



KOKOS TRAIL 2024

Domenica 17 Marzo alle 10.00

Gara di Trail

16 Km (600mt D+/-)

10 Km (400mt D+/-)

Kokos Family 8 KM (200mt D+/-) Non competitiva

Ritrovo a partire dalle ore 08.00 Basovizza (TS) – Campo Sportivo Zarja;

ore 10.00 partenza;

ore 12.00 premiazioni

REGOLAMENTO E INFORMAZIONI: L'ASD EVINRUDE in collaborazione con l' ASD ZARJA CALCIO, con il patrocinio del Comune di Trieste e con il patrocinio e la collaborazione del Comune di San Dorligo della Valle (Dolina), organizza la manifestazione di atletica leggera di Trail inserita in Calendario Nazionale FIDAL e denominata Kokos Trail 2024. La manifestazione avrà luogo con qualsiasi condizione atmosferica. Sarà garantita la presenza del medico ed il servizio ambulanza. La società organizzatrice declina ogni responsabilità per eventuali danni a persone o cose che si dovessero verificare prima, durante o dopo lo svolgimento della manifestazione. Per quanto non previsto dal presente regolamento valgono le norme federali FIDAL e del G.G.G.

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 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 (Sez. Atletica), in possesso di Runcard EPS, limitatamente alle persone da 20 anni in possesso di un certificato medico di idoneità agonistica specifica per l’atletica leggera, in corso di validità, che dovrà essere obbligatoriamente consegnato, anche digitalmente, alla società organizzatrice. Il certificato medico per gli stranieri non residenti può essere emesso

nel proprio paese, ma devono essere stati effettuati gli stessi esami previsti dalla normativa italiana: a) visita medica; b) esame completo delle urine; c) elettrocardiogramma a riposo e dopo sforzo; d) spirometria 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.

CRONOMETRAGGIO E CLASSIFICHE La misurazione dei tempi, elaborazione delle classifiche è a cura di FICR Trieste con microchip usa e getta, e rilevamento dal momento dello sparo (GUN TIME); le stesse sono convalidate dal Giudice Delegato Tecnico/Giudice d'Appello.

ISCRIZIONI COMPETITIVE:

20 € (16 KM) 15€(10 KM) dal 1 al 31 Gennaio

25 € (16 KM) 20 € (10 KM) dal 1 al 29 Febbraio

30 € (16 KM) 25 € (10 KM) dal 1 al 15 Marzo

ISCRIZIONI KOKOS FAMILY 8 Km non competitiva:

inviare una mail con Nome Cognome e anno di nascita a: info@euromarathon.it

entro il 15 Marzo

La quota di 12€ verrà pagata sul posto al ritiro del cartellino

PERCORSO 16 Km: Partenza dal Campo Zarja di Basovizza, dopo il passaggio al Parco degli Eroi si procederà fino a Pesek e si salirà fino al tumulo del Cocusso per poi salire ancora fino al Monte Castellaro / Gradisce, poi una lunga discesa fino a Grozzana e Pesek, quindi si imbroccherà il sentiero delle Ghiacciaie/Jazzere per poi ritornare al Campo Zarja

PREMIAZIONI

Verranno premiati i primi 15 Uomini e le prime 8 Donne per la 16 KM e i primi 5 Uomini e le prime 5 Donne per la 10 KM con premi in natura e materiale tecnico offerto dal Negozio Specializzato "Track & Field" di Basovizza.

Premi ai primi/e di ogni categoria

Premi alle 5 società più numerose

Nessun premio in denaro può essere previsto per i possessori di "Runcard", Runcard Mountain & Trail e "Runcard EPS", quindi al KOKOS TRAIL potranno essere premiati regolarmente.

RECLAMI: Eventuali reclami dovranno essere presentati nel rispetto delle norme della FIDAL e del R.T.I. **AVVERTENZE FINALI** Il Comitato Organizzatore si riserva di modificare il presente regolamento in qualunque momento per motivi che riterrà opportuni per una migliore organizzazione della gara, dopo averne dato comunicazione e ottenuto approvazione dalla FIDAL. Per quanto non previsto dal presente regolamento, valgono le norme tecnico statutarie della FIDAL e del G.G.G.. Eventuali modifiche a servizi, luoghi e orari saranno opportunamente comunicate agli atleti iscritti oppure saranno riportate sul sito internet www.euromarathon.it

INFORMAZIONI – 3478355573 - info@euromarathon.it

Il pettorale andrà ritirato Sabato 16 Marzo dalle 11.00 alle 18.00 presso il Campo Zarja a Basovizza.

La mattina della gara non sarà possibile ritirare il pettorale tranne che per gli atleti che verranno da fuori Trieste.

Spogliatoi docce e deposito borse: Ci sarà un'area per il deposito borse e spogliatoi con docce.

ZONA RISTORO ARRIVO – verrà consegnato a tutti i concorrenti un sacchetto con tutto il necessario (acqua, sali, barrette, ecc)

RISTORI SUL PERCORSO: Ci saranno 3 ristori sul percorso da 16 Km e un ristoro sul percorso da 10 Km

Premiazioni: verranno premiati i primi 15 atleti maschi e le prime 8 atlete femmine.

Saranno presenti ambulanze con personale addetto della Croce Rossa e il medico gara