

REGOLAMENTO



1. NOME E LUOGO DELLA MANIFESTAZIONE

“Gran Trail Rensen” – Arenzano (GE)

Manifestazione sportiva di corsa in ambiente naturale, di carattere montano, all'interno del Parco del Beigua, domenica 9 maggio 2021.

2. ORGANIZZAZIONE: a.s.d. senza finalità di lucro Rensen Sport Team.

PATROCINIO: Regione Liguria, Comune di Arenzano, Parco Naturale Regionale del Beigua (UNESCO Global Geopark), dell'Ente di Promozione Sportiva UISP

DIREZIONE TECNICA: a.s.d. Rensen Sport Team

IN COLLABORAZIONE CON: Comune di Arenzano - Gruppi di volontariato di Arenzano e Cogoleto

3. PERCORSO DI GARA

Un percorso ad anello da correre in una sola tappa a velocità libera, ma adeguata alle proprie capacità fisiche, con tempo limitato e in regime di semi autosufficienza idrica e alimentare.

Il fondo del percorso di gara ha per tutti le stesse caratteristiche, è impegnativo e si snoda lungo i sentieri che collegano la costa alla dispiuviale appenninica, la cosiddetta Alta Via dei Monti Liguri, contrassegnata dal simbolo **AV**. Il tracciato ha una lunghezza di circa 30 km con un dislivello positivo di circa 1.950 m., da percorrere entro 7.5 h dalla partenza

Il tracciato di gara sarà scaricabile dall'apposita sezione del sito ufficiale dell'organizzazione (www.grantrailrensen.it).

4. CLASSIFICHE E MONTEPREMI

NON È PREVISTO ALCUN PREMIO IN DENARO, tutti i premi sono in natura e/o materiale tecnico gentilmente offerto dai vari sponsor della manifestazione.

L'iscrizione a ogni competizione prevede un pacco gara con gadget a seconda delle disponibilità delle aziende sponsorizzatrici, al completamento della gara verrà consegnata una medaglia celebrativa a tutti i “finisher”

Verranno premiati i primi 5 uomini e le prime 5 donne in classifica generale. Al primo uomo e alla prima donna, esclusi gli assoluti, per le seguenti categorie, sarà consegnato un riconoscimento premiale.

- A. dai 18 ai 29 anni (1991-2002)
- B. dai 30 ai 39 anni (1981-1990)
- C. dai 40 ai 49 anni (1971-1980)
- D. dai 50 ai 59 anni (1961-1970)
- E. dai 60 ai 69 anni (1951-1960)
- F. dai 70 in su (1950 e precedenti)

Al fine di rispettare il vigente protocollo di sicurezza Anti Covid19, la premiazione con cerimonia ufficiale ci sarà solo per i primi tre classificati, donne e uomini, della classifica generale. Gli altri vincitori ritireranno il premio presso lo stand dell'organizzazione.

5. CATEGORIE AMMESSE

Sono ammessi a partecipare alla gara, uomini e donne, che abbiano compiuto i 18 anni di età e **siano in possesso di tessera FIDAL, RUNCARD FIDAL o di Ente di Promozione Sportiva UISP, da presentare all'atto dell'iscrizione**. L'asd organizzatrice può fornire, al costo suppletivo di € 6,00, il tesseramento alla UISP, con scadenza 31/12/2021.

Inoltre è obbligatorio possedere la certificazione medico-sportiva, per attività agonistica in atletica leggera, trail-running o altra disciplina consentita (visionabile dal portale wedosport), in corso di validità. La copia dovrà essere presentata all'atto dell'iscrizione con la contestuale sottoscrizione della liberatoria che attesta l'accettazione del presente regolamento di gara. La mancanza di questa documentazione prevede l'annullamento dell'iscrizione senza alcun diritto di rimborso della quota versata. Con l'iscrizione, il partecipante esonera gli organizzatori da ogni responsabilità, sia civile sia penale, per danni a persone e/o cose da lui causati o a lui derivati.

N.B. Per gli atleti stranieri verrà accettata la documentazione medica per la pratica agonistica conforme alla normativa della nazione di origine, purché accompagnata dalla certificazione di prova di elettrocardiogramma sotto sforzo.

