



## 1° Sila Trail Running

Domenica 21 Giugno 2020  
Camigliatello Silano - Spezzano della Sila (CS)

**Percorso: Partenza e arrivo Piazza Nicola Misasi – Camigliatello Silano Spezzano della Sila (CS)**

**Gara competitiva Km 14,000 dislivello 600 mt s.l.m.**  
**Gara competitiva Km 23,000 dislivello 1000 mt s.l.m.**

### GARA PODISTICA DI CORSA "TRAIL RUNNING"

## = *REGOLAMENTO* =

#### **ART. 1 ORGANIZZAZIONE**

L'A.D.S. Sila Sports Adventure, C.da Molarotta - Camigliatello Silano, in collaborazione con l'A.S.D. Calabria Young, Spezzano della Sila (CS), con il Comitato Regionale e Provinciale FIDAL, con il Comitato Regionale e Provinciale CSEN, e con il patrocinio della Regione Calabria, del Parco Nazionale della Sila, Comune di Spezzano della Sila (CS) e della Provincia di Cosenza, organizza la manifestazione denominata **"1° Sila Trail Running"** su due percorsi agonistici di Trail Running con partenza e arrivo in Piazza Nicola Misasi – Camigliatello Silano - Spezzano della Sila (Cosenza).

A detta manifestazione è abbinata nr. 1 gara di contorno:

**"1° Sila Trail Running non agonistico - 9 Km"**

#### **ART. 2 MODALITÀ DI PARTECIPAZIONE**

Alla manifestazione possono partecipare tutte le Società Sportive regolarmente affiliate o riaffiliate alla FIDAL, alle Federazioni Sportive del CONI, con un numero illimitato di atleti/e purché in regola con il tesseramento per la stagione sportiva in corso. Alle gare di contorno, non competitive, possono partecipare tutti coloro i quali non risultano tesserati. Per i minori di anni 18 occorre il consenso scritto dei genitori.

#### **ART. 3 SPILLE – PETTORALI – PACCO GARA - CRONOMETRAGGIO**

Ogni partecipante dovrà essere munito di nr. 4 spille di sicurezza, mentre il pettorale sarà fornito dall'organizzazione. La società organizzatrice garantisce il pacco gara ai primi 200 iscritti.

Composizione probabile pacco gara: prodotti energetici, gadget vari e (forse) maglia manifestazione, prodotti tipici.

Il servizio di cronometraggio con chip sarà gestito dalla società SPEEDPASS.

Per la gara di 14 Km sarà prevista una rilevazione dei chip al 7° Km.

Per la gara di 23 Km saranno previste due rilevazioni chip: al 7° Km ed al 14° Km.

I CHIP VANNO IMMEDIATAMENTE CONSEGNATI A FINE GARA PENA L'ADDEBITO DI EURO 15,00

#### ART. 4 PROGRAMMA PARTENZE E CATEGORIE AMMESSE

Il programma tecnico della manifestazione è il seguente:

- Partenza gare agonistiche: Gara 14 Km ore 09:15 (salvo variazioni) / Gara 23 Km ore 09,30 (salvo variazioni)
- Partenza gara non agonistica: ore 09,45 (salvo variazioni)

CATEGORIA	ANNO DI NASCITA	DISTANZA (metri)
Junior m/f	1997/1998	11.920-21.460
Promesse m/f	1994/1996	11.920-21.460
Seniores m/f	1982/1993	11.920-21.460
SM/SF 35	1977/1981	11.920-21.460
SM/SF 40	1972/1976	11.920-21.460
SM/SF 45	1967/1971	11.920-21.460
SM/SF 50	1962/1966	11.920-21.460
SM/SF 55	1957/1961	11.920-21.460
SM/SF 60	1952/1956	11.920-21.460
SM/SF 65	1947/1951	11.920-21.460
SM/SF 70	1942/1946	11.920-21.460
SM/SF 75	1937/1941	11.920-21.460
SM/SF 80	1932/1936	11.920-21.460
SM/SF 85	1927/1931	11.920-21.460
SM/SF 90	1922/1926	11.920-21.460
SM/SF 95	1917/1921	11.920-21.460

