

TRAIL DELL'ABBAZIA 2022

Regolamento della manifestazione

Attenzione: regolamento in costante aggiornamento in base all'evolversi delle normative COVID-19 in vigore

La gara

Con l'organizzazione di A.S.D. Triiron e la collaborazione della Parrocchia dei Ss. Nicolò ed Agata, sabato 30 aprile si disputa il "Trail dell'Abbazia", corsa in natura di **14 km e 550 metri di dislivello** positivo. Si svolgerà contestualmente anche la "Sudatina dell'Abbazia", camminata non competitiva di **7km e 250 metri di dislivello** positivo.

La gara avrà luogo solamente nel caso in cui la situazione pandemica in atto in Italia, e in particolare in Emilia Romagna, lo permettano.

In caso di annullamento, la gara verrà rimandata all'anno successivo e le quote versate dagli iscritti saranno valide per il 2023.

Possono partecipare alla gara competitiva, tutti i nati dal 2004 e anni precedenti, tesserati FIDAL, possessori di Runcard o tesserati per uno degli Enti di Promozione Sportiva firmatari della convenzione con FIDAL. In caso di doppio tesseramento dichiarare il solo tesseramento FIDAL.

In base alle misure emanate dalla FIDAL riguardanti le procedure di prevenzione COVID-19, in vigore dal 1° aprile 2022 al 30 aprile 2022, agli atleti non sarà richiesta l'esibizione della Certificazione Verde Covid-19 per poter partecipare alla manifestazione. Per l'accesso agli spogliatoi rimane invece richiesta la Certificazione Verde Covid-19 Rafforzata.

La gara competitiva si svolgerà con **partenze a scaglioni ogni 5 minuti**, dalle ore 17.00. Massimo 350 partecipanti. Sul percorso saranno presenti due ristori con liquidi (acqua, tè) e solidi confezionati. È fatto obbligo avere con sé un bicchiere personale o borraccia di tipo "soft flask".

Il programma è il seguente:

Dalle ore 15.30: Ritrovo e ritiro pettorali presso la Palestra Bruno Deserti, Viale dell'Abbazia 4

Dalle 17.00: Partenze del Trail dell'Abbazia a scaglioni ogni 5 minuti.

17.30: Partenza camminata non competitiva "Sudatina dell'Abbazia"

A seguito degli ultimi arrivi: Pubblicazione classifiche sul sito e ritiro premi

La gara si svolge, in tutte le sue fasi, nel rispetto delle attuali normative statali e regionali relative al distanziamento sociale e all'uso dei dispositivi di protezione, nonché nel rispetto del protocollo organizzativo temporaneo – non stadia della FIDAL.

Iscrizioni

È possibile iscriversi con due modalità distinte:

- Online, compilando l'apposito form su www.traildellabbazia/#iscrizioni. Pagamento tramite bonifico bancario.
- Presso il negozio **Sport3k**, viale Palmiro Togliatti 9b. Pagamento sul posto.

Le iscrizioni chiuderanno domenica 24 aprile o anticipatamente al raggiungimento del tetto massimo di 350 partecipanti alla gara competitiva.

Non verranno accettate iscrizioni dopo tale data, non sarà assolutamente possibile iscriversi sul posto; in più, sul campo gara, non saranno accettate sostituzioni/variazioni.

Sarà possibile iscriversi online alla manifestazione non competitiva "Sudatina dell'Abbazia" fino a giovedì 28 aprile, e sul posto il giorno della gara fino alle 17.00.

Per iscrizioni di gruppo, il rappresentante della società potrà scrivere una mail direttamente a info@traildellabbazia.it.

Per la gara competitiva, oltre ai propri dati l'atleta dovrà indicare come tempo di ammissione, il proprio tempo su una precedente edizione del Trail dell'Abbazia, oppure in alternativa un tempo sulla mezza maratona su strada (**tempo d'accredito**).

