



ASD LAGARINA CRUS TEAM

38060 VILLA LAGARINA (TN)
VIA S. SOLARI, 10 - C.F. e P. IVA: 01275910220
www.lagarinacrusteam.it - info@lagarinacrusteam.it



TRENTINO



3° ALA RONCHI TRAIL RUNNING 25Km

Art. 1 Definizione

L'Associazione Sportiva Dilettantistica Lagarina Crus Team affiliata FIDAL e CONI con sede in via Solari n.10 a Villa Lagarina (Tn) 38060 organizza con approvazione della FIDAL per **DOMENICA 16 GIUGNO 2024** la terza edizione della manifestazione regionale, "3° ALA RONCHI TRAIL RUNNING 2024" corsa in natura sulle lunghe distanze di circa 25 km con D+1200m con ritrovo e partenza in Piazza San Giovanni, 1, 38061 Ala TN davanti al municipio. **Cronometraggio e classifica a cura organizzazione.**

mail info@lagarinacrusteam.it

www.lagarinacrusteam.it

www.facebook.com/LagarinaCrusTeam

Referente organizzazione: **Andrea Perghem 346 1181270**

mail andrea.perghem68@gmail.com



Art. 2 Accettazione del regolamento.

La manifestazione si svolgerà in conformità al presente regolamento, ed alle sue eventuali modifiche ed avvisi che saranno pubblicati nel sito web ufficiale www.lagarinacrusteam.it. La partecipazione comporta da parte dei concorrenti iscritti l'accettazione in tutte le sue parti e senza riserve del presente regolamento. I concorrenti sono inoltre tenuti al rispetto del codice della strada, in particolare nei tratti in cui il tracciato attraversa la viabilità ordinaria, che non sarà chiusa al traffico veicolare. **Con l'iscrizione ogni concorrente si impegna a rispettare questo regolamento e libera gli organizzatori da ogni responsabilità civile o penale per qualsiasi eventuale incidente o**





ASD LAGARINA CRUS TEAM

38060 VILLA LAGARINA (TN)
VIA S. SOLARI, 10 - C.F. e P. IVA: 01275910220
www.lagarinacrusteam.it - info@lagarinacrusteam.it



accidente, per danni a persone o cose a lui/lei derivati o da sé causati, che possano verificarsi durante la manifestazione.

Art 3 Autonomia dei partecipanti

Per poter partecipare alla manifestazione sono richiesti un passo sicuro e non avere paura delle altezze. Ogni partecipante deve essere in grado di orientarsi sul percorso con le proprie forze, anche senza aiuto esterno. All'uscita dai punti di ristoro, ogni partecipante è responsabile di avere con sé liquido e cibo a sufficienza fino al punto di ristoro successivo.

Ci appelliamo al buon senso e all'auto-responsabilità dei partecipanti. Solo corridori ben allenati possono affrontare questa sfida alpina per la quale è necessaria una buona preparazione. Ogni atleta partecipa a questa gara a proprio rischio e responsabilità. I medici, i paramedici, i direttori di gara, le forze di sicurezza ed i soccorritori di montagna che saranno dislocati lungo l'intero percorso sono comunque autorizzati a fermare un atleta ed a fargli interrompere la gara qualora ritenessero che l'atleta stesso non sia più in grado di proseguire se non mettendo a rischio la propria incolumità. In tale caso l'atleta dovrà riconsegnare il pettorale di gara e ne sarà organizzato il rientro alla località di partenza. Se l'atleta decidesse di proseguire nonostante l'intervento dell'organizzazione questo avverrà sotto la propria responsabilità, comunque al di fuori della gara e dalle classifiche e senza alcun diritto ai servizi previsti dall'organizzazione.

Art. 4 Percorsi

Edizione 3 ALA RONCHI TRAIL RUNNING 25KM: corsa a piedi in ambiente naturale, che si snoda lungo sentieri e strade forestali valle dei RONCHI . Partenza Piazza San Giovanni, 1, 38061 Ala TN davanti al municipio di Ala arrivo a RONCHI DI ALA TN

Ritrovo e partenza davanti al municipio Piazza San Giovanni - in via Roma fino a Piazza Buonacquisto poi a DX per Piazzetta Gioppa si prosegue su via Sentaruolo, poi sul sentiero fino loc Brustolotti prendendo il sentiero fino incrocio con la strada per Loc Rocca si prosegue fino Loc Acque. Da Acque Nere si prosegue fino a trovare l'inizio del sentiero n.109 fino sulla strada forestale Malga Brusa passando da Malga Brusa si attraversa loc Ponzolotti e si arriva a Ronchi.

