



FEDERAZIONE ITALIANA  
DI ATLETICA LEGGERA

DISPOSITIVO INDICAZIONI SEMPLIFICATE  
PRIMA EDIZIONE "LA SPEZIA TRAIL CINQUE TERRE" La Spezia 10 Aprile 2022

**ATLETICA SPEZIA DUFERCO**

PREMESSA Tutto quanto previsto nel presente Dispositivo Tecnico deve intendersi correlato e compatibile con il "PROTOCOLLO ORGANIZZATIVO TEMPORANEO – NON STADIA – COVID19" disponibile sul sito federale.



**CATEGORIE DI PARTECIPAZIONE e COSTO PARTECIPAZIONE**

La gara è aperta a tutti gli atleti, uomini e donne delle seguenti categorie:

- |   |                    |
|---|--------------------|
| ● Allievi: percorsi 4,3 km, D+ 175 metri COMPETITIVO                | costo gara 5 Euro  |
| ● Juniores/Promesse /Seniores/Master 16 km D+1047 metri COMPETITIVO | costo gara 20 euro |
| ● Seniores e Master 28 km D+1930 metri COMPETITIVO                  | costo gara 30 euro |

Nella quota di iscrizione sono compresi:

- pettorale di gara
- chip da restituire a fine gara
- assistenza e ristori lungo il percorso
- pacco gara con maglia tecnica "LA SPEZIA TRAIL CINQUE TERRE "
- pasta party per le gare di 16 e 28 km



**ISCRIZIONI , CONFERME , RITIRO PETTORALI E PACCHI GARA**

1. Le iscrizioni per singoli atleti online <https://www.endu.net/it/events/la-spezia-trail-cinque-terre/>
2. Per iscrizioni di gruppo :

**ESEGUIRE BONIFICO A**

**ASD ATLETICA SPEZIA DUFERCO** indicando società

**IBAN IT55L0200810700000105467640**

Inviare mail con copia bonifico, copie tessere , mail e recapiti telefonici degli atleti.

MAIL: [andrea.irbetti@gmail.com](mailto:andrea.irbetti@gmail.com) oppure [atleticaspezia@yahoo.com](mailto:atleticaspezia@yahoo.com)

Per maggiore semplicità inviare anche a mezzo whats app (345 6939254)

Per ulteriori informazioni contattare Sig. Andrea Irbetti 345 6939254

**NOTA: Ogni cinque atleti si omaggia la squadra di un pettorale della distanza scelta dalla maggioranza del gruppo.**

In caso di impossibilità a partecipare, la richiesta di annullamento dovrà essere presentata a mezzo e-mail a [iscrizioni@detecht.it](mailto:iscrizioni@detecht.it) con persona in orario di ufficio disponibile a risolvere qualsiasi problematica in fase di iscrizione.

3. IL RITIRO PETTORALI e PACCO GARA E' CONSIGLIATO il giorno prima della gara dalle ore 16 alle ore 19 presso "PUNTO RITIRO PETTORALI" in Piazza Europa a LA Spezia .

Oppure dalle ore 7,00 entro le ore 8,00 per categorie Allievi/e - Entro le 9.00 per il Trail delle categorie a seguire sempre presso "PUNTO RITIRO PETTORALI" in Piazza Europa a La Spezia .

Informazioni per il ritiro dei pettorali saranno rese disponibili sui canali Social in prossimità dell'evento, in linea con le disposizioni sanitarie vigenti al momento.

Il ritiro del pettorale e del pacco gara per conto di altri atleti NON sarà consentito.

4. Il "PUNTO RITIRO PETTORALI" gestito da ATLETICA SPEZIA DUFERCO e DETECHT s.r.l. costituisce il collegamento tra Rappresentative, Società, Atleti, Organizzazione e Gruppo Giudici di Gara

È l'unico punto di riferimento tecnico ed osserva i seguenti orari • sabato 9 aprile dalle 10.00 alle 19.00; domenica 10 aprile dalle 7.00 fino a mezz'ora dopo il termine delle gare.

Nel rispetto dei protocolli COVID-19 non saranno effettuate affissioni di start list o risultati, che saranno disponibili sul maxischermo e sul sito della FIDAL.



