

TRAMONTO AL MONTE AGUZZO

Evento **COMPETITIVO** di Trail Running: 12,6 Km 650mt D+

Monte Aguzzo Trek

Evento ludico-motorio **NON Competitivo**: 5Km 250mt D+

REGOLAMENTO

L'a.s.d. ATLETICA WINNNER FOLIGNO, sotto l'egida della FIDAL, organizza per il giorno **SABATO 27 Luglio 2024 ore 18:30** la Gara di Trail Running in semi autosufficienza, denominata "**TRAMONTO AL MONTE AGUZZO**".

Alla gara potranno partecipare tutti gli atleti nati nel 2006 e precedenti, la gara è aperta ai tesserati Fidal, Runcard e agli atleti tesserati EPS che hanno sottoscritto la convenzione con FIDAL. In regola con la vigente normativa in merito alla certificazione medico-sportiva agonistica.

A far da contorno alla competizione, ci sarà anche un evento ludico-motorio, pertanto **NON** competitivo, denominato "**MONTE AGUZZO TREK**" che darà la possibilità di arrivare in vetta al Monte Aguzzo stesso, unicamente per ammirare il tramonto.

MODALITA' DI ISCRIZIONE (SOLO per la gara competitiva TRAMONTO AL MONTE AGUZZO):
Preiscrizione sul sito ICRON.

POTRANNO PARTECIPARE ALLA NON COMPETITIVA anche i possessori di cani, purché prendano posizione in coda al gruppo, distanziati da tutti gli altri partecipanti e con il proprio cane sempre agganciato al guinzaglio corto, fisso, non estensibile, per tutta la durata dell'evento (consigliata la museruola data la presenza di altri cani e delle tante persone).

COSTO ISCRIZIONE:

- Euro 15,00 per la Competitiva TRAMONTO AL MONTE AGUZZO;
- Euro 5,00 per la Non Competitiva MONTE AGUZZO TREK.

LIMITE AL NUMERO MASSIMO DI ATLETI PARTECIPANTI ALLA GARA COMPETITIVA: 200 ATLETI;

NOTA TECNICA IMPORTANTE: Al Km 11,5 c'è una discesa impegnativa che verrà segnalata in anticipo agli atleti con opportuna cartellonistica.

PACCO GARA (PER LA GARA COMPETITIVA): Maglia con taglia prenotabile in preiscrizione; per chi si iscrive la sera stessa della gara, la taglia della maglia non è garantita.

MEDAGLIA PER CHI PORTERA' AL TERMINE LA GARA COMPETITIVA.

DOTAZIONE FACOLTATIVA CONSIGLIATA:

- Scarpe da Trail Running / Scarponcino Trekking
- Lampada Frontale;
- Riserva d'acqua da 0,5 Litri (Consigliata 1 litro);
- Barrette ed integratori energetici a seconda delle esigenze personali;
- Fischietto;
- Telefono con numeri dell'organizzazione che sarà comunicato prima della partenza.
- Spray deterrente antipunture di insetti;
- Materiale per fasciature/bendaggi.

PUNTO ACQUA LUNGO IL PERCORSO:

Lungo il tracciato, è previsto **UN UNICO PUNTO ACQUA e SALI EthicSport** approssimativamente all'8°Km.

Oltre al punto acqua predisposto dall'organizzazione della gara, durante il passaggio alle Fonti di Sassovivo c'è la disponibilità del distributore di acqua gratuito, salvo disservizi impreveduti non imputabili all'organizzazione della gara.

PREMIAZIONI:

- Primi 3 Assoluti Uomini;
- Prime 3 Assolute Donne;
- Primi 3 delle seguenti categorie Maschili:
 - 18 – 34 anni
 - 35 – 44 anni
 - 45 – 54 anni
 - 55 anni ed oltre
- Prime 3 delle seguenti categorie Femminili:
 - 18 – 44 anni
 - 45 anni ed oltre

RITROVO E RITIRO PETTORALI: A Casale di Foligno (PG) dalle ore 17:00

PARTENZAGARA COMPETITIVA (TRAMONTO AL MONTE AGUZZO): Ore 18:30 da Casale di Foligno.

PARTENZA NON COMPETITIVA (MONTE AGUZZO TREK): sempre da Casale di Foligno, subito dopo la partenza della competitiva.

Per informazioni: Laura cell. 3358255116.