Ristori al Km 8 e al km 16

Ritrovo ore 8.00 e partenza ore 9.00

La modifica, la sospensione o l'annullamento della corsa non danno diritto ai concorrenti ad alcun rimborso della quota iscrizione.





ASD LAGARINA CRUS TEAM

38060 VILLA LAGARINA (TN)
VIA S. SOLARI, 10 - C.F. e P. IVA: 0 1 2 7 5 9 10 2 2 0
www.lagarinacrusteam.it - info@lagarinacrusteam.it



Eventuali variazioni del percorso qui descritto saranno comunicate per tempo prima della partenza.

Art. 5 Condizioni di partecipazione

Con l'iscrizione ed il pagamento della quota l'atleta accetta sia il presente regolamento che le norme della FIDAL - WA.

Il percorso ufficiale della gara deve essere rispettato.

Tutti gli atleti devono essere in possesso di un certificato medico d'idoneità agonistica all'atletica leggera, valido al 16.06.2024 (M.D. del 18.02.1982), da presentare al momento del ritiro del pettorale. La mancanza di tale certificato rende non valida l'iscrizione e la partecipazione alla manifestazione. Per i tesserati FIDAL fa fede il regolare tesseramento per l'anno 2024.

REQUISITI DI PARTECIPAZIONE:

- Ogni atleta deve aver compiuto 20 anni il 16.06.2024.
- Non saranno accettate iscrizioni da parte di atleti che stanno scontando squalifiche per doping di qualunque disciplina.
Un accurato allenamento, una buona esperienza escursionistica e una reale capacità d'autonomia personale sono requisiti indispensabili. Prima di procedere all'iscrizione è quindi vivamente consigliato aver già partecipato ad altri trail in ambiente alpino.

POSSONO PARTECIPARE:

1. Sono ammessi atleti italiani e stranieri tesserati per il 2024 per società affiliate alla FIDAL dalla categoria Promesse in poi.
2. Atleti italiani e stranieri tesserati per un Ente di Promozione Sportiva ASI ed EPS possono inoltre partecipare i possessori di RUNCARD, Mountain and Trail Runcard e Runcard EPS uomini e donne, che abbiano compiuto 20 anni alla data di svolgimento della corsa, (Sez. Atletica la partecipazione é comunque subordinata alla:

Presentazione di un certificato medico di idoneità agonistica specifica per L'atletica leggera, in corso di validità, che dovrà essere esibito agli organizzatori in originale e conservato, in copia, agli atti della Società organizzatrice di ciascuna manifestazione.

Nel caso in cui il concorrente iscritto non fornisca il certificato medico sportivo il pettorale non potrà essere consegnato ed il concorrente non potrà prendere parte alla gara, senza diritto ad alcun rimborso della quota di iscrizione.



ASD LAGARINA CRUS TEAM

38060 VILLA LAGARINA (TN)
VIA S. SOLARI, 10 - C.F. e P. IVA: 01275910220
www.lagarinacrusteam.it - info@lagarinacrusteam.it



COMUNE DI
VILLA LAGARINA



La società organizzatrice si riserva il diritto di rifiutare l'iscrizione, a suo insindacabile giudizio, agli atleti che si sono resi protagonisti, negli eventi organizzati dalla società stessa, di comportamenti antisportivi, come ad esempio: cedere il proprio pettorale ad altra persona, correre con il pettorale di un'altra persona, correre con un pettorale contraffatto, tagliare il percorso, ecc.

Art 6 Iscrizione

MODALITÀ DI ISCRIZIONE AL TRAIL

1. Le iscrizioni devono essere inoltrate tramite sito Fidal modalità on line sul sito www.fidal.it tassativamente entro giovedì **13 giugno 2024**. **L'atleta impossibilitato alla iscrizione on line può iscriversi utilizzando il modulo Google** lo trovate sul nostro sito <https://www.lagarinacrusteam.it/le-nostre-manifestazioni/>
2. All'atto della conferma iscrizioni l'atleta verserà la quota iscrizione di 25 ,00€ fino venerdì 24 alle h 24.00. **Informazioni : info@lagarinacrusteam.it** per info 346 1181270

IBAN intestato ad ASD LAGARINA CRUS TEAM = **IT 59 U 08016 35800 000042027326**

In ogni caso le iscrizioni verranno comunque chiuse al raggiungimento del numero massimo di 150 iscritti.