6. CONDIZIONI PER LA PARTECIPAZIONE

Regola principale della manifestazione è quella di una corsa individuale in montagna in stato di semi autosufficienza. L'organizzazione predispone lungo il tracciato delle gare alcuni punti di rifornimento approvvigionati con bevande e cibo (**ristoro alimentare**) o solo bevande (**ristoro idrico**) riservandosi la possibilità di aumentarli o ridurli. Verranno erogate esclusivamente derrate alimentari confezionate e monodose.

Obbligo di ogni concorrente munirsi alla partenza da ogni posto di ristoro di una quantità d'acqua e di alimenti sufficienti a garantirgli l'arrivo al posto di ristoro successivo.

La semi autosufficienza dell'atleta presuppone che lo stesso affronti la prova prescelta fornito di scorta idrica ed alimentare sufficiente per completarla, tenuto conto delle proprie esigenze, del grado di allenamento e delle condizioni meteorologiche, facendo così affidamento sui ristori creati dall'organizzazione al solo scopo di integrare le suddette scorte.

Durante la corsa è proibito farsi accompagnare e/o assistere da persone diverse da quelle regolarmente iscritte. L'assistenza personale è solamente ammessa nei punti di ristoro ufficiali della manifestazione.

Questo tipo di corsa si svolge in condizioni talvolta molto difficili con passaggi in quota (sino ad un massimo di 1300 m s.l.m. circa) dove si possono trovare svariate situazioni climatiche (notte, vento, freddo, pioggia, sentieri sdruciolevoli). Una forte capacità dell'autogestione personale, supportata da un accurato allenamento e adeguato abbigliamento tecnico sono gli elementi principali per la propria riuscita della corsa.

È vivamente consigliato aver già partecipato a corse trail con queste caratteristiche.

Nei punti di ristoro non saranno disponibili i bicchieri in plastica, per ridurre al minimo l'impatto ambientale, per bere i corridori dovranno munirsi di bicchiere o altro contenitore personale adatto all'uso. Si considera tale anche la borraccia personale.

7. ACCETTAZIONE DEL REGOLAMENTO E DELL'ETICA DELLA CORSA

Si precisa che la quota di iscrizione è versata all'Organizzazione a titolo di contributo per i servizi erogati.

In caso di annullamento della manifestazione per cause di forza maggiore fino a 30 giorni prima dell'evento, l'Organizzazione si riserva di rimborsare una percentuale pari al 100% della quota di iscrizione pagata.

In caso di annullamento della manifestazione per cause di forza maggiore fino a 15 giorni prima dell'evento, l'Organizzazione si riserva di rimborsare una percentuale pari al 90% della quota di iscrizione pagata. Tale percentuale è giustificata dalle eventuali spese bancarie che l'Organizzazione dovrà effettuare per i rimborsi. In caso di annullamento o interruzione della manifestazione per motivi atmosferici o per qualsiasi altra ragione di sicurezza, comunicata il giorno stesso, o il giorno prima della manifestazione, nessun rimborso sarà dovuto ai partecipanti.

In caso di avverse condizioni metereologiche e/o per ragioni di sicurezza, l'organizzazione si riserva il diritto di sospendere la prova di modificare il percorso, senza nulla dovere ai partecipanti.

Con l'iscrizione e il relativo versamento della quota, il partecipante accetta, senza riserva alcuna, il presente regolamento e l'etica della corsa, controfirmando la "**liberatoria**" si impegna a rispettarne ogni punto, dichiarando di aver fornito dati veritieri (Art. 2 legge 04/01/1968 n° 15 come modificato dall'art. 3 comma 10 legge 15/05/1997 n° 127)

Ogni partecipante dovrà aver cura di non gettare rifiuti lungo tutto il percorso, appositi raccoglitori si possono trovare nelle zone di ristoro. I partecipanti colti a gettare rifiuti lungo il percorso saranno squalificati. È fatto obbligo a tutti di mantenere il sentiero segnalato e non "tagliare" il percorso.

