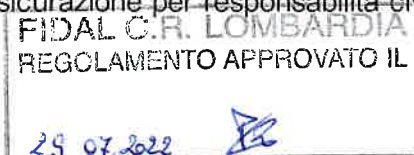


## Regolamento 6<sup>a</sup> En Mes Ai Ülif – Corsa in Montagna

### Art. 1 – Organizzazione

L' **A.S.D. Runners Salò** con il patrocinio del Comune di Toscolano Maderno e l'approvazione della FIDAL, Comitato Regionale Lombardo e Provinciale di Brescia, organizza domenica 18/09/2022 la VI edizione della **EN MES AI ÜLIF TRAIL**, gara di Trail in ambiente naturale di bassa e media montagna, a passo libero, in regime di semi-autosufficienza idrico-alimentare.

\* La manifestazione è coperta da assicurazione per responsabilità civile (copia della stessa verrà resa disponibile sul sito).



DATA	29 07 2022
N° PROT.	1923

### Art. 2 Prove

La gara della **EN MES AI ÜLIF TRAIL** si disputa su un tracciato di circa 17 Km con un dislivello complessivo di circa 900 mt. Di seguito è descritto in sintesi il percorso gara:

La prima parte si svolge nella zona verso il lago del Comune di Toscolano Maderno, per poi addentrarsi nella Valle delle Cartiere.

Nella gara competitiva, in corrispondenza del "ponte del SIMPLI", inizierà una salita impegnativa su sentiero ben tracciato e attrezzato fino alla località Sanico, per poi dirigersi verso il punto più alto del tracciato a quota 384 mt. in località Rocca Parete di Sanico, da dove inizierà la discesa impegnativa su fondo dissestato che conduce fino alla località Caneto Luseti nella Valle delle Cartiere.

Da qui si ricomincerà a salire, sempre su sentiero impegnativo e ben tracciato, fino al centro di Gaino; percorrendo un tratto asfaltato si raggiungerà il Santuario di Gaino e attraverso piccole strade si ritornerà poi nell'abitato di Gaino per iniziare l'ultimo tratto di salita verso la valle delle Camerate e l'Agriturismo Scuderia Castello.

A seguire un percorso in discesa fino a Toscolano Maderno attraverso single track; tratti asfaltati nel centro della località Pulciano. Una volta giunti in via Trento si correrà fino al Municipio, dove attraverso il sentiero che costeggia il torrente possiamo giungere all'arrivo presso il campo Sportivo.

### Art. 3 Criteri di partecipazione

La gara è aperta a tutte le persone, uomini e donne, che abbiano compiuto 18 anni al momento della manifestazione in programma ed in regola con il tesseramento ad una Associazione Sportiva riconosciuta dal CONI.

Non saranno accettate iscrizioni da parte di atleti che stanno scontando squalifiche per doping in qualunque disciplina o che hanno già scontato squalifiche per doping nei due anni precedenti.

La partecipazione alle gare richiede inoltre una discreta preparazione psico-fisica; è necessaria esperienza in ambiente montano ed idoneo equipaggiamento.

L' iscrizione alla prova competitiva "**EN MES AI ÜLIF TRAIL**" è riservata ad atleti che risultano maggiorenni alla data della manifestazione in oggetto; in possesso di certificato medico sportivo

per attività agonistica (atletica leggera/ fitri) in corso di validità per tutto il giorno della manifestazione (18 Settembre 2022).

Per la partecipazione alle gare non sono richieste gare qualificanti.

Alla gara possono partecipare:

- Atleti/e italiani/e stranieri/e tesserati/e per società affiliate alla FIDAL ed appartenenti alle categorie Allievi, Juniores, Promesse, Seniores (da SF-SM a SF95-SM95 e oltre) m/f per l'anno 2022;
- Atleti/e italiani e stranieri tesserati/e per società di Ente di Promozione Sportiva (disciplina Atletica Leggera), che hanno sottoscritto la convenzione con la Fidal, nel rispetto delle regole contenute nella convenzione.

Sulla tessera dell'Ente dovrà essere chiaramente indicato Atletica leggera anno 2022.