RITIRO PETTORALI E CONFERMA ISCRIZIONI:

Domenica 16 giugno 2024 h8.00 presso Piazza San Giovanni, 1, 38061 Ala TN davanti al municipio

Partenza h 9.00=

Al momento del ritiro del pettorale l'atleta dovrà sottoscrivere una liberatoria di scarico responsabilità.

E' assolutamente vietato agli atleti condurre con loro animali anche al guinzaglio durante la gara.

SERVIZI COMPRESI NELLA QUOTA DI ISCRIZIONE

Il pagamento dell'iscrizione comprende tutti i servizi descritti nel presente regolamento, pasta party, ricco pacco gara, ristori lungo percorso, assistenza e trasporto alla zona partenza/arrivo in caso di infortunio (escluso intervento elisoccorso se non in caso di estrema gravità).

In ogni caso le iscrizioni saranno chiuse al raggiungimento di 150 iscritti. L'avvenuto raggiungimento di tale numero ed il conseguente blocco delle iscrizioni sarà pubblicato sempre sul sito dell'organizzazione: www.lagarinacrusteam.it.



ASD LAGARINA CRUS TEAM

38060 VILLA LAGARINA (TN)
VIA S. SOLARI, 10 - C.F. e P. IVA: 0 1 2 7 5 9 10 2 2 0
www.lagarinacrusteam.it - info@lagarinacrusteam.it



Non saranno restituite somme inviate DOPO la chiusura delle iscrizioni.

RIMBORSO QUOTE ISCRIZIONE.

Le quote di partecipazione una volta versate non sono rimborsabili in nessun caso.

Solo in caso di annullamento manifestazione per emergenza sanitaria la quota di iscrizione verrà rimborsata.

Art. 7 Semi-autosufficienza.

La gara è in semi-autosufficienza idrica e alimentare. Dei posti di ristoro saranno approvvigionati di cibo ed acqua potabile. Ogni corridore dovrà accertarsi di disporre, alla partenza da ogni posto di ristoro, della quantità d'acqua minima prevista come materiale obbligatorio e della sufficiente riserva alimentare che gli saranno necessarie per arrivare al successivo posto di ristoro. L'assistenza personale lungo il percorso è vietata. L'assistenza personale è permessa solo negli appositi spazi riservati dall'organizzazione e debitamente segnalati sulla mappa del percorso. E' proibito farsi accompagnare sul percorso da un'altra persona che non sia regolarmente iscritta.

I volontari e responsabili del percorso giudici lungo il percorso sono autorizzati a fare interrompere la gara per motivi sanitari, levando il pettorale. Se la gara viene comunque continuata, ciò avverrà sotto la propria responsabilità al di fuori della gara e senza alcun diritto ai servizi.

Art. 8 Materiale obbligatorio.

Con l'iscrizione ogni corridore sottoscrive l'impegno a portare con sé tutto il materiale obbligatorio sottoelencato durante tutta la corsa, pena la squalifica. Il materiale obbligatorio potrà essere controllato al ritiro del pettorale, alla partenza e/o in posizioni a sorpresa lungo il percorso e all'arrivo.

Materiale obbligatorio:

- scarpe specifiche da trail running
- un contenitore da almeno 1 litro d'acqua che dovrà essere pieno alla partenza ed all'uscita dai punti di ristoro.
- Telo termico di sopravvivenza,
- Fischietto di segnalazione,
- Giacca a vento o giubbino adatto a sopportare condizioni di cattivo tempo in montagna,
- Giacca o giubbino impermeabile in caso di pioggia,
- Telefono cellulare (inserire il numero di soccorso dell'organizzazione, non mascherare il numero e non dimenticare di partire con la batteria carica e possibilmente un power-pack.
- Carta del percorso pubblicata sul sito della corsa, o disponibile presso segreteria gara



ASD LAGARINA CRUS TEAM

38060 VILLA LAGARINA (TN)
VIA S. SOLARI, 10 - C.F. e P. IVA: 01275910220
www.lagarinacrusteam.it - info@lagarinacrusteam.it



All'atleta sprovvisto del materiale obbligatorio NON SARA' PERMESSO PARTIRE e sarà squalificato.