8. QUOTE DI ISCRIZIONE

Lunghezza	Altitudine	Tempo massimo	Quota fissa di partecipazione	Con tesseramento UISP	Numero massimo di iscritti
GTR 30 km	D+ 1950 m	7.5 h	€ 30,00	€ 36,00	400

Iscrizioni sul sito

<http://www.wedosport.net>

Oppure direttamente all'organizzazione tramite apposito modulo scaricabile dal sito www.grantrailrensen.it

Effettuando il bonifico della quota all'IBAN IT97C0617501422000002104980 inviandone copia all'indirizzo mail rensen.running@gmail.com

Per le iscrizioni di società ogni 6 atleti il settimo iscritto sarà gratuito, ovvero 7 atleti per € 180,00 se tesserati FIDAL-RUNCARD FIDAL o UISP

Termine iscrizioni 6 maggio 2021

Non è consentito: il posticipo della quota di iscrizione all'anno successivo, il passaggio ad un'altra gara, lo scambio o la cessione del pettorale.

9. MATERIALE TECNICO OBBLIGATORIO

Il materiale obbligatorio deve essere portato dall'atleta durante tutto lo svolgimento della gara. Sono possibili verifiche del materiale obbligatorio sia alla partenza sia durante il percorso, chi si rifiuterà di mostrare il materiale obbligatorio al personale dell'organizzazione sarà squalificato. Alla consegna del pettorale ogni atleta firmerà, con la liberatoria, un'assunzione di responsabilità che attesta l'effettiva dotazione personale.

Il materiale obbligatorio è il seguente:

- 1) riserva d'acqua in appositi recipienti;
- 2) lampada frontale funzionante (anche se si gareggia di giorno);
- 3) telo termico di sopravvivenza;
- 4) fischiello;
- 5) riserva alimentare;
- 6) giacca impermeabile adatta a sopportare condizioni di brutto tempo in montagna;
- 7) cappello o bandana;
- 8) telefono cellulare con "invio del proprio numero" per eventuali ricontatti;
- 9) bicchiere personale di 15 cl minimo – nessun bicchiere sarà disponibile ai ristori.

Inoltre si raccomanda: l'uso di scarpe tecniche idonee, bastoncini da trail, indumenti di ricambio e cerotti.

10. CONSEGNA PETTORALI

Ogni pettorale è munito di chip per il cronometraggio ed il controllo di alcuni passaggi lungo il percorso, prima dello start ogni corridore dovrà procedere con la punzonatura posta all'ingresso della zona chiusa di partenza.

Per il ritiro degli stessi è obbligatorio presentarsi muniti di un documento di riconoscimento e consegnare l'autocertificazione COVID-19 disponibile sul sito web della manifestazione.

Il giorno precedente alla gara è concesso il ritiro di pettorali di altri concorrenti se muniti di regolare delega scritta con fotocopia della carta d'identità del delegante, il giorno della partenza della gara il delegante dovrà presentarsi al direttore di gara, prima della partenza, per il controllo del materiale obbligatorio.

L'apertura del Rensen Point seguirà il seguente orario: sabato 8 maggio dalle ore 15.00 alle 22.00 con accesso libero; domenica 9 maggio dalle 6.00 sino all'inizio delle gare. OBBLIGATORIAMENTE la consegna dei pettorali il giorno della gara avverrà secondo i seguenti orari:

7:00-7:15 Pettorali dall'1 al 50 - 7:16-7:30 Pettorali dall'51 al 100 - 7:31-7:45 Pettorali dal 101 al 150 –
7:46-8:00 Pettorali dal 151 al 200 - 8:01-8:15 Pettorali dal 201 al 250 - 8:16-8:30 Pettorali dall'251 al 300 - 8:31-8:45
Pettorali dal 300 al 350 – 9:46-9:00 Pettorali dal 351 al 400

Il pettorale deve essere portato sulla parte anteriore, tronco o gambe, ed essere visibile sempre nella sua totalità durante tutta la corsa in quanto lasciata passare della manifestazione.

Ulteriori specifiche in merito alle procedure di accesso all'area gara per la consegna dei pettorali e la partenza sono descritte al paragrafo 21.

NB: Ogni pettorale riporta un numero telefonico uguale per tutti **348 7972888** che corrisponde al centro servizi "Rensen" attivato per tutta la durata della gara. Tutti i partecipanti in caso di necessità possono chiamare per attivare eventuali aiuti o soccorsi medico sanitari il centro servizi "Rensen".

NON FAR USO DEL NUMERO PER COSE INUTILI, IN QUANTO È UN NUMERO DI EMERGENZA!

