



CANOSSA TRAIL

MARATHON

Gara Competitiva

In ambiente naturale e paesaggistico

Domenica 15 ottobre 2023

Piazza Vittoria - Vezzano sul Crostolo (RE)

CANOSSA TRAIL MARATHON

EVENTI COLLATERALI

14-15 ottobre Il Cammino dei Castelli di Matilde

Sabato 14 ottobre Trekking del Castello di Rossena
(con buffet finale)

Sabato 14 ottobre MTB (solo ebike) con passaggi enogastronomici
a cura di NuValley Adventures

Sabato 14 ottobre nel pomeriggio Minitrail giovanile – Campionato
Provinciale Uisp

Sabato 14 ottobre Vertical Sprint e Staffettone riservato ai ragazzi
delle scuole del territorio

info su www.canossatrailmarathon.it

REGOLAMENTO

INFORMAZIONI GENERALI

Atletica Reggio ASD organizza la terza edizione di "Canossa Trail Marathon", corsa competitiva in natura volta alla promozione dello sport e del territorio nelle Terre Matildiche di Canossa, valorizzando le risorse turistiche e naturalistiche dei Comuni attraversati dalla manifestazione.

Fanno parte della gara 3 percorsi in semiautonomia, in collaborazione con gli Enti e le Associazioni locali, tante persone che amano lo sport, i volontari e gli sponsor.

Le gare con partenza a Vezzano sono le seguenti:

42 km. D+ 2100 Castello di Rossena - a disposizione N.100 pettorali

24 km. D+ 1.150 Castello di Canossa - a disposizione N.250 pettorali

10 km. D+ 600 Monte Gesso - a disposizione N.150 pettorali

la 10 km è valida come Gran Prix UISP

Gara podistica in collina con percorso in ambiente naturale su sentieri, carraie, ex mulattiere e attraversamenti stradali, quasi totalmente su sterrato, con tratti asfaltati o pavimentati inferiori al 20% della distanza complessiva.

Partenza e arrivo per tutti i percorsi presso Piazza Vittoria in Vezzano sul Crostolo RE.

Le partenze saranno differenziate:

- Ore 8:30 per la 42 Km, Canossa Trail Marathon con 2100 D+;
- Ore 9:00 per la 24 Km, Castello di Canossa con 1150 D+;
- Ore 9:00 per la 10 Km, Monte del Gesso - Ecoparco Pineta di Vezzano con 600 D+.

Con l'iscrizione ogni concorrente si impegna a rispettare il seguente regolamento e libera gli organizzatori da ogni responsabilità civile e/o penale per qualsiasi eventuale incidente o accidente, per danni a persone o cose a lui derivati o da sé causati, che possono verificarsi durante la manifestazione.

Eventuali variazioni di orari vi saranno comunicati per tempo.

È assolutamente proibito farsi accompagnare sul percorso da altre persone non iscritte.

È assolutamente proibito lo scambio del pettorale, pena la squalifica.

CANCELLI ORARI

Al bivio per i percorsi medio o lungo (in prossimità del Km. 9,00 – Casa Querceto), gli atleti in difficoltà della 42 km potranno continuare il percorso seguendo il tracciato della 24 km, segnalando al **giudice di gara** il numero del pettorale ed il cambio gara, con una penalità di 20 minuti sul tempo finale di arrivo.

In coda ad ogni singola gara ci saranno atleti dell'organizzazione con pettorale con scritto "SCOPA".

Tempo massimo per entrare in classifica 8h.00 sulla 42 km. Gli atleti, dopo tale tempo massimo, saranno accompagnati al Punto ritrovo e arrivi a Vezzano sul Crostolo

Pettorale ben visibile in avanti lungo tutto il percorso, oppure sui pantaloni sulla gamba destra ben visibile.

È obbligatorio comunicare al più vicino controllo l'eventuale ritiro dalla gara.

ISCRIZIONI

Al Trail di 10 km possono iscriversi atleti/e nati/e dal 2007 e anni precedenti se in regola con il tesseramento UISP o FIDAL o altri EPS e in possesso del certificato di idoneità all'attività agonistica per Atletica leggera non scaduto, valido alla data dello svolgimento della gara.

Ai Trail di 24 km e 42 km possono iscriversi atleti/e nati/e dal 2003 e anni precedenti se in regola con il tesseramento UISP o FIDAL o altri EPS e in possesso del certificato di idoneità all'attività agonistica per Atletica leggera non scaduto, valido alla data dello svolgimento della gara.

Fino a venerdì 13 ottobre 2023 si possono effettuare le iscrizioni on line a questa pagina:

<https://www.canossatrailmarathon.it/come-isciversi-2023/>

L'iscrizione è in due fasi.

Prima Fase: iscrizione sul portale Irunning. Seconda fase: solo dopo l'iscrizione su Irunning procedere al pagamento sul portale di Atletica Reggio.

E' possibile pagare con carta di credito o bonifico bancario.

Per i primi 50 iscritti al percorso medio (24 km) e a quello lungo (42 km) gadget in omaggio.