Ogni partecipante è tenuto ad avere con sé un bicchiere personale. Ai punti di ristoro non saranno presenti bicchieri di plastica.

Il concorrente che desidera utilizzare i bastoncini deve tenerli con sé per tutta la durata della corsa.

La corsa si svolge in ecosistemi a protezione totale e quindi tutti gli atleti, pena squalifica, dovranno tenere un comportamento rispettoso dell'ambiente naturale, evitando in particolare di disperdere rifiuti, raccogliere fiori o molestare la fauna. La manifestazione aderisce alla campagna lanciata da Spiritotrail (www.spiritotrail.it) "Io non getto i miei rifiuti" rivolta a tutelare l'ambiente e la natura.

Art. 9 Pettorali

Il pettorale non potrà essere consegnato se non in possesso dei requisiti vedi Art. 5 e 6. Il pettorale deve essere portato sul petto o sul ventre ed essere reso visibile sempre nella sua totalità durante tutta la corsa. Deve essere quindi posizionato sopra tutti gli indumenti ed in nessun caso fissato altrove. Prima dello start ogni corridore deve obbligatoriamente passare per i cancelli d'ingresso alla zona chiusa di partenza per farsi registrare. Sia al passaggio da un punto di controllo che all'arrivo il corridore deve assicurarsi di essere stato regolarmente registrato questo è indispensabile poiché il riscontro tra i passaggi tra punti di controllo successivi permette di accertare che non vi siano concorrenti mancanti. In caso di omessa registrazione del passaggio e del conseguente avvio delle ricerche del corridore, ogni spesa derivante verrà addebitata al corridore stesso. Non cedo il mio pettorale ad un'altra persona. Sono consapevole del fatto di poter essere squalificato se modifico il pettorale in qualsiasi forma, specialmente se rendo invisibili gli sponsor o se vengo accompagnato da persone in bici o altro.

Art. 10 Sicurezza ed assistenza medica.

In corrispondenza dei ristori e presso i volontari dislocati lungo il percorso è stabilito un posto di chiamata di soccorso. Questi posti sono collegati via telefono con la direzione di gara. Saranno inoltre presenti sul territorio ambulanze con personale paramedico, e medici. I posti di soccorso sono destinati a portare assistenza a tutte le persone in pericolo con i mezzi propri dell'organizzazione. I medici ufficiali sono abilitati a sospendere i concorrenti giudicati inadatti a continuare la gara. In caso di necessità, per ragioni che siano nell'interesse della persona soccorsa, e solo esclusivamente a giudizio dell'organizzazione, si farà appello al soccorso ufficiale 112, che subentrerà nella direzione delle operazioni e metterà in opera tutti i mezzi appropriati, compreso l'elicottero. Le eventuali spese derivanti dall'impiego di questi mezzi eccezionali saranno a carico della persona soccorsa secondo le norme vigenti. 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.



ASD LAGARINA CRUS TEAM

38060 VILLA LAGARINA (TN)
VIA S. SOLARI, 10 - C.F. e P. IVA: 01275910220
www.lagarinacrusteam.it - info@lagarinacrusteam.it



Su ciascun pettorale sarà indicato un numero di telefono dell'organizzazione da contattare in caso di bisogno. È comunque caldamente consigliato scaricare app del 112

Art. 11 Posto di controllo e posti di rifornimento.

Il rilevamento dei concorrenti è effettuato ai posti di controllo e/o ai ristori. Solo i corridori portatori di pettorale ben visibile hanno accesso ai posti di rifornimento. Sul sito dell'organizzazione sarà pubblicata la carta del percorso che identificherà i ristori ed i punti di soccorso. Dei posti di controllo "volanti" saranno posizionati in altri luoghi al di fuori dei posti di soccorso e di ristoro. La loro localizzazione non sarà comunicata dall'organizzazione.

