



MONTE CATRIA EXTREME TRAIL 2024

REGOLAMENTO MTMC

1. Il "Corri Pergola asd" in collaborazione con la Pro loco e il Comune di Serra Sant' Abbondio Organizza per il giorno 12 Maggio 2024 all'interno dell'evento Monte Catria Extreme Trail, la competizione di trail running denominata MEDIUM TRAIL DEL MONTE CATRIA.

MTMC – Medium Trail del Monte Catria

Lunghezza percorso 30 Km, dislivello 2100D+

Partenza il giorno 12 Maggio 2024 alle ore 09:00

La partenza, l'arrivo e la zona di ritiro dei pettorali, saranno nel piazzale ante stante il palazzo comunale di Serra Sant'Abbondio.

Apertura zona di accredito:

Sabato 11 Maggio dalle ore 16:00 alle ore 20:00 o Domenica 12 Maggio dalle ore 06:30 alle ore 08:30.

2. 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 20 anni in poi (millesimo d'età) 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, alle società organizzatrici di ciascuna manifestazione.
- 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.

Questa competizione si svolge su sentieri di montagna classificati EE con l'attraversamento in alcuni punti di: strade aperte al traffico dove vige l'obbligo di rispettare il codice della strada, tratti impegnativi in salita, discesa, tratti attrezzati con corde fisse per facilitare la progressione, ripidi pascoli e canali con pietrame e possibili tratti con presenza di neve. Ogni partecipante dovrà essere in grado di gestire eventuali condizioni meteo avverse, avendo cura di visionare sia sul sito internet e sia nel briefing pre-gara prima



della partenza alle ore 08:50 c/o zona partenza/arrivo, le caratteristiche ed eventuali variazioni del percorso. Si richiede una buona preparazione fisica e la massima prudenza, oltre alla facoltà di valutare che le proprie capacità atletiche e tecniche siano commisurate allo sforzo ed alle difficoltà che si andranno ad affrontare.

3. Il tracciato sarà segnalato con cartelli e bandierine ben visibili, ed è fatto assoluto divieto di uscire dal percorso indicato.

4. Punti di controllo e ritiro:

Nelle gare saranno presenti punti di controllo dove un addetto effettuerà il rilevamento del passaggio dell'atleta tramite l'apposito chip installato sul pettorale. **L'eventuale mancanza del passaggio da parte dell'atleta al punto di controllo seguirà la squalifica dello stesso.**

Saranno anche presenti dei punti di ritiro dove l'atleta in caso di malore o problemi di natura fisica potrà ritirarsi dalla competizione. Il ritiro in quota sarà gestito dagli organizzatori tramite mezzi di trasporto (jeep) e impianto a fune presso località "Cupa delle Cotaline" con cui si procederà al trasferimento degli atleti a valle per poi essere nuovamente trasferiti presso la zona di partenza arrivo. Si prega gentilmente di collaborare senza intralciare le operazioni di ritiro.

Lista punti di ritiro MTMC:

- Punto di controllo "Cima del Monte Catria"
- Punto di ritiro Rifugio la Vernosa
- Punto di ritiro "Fonte Avellana"

5. Sarà d'obbligo porre attenzione nel consumare gli alimenti / bevande e gettare i rifiuti nella zona di ristoro al fine di salvaguardare l'ambiente, pena incorrere nelle previste sanzioni e penalità.

6. Il sistema di cronometraggio verrà effettuato con chip sul pettorale; qualora il pettorale venga smarrito, l'atleta non verrà ammesso nella classifica finale.

7. Materiale obbligatorio:

MTMC 30 Km : giacca impermeabile traspirante, telo termico, riserva idrica 1L, riserva energetica "barrette" , telefono cellulare con batteria carica, tazza ecologica "bicchiere", lampada frontale con batteria carica, scarpe da Trail running. E' consentito l'utilizzo dei bastoncini. Si raccomanda la massima prudenza nell'utilizzo dei bastoncini al fine di salvaguardare l'incolumità degli atleti che seguono. Pertanto, nei tratti in cui si corre ed bastoni vengono tenuti in mano, si invitano gli atleti a rivolgere i puntali in avanti.

Consigliato in caso di condizioni atmosferiche avverse:



- Guanti;
- Sovra-pantalone impermeabile;
- Cappello protettivo invernale.

8. Cancelli orari

Per salvaguardare l'incolumità dei concorrenti sono istituiti dei cancelli orari. Qualora l'atleta raggiunga il cancello orario oltre il tempo limite massimo consentito verrà escluso dalla manifestazione. Gli atleti esclusi dalla manifestazione, poiché in ritardo rispetto al cancello orario, saranno fermati, gli verrà ritirato il pettorale e saranno invitati a seguire un responsabile dell'organizzazione il quale, dopo aver atteso l'ultimo concorrente fuori tempo massimo, li riaccompagnerà all'arrivo presso l'abitato di Serra Sant' Abbondio. L'organizzazione non risponderà di incidenti occorsi a coloro i quali si sottrarranno a tali indicazioni.

Per la MTMC i cancelli orari saranno i seguenti:

- presso il Monastero di Fonte Avellana al km 9 è stabilito in 2h:00m (due ore).
- presso rifugio della "Vernosa" al km 17 è stabilito in 6h:00m (sei ore).

