

**UMBRIA
CROSSING**
OUTDOOR FESTIVAL
25-27 SETTEMBRE 2020



BETTONA CROSSING

SABATO 26 SETTEMBRE, 2020

50K BETTONA CROSSING

(1960 D+)

- 2 PUNTI ITRA
- UTMB QUALIFYING RACE 2020
- PROVA GRAND PRIX IUTA DI U-T CORTO 2020
- CAMP REG FIDAL ASSOLUTO TRAIL LUNGO
- UMBRIA TRAIL RUNNING

20K SHORTRAIL DEGLI OLIVI

(870 D+)

12K BETTONA DREAMIN'

(600 D+)

BETTONA TREKKING

ESCURSIONE NEL BOSCO
PER TUTTA LA FAMIGLIA



95% STERRATO E SENTIERI - 100% ARIA PULITA · UMBRIACROSSING.COM

Bettona, Running in the green heart of Umbria

Michael R. Piazza 2020

UMBRIACROSSING



atletica
italiana



ORGANIZZAZIONE

L'Associazione Sportiva Dilettantistica IL PERUGINO RUNNING CLUB, organizza **Sabato 26 Settembre 2020** la terza edizione della manifestazione podistica "BETTONA CROSSING" Con il Patrocinio della FIDAL, IUTA, ITRA, UTMB, IAU.

EVENTI

La manifestazione propone 3 eventi che si svolgeranno Sabato 26 Settembre 2020, a Bettona, considerato uno dei Borghi più belli d'Italia, in ambiente naturale nel cuore dell'Umbria tra Perugia ed Assisi. Ogni prova si svolge in una sola tappa, a velocità libera, in tempo limitato ed in regime di semi-autonomia.

DISTANZE

- **BETTONA CROSSING - 50K / D + 1960 m**
- **SHORTRAIL DEGLI OLIVI - 20K / D + 870 m**
- **BETTONA DREAMIN' - 12K / D + 600 m**

Completando Bettona Crossing 50KM si ottengono 2 PUNTI Itra per l' UTMB.
I tre tracciati sono omologati Trace de Trail www.tracedetrail.fr

PARTECIPAZIONE

Queste gare sono aperte a tutte le persone, uomini e donne, che abbiano compiuto **20** anni (per la 50K / 20K) e **18** anni di età (per la 12K) al momento dell'iscrizione ed in possesso di certificato medico in corso di validità il giorno della gara, attestante l'idoneità alla pratica sportiva agonistica per l'atletica leggera, appartenenza a Società affiliate Fidal, Run Card Fidal o EPS riconosciuto dal Coni, in ottemperanza alle norme sanitarie vigenti in materia.

Per gli atleti stranieri è obbligatoria tessera di appartenenza o Run Card Fidal oltre il certificato medico valido ed appropriato.

ENDU utilizza e raccomanda il servizio DataHealth www.datahealth.it per una efficiente verifica del possesso di adeguato certificato.

E' necessario essere assolutamente coscienti della lunghezza e della specificità della gara ed essere perfettamente preparati:

- 1 - Essere in grado di gestire, anche se si è isolati, i problemi fisici o psicologici dovuti ad una grande stanchezza, i problemi gastrointestinali, i dolori muscolari o articolari, le piccole ferite.
- 2 - Essere coscienti che il ruolo dell'Organizzazione non è di aiutare un corridore a gestire questi problemi per la corsa in montagna, la sicurezza dipende dalla capacità del corridore di adattarsi ai problemi riscontrati o prevedibili.

QUOTE DI PARTECIPAZIONE

In caso di mancata partecipazione alla gara, la quota d'iscrizione non è rimborsabile.

In caso di sopravvenuta malattia o infortunio il concorrente potrà però chiedere il riconoscimento della quota di iscrizione all'edizione successiva.

Le iscrizioni si apriranno il 10 Febbraio 2020 per chiudersi giovedì 24 Settembre.

Qualora si raggiungesse il numero massimo previsto, l'organizzazione si riserva il diritto di sospendere le iscrizioni al fine di garantire il miglior servizio possibile per i partecipanti.

• BETTONA CROSSING - 50K

€ 35,00 – fino al 31 Marzo 2020

€ 40,00 – fino al 31 Maggio 2020

€ 45,00 – fino al 30 Agosto 2020

€ 50,00 – fino al **24 Settembre 2020**

• SHORTRAIL DEGLI OLIVI - 20K

€ 15,00 – fino al 31 Marzo 2020

€ 20,00 – fino al 31 Maggio 2020

€ 25,00 – fino al 30 Agosto 2020

€ 30,00 – fino al **24 Settembre 2020**

• BETTONA DREAMIN' - 12K

€ 10,00 – fino al 30 Agosto 2020

€ 15,00 – fino al **26 Settembre 2020**

Nota Bene: Oltre commissioni di servizio ENDU indicate al momento della perfezione dell'iscrizione.