QUOTE DI ISCRIZIONI ON LINE (solo fino a venerdì 13 ottobre ore 23:59):

10 € per il **percorso corto di 10 km** fino al 1° ottobre incluso,
15€ dal 2 ottobre fino al 13 ottobre ore 23:59
Per il GRAN PRIX valgono le regole UISP

25 € per il **percorso medio di 24 km** fino al 1° ottobre incluso,
30 € dal 2 ottobre fino al 13 ottobre ore 23:59

40 € per il **percorso lungo di 42 km** fino al 1° ottobre incluso,
50 € dal 2 ottobre fino al 13 ottobre ore 23:59

Ritiro pettorali e pacco gara **sabato pomeriggio 14 ottobre** presso le scuole medie di Vezzano dalle ore 15.00 alle ore 19:00 e **domenica mattina 15 ottobre** dalle ore 7:00 fino a 15 minuti prima delle partenze.

All'atto della iscrizione ogni atleta dovrà dichiarare la partecipazione ad un percorso.
La mancata partecipazione all'evento non dà diritto a chiederne il rimborso.

Al momento del ritiro del pettorale l'atleta deve consegnare una liberatoria di scarico di responsabilità firmata (da scaricare su <https://www.canossatrailmarathon.it/>)

Gli atleti e accompagnatori possono pranzare presso il Circolo i Giardini di Vezzano sul Crostolo su prenotazione e mail info@vezzano.net e cell: 366 320 5573 nei pressi della partenza gara, con prezzo convenzionato di 14 euro.

PREMIAZIONI

**Per i percorsi medio (24 km) e lungo (42 km) verranno premiati:
i primi 5 uomini e le prime 5 donne**

**Per il percorso corto (10 km) verranno premiati:
i primi 3 uomini e prime 3 donne**

Premi a sorteggio, come da tradizione, fra gli atleti partecipanti

Medaglia FINISHER per gli atleti dei percorsi di 24 km e 42 km.

Tra gli atleti OVER 60 uomini e donne saranno premiati i primi 3 classificati/e in tutte le gare

Saranno consegnati premi in natura/accessori tecnici/abbigliamento

I premi non ritirati il giorno della gara non saranno più disponibili.

SERVIZI

Per tutti i percorsi è attivo il servizio spogliatoi con docce presso la Palestra comunale, la custodia borse, il pacco gara, i ristori lungo i percorsi ed all'arrivo, l'assistenza sanitaria e le premiazioni finali, area Camping in zona Pineta di Vezzano.

CONSIGLI E RACCOMANDAZIONI

Nel corso della gara è obbligatorio portare con sé giacca antivento, telo termico, cellulare con batterie cariche, bicchiere personale, acqua e una buona scorta di solidi. Scarpe specifiche da Trail adeguate all'ambiente e alle condizioni climatiche.

Le condizioni atmosferiche possono obbligare gli organizzatori, per ragioni di sicurezza, a modificare il percorso o sospendere la gara in corso, ritardare o anticipare la partenza e di variare gli orari dei cancelli.

Pur avendo predisposto 8 punti di ristoro lungo il percorso da 42 km, di cui 4 solidi, si raccomanda e si consiglia di portare qualsiasi tipo di alimento consapevoli che il percorso richiederà un dispendio di energie elevato.

Si consigliano cappellino e occhiali da sole e scarpe protettive da Trail Running con soles munite di buon grip, di stampare la cartina topografica con i percorsi e/o scaricare la traccia GPS dal sito <https://www.canossatrailmarathon.it/>.

ATTENZIONE: I PERCORSI POSSONO ESSERE VARIATI PER ESIGENZE ORGANIZZATIVE E METEO ANCHE DURANTE LA GARA

L'uso dei bastoncini è facoltativo.

Gli organizzatori consigliano ai partecipanti di utilizzare il CAR POOLING per raggiungere Vezzano sul Crostolo, il rispetto per la natura passa anche per le buone pratiche.

ASSISTENZA

I posti di soccorso sono destinati a portare assistenza a tutte le persone in pericolo con i mezzi propri dell'organizzazione o tramite organismi convenzionati.

I medici ufficiali sono abilitati a sospendere i concorrenti giudicati inadatti a continuare la gara. I soccorritori sono abilitati a far evacuare con tutti i mezzi di loro convenienza i corridori giudicati in pericolo.

In caso di necessità e per ragioni che siano nell'interesse della persona soccorsa, solo ed esclusivamente a giudizio dell'organizzazione, si farà appello al soccorso in montagna ufficiale, che subentrerà nella direzione delle operazioni e metterà in opera tutti i mezzi appropriati, compreso l'elicottero.

Le eventuali spese derivanti dall'impiego di questi mezzi di soccorso saranno a carico dell'atleta secondo le norme vigenti. Un atleta che fa appello ad un medico o ad un soccorritore si sottomette di fatto alla sua autorità e si impegna a rispettare le sue decisioni.

ASSICURAZIONE

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.

Si consiglia comunque ad ogni atleta di sottoscrivere una polizza assicurativa personale per infortuni e eventuale recupero e trasporto in elicottero.

DIRITTI DI IMMAGINE

Ogni concorrente rinuncia espressamente ad avvalersi dei diritti all'immagine durante la prova così come rinuncia a qualsiasi ricorso contro l'organizzazione ed i suoi partner abilitati, per l'utilizzo fatto della sua immagine.

ETICA TRAIL

Il rispetto e la collaborazione fra le persone sono alla base dell'etica Trail. Ogni concorrente ha il dovere di prestare soccorso ad un altro atleta che si dovesse trovare in difficoltà ed avvisare il più vicino punto di soccorso, pena la squalifica dalla gara. Altresì è dovuto il massimo rispetto ai giudici, ai volontari e al personale di servizio.