**NB: dovranno presentare in originale copia del certificato medico agonistico con dicitura "Atletica leggera" una cui copia verrà lasciata agli organizzatori. Questi atleti/e verranno inseriti regolarmente nella classifica della gara, ma non potranno godere di rimborsi, bonus o altro genere di buono valore. Inoltre non possono accedere al montepremi.**

- Possessori RUNCARD. Possono partecipare cittadini italiani e stranieri residenti in Italia, limitatamente alle persone da 20 anni (millesimale di età 2002) in poi, non tesserati né per una società affiliata alla Fidal, né per una Federazione straniera di Atletica Leggera affiliata alla WA, né per un ente di promozione sportiva (sez. Atletica), in possesso della "RUNCARD" in corso di validità (non scaduta), rilasciata direttamente dalla Fidal ([info@runcard.com](mailto:info@runcard.com)).

**N.B. la tessera RUNCARD è rinnovabile, sulla tessera è riportata la scadenza della stessa. Se il giorno della manifestazione, durante il controllo tessera, viene rilevato che la stessa è scaduta l'atleta NON può partecipare salvo presentazione di ricevuta dell'avvenuto rinnovo online.**

La loro partecipazione è comunque subordinata alla presentazione di un certificato medico di idoneità agonistica specifico per l'atletica leggera in corso di validità in Italia, che dovrà essere esibito agli organizzatori in originale e conservato, in copia, agli atti della società organizzatrice di ciascuna manifestazione alla quale l'atleta in possesso della "RUNCARD" partecipa.

**Questi atleti verranno inseriti regolarmente nella classifica della gara, ma non potranno godere di rimborsi, bonus o altro genere di buono valore. Inoltre non possono accedere al montepremi.**

- Possessori RUNCARD. Possono partecipare cittadini italiani e stranieri residenti all'estero, limitatamente alle persone da 20 anni (millesimale di età 2002) in poi, non tesserati né per una società affiliata alla Fidal, né per una Federazione straniera di Atletica Leggera affiliata alla WA, né per un ente di promozione sportiva (sez. Atletica), in possesso della "RUNCARD" in corso di validità (non scaduta), rilasciata direttamente dalla Fidal ([info@runcard.com](mailto:info@runcard.com)).

**N.B. la tessera RUNCARD è rinnovabile, sulla tessera è riportata la scadenza della stessa. Se il giorno della manifestazione, durante il controllo tessera, viene rilevato che la stessa è scaduta l'atleta NON può partecipare salvo presentazione di ricevuta dell'avvenuto rinnovo online.**

La loro partecipazione è comunque subordinata alla presentazione di un certificato medico di idoneità agonistica per Atletica Leggera valido in Italia. Possono inoltre presentare un certificato medico emesso nel proprio paese, ma conforme agli esami diagnostici previsti dalla normativa italiana per poter svolgere attività agonistica, che andrà esibito in originale, lasciandone copia, agli Organizzatori.

Conformemente ai dettami di legge vigenti (D.M. 18/02/1982) coloro che praticano attività sportiva agonistica devono sottoporsi preventivamente e periodicamente al controllo



dell'idoneità specifica allo sport. La normativa italiana richiede che i soggetti interessati devono sottoporsi ai seguenti accertamenti sanitari:

- Visita Medica
- Esame completo delle urine
- Elettrocardiogramma a riposo e dopo sforzo
- Spirografia

FIDAL C.R. LOMBARDIA  
REGOLAMENTO APPROVATO IL

29 07 2022



Tutte le dichiarazioni e i referti degli esami devono essere autentici o conformi agli originali. Copia del certificato medico andrà conservata agli atti della Società Organizzatrice di ciascuna manifestazione alla quale l'atleta in possesso di RUNCARD partecipa. **Queste/i atleta/i verranno inseriti regolarmente nella classifica della gara, ma non potranno godere di rimborsi, bonus e accedere al montepremi in denaro e/o generici buoni valore**

**NON** possono partecipare:

- Atleti/e tesserati/e per altre Federazioni (es. Triathlon) non possono partecipare;
- Atleti/e tesserati/e per Società di Enti di promozione Sportiva riconosciuti dal CONI ma non convenzionati con la FIDAL non possono partecipare, salvo se possedere la RUNCARD.
- Certificati medici di idoneità agonistica riportanti diciture quali corsa, podismo, marcia, maratona, triathlon, mezza maratona ecc. non sono validi ai fini della partecipazione.
- Certificati medici di idoneità agonistica per altri sport non sono validi.
- Atleti/e stranieri tesserati per Federazioni straniere affiliate alla WA.

