

MINERS TRAIL 2.0

01 MAGGIO 2020

Regolamento 2020

La **ASD IS CRESIAS** organizza la seconda edizione della MINERS TRAIL. Le distanze per questa edizione sono:

- Trail lungo 35 km dislivello 1800D+
- Trail medio 20 km dislivello 1200D+
- Trail short 13 km dislivello 800D+

TRAIL

Corsa a piedi in ambiente naturale, tappa del circuito "Sfida Sentieri Sardi" Partenza de Porto Flavia, Masua (SU) e arrivo alla spiaggia di Masua. Si percorrono i vecchi sentieri costieri dei minatori fino ad arrivare al comprensorio di monte San Pietro. Il tracciato si sviluppa (circa 50% single track -49% fuori strada - 0.1% asfalto).

CONDIZIONI PER LA PARTECIPAZIONE

Per partecipare è indispensabile:

- aver compiuto 18 anni al momento dell'iscrizione, tesserati o no, ed essere in possesso di certificazione medica di idoneità sportiva agonistica in corso di validità per attività ad elevato impegno cardiovascolare.
- essere pienamente coscienti della lunghezza, delle difficoltà tecniche, della specificità della prova ed essere fisicamente pronti per affrontarla
- aver acquisito, prima della corsa, una reale capacità d'autonomia personale che permette di gestire i problemi creati da questo tipo di prova ed in particolare:
- saper affrontare senza aiuto esterno condizioni climatiche che potrebbero diventare difficili (vento, freddo, pioggia o neve)
- essere pienamente coscienti che per quest'attività in ambiente naturale la sicurezza dipende soprattutto dalla capacità del corridore di adattarsi ai problemi riscontrati o prevedibili

SEMI AUTO-SUFFICIENZA

Sebbene lungo il percorso vi siano "nr.3 punti ristoro", il principio della corsa individuale in semi auto-sufficienza è la regola. In particolare:

- ogni corridore deve portare con sé per tutta la durata della corsa la totalità del materiale obbligatorio (Vedi Allegato EQUIPAGGIAMENTO)
- dei punti di rifornimento saranno approvvigionati con bibite e cibo da consumare sul posto. Solo l'acqua naturale
- ogni corridore dovrà disporre, alla partenza da ogni punto di rifornimento, della quantità d'acqua e degli alimenti che gli saranno necessari per arrivare al successivo posto di rifornimento
- è vietato farsi accompagnare per parte o tutta la durata della corsa da una persona non iscritta

CAMPAGNA "IO NON GETTO I MIEI RIFIUTI"

Il MINERS TRAIL 2.0 aderisce alla campagna "Io non getto i miei rifiuti". È severamente vietato lasciare lungo il percorso qualsiasi tipo di materiale. L'inosservanza di tale norma prevede la squalifica immediata dalla competizione, nelle zone di ristoro sono previsti degli appositi contenitori dove gettare eventuali rifiuti.

ISCRIZIONE

L'iscrizione dovrà essere eseguita on-line compilando l'apposito modulo che attesta il rispetto delle condizioni ed effettuato il versamento. Un certificato medico specifico in corso di validità alla data della gara è obbligatorio per convalidare l'iscrizione. Copia dell'originale dovrà essere caricata sul sito WWW.ASDISCRESIAS.IT contestualmente all'iscrizione.

ACCETTAZIONE DEL REGOLAMENTO

La partecipazione TRAIL THE MINERS comporta l'accettazione senza riserve del presente regolamento. Tutti i concorrenti colti a gettare i propri rifiuti sul percorso saranno squalificati. È obbligatorio seguire i percorsi segnalati senza scorciatoie. Oltre ad essere un comportamento anti-sportivo rappresenta un comportamento ambientale deplorabile in quanto provoca fenomeni di alterazione della flora e della fauna.

NUMERO MASSIMO DI ISCRITTI

Un eventuale incremento o decremento del numero massimo di partecipanti è a discrezione esclusiva dell'organizzazione.

ISCRIZIONI

Le iscrizioni avverranno seguendo le seguenti fasi:

- compilazione del modulo on-line su WWW.ASDISCRESIAS.IT
- caricamento del certificato medico e liberatoria sul portale di WWW.ASDISCRESIAS.IT

QUOTE

TRAIL MEDIO 35 KM €38.50

TRAIL CORTO 20 KM €28,50

TRAIL SHORT 13 KM €23.50

Il contributo di iscrizione comprende il seguente pacco gara:

- medaglia Finisher per tutti;
- servizio cronometraggio;
- maglia ufficiale ;
- servizio di deposito borse;
- servizio docce;
- ristori;
- eventuali omaggi partner.

DEPOSITO BORSE, SPOGLIATOI E DOCCE

Il deposito borse e le docce sono a disposizione dei partecipanti. Il servizio docce potrà essere soggetto a tempi di attesa in funzione del numero di partecipanti, in tal caso raccomandiamo un adeguato e civile comportamento durante l'attesa. L'Organizzazione non si assume alcuna responsabilità per quanto riguarda gli oggetti personali custoditi o dimenticati in tali ambienti o per furti o danneggiamenti

EQUIPAGGIAMENTO

Zaino o marsupio che possa contenere il materiale sotto elencato (squalifica)

- Telefono (inserire il numero dell'organizzazione)
- Riserva d'acqua minimo 500ml
- Riserva alimentare
- Fischietto

Lo zaino verrà controllato al ritiro pettorale ed a campione alla partenza pena esclusione dalla gara.

PETTORALI

Ogni pettorale viene rilasciato individualmente ad ogni concorrente. La consegna del pettorale avverrà nella giornata di giovedì 30 Aprile 2020 dalle ore 15.00 alle 18.00 ore e il giorno della gara dalle ore 6.30 alle 7.30 ore.