Le quote di iscrizione per il **Trail dell'Abbazia** variano a seconda della tipologia di iscrizione scelta:

LOW COST → 5€: ristori, foto sul percorso, deposito borse, assicurazione e medaglia.

RACE → 15€: servizi iscrizione low cost + pacco gara (Vino delle cantine Zolesi, biscotti del forno Marsigli, tisana Bonomelli, Polenta Valsugana) + mortadella Felsineo per i primi 150 iscritti.

FULL → 20€: servizi iscrizione low cost + pacco gara + borraccia soft flask + birra all'arrivo.

Le quote di iscrizione per la camminata non competitiva "**Sudatina dell'Abbazia**" variano a seconda della tipologia di iscrizione scelta:

4€: con pacco gara "Di Meglio"

8€: con pacco gara "Di Meglio" e bottiglia di vino Lodi e Corazza

Materiale obbligatorio

Da quest'anno ai ristori non saranno presenti bicchieri di plastica a disposizione degli atleti, per cui gli stessi sono tenuti ad avere con sé un bicchiere personale o borraccia di tipo "soft flask" per potersi idratare ai punti ristoro.

Non possiedi un bicchiere o una borraccia di questo tipo? Non ti preoccupare, te la forniamo noi con l'iscrizione FULL!

Non è obbligatorio, ma comunque fortemente consigliato, l'utilizzo di scarpe da Trail Running durante lo svolgimento della propria competizione.

Comunicazioni ed informazioni

Qualsiasi novità, aggiornamenti e informazioni verranno comunicati tramite il sito internet www.traildellabbazia.it, la nostra pagina Facebook, Instagram e via mail.

Ritrovo e segreteria

È possibile raggiungere la zona di gara svoltando da via Risorgimento (via che costeggia i binari del treno) in viale dell'Abbazia.

Sono a disposizione due parcheggi, uno in viale dell'Abbazia (n. 4), mentre il parcheggio principale si raggiunge percorrendo viale dell'Abbazia e svoltando successivamente in via Don Aldino Taddia. Il parcheggio si troverà allora sulla destra.

La segreteria, il ritiro pettorali e il deposito borse avranno luogo all'interno della Palestra Bruno Deserti, adiacente al parcheggio in Viale dell'Abbazia 4.

Accanto al parcheggio si trova la zona di riscaldamento (delimitata), usufruibile a piacimento, all'interno del campo da calcio.

Per evitare via vai, si chiede agli atleti, una volta entrati dentro al campo da calcio, di uscire e rientrare solo se strettamente necessario.

Sono presenti servizi igienici lungo il lato corto del campo da basket.

Servizi

In accordo con le disposizioni del protocollo organizzativo temporaneo della FIDAL e con le normative statali, **gli spogliatoi sono a disposizione solamente per coloro che sono in possesso di certificazione verde "rafforzata"**, e comunque nel rispetto del distanziamento interpersonale. A disposizione anche servizi igienici e deposito borse.

Riscaldamento

Il riscaldamento, che dovrà essere svolto individualmente, potrà essere effettuato all'interno dell'area apposita nel campo da calcio adiacente al parcheggio, oppure alternativamente all'esterno delle strutture messe a disposizione dall'organizzazione. **È fatto assoluto divieto di svolgere il riscaldamento all'interno della zona atleti/partenza.**

CONSIGLI PER IL RISCALDAMENTO:

- Dal cancello verde del parcheggio principale in erba, uscire sulla destra e correre lungo via Raibolini (strada in salita). Al primo incrocio dopo circa 200 metri girare a destra in via Bernardoni. Alla prima rotonda proseguire sempre dritto su via Bernardoni, mentre alla seconda, appena prima della rotonda, troverete sulla sinistra l'imbocco di una pista ciclabile.
- Dal parcheggio uscire sulla sinistra. All'incrocio prendere la sinistra per scendere lungo viale dell'Abbazia. All'incrocio con via Risorgimento (strada principale) tenere la destra, subito dopo troverete un semaforo con attraversamento pedonale. Attraversando la strada e successivamente il passaggio a livello, sulla destra troverete il Parco Giardino Campagna.