#### Art. 4 – Quota d'iscrizione

Quota d'iscrizione: € 20,00. (comprensiva del pacco gara)

PETTORALI DISPONIBILI n. 300 \*

*Il pagamento delle quote suddette, all'Art.4, potrà avvenire secondo le modalità riportate sul portale per le iscrizioni [www.wedosport.net](http://www.wedosport.net)*

#### Art. 5 – Modalità di pagamento

\*\* Oppure Si potrà effettuare il pagamento della quota di iscrizione (pari a € 20,00), mediante bonifico bancario, da versare su c/c IT97P 05116 55180 0000000 25805 con la seguente causale: "Iscrizione VI edizione En Mes Ai ÜLIF Trail 2022 – Nome/i, Cognome/i, n° tessera FIDAL o Associazione sportiva riconosciuta dal CONI a cui si è tesserati, o n° RUNCARD, dell'atleta/i iscritto/i".

#### Art. 6 Modalità di iscrizione

Le iscrizioni si potranno effettuare tramite il sito **[www.wedosport.net](http://www.wedosport.net)** dal momento dell'apertura. Ai fini organizzativi, per gestire al meglio l'evento, si chiede di inviare mail con ricevuta di iscrizione al seguente indirizzo di posta: [info@runnersalo.org](mailto:info@runnersalo.org)

Dovrà essere effettuato il pagamento della quota di iscrizione pari a € 20,00 a mezzo bonifico bancario. Pagamento da effettuarsi come specificato all'Art.5.

*Si accetteranno iscrizioni fino al raggiungimento della quota massima stabilita di 300 atleti partecipanti.*

#### Le quote di iscrizione comprendono:

- pacco gara e numero pettorale
- ristoro in località Sanico, località Santuario di Gaino e ristoro presso l'arrivo
- servizio spogliatoi nei pressi del campo sportivo di Toscolano Maderno BS (se concesso dalle norme anti-covid in vigore al momento della manifestazione);
- assistenza e ristori lungo il percorso;
- servizio cronometraggio di gara by wedosport.net);
- gadget finisher.



### **Art. 7 Riassegnazione, rimborso delle quote di partecipazione**

Nel caso di infortunio di un atleta già regolarmente iscritto, comunicato entro il 18/09/2022, si riterrà valida l'iscrizione per l'edizione successiva, dietro presentazione di adeguata documentazione medica inviata all'indirizzo e-mail [info@runnersalo.org](mailto:info@runnersalo.org).

Non verranno effettuati rimborsi delle quote già versate, salvo in caso di annullamento della manifestazione deciso dall'organizzazione per **gravi motivi meteorologici, o cause di forza maggiore** ove si provvederà al rimborso entro il 70% max della quota versata.

### **Art. 8 Materiale obbligatorio**

Con l'iscrizione ogni corridore sottoscrive l'impegno a portare con sé tutto il materiale obbligatorio sotto-elencato durante tutta la corsa, pena la squalifica o penalizzazione. Controlli verranno predisposti a campione lungo il percorso e all'arrivo.

- Cellulare con inserito numero di emergenza;
- Zainetto o cintura con almeno una borraccia / soft-flask piena di acqua;
- Scarpe da corsa o trail (non sono ammesse le "A2").

### **Art. 9 Materiale Consigliato**

Date le condizioni ambientali e le possibili avversità meteorologiche sono fortemente consigliati:

- guanti
- riserva alimentare (gel, barrette, etc.)
- giacca a manica lunga tipo Kway

L'organizzazione si riserva di richiedere il materiale consigliato come obbligatorio in caso di manifeste avverse condizioni meteo, dandone tempestiva comunicazione tramite mail/social/news del sito.