SICUREZZA ED ASSISTENZA MEDICA

Lungo il percorso saranno presenti diversi addetti al soccorso dislocati per lo più in prossimità dei punti di ristoro e nei punti più pericolosi. I vari punti sono collegati via radio o via telefono con il coordinatore della gara. Saranno presenti sul percorso Assistenza Medica in moto. I punti di soccorso sono destinati a dare assistenza a tutte le persone in pericolo concreto utilizzando mezzi propri dell'organizzazione o convenzionali.

- chiamando direttamente al direttore di gara
- chiedendo aiuto ad un altro corridore per chiamare il soccorso

Ogni corridore deve prestare assistenza minima a chi ne ha bisogno durante la gara ma senza muovere persone con sospetti di fratture e chiamare il soccorso. Non dimenticate che:

- a seconda delle condizioni della corsa e del punto del percorso in cui vi trovate, i soccorsi potrebbero arrivare più tardi di quanto vi aspettiate. La vostra sicurezza dipenderà anche dal materiale che vi sarete portati nello zaino.

POSTO DI CONTROLLO E POSTI DI RIFORNIMENTO

Lungo il percorso saranno presente personale dello staff in punti ben definiti. Sono previsti:

Dei posti di controllo "volanti" potranno essere posizionati ai punti di ristoro o in altri luoghi al di fuori dei punti di soccorso e di ristoro. La loro localizzazione non sarà comunicata dall'organizzazione se non durante lo svolgimento della gara e interesserà tutti gli atleti.

In tale caso i corridori dovranno fermarsi il tempo necessario per il controllo prima di proseguire. Solo i corridori portatori di pettorale ben visibile avranno accesso ai posti di rifornimento.

Oltre ai controlli dell'organizzazione è bene sottolineare che l'organizzazione è AUTORIZZATA A FERMARE coloro che non ritiene adatti a proseguire perchè sprovvisti di materiale idoneo

TEMPO MASSIMO AUTORIZZATO E BARRIERE ORARIE

Il tempo massimo della prova, per la totalità del percorso, è fissato in 4.30 ore. Gli orari limite di partenza dai principali posti di controllo (barriere orarie) saranno definiti e comunicati nella guida della corsa. Queste barriere sono calcolate per permettere ai partecipanti di raggiungere l'arrivo nei tempi

massimi imposti, effettuando comunque eventuali fermate. Per essere autorizzati a continuare la prova, i concorrenti devono ripartire dal posto di controllo prima dell'ora limite fissata (qualunque sia l'ora di arrivo al posto di controllo). Tutti i concorrenti messi fuori corsa che vogliano proseguire il percorso potranno continuare solo dopo aver restituito il pettorale, sotto la propria responsabilità ed in autonomia completa. 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 o modificare le barriere orarie.

PENALITÀ - SQUALIFICHE

I commissari di corsa presenti sul percorso ed i capi-posto dei punti di controllo e ristoro sono abilitati a far rispettare il regolamento.

RECLAMI

Tutti i reclami dovranno essere formulati per iscritto, depositati al coordinamento corsa con una cauzione di € 100,00 (euro cento/00), non restituibili se il reclamo non verrà accettato, entro il tempo massimo di un'ora dall'arrivo del corridore interessato.

GIURIA

È composta dal presidente della società organizzatrice, dal direttore di corsa, da tutte le persone scelte per competenza dal presidente e dal direttore di corsa. La giuria è abilitata a deliberare in un tempo compatibile con gli obblighi della corsa su tutti i reclami formulati durante la corsa. Le decisioni prese sono senza appello.

MODIFICHE DEL PERCORSO O DELLE BARRIERE ORARIE. ANNULLAMENTO DELLA CORSA

L'organizzazione si riserva il diritto di modificare in ogni momento il percorso o l'ubicazione dei posti di soccorso e di ristoro, senza preavviso. In caso di condizioni meteorologiche sfavorevoli (importanti quantità di pioggia e di neve in altitudine, forte rischio di temporai, ecc.) la partenza può essere posticipata di due ore al massimo, oltre, la corsa viene annullata.

In caso di cattive condizioni meteorologiche, e per ragioni di sicurezza, l'organizzazione si riserva il diritto di sospendere, interrompere o modificare il tracciato della gara in corso o di modificarne le barriere orarie. Ogni decisione sarà presa dalla giuria della corsa.

ASSICURAZIONE !!!!!

Responsabilità civile. L'organizzazione sottoscrive un'assicurazione di responsabilità civile per tutto il periodo della prova. 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. Assicurazione personale. È consigliata per ogni concorrente la stipula di un'assicurazione personale per incidenti e infortuni che copra eventuali spese di ricerca e di evacuazione. L'assicurazione può essere sottoscritta presso un organismo a scelta del corridore.

GUIDA (ROAD-BOOK)

Una guida sarà scaricabile dal sito internet WWW.ASDISCRESIAS.IT

CLASSIFICHE E PREMI

Solamente i corridori che avranno concluso il percorso saranno classificati.

PREMIAZIONI

- DONNE

5- Assolute

- UOMINI

5 - Assoluti

DIRITTI ALL'IMMAGINE

Ogni concorrente rinuncia espressamente ad avvalersi del diritto all'immagine durante la prova, rinunciando ad ogni ricorso contro l'organizzatore e suoi partner accreditati per l'utilizzo fatto della sua immagine. Ogni comunicazione sull'avvenimento o utilizzato d'immagini dell'avvenimento dovrà farsi nel rispetto del nome dell'avvenimento, dei marchi depositati e con l'accordo ufficiale dell'organizzazione.