

# TRAIL del SALAME



## Regolamento TRAIL DEL SALAME – 6<sup>a</sup> Edizione – 29 Maggio 2016

### Art. 1 INFORMAZIONI GENERALI

L'Atletica Casone Noceto, in collaborazione con il gruppo Fare Legna e con il patrocinio del Comune di Felino (PR), organizza per domenica 29 Maggio 2016, la sesta edizione del "TRAIL DEL SALAME", gara podistica in collina in semi-autosufficienza con percorso in ambiente naturale, quasi totalmente sterrato. Saranno disputate due competizioni sulle seguenti distanze:

36 km con un dislivello positivo di circa 1600 m. con partenza alle ore 8,30.

14 km con un dislivello positivo di circa 350 m. con partenza alle ore 9,30;

Per la partecipazione alle gare è necessaria esperienza di corsa in natura, adeguato allenamento ed abbigliamento idoneo alla temperatura della giornata ed alle condizioni del terreno.

Il TRAIL DEL SALAME è inserito nel Circuito Provinciale Trail Running Parma 2016 e nel CALENDARIO TRAIL RUNNING UISP DELL'EMILIA ROMAGNA 2016.

### Art. 2 ISCRIZIONI

Potranno iscriversi tutti gli atleti maggiorenni in possesso di certificato medico sportivo per l'attività agonistica ATLETICA LEGGERA con scadenza non antecedente al 29 Maggio 2016. Le iscrizioni apriranno il 1 Maggio 2016 e chiuderanno MARTEDI' 24 Maggio 2016. Sarà tuttavia possibile iscriversi anche la mattina della gara negli orari ed al prezzo sotto indicato.

#### MODALITA' DI ISCRIZIONE – **ENTRO Martedì 24/05/2016**

Preferibilmente via e.mail ad Atletica Casone Noceto: [trail@atleticacasonenoceto.it](mailto:trail@atleticacasonenoceto.it) oppure via fax al numero 0521-668822.

Compilare il form di iscrizione sul sito [traildelsalame.jimdo.com](http://traildelsalame.jimdo.com) oppure scaricare il modulo di iscrizione da inviare compilato in ogni sua parte e firmato, copia del certificato medico per l'atletica leggera e copia del pagamento della relativa quota a mezzo bonifico bancario intestato ad ATLETICA CASONE NOCETO - IBAN IT14L0303265840010000001797 indicando nella causale i nomi degli atleti iscritti e la gara prescelta, via e.mail a [trail@atleticacasonenoceto.it](mailto:trail@atleticacasonenoceto.it).

Comunicare l'eventuale numero di tessera UISP per essere inseriti nella classifica del "CALENDARIO TRAIL RUNNING UISP DELL'EMILIA ROMAGNA 2016"

Sarà possibile iscriversi anche la mattina della gara a quota maggiorata.

### Art. 3 QUOTE DI ISCRIZIONE

L'iscrizione al Trail 2016 avrà un costo di

**12 euro sino al 24/05/2016 per la gara da 14 km; 20 euro sino al 24/05/2016 per la gara da 36 km.**

Dopo questa data e sino alla mattina della gara la quota sarà rispettivamente di 17 euro per la gara corta (entro le ore 8,45) e di 25 euro per la gara lunga (entro le ore 7,30), **con obbligatoria presentazione del Certificato Medico per l'atletica leggera.**

Nella quota di iscrizione è compreso: accoglienza atleti, pettorale di gara, classifica, assistenza e ristori lungo il percorso ed a fine gara, deposito borse, docce, spogliatoi e pacco gara (vedi art. 5).

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

### Art. 4 CERTIFICAZIONE MEDICA

E' obbligatorio inviare all'atto delle iscrizioni o consegnare prima della partenza una copia del certificato medico agonistico in corso di validità al ritiro del pettorale. Non sarà sufficiente presentare la tessera FIDAL o di altro ente di promozione sportiva. **Non sarà pertanto consentita la partecipazione al Trail**

*del Salame a chi non fornirà copia del certificato. Il certificato medico presentato alle iscrizioni della domenica potrà essere trattenuto dagli addetti alle iscrizioni e riconsegnato al termine della gara.*

#### **Art. 5 RITIRO PETTORALE E PACCO GARA**

Le operazioni di **ritiro del pettorale** avverranno presso il Circolo Sociale San Michele Tiorre Via Pertini, 1 – San Michele Tiorre (Parma) la domenica della gara dalle ore 7,00.

Per le **squadre** che ne facciano richiesta all'atto dell'iscrizione, sarà possibile ritirare tutti insieme i pettorali dei propri atleti; si richiede in tal caso di provvedere per tempo all'invio dei certificati medici e relativo bonifico bancario.

Il **pacco gara** è garantito ai primi 350 iscritti e verrà consegnato al termine della gara:

per la gara da 14 km – 1 Salame di Felino prodotto IGP

per la gara da 36 km – 1 Salame di Felino prodotto IGP + pantaloncini con logo della manifestazione.

#### **Art. 6 PARTENZA**

I concorrenti dovranno presentarsi alla partenza al campo sportivo di San Michele Tiorre per il briefing:

alle ore 8.15 per la gara da 36 km – **PARTENZA GARA ORE 8,30**

alle ore 9,15 per la gara da 14 km – **PARTENZA GARA ORE 9,30**

Adiacenti al campo sportivo funzioneranno dei locali adibiti a spogliatoio e docce ed appositi spazi per il deposito borse. Nonostante i controlli, l'organizzazione non è responsabile degli oggetti lasciati incustoditi all'interno del deposito borse. Prima della partenza verrà eseguito il briefing di gara e la spunta degli atleti.