I partecipanti nel rispetto dell'organizzazione sono pregati di avvisare del proprio ritiro ai punti di controllo, o tramite telefono il centro servizi "Rensen". Il pettorale è il lasciapassare necessario per accedere al servizio medico.

11. SICUREZZA E ASSISTENZA MEDICA

Il trail, per sua natura, presenta dei rischi dovuti alla difficoltà dell'ambiente montano, del percorso, a possibili repentini cambiamenti meteorologici e all'orientamento in montagna.

Durante tutta la gara e lungo il percorso sono presenti controlli per la spunta dei partecipanti transitati e alcune postazioni di soccorso con personale tecnico, medico, sanitario.

Il personale medico/sanitario può a suo giudizio insindacabile sospendere il partecipante dalla corsa invalidando il pettorale. In questo caso il concorrente dovrà seguire le indicazioni del personale medico, pena l'immediata squalifica.

I soccorritori sono abilitati ad evacuare con tutti i mezzi di loro convenienza i partecipanti giudicati in pericolo.

In caso di abbandono fuori dal punto di controllo, nel momento dell'incontro con i responsabili della chiusura questi

annulleranno il pettorale e il partecipante non sarà più sotto il controllo dell'organizzazione.

In caso di sospensione della corsa o di ritiro dei partecipanti, l'organizzazione assicura il rientro presso la sede di partenza tramite un servizio navetta.

Nel caso in cui si rendesse necessario l'attivazione del 118, tale soccorso subentrerà nella direzione operazioni con i mezzi appropriati, compreso l'eventuale uso di elicottero.

Eventuali spese derivanti per l'intervento, durante o dopo, di strutture esterne a quelle dell'organizzazione non potranno essere imputate all'organizzazione e saranno a carico della persona soccorsa.

È consigliato ai partecipanti il possesso di un'assicurazione individuale valida che copra le spese di ricerca e soccorso in Italia.

12. CONTROLLI E RIFORNIMENTI

Il programma relativo al percorso di gara (info gara) è disponibile all'indirizzo web www.grantrailrensen.it, che si intende accettato nella sua totalità, in quanto parte integrante del presente regolamento. Comprende, inoltre, le informazioni pratiche come gli orari limiti dei passaggi, i punti di rifornimento, i posti di soccorso, ed i luoghi di accesso per gli accompagnatori, al fine di garantire la migliore riuscita della manifestazione.

Tutti i concorrenti non trovati in possesso, nel momento di un controllo sul percorso, della totalità del proprio materiale obbligatorio saranno immediatamente squalificati, senza alcuna possibilità di appello su questa sanzione.

Posti di controllo "volanti", non comunicati dall'organizzazione, saranno posizionati lungo il percorso per la verifica del corretto rispetto delle regole.

13. TEMPISTICHE GARA

Partenza del GTR30 – ore 9.00 del 9 maggio 2021, con la modalità della partenza a "onde" di 25 atleti ogni 3 minuti, la griglia di partenza sarà realizzata tenendo conto del coefficiente di performance ITRA assegnato ad ogni concorrente dallo stesso ente.

Il tempo massimo delle prove:

- GTR30: tempo massimo 7.5 ore - i cancelli orari sono:

Transito al km 10 entro le ore 13:00

Transito al km 18 entro le ore 15:00

Arrivo entro le ore 17:30

Per motivi di sicurezza i cancelli orari possono essere modificati dalla direzione gara.

Barriere stop-and-go, successivamente comunicate tramite "info-gara", sono poste lungo il percorso per permettere ai partecipanti di raggiungere l'arrivo nei tempi massimi imposti. 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 vogliono proseguire il percorso, dopo aver restituito il pettorale, continueranno a loro rischio e pericolo e sotto la propria diretta responsabilità ed in autonomia completa.

14. PENALITA' – SQUALIFICHE

La giuria su informazioni raccolte, a secondo la gravità dell'atto, del comportamento del partecipante, e in caso di non rispetto del regolamento può procedere alla squalifica dello stesso.

