

## REGOLAMENTO ALPICELLA TRAIL 30/07/2023

Lungo 24 Km, 1300+/- mt di Dislivello

Corto 14 km 650+/- mt di Dislivello

Corsa in montagna in semi-autosufficienza tra i sentieri dell'Appennino Tosco Emiliano

Manifestazione inclusa nel circuito " Trail dei parchi dell'Emilia"

Promosso dall'Ente Parchi Emilia Centrale, il Circuito Trail dei Parchi dell'Emilia è il campionato di trail running che riunisce le più spettacolari gare nei Parchi dell'Appennino.

In concomitanza dell'iniziativa viene organizzata una camminata non competitiva di 10 Km e

Nordic Walking Per i più piccini, una gara di 3 Km da percorrere nei tracciati delle piste da fondo.

REGOLAMENTO:

- Possono partecipare tutti i nati dal 2005 e anni precedenti, tesserati UISP atletica leggera e FIDAL.

In caso di doppio tesseramento (o pluritesseramento) dichiarare il solo TESSERAMENTO UISP

Atletica Leggera, questo per agevolare la realizzazione delle classifiche abbinate al Circuito Emilia Romagna Trail UISP Tour 2023.

- Ogni atleta dovrà dimostrare, all'atto di iscrizione, di essere regolarmente tesserato ad una società sportiva e di essere in possesso di un certificato medico di idoneità all'attività sportiva agonistica dell'ATLETICA LEGGERA, rilasciato nel rispetto delle normative vigenti, da presentare al momento del ritiro del pettorale.

- Con l'invio della scheda di iscrizione ogni atleta solleva il Comitato organizzatore da ogni responsabilità civile e penale per danni a persone e/o cose da lui causati o da lui derivati.

Per quanto non espressamente detto in questa sede vige il regolamento UISP Trail running Tour dell'Emilia Romagna 2023 scaricabile sul sito [www.uisp.it/emiliaromagna/](http://www.uisp.it/emiliaromagna/)

La GARA Competitiva e' valevole come prova per il CIRCUITO TRAIL UISP EMILIA ROMAGNA  
ISCRIZIONE:

LE ISCRIZIONI APRIRANNO IL GIORNO 05/06/2023. LE QUOTE SONO:

PERCORSO LUNGO:

- € 20,00 fino al 26/07 - Online sul sito [www.irunning.it](http://www.irunning.it)

- € 25,00 per chi si iscrive la mattina della gara.

PERCORSO CORTO:

- € 15,00 fino al 26/07 - On line sul sito [www.irunning.it](http://www.irunning.it)

- € 20,00 per chi si iscrive la mattina della gara

TIPOLOGIA DI GARA:

COMPETITIVE

TIPO DI PERCORSO:

24 KM STRADE , SENTIERI DI MONTAGNA E CRINALI 1300 MT D+/-

14 KM STRADE , SENTIERI DI MONTAGNA E CRINALI 650 MT D+/-

PUNTI DI RISTORO:

GARA 24 KM: 4 LUNGO IL PERCORSO E 1 ALL'ARRIVO

GARA 14 KM: 2 LUNGO IL PERCORSO E 1 ALL'ARRIVO

TEMPO LIMITE:

5 ORE

RITROVO- RITIRO PETTORALI:

DALLE ORE 08.00 PRESSO IL CENTRO FONDO BOSCOREALE DI PIANDELAGOTTI (MO)

PARTENZA GARA:

ORE 9.30 DAL CENTRO FONDO BOSCOREALE

ARRIVO:

PRESSO IL CENTRO FONDO BOSCOREALE, E' PRESENTE IL SERVIZIO DOCCE

MATERIALE OBBLIGATORIO:

SCARPE DA TRAIL- TELEFONO CELLULARE CON MEMORIZZATO IL NUMERO DEL 118- BICCHIERE E GIACCA ANTIVENTO

BUONO PASTO:

FACOLTATIVO DI € 12,00

PREMIAZIONI: ALLE ORE 13:00 PRESSO IL CENTRO FONDO BOSCOREALE

VERRANNO PREMIATI:

PERCORSO 24 KM I PRIMI 10 UOMINI E LE PRIME 6 DONNE

PERCORSO 14 KM I PRIMI 5 UOMINI E LE PRIME 3 DONNE

OBBLIGATORIA PRESENTAZIONE TESSERA UISP O FIDAL O DI ALTRO ENTE DI PROMOZIONE

SPORTIVA O CERTIFICATO MEDICO SPORTIVO IN CORSO DI VALIDITA' PER L'ATLETICA LEGGERA, IN OGNI CASO L'ORGANIZZAZIONE DECLINA DA OGNI RESPONSABILITA PRIMA, DURANTE E DOPO LA MANIFESTAZIONE.

MANIFESTAZIONE SOSTENIBILE NEL RISPETTO DELLA NATURA

10 KM NON COMPETITIVA DI CORSA O NORDIC WALKING

(manifestazione ludico-motoria)

ISCRIZIONE:

€ 6,00

TIPO DI PERCORSO:

SENTIERI E STRADE DI MONTAGNA 400 MT D +/-

PUNTI DI RISTORO:

1 LUNGO IL PERCORSO E 1 ALL'ARRIVO

PREMIAZIONE:

PREMIO DI PARTECIPAZIONE

MINI TRAIL DI KM 3

PER I PIU' PICCINI VIENE ORGANIZZATA UNA GARA DI KM 3 DA PERCORRERE NEI TRACCIATI DELLE PISTE DA FONDO, A CUI POTRANNO PARTECIPARE LE CATEGORIE GIOVANILI FINO A 15 ANNI

ISCRIZIONE:

€ 4,00

PREMIAZIONE:

PREMIO DI PARTECIPAZIONE