



TRAIL DELLA GROTTA GIGANTE

REGOLAMENTO 2025

Articolo 1: INFORMAZIONI GENERALI

Il CAI CIM SAG TRIESTE A.S.D. organizza per domenica **9 novembre 2025** il “Trail della Grotta Gigante”, gara di corsa in montagna in ambiente carsico all’interno della Riserva Naturale del Monte Lanaro che si conclude, con un percorso unico nel suo genere, all’interno della Cavità naturale della Grotta Gigante.

Il percorso è lungo 18 km ed ha un dislivello di 700 m di cui circa l’ultimo km e gli ultimi 100 m di dislivello in ambiente ipogeo.

La gara si svolge sotto l’egida della FSA-C.S.E.N. Ente di Promozione Sportiva riconosciuto dal CONI ed è inserita nel calendario gare 2025 dell’FSA-C.S.E.N.

Articolo 2: ISCRIZIONE

a) Requisiti di iscrizione

Potranno iscriversi tutti gli atleti maggiorenni in possesso di certificato medico sportivo per l’attività agonistica valido il giorno della gara.

b) Modalità di iscrizione

Il numero massimo di iscritti è 300.

Le iscrizioni apriranno il 1° luglio 2025 e chiuderanno giovedì 6 novembre 2025 o, comunque, al raggiungimento del numero massimo di iscritti.

L’iscrizione si effettua esclusivamente online utilizzando il portale dedicato di WEDOSPORT www.wedosport.net.

In caso di posti ancora disponibili è prevista la possibilità di iscrizione sul posto il giorno della gara presso il museo della Grotta Gigante dalle ore 7.00 alle ore 9.00 ad un costo maggiorato.

Copia del certificato medico per attività agonistica valido il giorno della gara deve essere caricato sul portale durante la procedura di iscrizione. La mancata presentazione del certificato medico non permetterà di concludere correttamente l’iscrizione con conseguente impossibilità a partecipare alla manifestazione.

Con l’atto di iscrizione i concorrenti sollevano l’organizzazione da ogni responsabilità per danni a persone o cose che potrebbero verificarsi prima, durante o dopo la manifestazione.

La quota di iscrizione non è rimborsabile in caso di mancata partecipazione alla gara.

c) Quote di iscrizione

- dal 1° luglio al 15 settembre (sarà possibile scegliere la taglia della maglia gadget): **25€**
- dal 16 settembre al 6 novembre (non sarà possibile scegliere la taglia della maglia): **35€**
- eventuali iscrizioni sul posto il giorno della gara (se pettorali ancora disponibili): **40€**

d) Iscrizione speciale GIOVANI

Il costo di iscrizione per i nati dopo il 01/01/1995 (compreso) sarà pari a 25 € fino al 6 novembre.



e) Iscrizione speciale GRUPPI

Per i gruppi numerosi è prevista una quota di iscrizione gratuita ogni 10 partecipanti. Un responsabile della squadra dovrà inviare una email a info@caicim.it con l'elenco dei partecipanti per ricevere il buono sconto gratuito prima di effettuare le singole iscrizioni sul portale online. Con l'iscrizione entro il 15 settembre sarà possibile scegliere la taglia della maglia gadget.

f) Pacco gara

Nella quota di iscrizione è compreso:

- Pettorale gara
- Assistenza e ristori lungo il percorso e all'arrivo
- Cronometraggio e classifiche
- Buono pasto post gara
- Gadget della manifestazione (che verrà consegnato alla conclusione della gara)
- Due biglietti per l'ingresso alla Grotta Gigante da usufruire entro il 31/12/2025 (valore dei biglietti pari a 30 €).

Articolo 3: RITIRO PETTORALE E PACCO GARA

Le operazioni di ritiro pettorale e del pacco gara avverranno:

- Sabato 8 novembre dalle ore 16.00 alle ore 18.00 presso il museo della Grotta Gigante
- Domenica 9 novembre dalle 7.00 alle 9.00 presso il museo della Grotta Gigante

Articolo 4: PARTENZA

I concorrenti dovranno presentarsi alla partenza presso il centro Avalon Wellness entro le ore 9.10; il via sarà dato, dopo il briefing, alle ore 9.30.