Art. 12 Tempo massimo autorizzato

Il tempo massimo consentito per arrivare al traguardo di Ronchi è fissato alle ore 13.00=

Art. 13 Abbandoni e rientri.

In caso di abbandono della corsa lungo il percorso, il concorrente è obbligato a comunicare il proprio abbandono facendosi registrare come ritirato al più vicino punto di controllo; è previsto inoltre l'obbligo di mandare un sms con scritto il numero di pettorale ritirato al numero di base gara fornito alla partenza. L'organizzazione si farà carico del suo rientro dal posto di controllo stesso alla base di zona di partenza; non è garantito il rientro dei ritirati al di fuori dei posti di controllo se non in caso di infortunio. In caso di mancata comunicazione di un ritiro e del conseguente avvio delle ricerche del concorrente, ogni spesa derivante verrà addebitata al concorrente stesso.

Art. 14 Penalità – squalifiche.

I concorrenti non trovati in possesso anche di un solo elemento del proprio materiale obbligatorio saranno immediatamente squalificati, senza alcuna possibilità di appello a questa sanzione. Le irregolarità accertate anche a mezzo di immagini video pervenute all'organizzazione dopo la gara, potranno causare squalifiche. La Giuria della gara di cui al successivo art. 16 può pronunciare la squalifica di un concorrente, in caso di mancanza grave al regolamento, in particolare di:

- pettorale portato in modo non conforme,
- scambio di pettorale,
- mancato passaggio e registrazione ad un posto di controllo,
- mancanza di parte o della totalità del materiale obbligatorio,



ASD LAGARINA CRUS TEAM

38060 VILLA LAGARINA (TN)
VIA S. SOLARI, 10 - C.F. e P. IVA: 01275910220
www.lagarinacrusteam.it - info@lagarinacrusteam.it



- utilizzo di un mezzo di trasporto,
- partenza dall'ultimo posto di controllo (cancello) dopo la barriera oraria delle 4 ore.
- doping o rifiuto di sottomettersi ad un controllo anti-doping,
- mancata assistenza ad un altro concorrente in caso di difficoltà,
- uso di assistenza personale al di fuori dei punti consentiti,
- abbandono di proprio materiale lungo il percorso,
- mancato rispetto del divieto di farsi accompagnare sul percorso,
- abbandono di rifiuti sul percorso,
- inquinamento o degrado del luogo da un concorrente o da un membro del suo staff,
- insulti, maleducazione o minacce contro i membri dell'organizzazione o dei volontari,
- Rifiuto a farsi esaminare da un medico dell'organizzazione in qualunque momento della gara.

Art. 15 Reclami.

I reclami in prima istanza vanno fatti verbali all' Arbitro delle Corse.

Sono accettati i reclami scritti nei 30 minuti che seguono l'avvenuta affissione presso la segreteria della manifestazione dei risultati provvisori, previo versamento di una tassa di € 50.00.

Art. 16 Giuria.

La giuria della manifestazione è composta:

- dal giudice direttore della corsa,
- dagli altri giudici di gara,
- dal responsabile del percorso incaricato dall'organizzazione,
- dal responsabile della sicurezza incaricato dall'organizzazione,

La giuria è abilitata a deliberare in un tempo compatibile con gli obblighi della corsa su tutti i litigi o squalifiche avvenuti durante la corsa. Le decisioni prese sono senza appello.

Art. 17 Modifiche del percorso - Annullamento della corsa.

L'organizzazione si riserva il diritto di modificare in ogni momento il percorso o l'ubicazione dei posti di soccorso e di ristoro, senza preavviso. In caso di condizioni meteorologiche avverse o per altri motivi non dipendenti dall'organizzazione e tali da mettere a rischio la sicurezza dei concorrenti e di volontari, la partenza può essere posticipata o annullata, il percorso può essere modificato e ridotto, la corsa potrà essere fermata in qualsiasi punto del tracciato. Le suddette modifiche saranno prese dalla Giuria, sentito anche il parere dei responsabili della sicurezza e dell'equipe medica. La modifica, la sospensione o l'annullamento della corsa non daranno diritto ai concorrenti ad alcun rimborso della quota di iscrizione.

