

**PROGRAMMA GARA
REGOLAMENTO**

1^ EDIZIONE URBAN TRAIL NIGHT CESANO 16-6-2012

Ore 20.00 ritrovo in P.zza Caraffa a Cesano di Roma

La partenza della gara verrà data alle ore 21,30

Tempo massimo per concludere la gara è 2 ore.

La Distanza da percorrere è 11,5 km, distribuiti su percorso urbano tra vicolo e scale, strade bianche, strade asfaltate e bosco.

Lungo il percorso sarà posto un solo punto di ristoro di sola acqua al km 4,5 I concorrenti troveranno solo dei fusti con rubinetto e potranno reintegrare la propria riserva (borraccia o tazza). Non verrà fatto uso di bottiglie di plastica e ne di bicchieri, per non creare materiale di scarto sul percorso. La gara aderisce alla campagna "**Corri senza lasciare traccia**", che insieme al rispetto dei volontari che operano per la sicurezza e l'obbligo per ogni concorrente di soccorrere altro atleta in difficoltà, sono i principi di un codice etico per prendere parte alla 1^ edizione dell'URBAN TRAIL NIGHT. Non rispettarli è imperdonabile!

E' obbligatorio l'uso della lampada frontale, si ricorda che senza la lampada è IMPOSSIBILE visualizzare la segnaletica fluorescente !!

Ad ogni concorrente è richiesto un minimo di conoscenza all'orientamento, bisognerà fare attenzione alle segnalazioni con nastro in Mater-bi e bandierine rosse con nastro rifrangente.

Importante ! Ad ogni arrivato verrà consegnato un gadget!

La quota d'iscrizione è di 10 euro, di cui 5 verranno devoluti in beneficenza

Le iscrizioni potranno essere effettuate:

- via email scrivendo a romarunner14@gmail.com ; spiritolibero63@gmail.com
- sul posto il giorno della gara, fino a mezzora prima della partenza.

In tutti i casi, le iscrizioni saranno accettate, solo se corredate di copia del tesserino di affiliazione Fidal o di altro ente di promozione sportiva, con la copia del certificato medico della pratica agonistica, valido per l'anno in corso.

Per le iscrizioni di gruppi societari, sarà sufficiente presentare una lista su carta intestata, debitamente firmata dal presidente della società, dove dichiara che ogni atleta è in regola con le norme relative alla tutela sanitaria della pratica agonistica per l'Atletica leggera.

La gara è riservata a tutti gli atleti che prima del 15 Giugno 2012 abbiano compiuto il 18° anno di età; tesserati/e Fidal e altri Enti di promozione Sportiva riconosciuti dal Coni (CSI, UISP, AICS ecc.)

Le classifiche saranno redatte in base all'ordine di arrivo.

Durante la gara verrà assicurata l'assistenza medica e la presenza di volontari lungo il percorso.

Sono raccomandate le scarpe da trail running.

Il comitato organizzatore, nel riservarsi di apportare variazioni al percorso o al programma per cause di forza maggiore, informa che la manifestazione si disputerà con qualsiasi condizione atmosferica accettabile

Con l'iscrizione i partecipanti dichiarano di conoscere e di accettare il presente

regolamento.

Saranno premiati/e i primi/e 3 classificati/e con prodotti alimentari o materiale sportivo, indipendentemente dalla categoria

Premiazioni per categorie

Uomini

Amatori primi 3 class.

S/master cat.35 primi 3 class.

S/master cat.40 primi 3 class

S/master cat.45 primi 3 class

S/master cat.50 primi 3 class

S7master cat.55 primi 3 class

S/master cat.60 primi 3 class

S/master cat.65 primi 3 class

S/master cat.70 primi 3 class

S/master cat.75 e oltre primo class.

Donne

Amatori prime 3 class

Sen/master cat 35 prime 3 class

“ cat 40 prime 3 class

“ cat 45 prime 3 class

“ cat 50 prime 3 class

“ cat 55 prime 3 class

“ cat 60 prima class

I premi previsti per i singoli, consistenti in premi alimentari o sportivi, non sono cumulabili.