La giuria, in particolar modo, può procedere alla squalifica di un partecipante in caso di:

- pettorale portato in modo non conforme alle indicazioni;
- mancato rispetto dei tracciati, inteso come taglio significativo del percorso e il mancato rispetto dei limiti orari;
- mancato transito ad un posto di controllo;
- utilizzo di mezzi di trasporto;
- doping o rifiuto di sottomettersi ad un controllo anti-doping;
- mancata soccorso verso altri partecipanti in difficoltà;
- uso di assistenza personale al di fuori dei posti autorizzati;
- mancato rispetto del divieto di farsi accompagnare sul percorso;
- non rispetto della natura;
- comportamento non idoneo verso i membri dell'organizzazione;
- rifiuto di sottoporsi a visita medica in qualunque momento della gara;

15. CONTROLLO ANTI-DOPING

Tutti i concorrenti, per tutta la durata della manifestazione, possono essere sottoposti a un controllo anti-doping.

L'eventuale rifiuto al controllo ne comporta la squalifica immediata dalla corsa. Il risultato positivo al controllo sarà segnalato alla federazione di appartenenza del concorrente.

16. RECLAMI e DIRITTI ALL'IMMAGINE

Sono accettati solo reclami scritti nei 60 minuti che di volta in volta seguono l'affissione dei risultati provvisori. Dovranno essere accompagnati dal versamento di € 50.00, somma restituita in caso di accettazione del reclamo. Ogni concorrente, inoltre, rinuncia espressamente ad avvalersi dei diritti all'immagine durante la prova così come rinuncia a qualsiasi ricorso contro l'organizzazione ed i suoi partner (anche commerciali) che, pertanto, ne potranno fare libero uso. Con l'iscrizione il concorrente autorizza l'organizzazione all'uso delle utenze telefoniche indicate e/o di posta elettronica per le segnalazioni di eventi sportivi, manifestazioni di qualsivoglia natura e comunicazioni, anche di natura commerciale relative ai propri sponsor.

17. GIURIA

È composta: dal direttore della corsa, dal coordinatore responsabile della sicurezza, dal responsabile dell'equipe medica, dai responsabili dei posti di controllo, dai responsabili del percorso. Inoltre, tutte le persone competenti designati dal presidente del comitato dell'Organizzazione possono essere sentite per deliberare. Le decisioni saranno prese in un tempo compatibile con gli obblighi della corsa su tutti i litigi o squalifiche avvenuti durante la corsa. Le decisioni prese sono inappellabili.

18. MODIFICHE DEL PERCORSO O DELLE BARRIERE ORARIE

L'organizzazione si riserva il diritto di modificare in ogni momento il percorso, l'ubicazione dei posti di soccorso e di ristoro e le barriere orarie, senza preavviso.

19. ANNULLAMENTO DELLA CORSA

In caso di annullamento della manifestazione per cause di forza maggiore fino a 1 mese prima dell'evento l'Organizzazione si riserva di rimborsare una percentuale pari al 100% della quota di iscrizione pagata.

In caso di annullamento della manifestazione per cause di forza maggiore fino a 15 giorni prima dell'evento, l'Organizzazione si riserva di rimborsare una percentuale pari al 90% della quota di iscrizione pagata. Tale percentuale è giustificata dalle eventuali spese bancarie che l'Organizzazione dovrà effettuare per i rimborsi.

Per avverse condizioni meteorologiche, previste o in atto, l'organizzazione può ritardare la partenza, sospendere o annullare la gara.

In caso di interruzione o annullamento della gara per motivi atmosferici, o per qualsiasi altra ragione indipendente dall'Organizzazione, nessun rimborso sarà dovuto ai partecipanti.

20. DEROGHE

Il regolamento potrà subire alcune deroghe, anche individuali, che potranno permettere la partecipazione, nelle competizioni adeguate, a persone diversamente abili in relazione alle rispettive patologie.

21. COVID-19 e PROCEDURE ADOTTATE

Il Gran Trail Rensen 2021 è inserito nel calendario nazionale di Trail Running della UISP, è pertanto annoverato nelle competizioni riconosciute di interesse nazionale e assoggettato ai protocolli riconosciuti dal CONI nel rispetto del D.P.C.M. Decreto del Presidente del Consiglio dei Ministri vigente al momento della competizione. L'organizzazione si atterrà scrupolosamente ai protocolli emanati dalla F.I.D.A.L. Federazione Italiana di Atletica Leggera e U.I.S.P. Unione Italiana Sport Per tutti, inerenti alla pratica dell'atletica leggera e il trail; il comitato organizzatore del Gran Trail Rensen ha cercato di redigere adeguate norme di procedura da utilizzare il giorno 9 maggio 2021, per gestire al meglio il pre-gara, la gara e il dopo gara in oggetto.