Articolo 5: PERCORSO

Il percorso si snoderà per circa 17 km e 600 m di dislivello lungo carrarecce e sentieri all'interno della Riserva Naturale del Monte Lanaro, e per un ulteriore tratto di 1 km e 100 m di dislivello in ambiente ipogeo lungo un percorso su gradini di cui gli ultimi 500 per la risalita. Il percorso della gara sarà segnato con nastri e cartelli mentre i punti critici saranno presidiati dai volontari e dagli uomini del Soccorso Alpino e Speleologico.

L'organizzazione suggerisce (non obbligatorio) ai partecipanti l'uso dei guanti durante la discesa in Grotta Gigante, per avere una maggiore tenuta sul corrimano.

L'allontanamento dal tracciato ufficiale, oltre a comportare la squalifica dall'ordine di arrivo, avverrà ad esclusivo rischio e pericolo del concorrente.

Articolo 6: SICUREZZA E CONTROLLO

Sul percorso saranno presenti addetti dell'organizzazione e Volontari del Soccorso Alpino e Speleologico, in costante contatto con l'organizzazione.

Lungo il tracciato saranno istituiti dei punti di controllo, dove addetti dell'organizzazione monitoreranno il passaggio dei partecipanti.



Articolo 7: RISPETTO PER L'AMBIENTE

Tenuto conto del contesto in cui si svolge la gara è fatto obbligo ai concorrenti di mantenere un comportamento rispettoso dell'ambiente circostante. In particolare, 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 di plastica. Ogni concorrente dovrà portare con sé idoneo contenitore (tazza o bicchiere) da riempire ai ristori.

Articolo 8: RISTORI

Lungo la gara sono previsti 2 ristori con cibo e bevande posizionati dopo circa 8 km (cima del Monte Lanaro) e circa 12 km (piazza di Repen).

È previsto un ulteriore ristoro all'arrivo.

Non ci saranno bicchieri ai posti di ristoro: ogni atleta dovrà avere il proprio bicchiere o eventualmente borraccia a bocca larga.

Articolo 9: TEMPO MASSIMO E CANCELLI ORARI

Il tempo massimo per portare a termine la gara è di 4 ore.

È previsto un "servizio scopa" che percorrerà il tracciato seguendo l'ultimo concorrente.

Saranno istituiti i seguenti cancelli orari:

- **Ore 12.00:** in corrispondenza del ristoro in piazza di Repen (circa dopo 12 km). Superato l'orario stabilito il concorrente verrà escluso dalla gara e dovrà rientrare autonomamente alla zona dell'arrivo
- **Ore 13.00:** Ingresso Grotta. Dopo le 13.00 (orario categorico) non saranno fatti entrare in Grotta eventuali atleti ancora in gara.

Articolo 10: SQUALIFICHE

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

- mancato passaggio da un punto di controllo
- passaggio al cancello oltre l'orario prestabilito
- taglio del percorso di gara
- abbandono di rifiuti sul percorso
- mancato soccorso ad un concorrente in difficoltà
- insulti o minacce a organizzatori o volontari

Articolo 11: PREMI

Non sono previsti premi in denaro ma ricchi premi in natura.

Saranno premiati i primi 10 classificati uomini e le prime 10 classificate donne.

Inoltre sono previsti:

- Premio Carlo Finocchiaro (il Maestro) al 30° classificato/a. La scelta del numero 30 è dovuta al fatto che quest'anno ricorre il trentennale della nascita del gruppo CIM.



- Premio al gruppo più numeroso
- Premio al concorrente più giovane
- Premio al concorrente meno giovane
- Lotteria con premi ed estrazione tra tutti gli atleti arrivati al traguardo
- Premi speciali offerti dagli Sponsor a discrezione dell'organizzazione

Articolo 12: DIRITTI DI 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 alla manifestazione.

Articolo 13: ANNULLAMENTO MANIFESTAZIONE

In caso di annullamento della gara per causa di forza maggiore nei giorni antecedenti la manifestazione, l'organizzazione si impegna a rimborsare una percentuale pari al 50% della quota di iscrizione pagata. La quota trattenuta servirà a coprire le spese già sostenute dall'organizzazione e che non possono più essere recuperare.

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

Articolo 14: 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 che penale, per danni a persone e/o cose da lui causati o a lui derivati.

Con l'iscrizione il partecipante dichiara di aver letto attentamente il Regolamento della manifestazione e di essere a conoscenza delle difficoltà del percorso, nonché di essere consapevole dei rischi per l'incolumità personale connessi alla partecipazione.

Alla sottoscrizione dell'iscrizione e per la validità della stessa andrà dichiarato di aver preso visione del presente regolamento e di esonerare l'organizzazione da ogni responsabilità.