### **Art. 10 – Verifica della propria iscrizione**

Lo stato della propria iscrizione sarà verificabile al seguente link: [www.wedosport.net](http://www.wedosport.net)

### **Art. 11 – Controllo tesseramento il giorno della gara**

I giudici potranno controllare il tesseramento e l'identità dell'atleta.

## Art. 12 – Orari

**Ritrovo** presso lo stadio di Toscolano Maderno, in via Religione dalle ore 07:30 alle ore 09:00.

**Inizio gare** alle ore 09:15.

\*\*\*\*\* Il ritiro pettorali avverrà negli orari e con le modalità indicate nel programma della gara.

Gli atleti dovranno gareggiare con il chip e il pettorale fornito dagli organizzatori

## ART. 13 Piano di Gestione emergenza

L'Organizzazione provvederà a redigere un piano di "Gestione Emergenza" che sarà disponibile nei giorni antecedenti la manifestazione, scaricabile dal sito e da consultare con attenzione.

Ogni Atleta, con l'iscrizione e partecipazione alla gara, si impegna a rispettare le decisioni prese dall'Organizzazione e dai Soccorritori durante la gestione di una qualsiasi forma di emergenza che dovesse presentarsi nel corso della manifestazione.

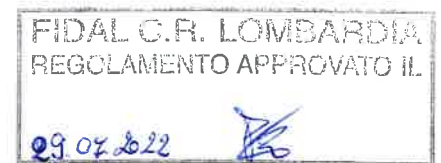
## Art. 14 Tempo massimo di gara – Cancelli – Orari – Ritiri

Il tempo massimo di gara è di 3h.

L'unico cancello orario è posto in località Caneto Luseti dopo 1h.45'.

Al fine di salvaguardare la sicurezza degli atleti in gara e del personale di servizio, i concorrenti che transiteranno "in uscita" dai controlli oltre gli orari sopra indicati verranno squalificati, con contestuale ritiro del pettorale e posti conseguentemente fuori gara.

Sempre con finalità di sicurezza, il personale dell'organizzazione di gara è autorizzato a fermare il concorrente giudicato non più idoneo a proseguire la prova lo stesso, dovendo osservare strettamente le indicazioni del personale medico.



## Art. 15 Ristori

Come detto le gare si svolgono in regime di semi-autonomia idrico-alimentare, visto il materiale obbligatorio e consigliato. L'organizzazione provvederà a predisporre sul tracciato i seguenti punti ristoro ricordando che ai ristori non saranno disponibili sali ed integratori, pertanto ogni atleta dovrà provvedere del caso alla propria personale dotazione.

«"ristoro in località Sanico, località Santuario di Gaino"»

## Art. 16 Rispetto dell'Ambiente

Le gare si svolgono per larghissima parte in ambiente naturale, pertanto i concorrenti dovranno osservare un comportamento assolutamente rispettoso del delicato ecosistema, evitando in particolare di disperdere i propri rifiuti lungo il tracciato e comunque al di fuori dei punti di raccolta attrezzati, massimo divieto di asportare la flora o molestare in alcun modo la fauna locale. Chiunque verrà sorpreso a contravvenire ai suddetti precetti verrà immediatamente squalificato.

Al fine di contenere l'impatto ambientale e segnatamente la produzione di rifiuti, presso i punti

ristoro non verranno forniti bicchieri dovendo gli atleti utilizzare il recipiente a dotazione personale imposto come materiale obbligatorio.

### **Art. 17 Squalifiche e penalità**

Fatte salve le squalifiche e penalità sopra indicate è inoltre prevista la squalifica immediata nelle seguenti fattispecie:

- mancato passaggio da un punto di controllo;
- taglio del percorso di gara;
- insulti o minacce a concorrenti, volontari o organizzatori;
- utilizzo mezzi di trasporto in gara;
- rifiuto di sottoporsi al controllo sanitario sul percorso.



### **Art. 18 Premiazioni**

Non sono previsti premi in denaro.

Verranno premiati con premi in natura i primi 3 classificati uomini e le prime le 3 classificate donne per ogni gara.

Ad ogni concorrente giunto al traguardo entro il tempo limite previsto verrà riconosciuto un gadget "finisher".

Le premiazioni verranno effettuate nei tempi e luoghi di cui al programma. In ogni caso non verrà disposta la spedizione dei premi né la consegna anticipata degli stessi.

