

# Modalità d'Iscrizione

LE ISCRIZIONI SONO APERTE E **CHIUDERANNO GIOVEDÌ 14 FEBBRAIO 2019.**

**Accesso a segreteria [Dreamrunners](#), facile e veloce, con la massima professionalità!**

**Per qualsiasi informazione e assistenza in fase d'iscrizione:**

**Aniello Greco 347 0826009 Dream Runners Perugia**

## AGEVOLAZIONI E SCONTI

- Agevolazioni per società sportive che intendono fare iscrizioni cumulative di più atleti: 1 atleta gratis ogni 10 iscritti.
- Agevolazioni per tesserati IUTA: sconto 5€.

## MODALITA' DI PAGAMENTO

Chi non possiede carta di credito o paypal ha la possibilità di pagare tramite bonifico bancario.

IBAN CONTO CORRENTE : **IT09A0848925401000000369749**

INTESTATO A: **A.S.D. SPORT EVENTS CORTONA** – LOC. MONTECCHO 410/A – CORTONA (AR)

CAUSALE: **COGNOME + NOME + GARA SCELTA**

Il caricamento della ricevuta di pagamento e dei certificati medici si effettua tramite finestra specifica nella piattaforma al termine dell'iscrizione.

Utilizzare quest'area per caricare eventuali documenti, ricevute di pagamento, certificato medico ecc.. Formati ammessi: PDF,JPG e PNG

Carica documenti  Nessun file selezionato    TIPO ALLEGATO     Note o commenti...

Vedi	Data	Note	Azioni

CERTIFICATO MEDICO

RICEVUTA DI PAGAMENTO

LIBERATORIA

TESSERINO

ALTRO

Per eventuali integrazioni di certificati e pagamenti inviare tutto all'apposita email: [trailcortona@dreamrunners.it](mailto:trailcortona@dreamrunners.it)

## **QUOTE D'ISCRIZIONE:**

### **ULTRA TRAIL: 45Km – 2015 M. D+**

- fino al 31/12 **35€**;
- dal 01/01 al 31/01 **40€**;
- dal 01/02 al 14/02 **45€**;

Per i tesserati IUTA vi sarà uno sconto di **5€**

### **TRAIL: 24Km – 1103M. D+**

- fino al 31/12: **20€**;
- dal 01/01 al 31/01: **25€**;
- dal 01/02 al 14/02: **30€**;

### **SHORT TRAIL: 15Km – 876M. D+**

- fino al 31/12: **15€**;
- dal 01/01 al 31/01: **20€**;
- dal 01/02 al 14/02: **20€**

**N.B. La quota dell'iscrizione sarà calcolata in base al giorno esatto dell'avvenuto accredito.**

**N.B. Tutte le iscrizioni prive di pagamento, dopo 7 giorni dalla registrazione, saranno cancellate.**

## **Nelle quote d'iscrizione è compreso:**

Pettorale di Gara, Assistenza e ristori lungo il percorso, Pacco gara con articoli tecnici, Diploma personale scaricabile, **Medaglia Finisher e Buono Pasta Party della Domenica (SOLO PER ULTRA TRAIL e TRAIL).**

## **Tesseramento Atleti Liberi**

**Obbligatorio solo per non tesserati** in possesso di un certificato medico di idoneità sportiva agonistica per Atletica Leggera, in corso di validità alla data del 17/02/2019.

Fino al 16/02: **10€**

## **ECO-CAMMINATA (10 Km)**

Sarà possibile iscriversi alla eco-camminata il giorno stesso della gara, entro le ore 08:45.

Consigliata pre-iscrizione: [sportevents.cortona@gmail.com](mailto:sportevents.cortona@gmail.com);

Quota di partecipazione: 10€

## **PROGRAMMA E ORARI 5° TRAIL CITTA' DI CORTONA - 17 FEBBRAIO 2019.**

**Nelle giornate di sabato 16 e domenica 17:**

**Ingresso agevolato al [MAEC - Museo dell'Accademia Etrusca e della Città di Cortona](#).** Sarà possibile acquistare il biglietto a 3,00€ (anziché 10,00€) esibendo all'ingresso della biglietteria il certificato di iscrizione alla manifestazione da parte degli atleti.

### **Sabato 16 Febbraio 2019**

**Presso il Palazzetto dello Sport situato in Strada Comunale del Sodo, 2**

*Dalle ore 17:00 alle ore 20:00*

**Controllo materiali e ritiro pettorali.**

**Iscrizioni gare e camminata (Walk Trail).**

**Ore 19:00: Briefing Pre-Gara.**

Sarà possibile pernottare all'interno della palestra e usufruire delle docce gratuitamente.