Accesso zona atleti

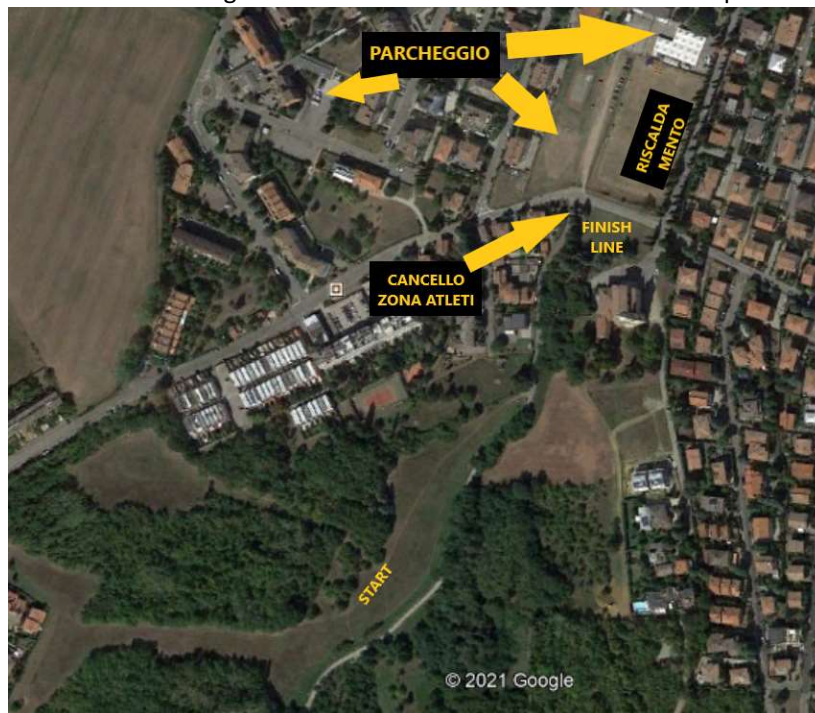
Nella zona atleti sarà presente anche la partenza della gara. L'accesso alla zona atleti è riservato ad atleti, giudici ed assistenti dell'organizzazione.

È consentito accedere alla zona atleti **10 minuti** prima della propria partenza. Anche nella zona atleti vigono le norme sul distanziamento sociale e sull'uso delle mascherine di protezione, **da indossare fino a 500 metri dopo la partenza**.

Una volta entrato in zona atleti, il riscaldamento individuale di ogni atleta si considera concluso. L'atleta non potrà più uscire dalla zona fino al momento della partenza e **dovrà attenersi rigorosamente alle disposizioni impartitegli dal personale organizzativo**.

I primi atleti, che saranno chiamati a partire alle 17.00, dopo essere entrati in zona atleti dovranno recarsi immediatamente alla partenza, dove verranno posizionati in griglia di partenza.

Gli atleti chiamati alle partenze successive, in attesa di quelle precedenti, una volta entrati in zona atleti verranno posizionati su apposito segnale lungo la strada bianca che attraversa il parco Cavanella. Una volta partiti gli atleti della prima partenza, al segnale del personale organizzatore gli atleti della seconda potranno recarsi alla partenza. Stessa procedura per le partenze successive.



Partenza

Le partenze sono previste **a partire dalle ore 17.00**, per scaglioni ogni 5 minuti.

Anche nel momento della partenza vi è obbligo di indossare la mascherina, obbligo che termina **500 metri dopo** la partenza, in punto appositamente segnalato. **Dopo 800 metri** dalla partenza verrà posizionato un **punto di raccolta** per dare la possibilità agli atleti, qualora lo vogliano, di buttare la mascherina (l'organizzazione ne fornirà un'altra all'arrivo).

Percorso

Il percorso, di 14km, si snoda tra vigneti, prati, carrarecce e sentieri nel bosco.