**TEMPO MASSIMO PER CONCLUDERE LA COMPETIZIONE E' DI
8h:30m (otto ore e trenta minuti).**

Gli atleti esclusi dalla manifestazione, poiché in ritardo rispetto al cancello orario, saranno fermati, gli verrà ritirato il pettorale e saranno invitati a seguire un responsabile dell'organizzazione il quale, dopo aver atteso l'ultimo concorrente fuori tempo massimo, li riaccompagnerà all'arrivo presso l'abitato di Serra Sant'Abbondio. L'organizzazione non risponderà di incidenti occorsi a coloro i quali si sottrarranno a tali indicazioni.

9. L'organizzazione si riserva il diritto in caso di previsioni meteo particolarmente avverse o eventuali di modificare il percorso per la sicurezza e l'incolumità' degli atleti, inoltre l'organizzazione potrà dichiarare lo stop gara; in tal caso non sarà effettuato nessun tipo di rimborso e per tanto non sarà assegnato il premio di finisher.

Rimborsi: Saranno effettuati rimborsi solo e non oltre il 12 aprile 2024 con allegata certificazione medica inerente a infortunio.

Non sarà effettuato nessun altro tipo di rimborso .

Non potranno essere effettuati cambi di pettorale.

10. Su tutto il percorso l'assistenza è garantita da personale specializzato: Corpo Nazionale Soccorso Alpino e Speleologico , personale medico, numerosi volontari che presenzieranno i punti più critici del tracciato, i ristori e alcuni bivvi del sentiero.



Tutti gli atleti, con l'iscrizione, dichiarano di:

- essere consci delle difficoltà tecniche, fisiche e atletiche da affrontare;
- di aver visionato e compreso le caratteristiche del percorso e le raccomandazioni tecniche di sicurezza necessarie per affrontarlo;
- di essere inviati a partecipare ai briefing pre-gara.

L'organizzazione ribadirà comunque le note salienti relative alla sicurezza e al regolamento anche nell'immediatezza della partenza, sempre al fine di chiarire quanto più possibile e illustrare al meglio le particolarità del percorso per una maggiore sicurezza.

11. Il comitato organizzatore si riserva il diritto di apportare variazioni al percorso e/o al programma per cause non direttamente imputabili all'organizzazione (ad es. eventi meteorologici). L'organizzazione declina inoltre ogni responsabilità per eventuali incidenti derivanti da danni a persone e/o cose, prima, durante e dopo la gara.

12. Tutti gli Atleti iscritti, autorizzano espressamente l'organizzazione a pubblicare le immagini e le foto realizzate durante la corsa, per la promozione dell'evento.

13. Con l'atto di iscrizione gli atleti sollevano gli organizzatori da qualsiasi responsabilità civile e penale e relativa a danni a persone, animali e cose che possono verificarsi durante e dopo la gara in relazione alla stessa e di essere a conoscenza della difficoltà fisica e tecnica che si andranno ad affrontare e possibili condizioni meteo avverse. Di essere in possesso di idoneità sportiva agonistica rilasciata dal medico sportivo. Tale idoneità è in corso di validità e specifica per attività ad elevato impegno cardiovascolare.

ISCRIZIONI

1. Per effettuare l'iscrizione è OBBLIGATORIO seguire la procedura ON-LINE presente sul sito internet ufficiale della manifestazione www.montecatriaextremetrail.it – Iscrizione;
2. chiusura iscrizioni al raggiungimento del numero massimo di 200 atleti ; per tanto l'organizzazione potrà decidere di aumentare o diminuire il numero degli atleti in base alle circostanze e alla disponibilità dei pettorali .
3. Sarà cura dell'organizzazione comunicare i dati dei partecipanti per la stesura delle varie classifiche.
4. Si ribadisce l'importanza, per l'atleta, di espletare tali operazioni nei giorni precedenti per presentarsi con adeguato anticipo in zona partenza, senza inutili attese al momento dell'accredito facilitando in tal modo il rispetto della tempistica indicata.



5. Per chi non fosse tesserato è previsto il tesseramento con l'associazione ASD CORRI PERGOLA organizzatrice dell'evento al costo di 50,00 euro.

Apertura iscrizioni 20 dicembre 2023

Monte Catria medium trail 30km 2100D+

- € 30,00 dal 20 dicembre al 31 dicembre 2023
- € 35,00 dal 1 gennaio al 31 gennaio 2024;
- € 45,00 dal 1 febbraio al fino al 9 Maggio alla chiusura delle iscrizioni on-line;
- € 50,00 il giorno della manifestazione dalle 07:00 alle 08:30;

Per i gruppi* sono previsti i seguenti sconti:

- da 3 a 5 concorrenti sconto 5% (anche per i primi 2)
- da 6 a 10 sconto 10% (anche per i primi 5)
- da 11 in poi 15% (anche per i primi 10)

*per le iscrizione di gruppo contattare tramite e-mail a: montecatriaextremetrail@gmail.it specificano nome società e numero di atleti da iscrivere, lo sconto in percentuale sarà calcolato in base alla tariffa del momento.

PREMIAZIONI

Saranno premiati con premi in natura:

I primi 5 assoluti atleti maschi della classifica generale.

E le prime 5 assolute atlete donna della classifica generale.

14. Reclami

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

15. 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..