#### **PARTENZE E ARRIVI GARE**

Partenza ore 8,30 e Arrivo Piazza Europa

- 1) gara allievi

Partenza ore 9,30 da Piazza Europa ed arrivo al Centro Sportivo Montagna

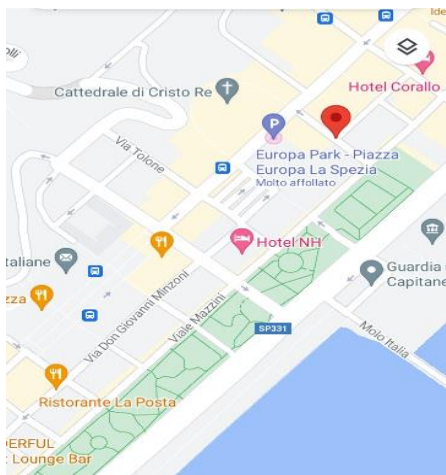
- 1) Juniores
- 2) Promesse
- 3) Seniores
- 4) Master

Sara' disponibile presso il Centro Sportivo A. Montagna il servizio docce .

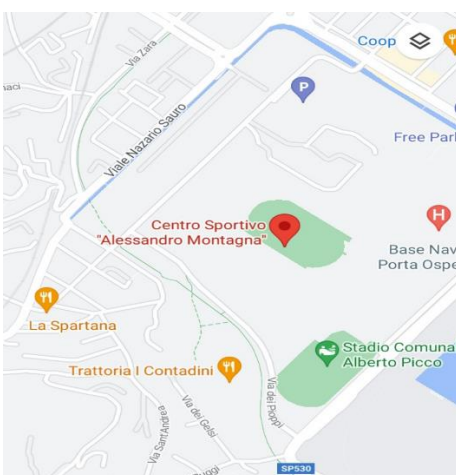
Premiazioni dalle Ore 14,00 a seguire presso Centro Sportivo A.Montagna

Ristorazione di fine gara per partecipanti al TRAIL 16 K e 28 K presso " Trattoria I Contadini" al Parco delColombaio.

Ristorazione di fine gara per categoria Allievi 4,3 k in Piazza Europa allo Stand ATLETICA SPEZIA DUFERCO



PIAZZA EUROPA LA SPEZIA



CENTRO SPORTIVO A MONTAGNA

## ➔ Riferimenti Organizzatori

[www.atleticaspezia.com](http://www.atleticaspezia.com)

[www.endu.net/it/events/la-spezia-trail-cinque-terre/](http://www.endu.net/it/events/la-spezia-trail-cinque-terre/)

Responsabile organizzativo:

**Andrea Irbetti**

Mail: [atleticaspezia@yahoo.com](mailto:atleticaspezia@yahoo.com)

[andrea.irbetti@gmail.com](mailto:andrea.irbetti@gmail.com) tel. (+39)345 6939254

## ➔ Pagine Social Evento con informazioni aggiornate

Instagram : [https://instagram.com/la\\_spezia\\_trail\\_cinqueterre?utm\\_medium=copy\\_link](https://instagram.com/la_spezia_trail_cinqueterre?utm_medium=copy_link)

Facebook : <https://www.facebook.com/laspeziatrailcinqueterre/>

## ➔ MATERIALE OBBLIGATORIO

Con l'iscrizione alla gara, nella distanza prescelta, ogni atleta si impegna a portare con sé per tutta la durata della corsa il materiale obbligatorio di seguito elencato che verrà controllato al ritiro del pettorale. In caso di mancanza anche di un solo pezzo del materiale obbligatorio il pettorale non verrà consegnato.

- Scarpe da Trail
- Telefono cellulare con memorizzati i numeri dell'organizzazione e del soccorso