### **Art. 19 Reclami**

Sono accettati solo reclami scritti nei 30 minuti che seguono l'affissione dei risultati provvisori, con consegna di cauzione di € 50,00.

Sui reclami si pronuncerà la Giuria composta dal Direttore della corsa, dal coordinatore responsabile della sicurezza, dal responsabile medico, dai responsabili dei posti di controllo della zona in causa, dalle persone competenti designate dal Presidente del comitato Organizzativo.

La giuria è abilitata a deliberare in un tempo compatibile con gli obblighi della corsa su tutte le liti o squalifiche avvenuti durante la corsa. Le decisioni prese sono senza appello.

### **Art. 20 Cronometraggio**

Il cronometraggio verrà effettuato dalla VEDOSPORT mediante chip allegato al pettorale che assicura il rilevamento del tempo di tutti gli atleti partecipanti alla gara competitiva con rilevamento GUN TIME (allo sparo)

### **Art. 21 Parcheggi**

Ampi parcheggi saranno a disposizione nei pressi dello stadio e presso piazza Nassirya

### **Art. 22 Ulteriori informazioni**

Per ottenere ulteriori informazioni in merito alla competizione (come iscriversi, come raggiungerci, ecc.) potete scrivere a: [info@runnersalo.org](mailto:info@runnersalo.org). Responsabili: Pino +39 3290028673  
Raffaello +39 3479584936.

### **Art. 23 Diritti di immagine e Privacy (leggi 31/12/96 nr. 675, 318/99 e GDPR 679/16)**

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 partners abilitati, per l'utilizzo fatto della sua immagine.

Ogni concorrente autorizza al trattamento dei dati personali per la redazione di classifiche, per la gestione delle iscrizioni, per le comunicazioni e le news attinenti la gara e per la promozione del trail running.

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

Con l'iscrizione il partecipante esonera l'organizzazione di gara da ogni responsabilità civile e/o penale per danni a persone e/o cose dallo stesso causati ovvero a lui derivati.

N.B.: La manifestazione verrà comunque organizzata nel rispetto delle norme e direttive antiCovid in vigore al momento.

Le stesse, essendo in continua evoluzione, verranno rese note attraverso il sito: [www.runnersalo.org](http://www.runnersalo.org), la pagina Facebook [www.facebook.com/runnersalo](https://www.facebook.com/runnersalo), ed appositi comunicati. I giudici potranno controllare il tesseramento e l'identità dell'atleta.

### **Art. 24 – Dichiarazione di responsabilità**

Con la firma sul modulo d'iscrizione, della "VI edizione "En Mes Ai ÜLIF", pubblicato in data 30/06/2022, l'atleta dichiara di essere in regola con le norme sulla tutela sanitaria in atletica leggera, come previsto dal D.M. del 18/02/82 (G.U. 05/03/82) ed integrativo D.M. del 28/02/83 (G.U. 15/03/83) e di avere compiuto 18 anni alla data del 18/09/2022 (Per atleti/e tesserati per società Fidal vale l'anno di nascita).

Dichiara inoltre espressamente sotto la propria responsabilità, non solo di aver dichiarato la verità (art. 2 legge 04/01/1968 n°15 come modificato dall'art.3 comma 10 legge 15/05/1997 n°127), ma di esonerare gli organizzatori, la Fidal, i g.g.g., le amministrazioni da responsabilità, sia civile che penale, per danni a persone e/o cose da lui causati o a lui derivati. Ai sensi del D.LGS n°196 del

30/03/2003 ("testo unico della privacy") si informa che i dati personali raccolti saranno utilizzati soltanto per preparare l'elenco dei partecipanti, la classifica e l'archivio storico, per erogare i servizi dichiarati nel regolamento, per l'invio di materiale informativo o pubblicitario della "En Mes Ai Ülif".

FIDAL C.R. LOMBARDIA  
REGOLAMENTO APPROVATO IL

29.07.2022



Art. 25 – Normativa privacy

[Scarica qui l'informativa Privacy](#)

FIDAL C.R. LOMBARDIA  
REGOLAMENTO APPROVATO IL  
29.04.2022 