

Regolamento

Il giorno 31 Ottobre 2010 l'A.s.d. Tibur Ecotrail organizza una manifestazione sportiva nel paese di Marcellina (Rm), con **ritrovo** alle ore 09:00 in Piazza Cesare Battisti e sviluppata all'interno del Parco Naturale Regionale dei Monti Lucretili. E' prevista una gara competitiva trail (Circuito Parks Trail) di 13 Km con all'interno l'assegnazione del Kilometro Verticale (1000mt slm in 4,4 Km con pendenza max del 25%) al primo uomo ed alla prima donna che vi transiteranno nel minor tempo possibile, e **3 attività non competitive** quali:

- **Percorso eco-gastronomico guidato di 5 Km** all'interno del paese di Marcellina con un assaggio di prodotti tipici locali ad ogni Km;
- **Trek con guida** nel Parco Naturale Regionale dei Monti Lucretili a cura dei Guardiaparco della Riserva;
- Esercitazione **Nordic Walking** a cura della **Scuola Nordic Walking Roma**.

MODALITA' DI PARTENZA - Alle ore 09:30, in Piazza Cesare Battisti, partiranno contemporaneamente sia gli atleti della competitiva che i gruppi del **Nordic Walking e della passeggiata Eco-Gastronomica** in direzione Cianfonesca, località ove alle ore 10:00 verrà dato lo start della competitiva. Lungo questo breve percorso, 1800 mt per le vie della Marcellina storica, gli accompagnatori troveranno il primo punto ristoro " **Eco-Gastronomico**" con l'assaggio del miele da Apicoltura Biologica Certificata Campione d'Italia " La Ghirlanda" di Carrito (Aq). Giunti sul sentiero 301, alle ore 10:00, gli accompagnatori saluteranno gli atleti in partenza per la gara e proseguiranno lungo un sentiero di difficoltà facile fino a completare i 5 km con annesso degustazioni e ritornare, quindi, al punto di partenza. L'arrivo, per tutte le attività, è dato in Piazza Cesare Battisti, luogo ove avverranno le premiazioni e dove verranno allestiti i vari stand. Il gruppo **Trek** partirà dalla Piazza Cesare Battisti alle ore 09:30 con la loro guida in direzione Prato Favale.

PUNTEGGIO PARKS TRAIL- L'assegnazione del punteggio classifica generale e di categoria Parks Trail sarà effettuato con il metodo a scalare come sulle distanze di maratona e di ultramaratona.

NORME PER LA SICUREZZA- Si consiglia un abbigliamento sportivo idoneo per le gare trail . Indossare scarpe protettive con grip molto pronunciati e comunque adatte per traccati sterrati, erbosi e rocciosi. E' consigliato l'utilizzo delle racchette. Il percorso verrà segnalato con frecce di colore bianco sull'asfalto, indicazioni segnaletiche C.A.I. numerate e colorate ,invece, per i percorsi montani; rocce e alberi impiegati e verniciati per la visibilità del sentiero, coadiuvati da lembi di nastro bi-colore bianco/rosso.

NORME COMPORTAMENTALI - Gli atleti partecipanti sono tenuti a rispettare l'ambiente, garantendo l'integrità del territorio. Trattandosi di una Riserva Naturale, è fatto divieto agli atleti in gara di gettare alcun tipo di rifiuto lungo il percorso. I trasgressori verranno penalizzati previa squalifica; sono tenuti a rispettare il codice della strada (art. 134), le segnalazioni e le istruzioni degli organizzatori senza abbandonare il percorso; sono previsti controlli durante la gara sia fissi che volanti. Gli atleti sono tenuti ad osservare **ATTENTAMENTE** le varie segnalazioni di percorso dislocate lungo il cammino ed attenersi **SCRUPOLOSAMENTE** a tali indicazioni. L'organizzazione declina ogni responsabilità per eventuali errori commessi dagli atleti per disattenzione durante lo svolgimento della gara.

SEGNALAZIONI – Nastro bi-colore, vernice su rocce ed alberi, paletti con frecce e bandierine rosse.

TIPOLOGIA DELLA GARA- Su sentieri di montagna, paesaggistici, boscosi, prativi con fondo: sterrato, erboso e roccioso.

RIFORNIMENTI- Due sul percorso: Monte Gennaro al Km 4,400 e a Prato Favale al Km 8,500, consistenti in somministrazione di acqua, integratori, the caldo e frutta.

ASSISTENZA - Assistenza medico-sanitaria fissa e volante a cura della Croce Rossa Italiana, coordinata dal Sig. Enrico Picconeri. Radioassistenza con postazioni fisse e mobili a cura dei Rangers Italia sez. Marcellina, del C.A.I. sez. Tivoli (Rm) e della Protezione Civile.

ATLETI PARTECIPANTI- Possono partecipare tutti gli atleti e/o amatori regolarmente tesserati FIDAL e dagli Enti di Promozione Sportiva riconosciuti dal CONI tesserati nell'anno 2010 ed in possesso della certificazione medica prevista dalla Legge per la partecipazione a manifestazioni sportive agonistiche. Devono aver compiuto il 18° anno di età alla data della manifestazione. **Per i non tesserati alla FIDAL o dagli altri enti riconosciuti dal CONI**, la mattina della gara potranno godere di un tesseramento giornaliero con una sovra-tassa di €5.00 per la copertura assicurativa.