PRINCIPIO BASE

All'interno della zona di svolgimento della manifestazione (opportunosamente identificata), e di tutte le strutture accessorie utilizzate, gli atleti e il personale di servizio si dovranno muovere con la mascherina alzata e posizionata correttamente e mantenere una distanza interpersonale di sicurezza di almeno un metro.

VERIFICHE E CONSEGNA PETTORALI DI GARA

All'ingresso della zona manifestazione (opportunosamente identificata), saranno predisposte delle canalizzazioni fettuciate e adeguatamente distanziate, fornite di dispenser igienizzante mani, con liquido disinfettante idoneo, e contenitore di mascherine chirurgiche.

Sarà lì che i nostri addetti verificheranno:

A. La temperatura corporea dell'atleta (non superiore a 37,5°), provvisto di mascherina indossata e con mani sanificate in precedenza.

B. L'autocertificazione covid-19 (da scaricare preventivamente e compilare), prevista dai protocolli federali.

All'interno, saranno predisposti 5 tavoli, dove gli atleti (canalizzati e distanziati come da normativa vigente) consegneranno all'addetto:

- A. L'autocertificazione covid-19 su apposito stampato, opportunamente compilato.
- B. Il certificato di idoneità sportiva (obbligatorio) se non già allegato alla richiesta d'iscrizione on-line.
- C. La distinta d'iscrizione on-line (ricevuta via mail) con il numero di pettorale assegnato, i dati anagrafici e il numero telefonico del cellulare portato in gara (obbligatorio per regolamento).

Solo dopo, riceveranno la busta servizi con il pettorale e chip a loro assegnato.

Infine, seguendo l'apposita canalizzazione predisposta, potranno uscire all'esterno della zona manifestazione.

PUNTEGGIO I.T.R.A. (International Trail Running Association)

Il punteggio I.T.R.A. non è altro che un coefficiente di performance che ogni atleta di trail ha e si modifica di gara in gara a seguito del risultato da lui ottenuto, ogni atleta lo può visionare sull'apposita pagina web della I.T.R.A. Esso determina così il valore di un atleta a livello mondiale ma non solo, permette all'organizzatore di una gara trail, di far partire i migliori davanti evitando imbottigliamenti e frequenti sorpassi.

Al Gran Trail Rensen pertanto, i pettorali saranno assegnati in base al coefficiente di performance. Nello specifico, il pettorale numero 1 sarà assegnato al più performante, il pettorale numero 2 al secondo più performante e così via fino ad arrivare a l'ultimo pettorale assegnato, che sarà attribuito al meno performante.

PROCEDURA DI PARTENZA

Nella zona riservata alla manifestazione sarà delimitato un parco di partenza opportunamente transennato e identificato che permetta sempre il rispetto delle distanze interpersonali (almeno 1 metro di distanza con mascherina indossata correttamente quando sono fermi). La procedura d'ingresso a tale parco, per effettuare la “partenza ad onde”, sarà effettuata nel seguente modo:

Percorrendo una canalizzazione opportunamente fettucciata, gli atleti (con pettorale indossato e mascherina alzata e posizionata correttamente) procederanno in fila indiana (distanziati di almeno 1 metro) fino al raggiungimento del cancello d'ingresso al parco chiuso.

A questo punto, prima di entrare nella gabbia vera e propria, ogni atleta sarà sottoposto a misurazione della temperatura corporea da un nostro addetto e solo dopo, se idoneo, potrà accedere al parco chiuso.

In caso contrario, se la sua temperatura corporea sarà superiore a quella consentita, verrà registrato e invitato ad allontanarsi e seguire le procedure previste dal caso.

Al raggiungimento del numero massimo di atleti ammessi al via per ogni turno di partenza e posizionati tutti nei rispettivi punti di attesa, (disegnati adeguatamente a terra) si procederà al primo start. Una volta svuotato, con la partenza, il parco chiuso, si procederà nuovamente alla procedura d'ingresso, per il nuovo scaglione di partenti.

