

# **REGOLAMENTO**

# **TRAIL DELLE CARBONAIE 2025 VII ED.**

## **GARA COMPETITIVA**

In base a quanto previsto dalle "Norme per l'Organizzazione delle Manifestazioni Non Stadio" emanate dalla FIDAL, possono partecipare atleti tesserati in Italia limitatamente alle persone da 18 anni in poi (millesimo d'età) in possesso di uno dei seguenti requisiti:

- a tutti gli atleti italiani e stranieri tesserati per Società affiliate alla FIDAL
  - a tutti gli atleti italiani tesserati per gli Enti di Promozione Sportiva (Sez. Atletica) convenzionati con la FIDAL.
  - Atleti italiani e stranieri in possesso di Runcard (valevole come assicurazione sportiva e permesso a competere) 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, alle società organizzatrici di ciascuna manifestazione

L'organizzazione della gara è a cura della **Podistica Rocca di Papa**.

La lunghezza del tracciato si sviluppa sulla distanza di 15,500 km circa D+ 380 m

Si svolgerà il **18 Maggio 2025** con ritrovo alle ore 07.30 presso Parco Comunale “ La Pompa “sito in Rocca di Papa in via Pozzo del Principe

La partenza avverrà alle ore **09.30**.

# PERCORSO

Si sviluppa Per Km 15,500 (andata e ritorno ) su asfalto e restante interamente su sentieri sterrati immersi nel bosco con ripetuti saliscendi con un + 380 circa di dislivello.

RISTORI

Come previsto dalla tipologia di gara, sul percorso è presente nr. 1 / 2 ristori di sola acqua. Non saranno presenti bicchieri di plastica, quindi si raccomanda ai partecipanti di munirsi di appositi contenitori per bere.

## ISCRIZIONE

La quota è di 13 €. E' possibile iscriversi il giorno della gara a 15 €

Le iscrizioni termineranno al raggiungimento di nr. 300 iscritti , pacco gara garantito ai primi 170 iscritti.

Chiusura delle iscrizioni entro le ore 19.00 del 16 Maggio 2025

Per iscriversi è necessario inviare i propri dati utilizzando i moduli per Iscrizione singoli e di società

Iscrizione Singoli cliccando su <https://form.jotform.com/250561805532352>

Iscrizione Società cliccando su <https://form.jotform.com/250562289078364>

- **I singoli** dovranno specificare Cognome, nome, anno di nascita e società di appartenenza allegare, tesserino FIDAL o di ente promozione sportivo , Certificato medico agonistico in corso di validità per RUN CARD e EPS e copia Bonifico
  - **Le società** dovranno inviare la lista degli atleti completa di dichiarazione di regolarità sanitaria e tesseramento per l'anno in corso, di timbro e firma del Presidente,copia bonifico effettuato.

Il modulo da compilare potrà essere scaricata dal sito [WWW.PODISTICARDP.IT](http://WWW.PODISTICARDP.IT)

**PAGAMENTO:** Tramite bonifico bancario: - IBAN: IT30J0306909606100000139935, INTESA SAN PAOLO, intestato a Podistica Rocca di Papa. Nella causale bisogna specificare:

- Per i singoli: nome, cognome, anno di nascita e società di appartenenza
  - Per le società: nr. degli atleti e nome della Società.

*Per essere regolare l'iscrizione è necessario inviare la copia del bonifico e per i singoli anche la copia del certificato medico valido nell'anno in corso se apparteneti a enti di Promozione sportiva e Run Card*

In tutti i casi, dovrà essere presentato il tesserino di affiliazione (Fidal, Uisp, Csi ecc) valido per l'anno in corso. Per le iscrizioni cumulative di società è valida una lettera di responsabilità sottoscritta dal presidente della Società stessa.

# RITIRO PETTORALI

## La mattina della Gara

# RESPONSABILITÀ

La partecipazione alla gara comporta l'accettazione senza riserve del presente regolamento. Il percorso è segnato con striscioline Rosse e Bianche ed è vietato effettuare scorciatoie.

## EQUIPAGGIAMENTO

Si consiglia l'uso di scarpe da Trail, bastoncini telescopici per chi li usa, giacca anti pioggia (in caso di tempo piovoso) e recipiente per bere.

## CLASSIFICHE E PREMI

Verrà redatta una classifica generale e di categoria uomini e donne.

La premiazione per le categorie avverrà secondo il cosiddetto metodo ad imbuto e immediatamente subito dopo l'arrivo. Mentre per gli assoluti uomini e donne le premiazioni verranno effettuate sul palco.

