazza della Vittoria, sita a 200 mt dal luogo di ritrovo dove è prevista la zona partenza. L'arrivo della gara è previsto in Largo Fedeli.

Procedura di partenza unica di atleti fino a 1000 atleti (numero massimo di partecipanti) compresi i partecipanti alla gara universitaria

Solo i concorrenti che avranno raggiunto il traguardo, entro il tempo limite dichiarato dall'Organizzazione, e che si faranno registrare all'arrivo, verranno inseriti nella classifica. Le classifiche saranno gestite da cronometristi SIGMA.

Le classifiche verranno stilate in modo GUN TIME tramite cronometristi SIGMA.

Verranno stilate due classifiche individuali, una per la gara universitaria e una per la gara open regionale di corsa in montagna. Le classifiche verranno stilate secondo GUN TIME.

I risultati generali e estrapolazioni di classifica per categoria saranno disponibili sia online sia attraverso affissione nei pressi dell'Arrivo.

I premi saranno consegnati con regolare cerimonia di premiazione che sarà effettuata successivamente all'arrivo successivamente alla comunicazione delle classifiche ufficiali.

Verranno premiati **i primi tre uomini e le prime tre donne** per ogni gara e per la gara universitaria e successivamente per **le seguenti categorie di età:**

- **18-39**
- **40-49**
- **50-59**
- **Over 60**

L'eventuale estensione dei premiati, o delle categorie, verrà comunicata nei giorni precedenti le gare o al momento delle premiazioni.

**Verranno inoltre premiate le prime 3 società sportiva con maggior numero di iscritti.** I premi consistono in trofei o targhe, prodotti tipici locali, e in alcuni casi materiale offerto dagli sponsor tecnici o buoni acquisto.

Non sono previsti premi in denaro e/o rimborsi spese.

- **Punto 27 – DIRITTI DI IMMAGINE**

Ogni concorrente rinuncia espressamente ad avvalersi dei diritti di immagine durante la gara e durante tutta la durata dell'evento, e rinuncia a promuovere qualsiasi ricorso contro l'Organizzazione e i suoi partner accreditati per l'utilizzo della propria immagine.

- **Punto 28 – RECLAMI**

Eventuali reclami dovranno essere formulati per iscritto e consegnati alla Segreteria entro e non oltre un'ora dall'arrivo dell'atleta interessato. Lo stesso dovrà corrispondere il pagamento di una cauzione di € 100,00 contestualmente alla consegna del documento che attesta il reclamo.

La cauzione verrà restituita nel caso il ricorso venisse accolto. Qualora il reclamo non venisse accolto la cauzione non verrà restituita.

- **Punto 29 – ACCETTAZIONE DEL REGOLAMENTO**

La partecipazione **al Montelago Eco trail di corsa in montagna di 10 e 15 km** comporta, da parte degli iscritti, l'accettazione in ogni sua parte, e senza riserve, del presente regolamento e di eventuali modifiche apportate allo stesso.

Con l'iscrizione ogni atleta si impegna a rispettare il presente regolamento e esonera gli organizzatori da ogni responsabilità, sia civile che penale, per qualsiasi eventuale

incidente e per eventuali danni a persone e/o cose da lui causati o da sé causati, a seguito della partecipazione alla gara e comunque alla partecipazione all'evento. Eventuali modifiche apportate al Regolamento verranno comunicate nel sito <https://montelagotrail.altervista.org/> dopo approvazione FIDAL.

Per tutto quello non previsto nel regolamento valgono le norme FIDAL.

- **Punto 30 – FACILITAZIONI LOGISTICHE**

E' possibile trovare informazioni relative a facilitazioni logistiche sul sito Montelago Eco Trail <https://montelagotrail.altervista.org/> nelle sezioni "Indicazioni Stradali", "Strutture ricettive" e "Attrazioni Turistiche".