Una volta riposizionati correttamente tutti, si attenderà il nuovo start dopo 3 minuti di distanza dal precedente. Sarà così a seguire, fino al completamento degli start necessari a far partire tutti gli atleti in gara.

Tale procedura sarà ripetuta per ogni distanza, negli orari previsti per le relative partenze. Il cronometro partirà, per ciascun atleta, al momento del transito sotto al gonfiabile della partenza.

N.B. Gli atleti dovranno sostare in attesa del loro start con la mascherina di protezione individuale alzata e posizionata correttamente.

Tali dispositivi, si potranno rimuovere dopo lo start dove sarà opportunamente indicato da cartelli e comunque ad una distanza non inferiore a 500 metri dalla linea di partenza. Solo allora potrà essere ripiegata e riposta nel proprio zainetto o altra tasca, per poterla poi riutilizzare nel proseguo della gara in tutti quei frangenti in cui sarà nuovamente richiesta (ristori, arrivo, premiazioni ecc. ecc.).

PROCEDURA AI RISTORI

Ristori in gara

In ogni ristoro di gara la procedura per accedere al rifornimento sarà la seguente. L'atleta con la mascherina indossata correttamente, si farà rifornire di acqua o altra bevanda prevista (the, coca-cola, sali minerali, ecc.) da un addetto al ristoro, munito di mascherina o visiera e guanti monouso. Altresì, potrà ricevere cibi solidi monodose e sigillati, sempre facendosi servire da un addetto al ristoro, munito di

mascherina o visiera e guanti monouso.

In nessun caso l'atleta potrà servirsi da solo, sia di bevande sia di cibi solidi, ma dovrà sempre essere servito da un addetto al ristoro con mascherina o visiera e guanti monouso.

Arrivo e ristoro finale

Appena tagliato il traguardo, all'interno del parco chiuso, l'atleta, con mascherina indossata correttamente, potrà ricevere il proprio premio finisher dal personale incaricato.

In seguito, seguendo l'apposita canalizzazione fettucciata, potrà avvicinarsi al tavolo del ristoro finale, per ritirare il proprio sacchetto alimentare con i generi di conforto previsti.

Premiazioni

Le premiazioni programmate, saranno effettuate in un apposito parco recintato, con podi adeguatamente distanziati e con atleti con mascherina indossata in maniera corretta. Il tutto nel tempo strettamente necessario per la consegna dei premi previsti e le eventuali foto di rito.

Servizi igienici e docce

Al fine di poter rispettare tutte le norme previste nel DPCM vigente e i protocolli FIDAL e UISP attuali, si potrà usufruire dei servizi igienici posti nell'area di partenza/arrivo e/o degli esercizi pubblici. Per quanto riguarda le docce l'eventuale disponibilità del servizio sarà comunicata successivamente, in base al colore assegnato alla Regione/Comune nella data del 9 maggio 2021, si avvisa che potrebbe NON essere disponibile tale servizio.

Tutti gli accessi saranno regolamentati per rispettare le normative vigenti; capienza massima, distanza interpersonale e quant'altro.

Precisazione finale

Nella stesura di queste norme di procedura, ci siamo attenuti a quanto prescritto e riportato nel D.P.C.M. vigente e tutte le prescrizioni approvate dai protocolli F.I.D.A.L. e U.I.S.P. riguardanti l'atletica leggera e il trail, nonché l'utilizzo di palestre o centri e circoli sportivi in genere.

Per tanto, non potranno essere effettuati, perché esplicitamente vietati:

- il pasta party del sabato sera.
- il terzo tempo a fine gara.
- l'expò, con gli stand degli sponsor e le gare da pubblicizzare.
- non potrà essere presente il pubblico all'interno della zona gara chiuso.
- **La gara NON si potrà svolgere se la Regione Liguria o il Comune di Arenzano (GE), sede della gara, fossero poste in ZONA ROSSA.**

Eventuali ulteriori indicazioni di Prefettura, Questura e delle altre autorità locali preposte al controllo, potrebbero richiedere ulteriori misure cautelari.

Consapevoli del delicato momento che stiamo attraversando ci appelliamo al buon senso e alla sportività di tutti coloro che intendono iscriversi, al fine di collaborare affinché la manifestazione possa svolgersi nel rispetto di tutte le regole e della sicurezza di ognuno.