**DOMENICA 17 FEBBRAIO 2019**

**Presso il Palazzetto dello Sport situato in Strada Comunale del Sodo, 2**

*Dalle 07:40 alle 08.20*

**Controllo materiali e ritiro pettorali.**

**Presso Piazza della Repubblica**

**ORE 08:30 : CONVOCAZIONE ATLETI**

**ORE 08:35 Iscrizioni camminata (Walk Trail)**

**ORE 8:45 : BRIEFING**

**Alle ore 09:00 - PARTENZA DELLE GARE 'ULTRA TRAIL di 45Km, TRAIL di 24Km e allo SHORT TRAIL di 15Km;**

**Alle ore 09:15 - Partenza Walk Trail di 10Km;**

**LA PARTENZA E L'ARRIVO COINCIDONO IN PIAZZA DELLA REPUBBLICA.**

**ore 09:15 – Partenza Walk Trail di 10Km;**

**dalle ore 10:30 circa – ARRIVO ATLETI e PREMIAZIONI degli assoluti maschili e femminili della 15 km;**

**ore 11:15 – PREMIAZIONE GARE 24 KM e categorie 15 Km;**

**ore 12:30 – terzo tempo;**

**ore 14:30 – PREMIAZIONE GARA 45 KM e categorie 24 Km;**

**ore 17:00 – fine tempo massimo e conclusione gara;**

**Presso il Palazzetto dello Sport situato in Strada Comunale del Sodo, 2**

**dalle ore 13 alle 17 - PRANZO TRAIL CORTONA 2019  
(gratuito per gli atleti muniti di buono; 10€ per gli accompagnatori);**

## **REGOLAMENTO**

L'ASD SPORT EVENTS CORTONA organizza il 5° **TRAIL CITTA' DI CORTONA**

che si correrà **Domenica 17 Febbraio 2019.**

### **TIPO DI GARA**

Corsa a piedi in ambiente naturale (Trail running), che percorrerà gli antichi sentieri etruschi e non, di cresta e di mezzacosta della montagna cortonesi, con partenza e arrivo in Piazza della Repubblica a Cortona.

### **PERCORSO**

Il percorso del Trail città di Cortona è classificato come **Gare per trailer non principianti - D2**. Tali gare si svolgono su sentieri o su evidenti tracce di passaggio con segnalazioni adeguate. Comportano anche ripidi pendii e brevi tratti esposti ma protetti con barriere o assicurati con eventuali cavi e catene. Richiedono esperienza di corse in montagna, calzature ed equipaggiamento adeguati, un buono allenamento.

In caso di maltempo o di impraticabilità di uno o più sentieri sono previsti percorsi alternativi che saranno comunicati sul sito della gara o, al più tardi, subito prima della partenza.

I chilometri non sono segnati. I concorrenti dovranno rispettare rigorosamente il percorso di gara segnalato evitando di prendere scorciatoie o tagliare tratti del tracciato. L'allontanamento dal percorso ufficiale, oltre a comportare la squalifica dall'ordine di arrivo, avverrà ad esclusivo rischio e pericolo del concorrente.

Ogni incrocio e attraversamento su strada asfaltata Provinciale e Comunale sarà presidiato da personale addetto della gara per tutelare gli atleti al momento del loro passaggio.

### **DISTANZE**

**ULTRA TRAIL - Km 45** / D + 2015 m. (circa 90% single track\fuori strada - 10% asfalto).

**TRAIL - Km 23** / D + 1103 m. (circa 90% single track\fuori strada - 10% asfalto).

**SHORT TRAIL - Km 15** / D + 876m. (circa 80% single track\fuori strada - 20% asfalto).

## CONDIZIONI PER LA PARTECIPAZIONE

Per partecipare alla gara è indispensabile:

- aver compiuto 18 anni al momento dell'iscrizione, tesserati o liberi in possesso di certificato medico agonistico (VEDI ALLEGATO "CERTIFICAZIONE MEDICA") in corso di validità per il giorno della gara (17/02/2019);
- non stare scontando squalifiche per utilizzo di sostanze dopanti;
- essere pienamente coscienti della distanza, delle difficoltà tecniche, della specificità della prova ed essere fisicamente pronti per affrontarla;
- non soffrire di vertigini (sono presenti tratti di sentiero esposto sebbene minimi e affrontabili tranquillamente senza bisogno di corde di sicurezza);
- aver acquisito, prima della corsa, una reale capacità di autonomia personale che permette di gestire i problemi creati da questo tipo di prova e particolarmente:
  - saper affrontare senza aiuto esterno condizioni climatiche che potrebbero diventare difficili (vento, freddo, pioggia o neve);
  - saper gestire problemi fisici o mentali derivanti dalla fatica, problemi digestivi, dolori muscolari o articolari, piccole ferite etc.
  - essere pienamente coscienti che il ruolo dell'organizzazione non è aiutare un corridore a gestire questi problemi;
  - essere pienamente cosciente che per questa attività in ambiente naturale la sicurezza dipende soprattutto dalla capacità del corridore di adattarsi ai problemi riscontrati o prevedibili.

## SEMI AUTO-SUFFICIENZA

Sebbene lungo il percorso siano presenti punti di ristoro, il principio della corsa individuale in semi auto-sufficienza è la regola. In particolare:

- ogni corridore deve portare con sé per tutta la durata della corsa la totalità del materiale obbligatorio (vedi EQUIPAGGIAMENTO);
- i punti di ristoro saranno approvvigionati con bibite e cibo da consumare sul posto. Solo l'acqua naturale sarà destinata al riempimento delle borracce o tasche d'acqua (camelbag);
- ogni corridore dovrà disporre, alla partenza da ogni punto ristoro, della quantità d'acqua e degli alimenti che gli saranno necessari per arrivare al successivo;
- è vietato farsi accompagnare per parte o tutta la durata della corsa da una persona non iscritta alla gara.

E' severamente vietato abbandonare qualsiasi tipo di materiale lungo il percorso. L'inosservanza di tale divieto prevede la squalifica immediata dalla competizione. I punti di ristoro sono provvisti di appositi contenitori dove gettare eventuali rifiuti.

## **EQUIPAGGIAMENTO**

Con l'iscrizione, ogni corridore sottoscrive l'impegno a portare con sé il materiale obbligatorio, sottoelencato, durante tutta la durata della corsa, pena la squalifica (verifica al ritiro pacco gara e pettorale).

**Materiale Obbligatorio** (possibili controlli lungo il percorso)

- Riserva d'acqua minimo 0,5 lt., borraccia o Camelbag (ad eccezione della 15km);
- Giacca impermeabile o similare, adatta a sopportare condizioni di maltempo;
- Telefono cellulare (inserire il numero di soccorso dell'organizzazione).

Il concorrente che desidera utilizzare i bastoncini, deve tenerli con sé per tutta la durata della corsa.

### **Raccomandato**

- scarpe da Trail running
- fischietto

## **CONDIZIONI PER L'ISCRIZIONE**

E' vivamente consigliato aver concluso positivamente una gara Trail di almeno 30Km e 1500 mt. D+ (SOLO PER ULTRA TRAIL 45KM). L'iscrizione dovrà essere eseguita on-line sulla piattaforma Dreamrunners, compilando l'apposito modulo che attesta il rispetto delle condizioni ed effettuando contestualmente il versamento. Un certificato medico agonistico (VEDI ALLEGATO "CERTIFICAZIONE MEDICA") in corso di validità alla data del 17 Febbraio 2019 è obbligatorio per convalidare l'iscrizione.

## **CERTIFICAZIONE MEDICA**

Per gli atleti italiani è obbligatorio consegnare una copia del certificato medico agonistico in corso di validità. I certificati medici accettati sono quelli che rispondono al modello B1: atletica leggera, corsa, endurance e sci (escluso discesa libera). Non sarà consentita la partecipazione alla corsa a chi presenterà soltanto la tessera Associativa UISP o FIDAL o di altro ente di promozione sportiva, non accompagnata dal certificato medico, al momento del ritiro del pettorale.

## **CRONOMETRAGGIO ELETTRONICO A CURA DI DREAMRUNNERS**

Il cronometraggio della gara è affidato a [Dreamrunners](#), con tecnologia basata sull'utilizzo di "chip".

Ad ogni partecipante verrà consegnato un chip, da restituire a fine manifestazione.

Informazioni e condizioni sull'utilizzo dei chip sono pubblicate sulla piattaforma.

Nota Bene:

- Il mancato o non corretto utilizzo del chip comporterà il non inserimento nella classifica e la non attribuzione del tempo impiegato. NIENTE CHIP NIENTE TEMPO;
- Al ritiro del pettorale gara e del chip, controllare che entrambi corrispondano come il Numero del pettorale;
- Per quanto riguarda l'uso del chip, si raccomanda di attenersi scrupolosamente alle modalità e alle informazioni inserite nella confezione;
- Il chip è strettamente personale e non può essere scambiato o ceduto;
- Il chip va riconsegnato ai box in zona di arrivo al personale addetto, anche per gli atleti ritirati o non partiti.