È presente un solo ristoro durante il percorso. Il percorso sarà segnato con nastro giallo-rosso, frecce e gesso a terra.

Anche durante la gara gli atleti sono tenuti al rispetto delle attuali normative di contenimento per covid-19.

Alcuni brevi tratti del percorso vengono percorsi 2 volte. In questi tratti è fondamentale attenersi alle disposizioni impartite dal personale lungo il percorso e **prestare attenzione alla segnaletica a terra** (frecce, linee, cinesini), al fine di evitare promiscuità tra i partecipanti alla gara.

L'organizzazione si riserva di effettuare modifiche in caso di condizioni di inagibilità di alcuni tratti e comunque sempre con l'unico fine di tutelare la sicurezza dei partecipanti.



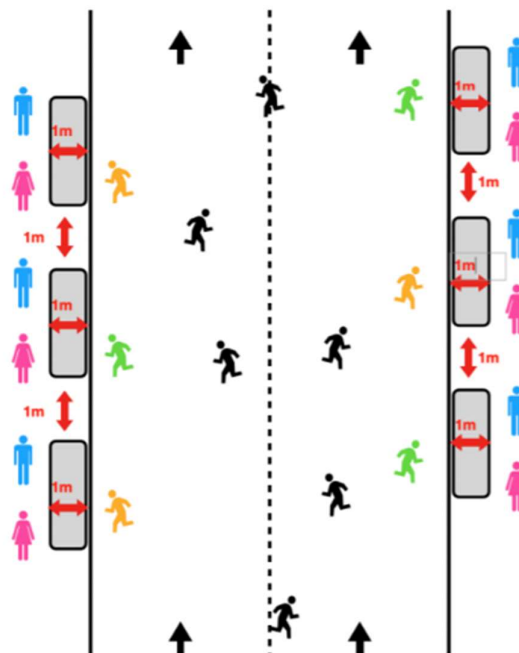
Ristori

Lungo il percorso saranno presenti **due ristori**, liquidi e solidi confezionati.

Col fine di ridurre l'impatto ambientale della manifestazione, ai ristori **non saranno presenti bicchieri di plastica** a disposizione degli atleti, per cui gli stessi sono tenuti ad avere con sé un bicchiere personale o borraccia di tipo "soft flask" per potersi idratare ai punti ristoro.

Se già non possiedi un bicchiere o una borraccia di questo tipo, con l'iscrizione FULL puoi averne una.

La disposizione del ristoro sarà come in figura.



Arrivo

Una volta tagliato il traguardo all'atleta verrà consegnata la medaglia e una mascherina.

Lasciando l'area riservata ai corridori post arrivo, dopo essersi riposato, l'atleta dovrà indossare la mascherina qualora si creino condizioni di assembramento.

Pubblicazione classifiche

La misurazione dei tempi e l'elaborazione delle classifiche è a cura di Cronometristi UISP ed è effettuato tramite chip attivo/passivo; le stesse sono convalidate dal Giudice Delegato Tecnico.

Successivamente all'arrivo dell'ultimo partecipante, le classifiche verranno pubblicate e saranno consultabili sul nostro sito www.traildellabbazia.it, nonché sulla pagina facebook.

Premiazioni

Verranno premiati i primi 3 uomini e donne assolute, nonché i primi 15 uomini under 50 e i primi 10 over 50, e le prime 10 donne under 50 e le prime 5 over 50.

Sono inoltre istituiti due premi in onore e memoria di Bruno Lolli. Verranno infatti premiati il/la 69° e l'81° arrivato/a con un buono per un'iscrizione gratuita al 2° memorial Bruno Lolli, in programma per gli inizi di ottobre.



MONTENEGRO
QUALITÀ ITALIANA, DAL 1885



VIGNETO BAGAZZANA

GAGGIOLI

Agriturismo "Borgo delle Vigne"



agricoltura e vini



TERRE ROSSE
Dall'antico