DIRETTORE GARA (+39) 345 6939254

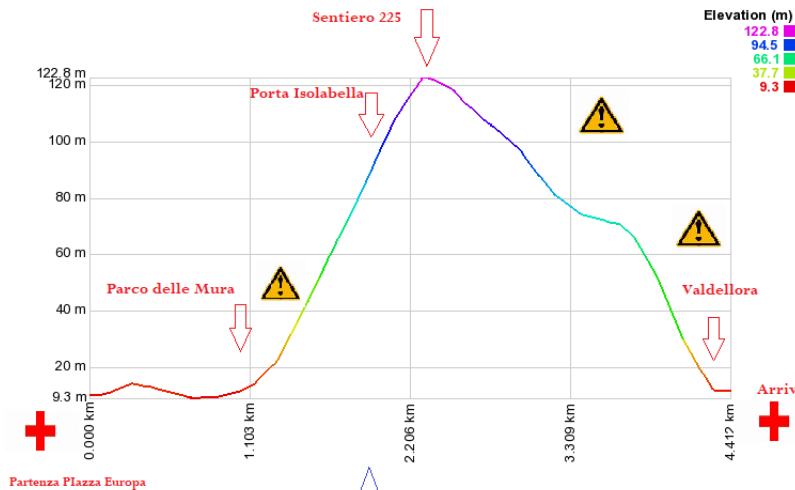
RESPONSABILE MEDICO GARA (+39) 333 6372356

PRESIDENTE (+39) 348 5976548

PRONTO SOCCORSO 118

- Chip e pettorale (numero ben visibile in ogni condizione portato nella parte frontale dell'atleta)
- KIT SANITARIO composto da mascherina chirurgica o FFP2 (bandane, "scaldacollo" o similari non sostituiscono le mascherine), **telo termico, fischiello, giacca leggera antivento o pioggia solo sulle distanze oltre i 16 km**
- È consentito l'uso dei bastoncini che, se utilizzati, andranno portati con sé per tutta la durata della gara. **(solo per distanze oltre i 16 Km)**

- Saranno disposti punti di controllo del materiale obbligatorio lungo tutto il percorso durante lo svolgimento della gara.
- Zaino leggero (vest. da 3 lt) obbligatorio anche per le categorie giovanili contenente almeno 500 ml di acqua, ed almeno una piccola riserva alimentare.
- L'equipaggiamento obbligatorio potrà subire delle modifiche in base alle condizioni meteo del giorno della gara, ritenute idonee dalla Direzione Gara