ISCRIZIONI- Si potranno effettuare tramite Fax al numero 0774/431117o e-mail info@tiburecotrail.it – info@digitalrace.it web: www.tiburecotrail.it (click su iscrizioni) fino a Venerdì 29/10/2010 ore 20:00, oppure direttamente la mattina del 31 Ottobre presso lo stand iscrizioni allestito in Piazza Cesare Battisti fino a 30 minuti prima della partenza. La quota d'iscrizione è di **Euro 12** per la gara competitiva ed **Euro 8** per le attività non competitive. Garantito il pacco gara ai primi 250 iscritti; oltre, il costo dell'iscrizione sarà ridotto a 6 euro. Gli atleti, all'atto dell'iscrizione, dovranno esibire obbligatoriamente la tessera FIDAL o dell'Ente di Promozione Sportiva riconosciuta dal CONI. **Le Società** dovranno presentare elenchi a firma del Presidente responsabile comprendenti: Cognome e Nome, luogo e data di nascita, numero tessera di ciascun atleta. **I Gruppi** dovranno presentare l'elenco di tutti i partecipanti, specificando il Nome e Cognome. **Termine di presentazione delle liste: Sabato 30 Ottobre 2010 ore 12:00. Gli atleti e non che si iscriveranno con la propria Società o Gruppo il giorno della gara verranno considerati come semplicemente iscritti per la loro Società o Gruppo di appartenenza e quindi non cumulabili con le loro liste concorrenti per il GRAN PREMIO BIRRA TURBACCI**". Con l'iscrizione, i partecipanti dichiarano di conoscere ed accettare il presente regolamento e tacitamente si assumono piena ed esclusiva responsabilità per danni eventualmente cagionati a terzi o a beni di proprietà di terzi nel corso della manifestazione. L'organizzazione si riserva la facoltà di usufruire in futuro del materiale fotografico o video della manifestazione che ne deriveranno quale strumento di propaganda nazionale ed internazionale della gara in oggetto.

PACCO GARA – Per la competitiva contenente prodotti biologici delle Terre Sabine, una bottiglia di birra offerta dal Birrifico Artigianale Turbacci di Mentana (Rm), prodotti Centrale del Latte di Roma, prodotti Todis e buono pranzo completo offerto dalla Pro-Loco marcellinese con primo, secondo, contorno, acqua e vino. **Per le attività non competitive**, prodotti Todis e pranzo completo, sempre offerto dalla Pro-Loco.

PREMI E PREMIAZIONI- Verranno effettuate a partire dalle ore 12:00 presso l'arrivo, in Piazza Cesare Battisti al cospetto delle autorità invitate a presiedere. Saranno premiati i primi 3 atleti assoluti uomini e le prime 3 atlete assolute donne. Al 1° **Cesto di prodotti biologici tipici locali del valore di Euro 150 + 5 Lt di Olio DOP + materiale sportivo CAT SPORT**.

Al 2° Cesto di prodotti biologici tipici locali del valore di Euro 100 + 3 Lt di Olio DOP + materiale sportivo CAT SPORT.

Al 3° Cesto di prodotti biologici tipici locali del valore di Euro 50 + 2 Lt di Olio DOP + materiale sportivo CAT SPORT.

CATEGORIE: Maschili e Femminili

AM – FM 23; MM–MF 35; MM– MF 40; MM–MF 45;MM–MF 50; MM–MF 55; MM 60; MM65.

Verranno premiati i primi tre di ogni categoria con Olio DOP.

Gli assoluti non vengono premiati nelle categorie.

L'Organizzazione si riserva di aumentare il numero di premiati delle categorie dopo aver verificato la disponibilità del materiale sportivo.

GRAN PREMIO MONTAGNA DI ROMA (Vertical Kilometer del Monte Gennaro) – Al primo uomo ed alla prima donna che taglieranno il traguardo del Vertical Kilometer, rimborso spese di **Euro 50 + Trofeo cadauno. ATTENZIONE!!** Per aggiudicarsi tale riconoscimento, è **obbligatorio** terminare compiutamente la gara.

CLUB “SOTTO L’ORA” – A tutti coloro che transiteranno il Vertical Kilometer sotto i 60' verrà dato loro un premio offerto dalla Profumeria Cioè di Marcellina (Rm).

GRAN PREMIO “ BIRRA TURBACCI” – Alle due Società o Gruppi più numerosi (min. 15 persone iscritte) che, iscritte a tale riconoscimento, si aggiudicano rispettivamente **un rimborso spese di Euro 100 + 1 cassa di Birra Turbacci + Trofeo ai primi ed una cassa di Birra Turbacci + Trofeo ai secondi. ATTENZIONE!!** Possono iscriversi come Gruppo tutti coloro che, partecipando alle varie attività, competitive e non, si iscrivono sotto lo stesso nome identificativo di Gruppo o Società d'appartenenza.

L'Organizzazione si riserva la facoltà di modificare il percorso e/o il programma per causa di forza maggiore; declina ogni responsabilità per eventuali incidenti o danni a persone e cose prima, durante e dopo la manifestazione. **Detratte le spese sostenute per l'organizzazione, le quote d'iscrizione saranno devolute in beneficenza.**

Info gara

Massimiliano Rossini tel. 333.1094555-Serena Latini tel. 334.6148214