



REGOLAMENTO “TRAIL DEL MONTE SOGLIO” 2017

Aggiornato al 11.01.2017

INFORMAZIONI GENERALI

Il Trail del Monte Soglio è una manifestazione volta alla promozione del territorio dell'Alto Canavese e dello sport in natura composta da tre gare di trail running in semi-autonomia, il “Gir Lung”, il “Gir Curt” e il “Gir Vulei”.

Il Trail del Monte Soglio è organizzato senza scopo di lucro dai volontari dell'ASD Monte Soglio Trail in collaborazione con le Associazioni Locali, gli Enti e le Persone che credono in questi valori. Sul sito web ufficiale si può consultare l'elenco completo delle realtà coinvolte.

La manifestazione può fregiarsi del patrocinio della Regione Piemonte e dei Comuni interessati.

Le gare sono:

- “Gir Lung” : 66 km e 3600 metri di dislivello positivo
- “Gir Curt” : 35 km e 2000 metri di dislivello positivo
- “Gir Vulei” : 16 km e 900 metri di dislivello positivo

Ogni gara si svolge in una sola tappa, a velocità libera, in tempo limitato ed in regime di semi-autonomia.

Il “Gir Vulei” si svolgerà nella formula “agonistica” e “non competitiva”, per quest'ultima non è necessario il certificato medico per attività agonistica.

La gara “Gir Lung” è inserita nei circuiti:

- Skyrunners® National Series 2017 indette dalla International Skyrunning Federation;
- “PiemontTrail Challenge 2017” Seconda edizione del circuito di trail piemontesi.

Inoltre tutte le gare sono qualificanti per l'UTMB®2018 (“Ultra-Trail du Mont-Blanc®”, “Courmayeur-Champex-Chamonix CCC®” e “Sur les Traces des Ducs de Savoie”), vedi valutazione ITRA più avanti al paragrafo “Percorso”.

Viste le avverse condizioni meteo delle ultime edizioni si è istituito una variante ufficiale del Gir Lung denominata Gir Lung Variante Maltempo di 65 km e 3600 metri di dislivello positivo.

SKYRUNNER® ITALY SERIES 2017

Le Skyrunners® National Series indette dalla International Skyrunning Federation promuovono le migliori gare nazionali e vogliono valorizzare lo skyrunning in ciascuna nazione.

Le SNS sono in formula open, quindi la classifica nelle 15 gare sarà assoluta con l'eccezione delle tre tappe che fanno parte anche del circuito mondiali in cui il vincitore sarà il primo italiano M/F al traguardo.

In Italia le Series sono composte da 5 gare per ogni specialità (SKY, VK, ULTRA), selezionate e promosse in collaborazione con la Federazione Italiana Skyrunning (FISKY).

REGOLAMENTO:

Per quanto non incluso in questo regolamento, idoneità e normative di sicurezza, si fa riferimento a quello pubblicato sui siti www.federationservice.com e www.skyrunning.it

RANKING - La formula è open, aperta a stranieri con il punteggio in base alla classifica assoluta. M/F: 100-88-78-72-68-66-64-62-60-58-56-54-52-50 a scalare di 2 punti, dal 1° al 20° posto maschile e dalla 1° al 10° posizione femminile. Il vincitore di tappa SNS, pena la perdita del punteggio e premio, indossa la maglia “SNS Winner” alla premiazioni e sul podio.

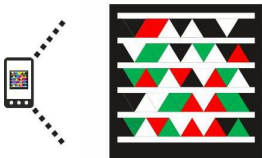
CLASSIFICHE FINALE - La classifica delle SNS è data dai TRE migliori piazzamenti in ciascuna serie. Il punteggio della gara finale di ciascuna serie è maggiorato del 20%. Può essere stilata una classifica per TEAM COMMERCIALI con lo stesso criterio della SWS.

PREMI – Il montepremi in denaro di € 6.000 al netto di RA è diviso equamente tra M/F nelle tre serie - In ciascuna tappa sono assegnati premi dei partner della SNS.

Per ulteriori informazioni e aggiornamenti si invita a consultare il sito www.skyrunning.it

CLASSIFICA E PREMI

Tranne che per il Gir Vulei “non competitivo”, per il quale non si effettua cronometraggio dei tempi, viene redatta una classifica generale per ogni gara con i tempi di arrivo e pubblicata sul sito www.trailmontesoglio.it. Le categorie distinte in classifica sono “uomini” e “donne”.





Non sono previsti premi in denaro ma esclusivamente premi in natura.

Vengono assegnati dei premi speciali ai primi arrivati e un ricordo della gara attestante il titolo di "Finisher" a chi ha completato la corsa entro il tempo massimo, con le seguenti distinzioni:

	Premi di classifica	Premio "Finisher"
Gir Lung	Primi 5 uomini Prime 5 donne	SI
Gir Curt	Primi 3 uomini Prime 3 donne	SI
Gir Vulei "competitivo"	Primi 3 uomini Prime 3 donne	NO
Gir Vulei "NON competitivo"	NO	NO

Sono inoltre assegnati degli omaggi a tutti gli iscritti già al momento della consegna dei pettorali (vedi "QUOTA DI ISCRIZIONE E PACCO GARA").

A discrezione dell'Organizzazione potranno essere attuate ulteriori premiazioni con modalità di diverse, per esempio a sorteggio.