## **ACCETTAZIONE DEL REGOLAMENTO**

La partecipazione al Trail città di Cortona comporta l'accettazione senza riserve del presente regolamento. Tutti i concorrenti colti a gettare i propri rifiuti sul percorso saranno squalificati. Oltre ad essere un comportamento anti-sportivo rappresenta un comportamento ambientale deplorabile in quanto provoca fenomeni di alterazione della flora e della fauna. E' obbligatorio seguire i percorsi segnalati senza scorciatoie.

## **RITIRO PETTORALE E PACCO GARA**

Le operazioni di ritiro pettorale e pacco gara avverranno **presso il Palazzetto dello Sport di Cortona di Strada Comunale del Sodo, 2 dalle 17:00 alle 20:00 di sabato 16 Febbraio, dalle 07:40 alle 08:20 di Domenica 17 Febbraio.**

Il pettorale sarà consegnato esclusivamente dietro presentazione di un documento di identità e previa consegna di copia del certificato medico.

Il pettorale deve essere indossato e reso visibile sempre, nella sua totalità, durante tutta la corsa.

Ogni corridore deve obbligatoriamente procedere alla punzonatura prima di accedere all'area di partenza.

Al passaggio da ogni punto di controllo ed all'arrivo il corridore deve assicurarsi di essere stato regolarmente registrato.



## **PARTENZA**

**I concorrenti dovranno presentarsi in Piazza della Repubblica di Cortona (Ar) entro le ore 08:30 di Domenica 17 Febbraio.** Alle 08:40 vi sarà un breve Briefing e alle ore **09:00** il via alle gare.

Presso il Palazzetto dello Sport sono disponibili locali adibiti a spogliatoio e deposito borse. L'organizzazione non è tuttavia responsabile degli oggetti lasciati incustoditi all'interno dei suddetti spazi.

## **SICUREZZA E CONTROLLO**

**Sui tracciati saranno presenti addetti dell'organizzazione e personale di soccorso in costante contatto con la base.** Ambulanze con personale paramedico stazioneranno in diversi punti del percorso, nonché alla partenza e all'arrivo, dove sarà presente anche un medico rianimatore e un PMA (posto medico avanzato). Ogni corridore che si trovasse in caso di bisogno, potrà fare appello al soccorso:

- presentandosi ad un punto di soccorso
- chiamando direttamente il coordinatore del percorso
- chiedendo aiuto ad un altro corridore per chiamare il soccorso

**Ogni corridore deve prestare assistenza minima a chi ne ha bisogno durante la gara,** ma senza muovere persone con sospetti di fratture e chiamare il soccorso.

Non dimenticate che:

- a seconda delle condizioni della corsa e del punto del percorso in cui vi trovate, i soccorsi potrebbero arrivare più tardi di quanto vi aspettiate. La vostra sicurezza dipenderà anche dal materiale che vi sarete portati nello zaino.
- nel Road-book saranno indicati i vari punti di assistenza. L'intervento di mezzi e persone al di fuori di detti punti coinvolge necessariamente una movimentazione dai presidi e variazioni momentanee degli assetti di sicurezza. La richiesta di assistenza deve essere giustamente motivata per pericolo concreto. In caso contrario, ovvero nei casi in cui è possibile raggiungere il presidio autonomamente, è necessario proseguire fino a tale punto.
- un corridore che fa appello al soccorso o ad un medico si sottomette di fatto alla sua autorità e ne deve accettare le decisioni.

I soccorritori e i medici ufficiali sono abilitati in particolare a fermare la corsa (disattivando il pettorale) di qualsiasi corridore che reputerà inadatto a continuare la prova e far evacuare con qualsiasi mezzo reputato idoneo i corridori che riterrà in pericolo. In caso di necessità, per ragioni che siano nell'interesse della persona soccorsa, metterà in opera tutti i mezzi appropriati, compreso l'elicottero. Le spese derivanti dall'impiego di questi mezzi eccezionali saranno a carico della persona soccorsa. Sarà competenza del corridore preparare e presentare alla propria assicurazione personale il fascicolo necessario per un eventuale rimborso. In caso d'impossibilità a contattare il coordinatore del percorso, è possibile chiamare direttamente i soccorsi (in particolare se vi trovate in zona senza copertura telefonica) tel. 118 per l'Italia.