RISERVATO AI GRUPPI

Gruppi superiori a 10 iscritti (anche misti per le competitive) contattare la responsabile:

Chiara Brustenghi

chiarabrustenghi@live.it

+39 335 6261042

CON L'ISCRIZIONE IL CONCORRENTE HA DIRITTO A:

* Medaglia di finisher (50K/20K/12K)

* T-shirt ufficiale

* Integratori per lo sport e prodotti espressione del territorio

* Chip per il cronometraggio e assistenza sanitaria

* Pacco gara, ristori lungo il percorso e ristoro finale

* Pasta party del dopo gara (dalle 13:00) **Solo per gli iscritti alla 50K e alla 20K.**

* Servizio spogliatoio con docce e servizio custodia borse (dalle 7:00)

Nota Bene: Gli accompagnatori e i partecipanti alla 12K possono usufruire del pasta party acquistando un apposito ticket all'ingresso del Pasta Party al costo di 10 euro (Minori sotto i 14 anni gratuito)

MODALITA' DI ISCRIZIONE E MODALITA' DI PAGAMENTO

On line tramite ENDU a partire dal 10 Febbraio 2020

Hai bisogno di supporto per effettuare l'iscrizione?

Contatta la segreteria al 335-6261042 o scrivi una email: chiarabrustenghi@live.it

SEMI - AUTOSUFFICENZA

La semi-autonomia è intesa come la capacità di essere autonomi tra due punti di ristoro, riferito alla sicurezza, all'alimentazione ed all'equipaggiamento, permettendo così di adattarsi ai problemi riscontrati o prevedibili quali ad esempio brutto tempo, fastidi fisici, ferite ecc.

Questo principio implica le regole seguenti:

- Ogni corridore deve portare con sé per tutta la durata della corsa tutto l'equipaggiamento obbligatorio. I commissari di gara potranno lungo il percorso verificare che i concorrenti abbiano con sé tutto l'equipaggiamento obbligatorio, pena penalità e/o squalifica.
- Il concorrente ha l'obbligo di sottomettersi a questi controlli, pena la squalifica.
- I punti ristoro sono approvvigionati con bibite e cibo da consumare sul posto.

L'Organizzazione fornisce solo acqua naturale per il riempimento delle borracce o camel bag. Alla partenza da ogni punto ristoro, i corridori devono avere la quantità d'acqua e di alimenti necessari per arrivare al punto ristoro successivo (per ridurre l'impatto ambientale saranno presenti bicchieri solo per i ristori della 20K e 12K).

- E' proibito farsi accompagnare sul percorso, da una persona che non sia regolarmente iscritta.

EQUIPAGGIAMENTO OBBLIGATORIO BETTONA CROSSING 50K

Con l'iscrizione, ogni corridore sottoscrive l'impegno a portare con sé il materiale obbligatorio, sottoelencato, durante tutta la corsa, pena la squalifica.

Verifiche possibili in ogni momento a giudizio dell'organizzazione.

- Scarpe da Trail
- Giacca impermeabile o simile, adatta a sopportare condizioni di brutto tempo.
- Telefono cellulare sempre acceso con batteria carica. Il numero dell'assistenza dell'organizzazione è riportato su tutti i pettorali.
- Zaino, Borracce o Camel Bag con riserva d'acqua di almeno 1 litro
- Bicchiere personale di 15 cl minimo (borracce e camel bag esclusi)
- Fischietto
- Benda elastica adesiva adatta a fare una fasciatura o strapping (minimo 100 cm x 6 cm)
- Riserva alimentare

EQUIPAGGIAMENTO CONSIGLIATO BETTONA CROSSING 50K

- Indumenti caldi di ricambio indispensabili in caso di brutte condizioni meteo od in caso di fermate per infortunio.
- Piccola riserva economica (20€)
- Bastoncini

EQUIPAGGIAMENTO OBBLIGATORIO 20K e 12K

- Telefono cellulare sempre acceso con batteria carica. Il numero dell'assistenza dell'organizzazione è riportato su tutti i pettorali.

