

## **Organizzazione**

L'Asd Mountain Connection di Valtournenche, in collaborazione con il Comune di Valtournenche, il Consorzio turistico di Cogne, il Comune di Torgnon, La Cervino spa, organizza la prima edizione del “**Circuito SnowRunning Valle d’Aosta**”, corsa in montagna in semi-autosufficienza lungo le piste di sci e sentieri innevati.

## **Info generale**

Il Circuito è una serie di 3 gare di corsa a piedi lungo le piste di sci battute e sentieri con uno sviluppo dai 5 ai 14 km e un dislivello positivo che varia dai 400 ai 700mt, in semi-autosufficienza. Le località che ospiteranno le tappe sono: Cogne, Torgnon e Breuil-Cervinia.

## **Iscrizioni**

### **a) Requisiti di iscrizione**

Possono iscriversi gli atleti maggiorenni in possesso di certificato medico sportivo per l'attività agonistica valido almeno fino al 12 marzo 2022. Non saranno accettati atleti che stanno scontando squalifiche per uso di sostanze dopanti.

### **b) Modalità di iscrizione**

Le iscrizioni apriranno il giorno 18-12-2021 e chiuderanno il giorno stesso della gara: per Cogne il 22/01/22, per Torgnon il 19/02/22 e Cervinia il 12/03/22, salvo il raggiungimento del numero massimo di 300 iscritti.

Le iscrizioni online tramite il portale Wedosport saranno aperte fino a 3 gg prima di ogni gara.

Infine, si potrà ancora iscriversi ad ogni gara nei pressi della partenza durante l'orario di distribuzione dei pettorali, salvo raggiungimento del numero massimo di partecipanti.

Al momento dell'iscrizione saranno richiesti i seguenti dati:

- Nome
- Cognome
- E-mail
- Nazionalità
  
- Green Pass

Nella quota di iscrizione è compreso:

- pettorale di gara
- assistenza lungo il percorso
- partecipazione al ristoro in base al DPCM in vigore
- pacco gara

#### **d) Numero chiuso**

Il numero chiuso è fissato in 300 concorrenti.

#### **Non è consentito:**

- lo scambio o la cessione del pettorale
- il posticipo della quota di iscrizione all'anno successivo

**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, e la gara verrà rinviata all'anno successivo.**

Per la partecipazione alla corsa è necessaria esperienza di montagna, assenza di vertigini, ottimo allenamento, abbigliamento adeguato ad una temperatura che può andare da 6 a 20 C° sotto zero.

#### **Certificazione medica**

All'atto dell'iscrizione tramite il portale [wedosport.net](http://wedosport.net), gli atleti devono obbligatoriamente inviare una copia del certificato medico agonistico in corso di validità al 12/03/2022 . In alternativa, il certificato medico potrà essere consegnato al momento del ritiro del pettorale.

In caso di mancato invio/consegna del certificato medico, l'iscrizione sarà definitivamente cancellata e nessun rimborso sarà dovuto al concorrente.

## **Ritiro pettorale e pacco gara**

Le operazioni di ritiro pettorale avverranno presso l'area di partenza della gara. Per il ritiro del pettorale di gara è obbligatorio:

- esibire un documento di identità valido

## **Materiale**

E' obbligatorio avere con sé per tutta la durata della gara il seguente equipaggiamento:

- ramponcini mobili, con eccellente grip su ghiaccio e neve dura (chiedere all'organizzazione in base alle condizioni della neve e meteo) ;
- camelbag o borraccia contenente almeno ½ l di liquidi;
- pettorale di gara ben visibile durante tutta la corsa;
- telo di sopravvivenza;
- fischiello;
- telefono cellulare acceso ma in modalità silenziosa;
- giacchento impermeabile con cappuccio;
- maglia a maniche lunghe;
- pantaloni lunghi;
- berretto o bandana;
- guanti;
- lampada frontale;
- tazza, bicchiere o borraccia;
- calzature adeguate per corsa su neve;

## **EQUIPAGGIAMENTO CONSIGLIATO:**

È consigliato partire con il seguente equipaggiamento:

- pantaloni impermeabili
- barrette energetiche o alimenti solidi
- benda elastica per fasciature
  
- bastoncini

## **Tempo massimo, ritiri**

3 ore di tempo massimo nelle tappe di Cogne e Cervinia, 2 ore nella tappa di Torgnon.

E'previsto un servizio scopa che si occupi dell'assistenza degli ultimi concorrenti.

## **Ristori**

Si corre in semi-autosufficienza con l'obbligo di scorta idrica di almeno ½ litro. Hanno accesso al punto di ristoro esclusivamente i concorrenti con il pettorale ben visibile.

I cibi e le bevande del ristoro devono essere consumate sul posto; è vietato bere direttamente dalle bottiglie dei ristori; i rifiuti dovranno essere gettati negli appositi contenitori.

Le borracce o i camelbag potranno essere riempiti. Si consiglia pertanto ai concorrenti di portare con sé la quantità necessaria di sali minerali da utilizzare durante la gara.

All'arrivo sarà presente un ulteriore ristoro liquido.

## **Assistenza in gara**

L'assistenza agli atleti da parte dei famigliari o dei team è possibile soltanto nei punti di ristoro, nelle zone adibite a tale scopo.

È vietato l'accompagnamento in gara.