#### ART. 5 PREMIAZIONE

Gare agonistiche: saranno premiate le prime 3 (tre) Società classificate con coppe e targhe, nonché i primi, secondi e terzi classificati, sia maschili che femminili, di ogni categoria e gara, Saranno inoltre premiati i primi 3 (tre) assoluti, di entrambe le gare, sia maschile che femminile. Ci saranno inoltre medaglie, gadget, omaggi per tutti i partecipanti. Per le gare di contorno "1° Sila Trail Running non agonistico", aperta a tutti, sarà redatta una classifica a parte:

#### ART. 6 CLASSIFICA

Per la premiazione delle Società sarà redatta una classifica unica maschile e femminile, assegnando 10 punti al primo classificato, 8 punti a secondo, 6 punti al terzo, 5 punti al quarto, 4 punti al quinto, 3 punti al sesto, 2 punti al settimo, 1 punto a tutti gli atleti classificati. Sarà premiato il 1°, 2°, 3° classificato, sia maschile che femminile, di ogni categoria, nonché i primi assoluti, sia maschili che femminili.

Le classifiche, individuali e di società, verranno pubblicate in prossimità dell'arrivo al termine di tutte le gare.

#### ART. 7 MODALITÀ D' ISCRIZIONE GARA AGONISTICA - TERMINI

Possono partecipare tutti gli atleti Italiani e stranieri residenti in Italia e tesserati con un ente di promozione sportiva (EPS) convenzionato con la FIDAL, dai 20 anni in poi (millesimo di età), in possesso della tessera RUN CARD EPS rilasciata dalla FIDAL. All'atto dell'iscrizione i partecipanti dovranno allegare tassativamente la copia del CERTIFICATO MEDICO DI IDONEITÀ SPORTIVA AGONISTICA SPECIFICO PER L'ATLETICA LEGGERA in corso di validità alla data del 21 giugno 2020;

Possono partecipare tutti gli atleti italiani e stranieri dai 20 anni in poi (millesimo di età) con tessera RUN CARD.

Gli stranieri non residenti possono presentare un certificato 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.

Non tesserati: Non possono prendere il via atleti non tesserati. Al ritiro del pettorale tutti gli iscritti dovranno presentare la tessera FIDAL, la RUNCARD o la RUNCARD EPS in corso di validità.

I concorrenti con tessera RUNCARD e RUNCARD EPS non possono beneficiare di premi in denaro o fattispecie assimilabili (buoni valore, bonus, ingaggi), ma rientrano nella classifica della manifestazione.

Cosa serve per iscriversi:

PER I TESSERATI FIDAL

- Apposita sezione sul sito Fidal  
INVIARE PROVA DI PAGAMENTO A "silasports@gmail.com"

PER I TESSERATI RUNCARD E RUNCARD EPS

- Apposita sezione sul sito Fidal  
INVIARE CERTIFICATO MEDICO PER ATTIVITÀ SPORTIVA AGONISTICA E PROVA PAGAMENTO A "silasports@gmail.com"

LE ISCRIZIONI DOVRANNO PERVENIRE ENTRO E NON OLTRE LE ORE 23.59 DEL 18.06.2020

#### ART. 8 COSTI D'ISCRIZIONE GARA AGONISTICA - MODALITÀ DI PAGAMENTO

Fino alle ore 24,00 del 25 maggio 2020

- Gara 14 Km: Euro 15,00
  - Gara 23 Km: Euro 20,00
- Dalle ore 00,00 del 25 maggio 2020
- Gara 14 Km: Euro 20,00
  - Gara 23,00: Euro 25,00

Per il versamento della quota d'iscrizione è stata prevista una sola modalità:

- Mediante bonifico su carta Postepay Evolution intestata a Giovanni De Meco

Codice IBAN: **IT81E3608105138245933245942**.

NELLA CAUSALE DEL BONIFICO INSERIRE SEMPRE NOME E COGNOME DELL'ATLETA A CUI IL BONIFICO FA RIFERIMENTO, COSI' COME PER I PAGAMENTI CUMULATIVI DA PARTE DEI PRESIDENTI DELLE SOCIETA'

### **NON SARÀ POSSIBILE L'ISCRIZIONE ALLE GARE COMPETITIVE IL GIORNO STESSO DELLA GARA**

#### **ART. 9 MODALITÀ D'ISCRIZIONE GARA NON AGONISTICA**

Le iscrizioni, al costo di 10,00 Euro per la gara non agonistica di 9 Km, possono essere effettuate con due modalità:

1. PER I TESSERATI CON UN ENTE DI PROMOZIONE SPORTIVA:
    - Modulo di iscrizione disponibile nell'apposita sezione sul sito "[www.silasportsadventure.com](http://www.silasportsadventure.com)"
    - pagamento
- INVIARE MODULO DI ISCRIZIONE, CERTIFICATO MEDICO PER ATTIVITÀ SPORTIVA NON AGONISTICA E PROVA PAGAMENTO A "silasports@gmail.com"

- 2 Il giorno stesso della gara, tassativamente entro le ore 08,30

**ONDE EVITARE RITARDI NELL'ORGANIZZAZIONE DELLA PARTENZA, NONCHÉ DISGUIDI SI CONSIGLIA LA PROCEDURA ON-LINE**

#### **ART.10 CLAUSOLE - TUTELA DATI SENSIBILI - DIRITTI D'IMMAGINE**

L'iscrizione alle gare, agonistiche e non, equivale all'accettazione del presente regolamento e l'atleta **DICHIARA** con la stessa di essere fisicamente idoneo per la partecipazione (per il contesto FIDAL dichiara di essere in regola con il certificato medico agonistico) e di esonerare gli organizzatori da ogni responsabilità, sia civile che penale, per danni a persone e/o cose da lui causati o a lui derivanti, e di assumersi tutti i rischi derivanti dalla propria partecipazione all'evento.

Con la sottoscrizione della scheda d'iscrizione il concorrente autorizza espressamente gli organizzatori ad utilizzare gratuitamente le immagini, fisse e/o in movimento, che lo ritraggono durante la sua partecipazione alla manifestazione ed agli eventi collaterali, su tutti i supporti visivi nonché sui materiali promozionali e/o pubblicitari prodotti e diffusi dagli organizzatori (L'art. 97 della L. n. 633/1941 stabilisce i limiti legali del diritto all'immagine e prevede la possibilità di riprodurre l'immagine altrui quando la pubblicazione sia giustificata dalla notorietà della persona, dall'ufficio pubblico da questa ricoperto, da ragioni di polizia o di giustizia, da scopi scientifici, didattici o culturali, dalla partecipazione della persona ad eventi d'interesse pubblico e svoltisi in pubblico).

Gli organizzatori, ai sensi del Testo Unico in materia di Privacy D. Lg.196/2003 e seguenti, informano che i dati personali raccolti saranno utilizzati soltanto per i casi consentiti dalla legge; nello specifico per formare l'elenco dei partecipanti, per la classifica, per espletare tutti i servizi dichiarati dal regolamento.

#### **ART. 11 PERCORSO E SEGNALETICA**

I concorrenti dovranno rispettare rigorosamente il percorso di gara, opportunamente segnalato con cartelli e nastro colorato. Il tutto verrà illustrato durante la conferenza stampa e ricordato in un breve briefing poco prima della partenza.

L'allontanamento dal tracciato ufficiale di gara, oltre a comportare l'automatica squalifica, sarà ad esclusivo rischio e pericolo del concorrente al quale, nel caso non comunichi immediatamente con l'organizzazione tramite telefono oppure direttamente ai punti di controllo, sarà addebitata ogni eventuale spesa legata alla sua ricerca.

#### **ART. 12 CONDIZIONI DI SICUREZZA - AUTOSUFFICIENZA - TEMPO MASSIMO**

Tutti gli atleti partecipanti alle gare, ivi compresa quella non agonistica, sono "**OBBLIGATI**" a portare al seguito il cellulare ed un fischietto. Sono invece "**CONSIGLIATI**" l'uso di uno zainetto da trail, dove riporre un antivermo, una riserva d'acqua (assolutamente vietato l'uso di bottiglie di plastica). Si consiglia in ogni caso di organizzarsi ed affrontare i diversi percorsi in "**AUTOSUFFICIENZA**", portando al seguito integratori solidi o liquidi, sali minerali e quant'altro possa aiutare ad arrivare al traguardo in sicurezza.

Il tempo massimo previsto dagli organizzatori è di **5 ore dalla partenza**, superate le quali gli organizzatori declinano ogni responsabilità, non garantendo tutte le condizioni di sicurezza previste nel presente regolamento.