EQUIPAGGIAMENTO CONSIGLIATO 20K e 12K

- Zaino, borracce o Camel Bag con riserva d'acqua di almeno 1,0 litri
- Scarpe da Trail ed abbigliamento adeguato alle condizioni meteo
- Bastoncini

CRONOMETRAGGIO

Il cronometraggio è a cura di Dream Chrono. La misurazione dei tempi sarà effettuata con il sistema Chip che ogni atleta riceverà. La classifica generale e per categoria sarà disponibile zona arrivo e sarà pubblicata sul sito: www.icron.it / www.endu.net

PETTORALI

Ogni pettorale sarà consegnato individualmente ad ogni concorrente su presentazione di:

- Documento di riconoscimento dotato di fotografia
- Copia del certificato medico valido (se non già caricato/inviato)
- Il pettorale deve essere sempre visibile per tutta la durata della corsa. Deve essere quindi posizionato sopra tutti gli indumenti ed in nessun caso fissato sul sacco (questo anche per facilitare i controlli sul percorso senza essere fermati).

Sarà possibile ritirare il pettorale ed il pacco gara nei seguenti orari:

Venerdì 25 Settembre 2020

- **BETTONA CROSSING (50K)**
SHORTRAIL DEGLI OLIVI (20K)
BETTONA DREAMIN (12K)

Dalle ore 14:00 fino alle ore 19:00 presso l'Expo di Umbria Crossing
(Piazza Cavour, Bettona)

Sabato 26 Settembre 2020

- **BETTONA CROSSING (50K)**
Dalle ore 7:00 fino alle ore 8:00 presso l'Expo di Umbria Crossing
(Piazza Cavour, Bettona)
- **SHORTRAIL DEGLI OLIVI (20K) / BETTONA DREAMIN (12K)**

Dalle ore 7:00 fino alle ore 8:30 presso l'Expo di Umbria Crossing
(Piazza Cavour, Bettona PG)

Partenze

- **BETTONA CROSSING (50K)**
8:45 Briefing
9:00 Partenza

- **SHORTTRAIL DEGLI OLIVI (20K) / BETTONA DREAMIN' (12K)**

9:15 Briefing

9:30 Partenza

PERCORSO

I percorsi si sviluppano prevalentemente su sentieri sterrati, single track, strade di campagna nel bosco. I concorrenti dovranno rispettare rigorosamente il percorso di gara, segnalato con cartelli, frecce, nastro, bandierine che verranno mostrate durante il briefing.

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

POSTI DI CONTROLLO E RISTORO

Il rilevamento dei concorrenti è effettuato in tutti i punti di controllo presso i posti di ristoro. Dei punti di controllo "volanti" possono essere posizionati in altri luoghi, al di fuori dei posti di ristoro. La loro localizzazione non sarà comunicata dall'organizzazione.

Saranno comunque 6 i ristori per la 50K, 3 per la 20K ed 2 per la 12K.

Al termine della gara è previsto un ristoro finale per tutti i partecipanti alle diverse distanze.

Sono proposti 2 tipi di punti rifornimento:

- quelli con solo bevande: acqua naturale, bevande energetiche, cola.
- quelli completi: bevande (come sopra), biscotti, cioccolato, banane, arance, uvette, prugne secche, biscotti salati, formaggio, olio d'oliva e pane.

Le posizioni dei singoli punti di ristoro saranno segnalate sul sito web www.umbriacrossing.com e sul pettorale.

TEMPO MASSIMO e CANCELLO

Il tempo massimo per completare BETTONA CROSSING (50K) è fissato in 9 ore.

Per lo SHORTTRAIL DEGLI OLIVI (20K) il tempo massimo è fissato in 4 ore, per la BETTONA DREAMIN' (12K) è fissato in 2 ore e 30 minuti.

NON è previsto un cancello lungo la gara ma al 38KM di Bettona Crossing 50KM, per coloro che transiteranno oltre le 7 ore dalla partenza, sarà consigliato un percorso alternativo per Bettona.

In caso di cattive condizioni meteorologiche e/o per ragioni di sicurezza, l'organizzazione si riserva il diritto di sospendere la prova in corso, ritardare la partenza, variare il percorso o in casi estremi cancellare la gara per la sicurezza dei partecipanti. In ogni caso gli organizzatori tenteranno di trovare un percorso alternativo se questo possibile.

NUMERO MASSIMO DI PARTECIPANTI

Il numero limite di concorrenti ammessi a ciascuna delle 3 distanze è di 250 partecipanti. Oltre tale numero il comitato organizzatore si riserva di poter accogliere ulteriori iscritti.