## **Sacche corridori**

Le sacche potranno essere consegnate allo stand dell'organizzazione nella zona di partenza. Si raccomanda di non inserire nelle sacche oggetti di valore, in ogni caso l'organizzazione non è responsabile di eventuali furti, smarrimenti o danneggiamenti delle sacche stesse o del loro contenuto. L'organizzazione non provvede per nessun motivo a spedire a domicilio le sacche non ritirate, che, per motivi igienici, verranno distrutte.

## **Percorso**

Il percorso della Circuito Snow Running è classificato con il bollino rosso: EE itinerario per escursionisti esperti. Tale itinerario richiede la capacità di

muoversi su terreno innevato con tratti anche ghiacciati.

**La corsa si svolge per la maggior parte sulle piste di sci e pertanto vanno rispettate le seguenti regole:**

**- dopo l'orario di chiusura degli impianti è assolutamente vietato salire e scendere sulle piste sia con gli sci che a piedi.**

**- in orario di apertura è assolutamente vietato percorrere a piedi le piste di sci, quindi non è possibile fare la ricognizione del percorso.**

In caso di maltempo o di impraticabilità di una o più piste di sci, percorsi alternativi saranno presentati al briefing pre-gara prima della partenza.

I chilometri non sono segnati. I concorrenti dovranno rispettare rigorosamente il percorso di gara segnalato evitando di prendere scorciatoie o tagliare tratti del tracciato. L'allontanamento dal percorso ufficiale, oltre a comportare la squalifica dall'ordine di arrivo, avverrà ad esclusivo rischio e pericolo del concorrente.

## **Sicurezza e controllo**

Sul percorso saranno presenti addetti dell'organizzazione in costante contatto con la base. Ambulanza e personale medico e paramedico stazioneranno alla partenza e all'arrivo, dove sarà presente anche un medico. Lungo il tracciato saranno istituiti dei punti di controllo, dove addetti dell'organizzazione monitoreranno il passaggio degli atleti e potranno controllare il materiale obbligatorio. Chiunque rifiuterà di sottoporsi al controllo del materiale obbligatorio sarà immediatamente squalificato.

## **Ambiente**

La corsa si svolge in parchi naturali ed ecosistemi a protezione totale. I concorrenti dovranno tenere un comportamento rispettoso dell'ambiente, evitando di disperdere rifiuti e molestare la fauna. Chiunque sarà sorpreso ad abbandonare rifiuti lungo il percorso sarà squalificato dalla gara e incorrerà nelle eventuali sanzioni previste dai regolamenti comunali. Per ridurre l'impatto ambientale, ai punti di ristoro non saranno forniti bicchieri. Ogni concorrente dovrà portare con sé un bicchiere o una borraccia da riempire ai ristori.

In caso di fenomeni meteo importanti (nebbia fitta, bufere di neve, forti temporali), l'organizzazione si riserva di effettuare, anche all'ultimo minuto o durante lo svolgimento della gara, variazioni di percorso in modo da eliminare potenziali pericoli o condizioni di forte disagio per i partecipanti. Le eventuali variazioni saranno comunicate ai partecipanti e segnalate dagli addetti.

L'organizzazione si riserva inoltre di sospendere o annullare la gara nel caso in cui le condizioni meteorologiche mettessero a rischio l'incolumità dei partecipanti, dei volontari o dei soccorritori.

### **Squalifiche e penalità**

È prevista l'immediata squalifica, con ritiro del pettorale di gara, per le seguenti infrazioni:

- mancato passaggio da un punto di controllo
- taglio del percorso di gara
- abbandono di rifiuti sul percorso
- mancato soccorso ad un concorrente in difficoltà
- insulti o minacce a organizzatori o volontari
- utilizzo di mezzi di trasporto in gara
- rifiuto di sottoporsi al controllo del personale medico sul percorso
- mancanza lampada frontale, giacca a vento, telo termico, contenitore per ½ litro di liquidi
- mancanza di ramponcini (quando richiesti), fischietto, maglia a maniche lunghe, pantaloni lunghi, cappello o bandana, guanti, bicchiere o borraccia, mancata esposizione del pettorale di gara.

La penalizzazione sarà applicata immediatamente, nel punto dove sarà accertata l'eventuale infrazione.

### **Premi**

Non sono previsti premi in denaro. Saranno assegnati premi ai primi 3 uomini e alle prime 3 donne. Per nessun motivo i premi verranno spediti o consegnati in anticipo.

Per l'assegnazione del premio finale del circuito saranno premiate le categorie femminile e maschile, assegnando i punteggi come segue:

100 prima posizione -88 seconda posizione  
-78-72-68-66-64-62-60-58-56-54-52-50

fino a 2 punti e fino alla 40° posizione.

- i primi classificati sono tenuti a presenziare alla cerimonia finale di premiazione, pena la non attribuzione dei premi gara.

## **Diritti d'immagine**

Con l'iscrizione, i concorrenti autorizzano l'organizzazione all'utilizzo gratuito, senza limiti territoriali e di tempo, di immagini fisse e in movimento che li ritraggano in occasione della partecipazione al Circuito Valdostano Snow Running.

## **Dichiarazione di responsabilità**

La volontaria iscrizione e la conseguente partecipazione alla corsa indicano la piena accettazione del presente regolamento e delle modifiche eventualmente apportate. 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.