**È CONSIGLIATO, MA NON OBBLIGATORIO, L'USO DI BASTONCINI**

#### **ART.13 RISTORO ATLETI - SUPPORTO PERCORSO**

Il ristoro per tutti gli atleti regolarmente iscritti alla gara di 14 Km è previsto al 7° Km circa con acqua minerale che sarà distribuita con bicchieri compostabili, nonché integratori di sali minerali. Per tutti gli atleti iscritti invece alla gara competitiva di 23 Km i ristori sono previsti al 7° Km ed al 14° Km. Ci sarà comunque sui tragitti personale dello staff che, oltre a vigilare, indicare il percorso e risolvere eventuali problemi, avrà al seguito acqua ed integratori di sali minerali. Al termine della gara, presso la zona di arrivo, sarà disponibile un ristoro finale con acqua e sali minerali, buffet con frutta dolci, bibite e pietanze varie. **P.S.: ONDE AIUTARE GLI ORGANIZZATORI A TENER PULITO I SITI GARA E PER PRESERVARE LO SPLENDIDO TERRITORIO CHE LA INCORNICIA, SI CHIEDE AI PARTECIPANTI DI EVITARE DI BUTTARE OGNI TIPO DI SPAZZATURA O QUANT'ALTRO AL DI FUORI DEI SENTIERI. E DI PROVVEDERE EVENTUALMENTE IN TAL SENSO ESCLUSIVAMENTE ED OBBLIGATORIAMENTE IN PROSSIMITÀ DEI RISTORI.**

**AIUTATECI A MANTENERE UNA SILA PULITA.**

#### **ART.14 ASSISTENZA MEDICA**

L'assistenza medica verrà fornita da un medico che, oltre ad essere presente sul percorso, avrà a disposizione l'Associazione di Volontariato "AVAS" e l'Associazione "Amicizia e Solidarietà Presilana", con nr. 2 ambulanze, che saranno a disposizione in prossimità della partenza/arrivo e del 14° km.

#### **ART.15 MANCATO SVOLGIMENTO**

Tutte le gare si svolgeranno anche in caso di avverse condizioni atmosferiche.

Qualora la gara venisse annullata, spostata ad altra data e/o comunque, non svolta per cause non dipendenti e/o riferibili alla volontà degli organizzatori, ivi inclusa la revoca dell'autorizzazione allo svolgimento da parte degli Organi Pubblici competenti, gli iscritti nulla avranno a pretendere, neppure a titolo di rimborso delle spese sostenute, valendo la sottoscrizione della domanda di iscrizione anche come rinuncia a qualsiasi pretesa di risarcimento.

L'organizzazione si riserva il diritto di modificare, per motivi urgenti e necessari, il vigente regolamento, in qualsiasi momento.

**ART.16 RECLAMI**

SI CONSIGLIA DI ATTENERSI SCRUPolosAMENTE ALLE DISPOSIZIONI CONTENUTE NEL PRESENTE REGOLAMENTO, IN PARTICOLARE PER QUANTO RIGUARDA L'INVIO DELLA MODULISTICA COMPILATA E DEI CERTIFICATI MEDICI DA PARTE DEGLI ISCRITTI RUNCARD E RUNCARD EPS.

Eventuali reclami, accompagnati dalla tassa di Euro 50,00 (cinquanta/00) dovranno essere presentati al tavolo di giuria della Manifestazione, entro 30 minuti dalla comunicazione dei risultati.

**ART.17 PUNTO DI RITROVO**

Il ritrovo della giuria e dei concorrenti è fissato per le ore 07,45 di Domenica 21 Giugno 2020, presso la zona partenza/arrivo in Piazza Nicola Misasi - Camigliatello, comune di Spezzano della Sila (CS), Si gradisce la puntualità, onde consentire di organizzare le diverse partenze con largo anticipo.

**ART.18 RESPONSABILITÀ**

La Società organizzatrice declina ogni e qualsiasi responsabilità per quanto possa accadere a persone, cose e terzi prima, durante e dopo la manifestazione.

**ART.19 REGOLAMENTI E NORME**

Per tutto quanto non contemplato nel presente regolamento, vigono le norme statutarie e tecniche della Federazione Italiana di Atletica Leggera in materia di gare.

**ART. 20 INFORMAZIONI**

Per qualsiasi tipologia di informazione:

FACEBOOK: Sila Sports Adventure  
Sila Trail Running

SITO: [www.silasportsadventure.com](http://www.silasportsadventure.com)

MAIL: [silasports@gmail.com](mailto:silasports@gmail.com)

Spezzano della Sila, \_\_\_\_/\_\_\_\_/2020

**IL PRESIDENTE**  
**Giovanni DE MECO**