Lungo il tracciato saranno istituiti dei punti di controllo, dove addetti dell'organizzazione monitoreranno il passaggio degli atleti e potranno controllare il materiale obbligatorio. Chiunque rifiuterà di sottoporsi al controllo del materiale obbligatorio sarà immediatamente squalificato.

## **TEMPO MASSIMO E BARRIERE ORARIE**

Il tempo massimo per completare il Tail Città di Cortona di 45Km (Ultra Trail) è fissato in 8,00 ore.

In caso di cattive condizioni meteorologiche e/o per ragioni di sicurezza, l'organizzazione si riserva il diritto di sospendere la prova in corso, ritardare la partenza, variare il percorso o di modificare le barriere orarie.

L'ultima barriera oraria in località Castel Girardi (km 32.50) chiuderà dopo le 6,30 ore dal via.

## **ABBANDONI**

Salvo in caso di ferite serie, un concorrente deve ritirarsi esclusivamente nei punti fissati.

In qualsiasi caso il concorrente dovrà immediatamente riconsegnare il pettorale all'organizzazione. Per coloro che lo desiderano, un mezzo dell'organizzazione verrà messo a disposizione per portare il concorrente ritirato. In caso di mancata comunicazione di un ritiro e del conseguente avvio delle ricerche del corridore, ogni spesa derivante verrà addebitata al corridore stesso.

## **AMBIENTE**

I concorrenti dovranno tenere un comportamento rispettoso dell'ambiente, evitando in particolare di 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. Ogni concorrente dovrà portare con sé un bicchiere o una borraccia da riempire ai ristori.

## **METEO**

In caso di fenomeni meteo importanti (nebbia fitta, bufere di neve, forti temporali), l'organizzazione si riserva di effettuare, anche all'ultimo minuto o durante lo svolgimento della gara, 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, dei volontari o dei soccorritori.

## **SQUALIFICHE E PENALITA'**

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

- mancato passaggio da un punto di controllo
- taglio del percorso di gara
- abbandono di rifiuti sul percorso
- mancato soccorso ad un concorrente in difficoltà
- insulti o minacce a organizzatori o volontari
- utilizzo di mezzi di trasporto in gara
- rifiuto di sottoporsi al controllo del personale sanitario sul percorso
- rifiuto di sottoporsi al controllo del materiale obbligatorio

## **DICHIARAZIONE DI RESPONSABILITA'**

Lungo il percorso i partecipanti sono tenuti al rispetto del Codice della Strada. Con la firma della scheda di iscrizione il concorrente dichiara di conoscere ed accettare il regolamento del 5° TRAIL CITTA' DI CORTONA. Dichiara inoltre espressamente sotto la propria responsabilità, non solo di aver dichiarato la verità (art. 2 legge 04/01/868 v°15 come modificato dall'art. 3 comma 10 legge 15/05/97 n° 127), ma di esonerare gli organizzatori di ogni responsabilità, sia civile che penale, per danni a persone e/o cose da lui causati ed a lui derivati. Ai sensi del D.Lgs. N° 196 del 30/06/2003 ("Testo unico della Privacy), si informa che i dati personali raccolti saranno utilizzati soltanto per preparare l'elenco dei partecipanti, l'archivio storico, i concorrenti premiati, per erogare i servizi dichiarati del regolamento, e l'invio di materiale informativo o pubblicitario del 5° TRAIL CITTA' DI CORTONA o dei suoi partners.

## **ASSICURAZIONE**

Responsabilità civile: l'organizzazione sottoscrive un'assicurazione responsabilità civile per tutto il periodo della prova. La partecipazione avviene sotto l'intera responsabilità dei concorrenti, che rinunciano ad ogni ricorso contro gli organizzatori in caso di danni e di conseguenze ulteriori che sopraggiungano in seguito alla gara.

Assicurazione personale: è consigliata per ogni concorrente la stipula di un'assicurazione personale incidenti e infortuni che copra eventuali spese di ricerca e di evacuazione. L'assicurazione può essere sottoscritta presso un organismo a scelta del corridore.

## **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.

Ogni concorrente rinuncia espressamente ad avvalersi del diritto all'immagine durante la prova e ad ogni ricorso contro l'organizzatore e i suoi partner accreditati per l'utilizzazione fatta della sua immagine. Ogni comunicazione sull'avvenimento o utilizzazione d'immagini dell'avvenimento dovrà farsi nel rispetto del nome dell'avvenimento, dei marchi depositati e con l'accordo ufficiale dell'organizzazione.