SICUREZZA, ASSISTENZA MEDICA, CONTROLLO

Sul percorso saranno presenti addetti dell'organizzazione saranno predisposti lungo tutto il percorso diversi punti di soccorso collegati via radio o via telefono con la direzione di gara; alla base di Bettona e sul percorso saranno presenti ambulanze, protezione civile ed un'equipe di medici durante tutta la durata delle gare. Ogni corridore ferito o in difficoltà, potrà chiamare i soccorsi:

- **Presentandosi ad un posto di soccorso o ai punti di ristoro**
- **Chiamando i numeri di soccorso impressi sul pettorale**
- **Chiedendo ad un altro corridore di avvisare i soccorsi**

Ogni corridore deve prestare assistenza a tutte le persone in difficoltà ed avvisare i soccorsi. Non dimenticate che le condizioni ambientali e della corsa possono farvi aspettare i soccorsi più a lungo del previsto. La vostra sicurezza dipenderà allora dal materiale che avete messo nel vostro zaino.

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.

L'organizzazione sottoscrive un'assicurazione di responsabilità civile, mentre rimane a cura del singolo concorrente stipulare una propria assicurazione infortuni individuale per la durata della prova. La partecipazione alla prova avviene, in ogni caso, sotto la piena responsabilità dei singoli concorrenti, che, con la loro iscrizione, rinunciano ad ogni tipo di ricorso contro gli organizzatori in caso di danni e/o altro che possa derivare loro in seguito alla gara.

PREMI E RICONOSCIMENTI (NESSUN PREMIO IN DENARO)

BETTONA CROSSING - 50K

ASSOLUTI

- I primi tre classificati assoluti M/F

Premi categorie M/F

- I primi tre classificati Over 18 (18/34 anni)
- I primi tre classificati Over 35 (35/39 anni)
- I primi tre classificati Over 40 (40/49 anni)
- I primi tre classificati Over 40 (50/59 anni)
- I primi tre classificati Over 60

SHORTRAIL DEGLI OLIVI - 20K

ASSOLUTI

- I primi tre classificati assoluti M/F

Premi categorie M/F

- I primi tre classificati Over 18 (18/34 anni)
- I primi tre classificati Over 35 (35/39 anni)
- I primi tre classificati Over 40 (40/49 anni)
- I primi tre classificati Over 40 (50/59 anni)
- I primi tre classificati Over 60

BETTONA DREAMIN' - 12K

ASSOLUTI (non vengono premiate le categorie)

- I primi cinque classificati M/F

CERIMONIA DI PREMIAZIONE

12:00 PM Award Ceremony **Shortrail degli Olivi (20K)** e **Bettona Dreamin' (12K)**

4:00 PM Award Ceremony **BETTONA CROSSING (50K)**

AMBIENTE

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

PARCHEGGI e ALLOGGIO

A Bettona il parcheggio è gratuito, debitamente segnalato, presso i campi sportivi. Il parcheggio dedicato ai camper sarà indicato sul sito www.umbriacrossing.com

Una sala nel cuore di Bettona sarà messa a disposizione gratuitamente previa prenotazione per la notte di Venerdì 25 Settembre.

Per maggiori info e per prenotare: Chiara 335 6261042 - chiarabrustenghi@live.it

DIRITTI DI IMMAGINE: RIPRESE VIDEO-FOTOGRAFICHE

Con la sottoscrizione della scheda d'iscrizione, l'atleta, sin da ora, autorizza espressamente l'organizzazione all'utilizzo gratuito di immagini, fisse e/o in movimento, ritraenti la propria persona e prese in occasione della sua partecipazione alla corsa. La presente autorizzazione alla utilizzazione della propria immagine deve intendersi prestata a tempo indeterminato e senza limiti per l'impiego in pubblicazioni e filmati vari, ivi inclusi, a mero titolo esemplificativo e non limitativo, materiali promozionali e/o pubblicitari e realizzati su tutti i supporti.

TRATTAMENTO DATI PERSONALI

La partecipazione all'Evento comporta il trattamento dei dati personali dei partecipanti per le finalità e con le modalità descritte nell'Informativa Privacy dell'Organizzatore.

Titolare del trattamento è l'Organizzatore. Iscrivendosi all'Evento, il partecipante conferma di aver letto con attenzione l'Informativa Privacy dell'Organizzatore.

AVVERTENZE FINALI

La A.S.D. IL PERUGINO RUNNING CLUB, si riserva di modificare il presente regolamento in qualunque momento ai fini di garantire una migliore organizzazione della gara; eventuali modifiche a servizi, luoghi ed orari saranno riportate sul nostro sito web www.umbriacrossing.com o comunicati al briefing pregara.

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