Elevation (m)  
 122.8  
 94.5  
 66.1  
 37.7  
 9.3

PERCORSO 4,3 KM D+175 metri  
 La Spezia Trail Cinque Terre

PRONTO SOCCORSO : 118



TRATTO PERICOLOSO



PUNTO DI SOCCORSO



ACQUA DI RETE

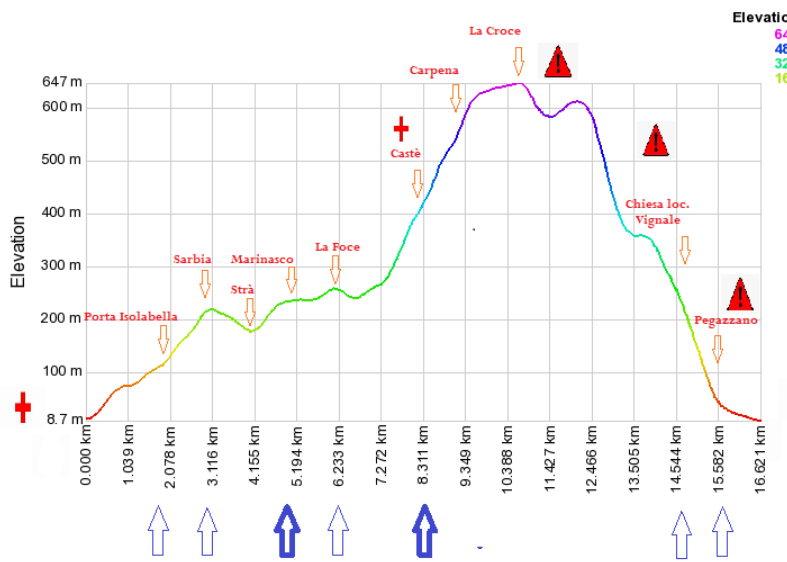
Partenza Piazza Europa

Arrivo Piazza Europa

PRESIDENTE SOCIETA'  
 A.S.D. Atletica Spezia Duferco \_\_\_\_\_

DIRETTORE GARA \_\_\_\_\_

RESPONSABILE SANITARIO \_\_\_\_\_



Elevation (m)  
 647.0  
 487.5  
 327.9  
 168.3  
 8.7

PERCORSO 16 KM D+1047 metri  
 La Spezia Trail Cinque Terre

PRONTO SOCCORSO : 118



TRATTO PERICOLOSO



PUNTO DI SOCCORSO



RISTORI CON ACQUA



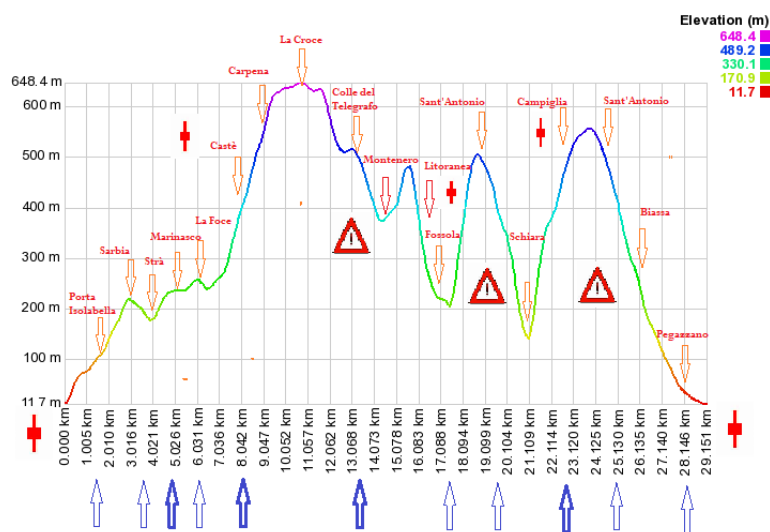
ACQUA DI RETE



PRESIDENTE SOCIETA'  
 A.S.D. Atletica Spezia Duferco \_\_\_\_\_

DIRETTORE GARA \_\_\_\_\_

RESPONSABILE SANITARIO \_\_\_\_\_



Elevation (m)  
 648.4  
 489.2  
 330.1  
 170.9  
 11.7

PERCORSO 29 KM D+1930  
 La Spezia Trail Cinque Terre

PRONTO SOCCORSO : 118



TRATTO PERICOLOSO



PUNTO DI SOCCORSO



RISTORI CON ACQUA



ACQUA DI RETE



PRESIDENTE SOCIETA'  
 A.S.D. Atletica Spezia Duferco \_\_\_\_\_

DIRETTORE GARA \_\_\_\_\_

RESPONSABILE SANITARIO \_\_\_\_\_

DOVE DORMIRE A LA SPEZIA

**ATLETICA SPEZIA DUFERCO**

Avete bisogno di dormire  
a La Spezia ?

**La Spezia TRAIL CINQUE TERRE**

**4.3** km ALLIEVI D+175m

**16** km JUNIORS, PROMESSE SENIORS MASTERS D+1047m

**28** km SENIORS MASTERS D+1930m

**16** km PROMOZIONALE CSI D+1047m

**28** km PROMOZIONALE CSI D+1930m

**Gara Nazionale FIDAL**  
Domenica | **10 Aprile 2022** | 9:00

**CENTRO UNICO PRENOTAZIONI**  
PREZZI CONVENZIONATI PER L'EVENTO (SOLO TRAMITE QUESTI CONTATTI)  
CONTATTATE:  
AGENZIA VIAGGI ARIANNA 2002 - [www.arianna2002.it](http://www.arianna2002.it)  
TELEFONO 0187 751563 - WHATSAPP 3518466040  
MAIL [incoming@arianna2002.it](mailto:incoming@arianna2002.it)

**+++OFFERTA DEDICATA+++ in solo pernottamento**  
check in 09/04/22 - check out 10/04/22

Camere singole = € 60      Camere matrimoniali / doppie = € 100  
Camere Triple = € 130      Camere Quadruple = € 155

*Tutti i prezzi si intendono iva inclusa; City tax esclusa da saldare in loco in struttura*  
**PRENOTAZIONE CON CANCELLAZIONE GRATUITA ENTRO IL 31/03/2022**  
**SCADENZA OFFERTA IL 31/03/2022**

[www.facebook.com/laspeziatrailcinqueterre](https://www.facebook.com/laspeziatrailcinqueterre)  
[instagram.com/laspeziatrailcinqueterre](https://www.instagram.com/laspeziatrailcinqueterre)