Saranno premiati:

ASSOLUTI - Primi 3 Uomini e donne con generi alimentari o materiale tecnico;

CATEGORIA - Primi 3 delle seguenti categorie con generi alimentari:

- A. SM/SF
  - B. SM/SF30;
  - C. SM/SF35;
  - D. SM/SF40;
  - E. SM/SF45;
  - F. SM/SF50;
  - G. SM/SF55;
  - H. SM/SF60;
  - I. SM/SF65;
  - L. SM/SF70 IN POI

La Camminata è aperta a tutti uomini e donne che alla data del 18 MAGGIO 2025 abbiano compiuto 18 anni ( millesimo di età ) scaricando il modulo “scarico responsabilità “ dal sito

La partenza avverrà alle ore **09:30**

# PERCORSO

Si sviluppa interamente su sentieri sterrati e scorci di bosco con ripetuti saliscendi per un totale di km 8 con un + 200 circa di dislivello.

# ISCRIZIONE

La quota è di 7 € . E' possibile iscriversi il giorno della camminata a 10 €

La quota comprende un ricco ristoro finale

Chiusura delle iscrizioni entro le ore 19.00 del 16 maggio 2025

Per iscriversi è necessario inviare i propri dati facendo iscrizione utilizzando modulo camminata non competitiva allegando copia bonifico e modulo scarico responsabilità

Cliccando su <https://form.jotform.com/250562462138354>

Il modulo scarico di responsabilità potrà essere scaricato sul sito [WWW.PODISTICARDP.IT](http://WWW.PODISTICARDP.IT)

**PAGAMENTO:** Tramite bonifico bancario: - IBAN: **IT30J0306909606100000139935**, INTESA SAN PAOLO, intestato a Podistica Rocca di Papa. Nella causale bisogna specificare:

Camminata non competitiva Trail delle Carbonaie 2024

### **SICUREZZA E ASSISTENZA MEDICA**

Gli Atleti durante lo svolgimento della gara/camminata saranno assistiti da un servizio medico in ambulanza con defibrillatore e medico.

Lungo il percorso sarà presente personale della Protezione Civile e Assistenza Medica a chiamata . L' ambulanza con personale medico resta a disposizione per tutta la durata della gara e a premiazioni conclusive sul punto di partenza non avendo la possibilità di andare sui sentieri del percorso. Ogni atleta che si trovasse in caso di bisogno allertereà gli atleti in gara e l' atleta della società organizzatrice che segue l' ultimo atleta in gara che potrà allertare i soccorsi .

Ogni corridore deve prestare assistenza minima a chi ne ha bisogno durante la gara e chiamare il soccorso.

In caso di cattive condizioni meteorologiche e/o per ragioni di sicurezza, l'organizzazione si riserva il diritto di sospendere e/o terminare la prova in corso, modificare il percorso.

### **ASSICURAZIONE**

La partecipazione avviene sotto l'intera responsabilità dei concorrenti, che rinunciano ad ogni ricorso contro gli organizzatori in caso di danni e di conseguenze ulteriori che sopraggiungano in seguito alla gara./camminata

Assicurazione personale: è consigliata per ogni concorrente la stipula di un'assicurazione personale, incidenti e infortuni, che copre eventuali spese di ricerca e di evacuazione. L'assicurazione può essere sottoscritta presso un organismo a scelta del corridore.

### **RECLAMI**

Eventuali reclami dovranno essere presentati nel rispetto delle norme della FIDAL e del R.T.I.

### **IMPORTANTE**

Tutti gli atleti dovranno:

- Prendere visione del suddetto regolamento;
- Non abbandonare eventuali rifiuti sul percorso di gara, eventuali rifiuti potranno essere depositati in prossimità dei ristori situati lungo il percorso
- Avvisare l'organizzazione al numero di telefono fornito in caso di abbandono,
- Non uscire fuori dal percorso tracciato;
- Prestare assistenza e/o allertare i soccorsi qualora vengano superati concorrenti che si trovino in difficoltà e richiedono aiuto;
- Non indossare cuffiette per l'ascolto di musica durante la gara perché le stesse non permettono di percepire eventuali pericoli e richieste di soccorso;
- Limite massimo del tempo è di 2h e 30m.

### **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.

**Con l'iscrizione alla gara l'atleta dichiara di aver letto e accettato il presente regolamento in ogni sua parte.**

**CONTATTI :**

Vito Carnevali cell. **3343283346** Gatta Lorena cell **3342789361**