#### **Art. 7 PERCORSO**

Il percorso può essere inquadrato nella tipologia di gara Uisp D1: gare per tutti.

Il "Trail del Salame" richiede tuttavia un'attenta valutazione ed un adeguato equipaggiamento in relazione alle condizioni meteo e di percorso, oltre ad un'adeguata preparazione fisica per fronteggiare le salite e discese ed il tipo di terreno di gara. In caso di cattive o particolari condizioni meteo o di pericolo per i partecipanti, gli organizzatori si riservano il diritto di sospendere la prova, modificare il percorso o ritardare l'orario di partenza. Il percorso consiste in una serie di strade sterrate o ghiaiate, brevi tratti di sentieri e qualche breve collegamento su strade asfaltate (quota inferiore al 10%) presidiate da personale dell'organizzazione. Essendo le strade pubbliche aperte al traffico veicolare, gli atleti sono tenuti al rispetto del codice della strada ed a porre particolare attenzione sui tratti asfaltati ed attraversamenti.

La gara di 36 km si svolge sulle colline di Felino, Barbiano, Strognano e Casatico, con altitudine variabile tra i 150 e 670 metri slm. Il dislivello totale positivo è di circa 1600 m.D+.

La gara di 14 km si svolge sulle colline nei dintorni di San Michele Tiorre e Felino, con altitudine massima a 300 metri e con un dislivello totale positivo di circa 350 D+.

#### **Art. 8 SICUREZZA E CONTROLLO**

Sul percorso saranno presenti addetti dell'organizzazione in costante contatto con la base. In zona arrivo sarà presente un'ambulanza ed un medico. Un'altra ambulanza seguirà la prima parte della corsa posizionandosi nei principali punti di passaggio degli atleti.

**Servizio Scopa:** entrambe le gare saranno seguite da personale allenato, con zaino di primo soccorso per interventi veloci su eventuali problemi di lieve entità. L'abbandono della gara sarà possibile presso i punti di ristoro da cui verrà predisposto il rientro dell'atleta con i mezzi dell'organizzazione o i mezzi di soccorso.

Il pettorale deve essere ben visibile nella sua totalità durante la corsa in quanto lungo il tracciato saranno istituiti dei punti di controllo, dove addetti dell'organizzazione monitoreranno il passaggio degli atleti.

#### **Art. 9 AMBIENTE**

La corsa si svolge in zone collinari agricole ed i concorrenti dovranno tenere un comportamento rispettoso dell'ambiente evitando in particolare di calpestare colture, disperdere rifiuti, raccogliere fiori o 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, **chiediamo ad ogni concorrente di portare con sé il bicchiere personale.**

### **Art. 10 METEO**

In caso di fenomeni meteo importanti (vento, forti temporali), l'organizzazione si riserva di effettuare anche all'ultimo minuto 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 o dei soccorritori.

### **Art. 11 OBBLIGHI E CONSIGLI**

**Per la partecipazione al Trail del Salame non è previsto materiale obbligatorio.**

E' tuttavia consigliato, a seconda delle condizioni meteo del momento, partire con il seguente materiale: scarpe da trail running; cappello o bandana; crema solare, telefono cellulare acceso; borraccia; barrette energetiche; bicchiere personale ed eventuale smanicato antivento.

### **Art. 12 TEMPO MASSIMO E CANCELLI ORARI**

Il tempo massimo per giungere all'arrivo è di 8 ore (e quindi entro le 16.00 di Domenica 29 Maggio). E' previsto un "servizio scopa" che percorrerà il tracciato seguendo l'ultimo concorrente di ogni gara, in modo da essere d'aiuto ai ritirati ed evitare che eventuali infortunati rimangano senza assistenza.

### **Art. 13 RISTORI**

Sono previsti 2 ristoranti sulla gara corta e 5 ristoranti sulla lunga, forniti di acqua, bevande ed alcuni prodotti alimentari:

GARA 14 km: al Castello di Felino, indicativamente al km 6 ed in località Cò di Sotto al km. 9;

GARA 36 km: al Castello di Felino, indicativamente al km 5,7, a Barbiano al km 10,4, località Casa Nuova al km 18,8, Nandesano al km 27,7 ed a Casatico al km 30,6. Punto acqua a Strognano al km 24. E' consigliato ripartire da ogni ristoro con una riserva idrica in borraccia o camel-bag ritenuta sufficiente per arrivare al ristoro successivo.

### **Art. 14 PREMI**

Non sono previsti premi in denaro.

GARA 14 km: saranno assegnati premi in natura ai primi 3 uomini e alle prime 3 donne della classifica assoluta.

GARA 36 km: saranno assegnati premi in natura ai primi 3 uomini e alle prime 3 donne della classifica assoluta + i primi 3 di ogni categoria maschile anni 1998-1977, 1976-1967, 1966 e oltre e femminile anni 1998-1967 e 1966 e oltre.

Le premiazioni della gara corta inizieranno quando buona parte degli atleti saranno giunti al traguardo, indicativamente alle ore 12.00 circa. Le premiazioni della gara lunga inizieranno alle ore 13.00.

### **Art. 15 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 al TRAIL DEL SALAME.

### **Art. 16 DICHIARAZIONE DI RESPONSABILITA'**

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. Eventuali reclami potranno essere accettati solo il giorno della manifestazione dietro presentazione di un documento di identità.

### **Art. 17 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 in difficoltà ed avvisare il più vicino punto di soccorso, pena la squalifica dalla gara. Parimenti è dovuto il massimo rispetto ai giudici, ai volontari e al personale di servizio.