



# FAMILY WALK



## BROSSASCO CN | 1 OTTOBRE 2023

Camminata libera a tutti per per i boschi della Valle Varaita

Manifestazione promozionale/ludico motoria approvata Fidal Piemonte n°280/trail/2023

### 11KM-GIR LUNG

Per tutte le famiglie per vivere al meglio una giornata di sport e natura.

### 7KM-GIR CURT

Per tutti coloro che si avvicinano al mondo del cammino.

## ISCRIZIONI 1 EURO

ISCRIVITI:

MAIL: [ISCRIZIONIWALK@VALKEVARAITATRAIL.IT](mailto:ISCRIZIONIWALK@VALKEVARAITATRAIL.IT)

CELL. 3333544603 (RICKY)

SITO: COMPILA IL FORMAT E INVIA

[www.vallevaraitatrail.it](http://www.vallevaraitatrail.it)



Comune di Brossasco



Comune di Isasca



L'Ostu dei Casalot





## Regolamento VVT2023

### **Art.1- ORGANIZZAZIONE:**

La A.S.D. Podistica Valle Varaita (CN007), in collaborazione con il Comune di Brossasco organizza per il giorno domenica 01 ottobre 2023 la nona edizione del "Valle Varaita Trail". Approvazione Fidal Piemonte n. 280/trail/2023 .

### **Art.2 – LA GARA:**

Il Valle Varaita Trail è una gara di corsa in montagna di 36 km avente dislivello positivo di circa 2000 m. e si svolgerà interamente nel Vallone di Gilba, comune di Brossasco, con alcuni brevi sconfinamenti nei comuni di Sampeyre, Frassinò e Melle. Sarà presente anche la formula denominata "2x18", gara a staffetta sullo stesso percorso del ValleVaraitaTrail, con 2 frazioni di circa 18 km l'una che dividono esattamente a metà il percorso.

La gara di 36 km è corsa qualificante per l'UltraTrail® du Mont Blanc e rientra nella categoria 50K.

Il Valle Varaita Trail aderisce al progetto "I Run for Find The Cure". Parte del ricavato delle iscrizioni sarà devoluto a favore di progetti umanitari in Paesi a basso indice di sviluppo.

### **Art.3 – QUOTE ISCRIZIONE:**

Le iscrizioni apriranno il 01/06/2023.

Le quote di iscrizione sono così fissate e stabilite:

#### **Valle Varaita Trail 36km:**

25 euro entro le ore 24:00 del 31/08/2023;

30 euro dal 01/09/2023 al 29/09/2023;

**ATTENZIONE:** le iscrizioni chiuderanno in maniera inderogabile a mezzanotte di venerdì 29/09/2023. Non sarà possibile iscriversi la mattina della gara. La quota comprende: pettorale, pacco gara, ristori.

Possibilità di scegliere iscrizione senza pacco gara al costo di 10 euro (questa soluzione non ha date di cambio prezzo, scade comunque a mezzanotte del 29/09/2023 e consente di usufruire del solo pettorale).

#### **Formula "2x18":**

30 euro (totale) entro le ore 24:00 del 31/08/2023;

40 euro (totale) dal 01/09/2023 al 29/09/2023;

**ATTENZIONE:** le iscrizioni chiuderanno in maniera inderogabile a mezzanotte di venerdì 29/09/2023. Non sarà possibile iscriversi la mattina della gara. La quota comprende: pettorali (2), pacchi gara (2), ristori.

Possibilità di scegliere iscrizione senza pacco gara al costo di 15 euro (questa soluzione non ha date di cambio prezzo, scade comunque a mezzanotte del 29/09/2023 e consente di usufruire dei soli pettorali).

### **Art.4 – MODALITA' ISCRIZIONI:**

Iscrizioni direttamente dal sito Wedosport ([www.wedosport.net](http://www.wedosport.net)).

Per le staffette: un atleta dovrà iscrivere la squadra e quindi anche il proprio compagno di staffetta.

## **Art.5 – PARTECIPAZIONE:**

Possono iscriversi al ValleVaraitaTrail 36km:

- Tutti gli atleti italiani e stranieri residenti tesserati regolarmente per l'anno 2023 per società affiliate alla Fidal, nati nel 2003 e precedenti;
- Gli atleti in possesso della RUNCARD o MOUNTAIN AND TRAIL RUNCARD (vedere regolamento sul sito [www.runcard.it](http://www.runcard.it));
- Atleti italiani e stranieri residenti tesserati per gli EPS – sezione ATLETICA nel rispetto della normativa sanitaria.

NOTA: gli atleti Runcard/Mountain and Trail Runcard ed EPS dovranno presentare regolare certificato medico per attività agonistica valido alla data del 01/10/2023.

Possono iscriversi alla staffetta 2x18: vedi sopra.

Potranno iscriversi alla staffetta anche atleti appartenenti alla categoria Juniores (quindi nati negli anni 2004/2005).

Potranno essere composte staffette miste (uomo/donna) e potranno essere composte staffette con atleti di diversa società.

**ATTENZIONE: sia al trail che alla staffetta NON è possibile iscriversi se non si è tesserati (FIDAL o EPS), o se non si ha la Runcard o Mountain and Trail Runcard (costo 10 euro da sito [www.runcard.it](http://www.runcard.it)).**

NOTA: il ValleVaraitaTrail è una gara che non presenta particolari difficoltà tecniche e non è richiesto un curriculum sportivo per potersi iscrivere. Data la lunghezza, però, si consiglia di aver affrontato precedentemente gare di almeno 20 km in montagna, o comunque arrivare all'evento con una adeguata preparazione.