Qualora la manifestazione fosse annullata prima della partenza per causa di forza maggiore tale fatto sarà pubblicato tempestivamente sul sito dell'organizzazione. In caso di annullamento per



ASD LAGARINA CRUS TEAM

38060 VILLA LAGARINA (TN)
VIA S. SOLARI, 10 - C.F. e P.IVA: 01275910220
www.lagarinacrusteam.it - info@lagarinacrusteam.it



causa di forza maggiore a gara iniziata la cosa sarà comunicata attraverso i posti di controllo e rifornimento.

Art. 18 Carta del percorso.

La carta topografica del percorso, nella sua edizione più aggiornata, sarà disponibile sul sito internet ufficiale della gara www.lagarinacrusteam.it I concorrenti sono invitati a scaricarla e stamparla. Ogni aggiornamento della carta del percorso verrà pubblicato sul sito ufficiale.

Art. 19 Classifiche e premi.

Verranno inseriti in classifica i soli concorrenti che raggiungeranno il traguardo di Ronchi e che si faranno registrare all'arrivo dai giudici. Sarà redatta una classifica generale assoluta uomini e donne. Verranno premiati con trofei e prodotti i primi tre classificati maschili e le prime tre classificate femminili.

Non sono previsti premi di categoria.

Art. 20 Diritti di immagine dei dati

Contestualmente all'iscrizione l'atleta autorizza che i dati personali, sensibili e non sensibili, da lui rilasciati, possano essere comunicati a terzi a scopo di elaborazione dati con le norme previste dal codice in materia di protezione dei dati personali (**Regolamento UE 2016/679 del Parlamento Europeo e del Consiglio – artt. 13 e 14 Reg. UE/2016/679 noto anche come GDPR**). Ogni partecipante alla gara autorizza inoltre l'organizzatore ad utilizzare le immagini per la promozione dell'evento su tutti i media nazionali ed internazionali. Ogni concorrente rinuncia espressamente ad avvalersi dei diritti d'immagine raccolte durante la prova così come rinuncia a qualsiasi ricorso contro l'organizzazione, ed i suoi partner abilitati, per l'utilizzo fatto della sua immagine.

Art. 21 Assicurazione e Responsabilità

L'organizzazione non si assume alcuna responsabilità per eventuali danni o incidenti ai partecipanti ed a terzi, né prima, né durante, né dopo la manifestazione sportiva. Inoltre l'ente organizzatore non può essere ritenuto responsabile per lo smarrimento di oggetti. Ogni partecipante si deve assicurare per conto proprio. In caso di disdetta della gara (neve, temporale, ecc.) la quota d'iscrizione non verrà rimborsata. Foro competente è Rovereto.

Ogni atleta dichiara di essere consapevole di non poter adire le vie legali contro l'organizzatore, gli sponsor, il comune, le proprietà private o i loro rappresentanti, in caso di danni o incidenti di qualsiasi tipo. Sono altresì consapevole che con la mia iscrizione alla citata gara rinuncio a qualsiasi diritto d'immagine e di parola rilasciata a radio, televisione, case editrici e pubblicitarie in genere. Dichiaro di essere sano, di essere preparato adeguatamente, che i dati indicati nell'iscrizione sono



ASD LAGARINA CRUS TEAM

38060 VILLA LAGARINA (TN)
VIA S. SOLARI, 10 - C.F. e P. IVA: 01275910220
www.lagarinacrusteam.it - info@lagarinacrusteam.it



esatti e veri (art. 2 legge 04/01/1968 n°15 come modificato dall'art. 3 comma 10 legge 15/05/1997 n°127) e accetto di portare il pettorale ben visibile.

Con l'iscrizione ogni partecipante accetta integralmente il presente regolamento.

Oltre a quanto scritto sopra valgono tutte le disposizioni emanate dal governo e Fidal.

Programma giorno manifestazione

Ore 8.00 Ritrovo Piazza San Giovanni presso il municipio di Ala

Ore 9.00 Partenza "3° Ala-Ronchi" TRAIL RUNNING 25 Km

Ore 9.30 Partenza "3° Ala Ronchi Trail Running" di 12km Circuito M. Trentine

Ore 10.10 Primi arrivi in località Ronchi di Ala

Ore 11.10 Partenza Scoiattoli Trentini in località Ronchi

A seguire Pasta party e Premiazioni

15.05.2024

A.S.D. Lagarina Crus Team
Presidente

Andrea Perghem
Andrea Perghem

