

4° Trail Trocco del Lupo a San Terenziano (Perugia) - Domenica 15 marzo 2026

ORGANIZZAZIONE

L'Associazione "San Terenziano in Festa" organizza in collaborazione con le società L'Unatici Ellera Corciano e Cdp Atletica Perugia, con il Patrocinio di Fidal Umbria, Endas Umbria, Coni e del Comune di Gualdo Cattaneo.

GARA COMPETITIVA

LONG TRAIL di 23 km (tempo massimo 4 ore e 30 minuti) e SHORT TRAIL di 13 km (tempo massimo 3 ore).

PARTECIPAZIONE E REQUISITI ISCRIZIONE

Possono partecipare alla gara competitiva da 23 km e 13 km (nati sino al 15 marzo 2008)

- a) Atleti in possesso di tessera FIDAL in corso di validità.
- b) Atleti in possesso di tessera Enti di Promozione Sportiva (riconosciuti dal CONI, per l'Atletica Leggera) in corso di validità.
- c) Atleti in Possesso di Runcard (con certificato medico agonistico valido).

RITROVO, PARTENZA E ARRIVO

Il ritrovo sarà alle 7.30 in Piazza Vittorio Emanuele a San Terenziano, dove ci saranno anche la partenza e l'arrivo. Alle ore 9.30 è prevista la partenza del LONG TRAIL, dello SHORT TRAIL e (in coda) del TRAIL WALKING

MODALITA' ISCRIZIONE GARE

Tramite il sito www.icron.it

ISCRIZIONE 13 KM

13 euro entro la data del 31 gennaio (con contestuale pagamento);
17 euro entro la data del 12 marzo (con contestuale pagamento);
20 euro la mattina della gara sino alle ore 9.

ISCRIZIONE 23 KM

23 euro entro la data del 31 gennaio (con contestuale pagamento);
28 euro entro la data del 12 marzo (con contestuale pagamento);

33 euro la mattina della gara sino alle ore 9.

La preiscrizione dovrà essere pagata con bonifico intestato a Associazione “San Terenziano in Festa” al seguente c/c IBAN:

IT02E0306909606100000411388

Contabile del bonifico dovrà essere inviata al seguente indirizzo mail:

antonellomenconi@libero.it

WALKING TRAIL 13 km: non competitiva e camminata con iscrizioni la mattina della gara a 13 euro (con stessi servizi e ristori della gara competitiva). Con comunicazione telefonica/wathsapp dei nominativi entro giovedì 12 marzo la quota sarà di 12 euro.

LA QUOTA COMPRENDE.

- . Pettorale, chip.
- . Premio partecipazione.
- . Servizio rifornimento sul percorso e ristoro a fine gara.
- . Medaglia Finisher.
- . Pasta party.
- . Premi, come indicato alla voce “Premi”.
- . Assistenza sanitaria.
- . Servizio doccia.

PETTORALE.

Il pettorale deve essere portato e sempre ben visibile, e per tutta la durata della corsa e deve essere posizionato sopra tutti gli indumenti ed in nessun caso fissato sullo zaino. Ogni pettorale è da considerarsi personale e non cedibile. Il ritiro del pettorale del Trocco del Lupo comporta l'accettazione senza riserve del presente regolamento e dell'etica della corsa e libera l'organizzatore da qualunque responsabilità.

EQUIPAGGIAMENTO CONSIGLIATO

- Telefono cellulare sempre acceso con batteria carica. Il numero dell'assistenza dell'organizzazione è memorizzabile in fase di ritiro pettorali.
- Zaino, borracce o Camel Bag con riserva d'acqua di almeno 0.5 litri, eventuali alimenti.
- Scarpe da Trail ed abbigliamento adeguato alle condizioni meteo.

- Giacca impermeabile (se le condizioni meteo lo consentiranno l'organizzazione comunicherà la mattina della gara la non obbligatorietà)
- Fischietto e Telo termico di sopravvivenza

PREMIAZIONI

GARA 13 KM

- Primi 3 uomini assoluti e prime 3 donne assolute
- Primi 3 di ogni categoria maschili: A-40 (nati sino al 1986), B-41-50 (nati dagli anni 1985 al 1976), C-51 (nati dagli anni 1975 al 1966), D-61 (nati sino al 1965)
- Prime 3 delle categorie femminili: E-45 (nate dal 1981), F-46 (nate sino al 1980)

GARA 23 KM

- Primi 3 uomini assoluti e prime 3 donne assolute
- Primi 3 di ogni categoria maschili: A-40 (nati sino al 1986), B-41-50 (nati dagli anni 1985 al 1976), C-51 (nati dagli anni 1975 al 1966), D-61 (nati sino al 1965)
- Prime 3 delle categorie femminili: E-45 (nate dal 1981), F-46 (nate sino al 1980)

Saranno premiati i primi 3 gruppi più numerosi per numero di atleti regolarmente iscritti, sommando gli atleti della 23 km e della 13 km (a parità di numero prevarrà la squadra con il miglior classificato nella gara di 23 km)

TEMPI e CLASSIFICHE

Verranno redatte in loco, a cura di Icron. Le classifiche integrali saranno consultabili autonomamente immediatamente dopo la manifestazione e nei giorni successivi sui siti www.icron.it e www.atleticainumbria.it

INFORMAZIONI GENERALI

Pacco gara garantito a tutti i partecipanti. Spogliatoi e docce disponibili. Ristoro finale per tutti (in caso di pioggia sarà al coperto)

SI RACCOMANDA LA MASSIMA COLLABORAZIONE DEGLI ATLETI, PER LA PUNTUALITA' E LE REGOLE PRE E POST GARA, di seguire tutte le norme del buon senso per il rispetto della natura e del

bosco e le indicazioni in loco, e ove previsto, di prestare attenzione e rispettare il codice della strada negli incroci e attraversamenti. La gara si disputerà in qualsiasi condizione atmosferica che possa garantire la sicurezza degli atleti.

METEO

In caso di fenomeni meteo particolarmente avversi (nebbia fitta, forti temporali), per tutelare l'incolumità dei partecipanti, l'organizzazione si riserva di effettuare, anche all'ultimo minuto o durante lo svolgimento della gara, variazioni di percorso che saranno prontamente comunicate e/o segnalate dal personale di gara. L'organizzazione ha la facoltà, in ogni momento, prima o durante la gara, di cambiare il percorso a seconda delle condizioni meteorologiche o organizzative.

PRIVACY.

Le immagini acquisite durante la gara, sono di pubblico dominio e potranno essere divulgate su siti di libero accesso, su social media, o utilizzati per pubblicizzare altri eventi sportivi. Non hanno quindi diritto a nessun compenso. I numeri telefoni e le mail inserite nell'iscrizione, potrebbero essere utilizzati a scopo promozionale.

RESPONSABILITA'

Il partecipante esonera gli organizzatori e l'organizzazione da ogni responsabilità, sia civile che penale, per danni a persone e/o cose da lui causati o a lui derivati.

ACCETTAZIONE REGOLAMENTO

Il presente regolamento ha validità assoluta su ogni altra informazione esterna. L'organizzazione potrà modificare questo regolamento per motivi di sicurezza e necessità organizzative, fino a 7 giorni prima della gara. Iscrivendosi si accettano le regole qui riportate. La volontaria iscrizione e la conseguente partecipazione alla corsa indicano la piena accettazione del presente Regolamento.

PER INFORMAZIONI:

Anna Maria Falchetti 328 9811968

Antonello Menconi 360 343785

Rocchi Lorenzo 339 6257384

Emanuela Leandri 333 6313358