## **Art.6 – ORARI:**

La partenza del Valle Varaita Trail e dei primi staffettisti della formula "2x18" sarà data alle ore 8:30. Non sarà presente un tempo massimo, ma ci sarà un cancello orario al km 18 in località B.ta Lantermini fissato in **4h10'**. Chi passerà oltre il limite sarà fermato dall'organizzazione e riaccompagnato alla partenza/arrivo. Sarà presente un servizio scopa. I secondi frazionisti della formula "2x18" partiranno da Borgata Lantermini (metà gara, zona cambio staffette) all'arrivo del proprio compagno. Il raggiungimento di Borgata Lantermini da parte dei secondi frazionisti dovrà avvenire in autonomia.

## **Art.7 – RITIRO PETTORALI:**

Sarà possibile ritirare i pettorali il giorno antecedente la gara, sabato 30/09/2023 dalle 15:00 alle 19:00, oppure la mattina di domenica 01/10/2023 dalle 6:30 alle 8:00 presso la Sala Convegni di Brossasco (angolo tra Strada Provinciale 8 e Via Roma).

## **Art.8 – RIFORNIMENTI:**

Saranno presenti 4 rifornimenti, di cui 1 solo acqua e 3 completi (solidi + liquidi).

Ristoro 1: località Casalot, km 11 circa (completo)

Ristoro 2: località B.ta Lantermini, km 18 circa (completo)

Ristoro 3: località S. Bernardo di Gilba, km 24 circa (solo acqua)

Ristoro 4: località S. Bernardo di Masueria, km 30 circa (completo)

## **Art.9 – MATERIALE OBBLIGATORIO/OBBLIGHI:**

Sarà fatto obbligo ad ogni atleta (sia del trail che della staffetta) di avere con sé durante tutto il tempo della gara:

- giacca antivento;
- telo termico;
- riserva idrica in quantità di almeno ½ litro;
- bicchiere personale (non saranno presenti bicchieri nei ristori);

Sarà consigliato avere con sé anche fischietto e telefono cellulare, con numero organizzatori salvato. È consentito l'uso di bastoncini.

Gli atleti avranno l'obbligo tassativo di seguire scrupolosamente il percorso segnalato con fettucce, bandierine o frecce colorate. Saranno istituiti uno o più punti di controllo, nei quali ogni atleta dovrà transitare, pena squalifica.

#### **Art.10 – SQUALIFICHE:**

Un atleta potrà essere squalificato qualora si presenti anche una sola delle seguenti situazioni:

- Taglio del percorso segnalato o mancato passaggio ad un punto di controllo;
- Mancanza di materiale obbligatorio richiesto;
- Abbandono di qualsiasi tipo di rifiuto sul percorso, al di fuori delle zone adibite a rifornimento;
- Insulti o minacce a organizzatori o volontari;
- Utilizzo di mezzi di trasporto in gara;
- Mancato soccorso nei confronti di un concorrente in difficoltà.

Eventuali reclami potranno essere effettuati al Direttore di gara, previo pagamento cauzione di 30 euro, che verranno rimborsati in caso di reclamo accettato. I reclami vanno presentati secondo quanto previsto dall'art.13 delle Norme Attività 2023.

#### **Art.11 – PREMIAZIONI:**

I premi saranno di tipo "tecnico" o in natura e saranno di valore a scalare. I premiati saranno i seguenti: TRAIL: dal 1° al 10° assoluto maschile, dalla 1ª alla 5ª assoluta femminile. Il primo di ognuna delle seguenti categorie maschili e femminili: Promesse-Senior (2003-1989), Master A (1988-1974), Master B (1973-1959), Master C (1958 e prec.).

STAFFETTA: 1°, 2° e 3° delle staffette maschili, 1°, 2° e 3° delle staffette femminili, 1°, 2° e 3° delle staffette miste.

#### **Art.12 – DIRITTI DI IMMAGINE:**

Ogni concorrente, all'atto dell'iscrizione, autorizza il comitato organizzativo all'utilizzo gratuito di qualsiasi immagine fissa e in movimento che lo ritragga durante la partecipazione al ValleVaraitaTrail.



#### **Art.13 – GENERALI:**

Il ValleVaraitaTrail aderisce alla campagna "Io non getto i miei rifiuti" di Spirito Trail.

La gara si svolgerà con qualsiasi condizione atmosferica. Sarà facoltà insindacabile del comitato organizzativo variare il percorso (anche all'ultimo momento) in funzione di eventuali rischi che si dovessero presentare in caso di condizioni meteo avverse.

Ogni concorrente all'atto dell'iscrizione accetta tale regolamento in ogni suo punto, comprese eventuali modifiche dello stesso che dovessero avvenire, e che comunque saranno opportunamente segnalate nella sezione "news" del sito [www.vallevaraitatrail.it](http://www.vallevaraitatrail.it).

Per quanto non contemplato nel presente regolamento vale il regolamento nazionale Fidal, consultabile su [www.fidal.it](http://www.fidal.it).

La gestione del cronometraggio sarà gestita da Ficr Cuneo.

Per ogni eventuale informazione, scrivere a [info@vallevaraitatrail.it](mailto:info@vallevaraitatrail.it), oppure telefonare a Luca 328-5406399 o Riki 333-3544603.

Responsabili Organizzativi: Luca Dalmasso, Riccardo Marchetti, Elena Bagnus.

Responsabile evento: Riccardo Marchetti (3333544603, [info@vallevaraitatrail.it](mailto:info@vallevaraitatrail.it))

Direttore di gara: Luca Dalmasso (3285406399, [info@vallevaraitatrail.it](mailto:info@vallevaraitatrail.it))

Presidente Asd Pod. Valle Varaita: Bagnus Elena (3492147367, [info@podvallevaraita.it](mailto:info@podvallevaraita.it))

---