PERCORSO

I percorsi delle tre gare sono approvati dall'ITRA (International Trail Running Association) e valutati con il seguente punteggio:

Gir Lung: 4 PUNTI ITRA, coefficiente dislivello 7, coefficiente finisher 340

Gir Curt: 2 PUNTI ITRA, coefficiente dislivello 7, coefficiente finisher 300

Gir Vulei: 1 PUNTI ITRA, coefficiente dislivello 7, coefficiente finisher 380

In base alle nuove linee-guida del trail italiano, stabilite durante l'incontro tra Organizzatori di Albisola Superiore nel novembre 2010, che riportiamo di seguito:

CLASSIFICAZIONE	TIPOLOGIA SENTIERO (DEF. CAI)
	T Turistico
	E Escursionisti
	EE Escursionisti Esperti
	EE+ Escursionisti esperti con tratti esposti

I percorsi non presentano tratti con difficoltà alpinistiche e sono così classificati:



"Gir Lung": bollino ROSSO

definizione CAI: "EE Itinerario per escursionisti esperti. Itinerario che richiede la capacità di muoversi su terreni particolari, tracce o sentieri impervi o infidi (pendii con affioramenti rocciosi o detritici), talora esposti."



"Gir Curt" e "Gir Vulei": bollino BLU

definizione CAI: "E Itinerario escursionistico. Itinerario che si svolge quasi sempre su sentieri oppure su terreno vario (pascoli, detriti, pietraie) con segnalazioni. Si sviluppa, a volte, su terreni aperti ma non difficoltosi. Può svolgersi su pendii ripidi."

Sul roadbook e su specifica cartina (disponibili entrambi sul sito della gara) è indicata la tipologia di fondo contraddistinta con colorazione differente per i tratti di single track/mulattiera, i tratti di strada sterrata/carrareccia e i tratti di strada asfaltata. Su





entrambi i documenti sono inoltre indicati i tratti più impegnativi, intesi come salite e discese molto ripide o tratti di sentiero molto sconnesso.

“Gir Lung”:

Il percorso del Trail del Monte Soglio “Gir Lung” segue il seguente itinerario attraversando il territorio dei Comuni di Forno Canavese, Levone, Rocca Canavese, Pratiglione, Canischio, Prascorsano, San Colombano Belmonte, Cuornè, Alpette, Corio:

- Forno Canavese (525m)
- Mulino Val (733m)
- Chiesetta della Madonna della Neve (917m)
- Cappella del Bandito (990m)
- Frazione Milani di Forno Canavese (890m)
- Grange Ves (905m)
- Monte Canautà (1230m)
- Alpe Erede Cùrt (1320m)
- Alpe Bellono (1200m)
- Sentiero del Gallo (970m)
- Sentiero del Gallo San Colombano (725m)
- Frazione Ricauda (664m)
- Frazione Gaudrone (640m)
- Frazione Nero di Alpette (976m)
- Rocche di San Martino (1400m)
- San Bernardo di Mares (1550m)
- Monte Soglio (1971m)
- Alpe dell’Uja (2010m)
- Colle della Croce d’Intror (1947m)
- Rifugio Peretti Griva (1770m)
- Pian Frigerole (1780m)
- Alpe Fontanile (1550m)
- Grange Bonin (1018m)
- Frazione Ritornato di Corio (850m)
- Pian Audi di Corio (865m)
- Case Muggion (908m)
- Località Trinità (905m)
- Località Case Aggiorno (1020m)
- Colle Matteo (1050m)
- Cappella del Bandito (990m)
- Mulino Val (733m)
- Forno Canavese (525m)

per un totale di circa 66 km e un dislivello positivo di circa 3600 metri.

La tipologia del fondo che si incontra è così suddivisa: 7% asfalto, 25% sterrato, 68% sentiero

“Gir Cùrt”:

Il percorso del Trail del Monte Soglio “Gir Cùrt” segue il seguente itinerario attraversando il territorio dei Comuni di Forno Canavese, Levone, Rocca Canavese, Corio:

- Forno Canavese (525m)
- Mulino Val (733m)
- Chiesetta della Madonna della Neve (917m)
- Cappella del Bandito (990m)
- Frazione Milani di Forno Canavese (890m)
- Grange Ves (905m)
- Monte Canautà (1230m)
- Pian di Beau (1460m)
- Alp del Cunt (1500m)





- Pian di Bensi (1680m)
- Senter di Mort (1680-1474m)
- Case Ieri (1060m)
- Case Gobbi (940m)
- Pian Audi di Corio (865m)
- Case Muggion (908m)
- Località Trinità (905m)
- Località Case Aggiorno (1020m)
- Colle Matteo (1050m)
- Cappella del Bandito (990m)
- Mulino Val (733m)
- Forno Canavese (525m)

per un totale di circa 35 km e un dislivello positivo di circa 2000 metri.

La tipologia del fondo che si incontra è così suddivisa: 10% asfalto, 37% sterrato, 53% sentiero

“Gir Vulei”:

Il percorso del Trail del Monte Soglio “Gir Vulei” segue il seguente itinerario attraversando il territorio dei Comuni di Forno Canavese, Levone, Rocca Canavese, Pratiglione:

- Forno Canavese (525m)
- Mulino Val (733m)
- Chiesetta della Madonna della Neve (917m)
- Cappella del Bandito (990m)
- Frazione Milani di Forno Canavese (890m)
- Grange Ves (905m)
- Pendici del Monte Canautà (1018m)
- Località Capovilla (740m)
- Località Villafranca (675m)
- Forno Canavese (525m)

per un totale di circa 16 km e un dislivello positivo di circa 900 metri.

La tipologia del fondo che si incontra è così suddivisa: 18% asfalto, 38% sterrato, 54% sentiero

TRACCIATURA PERCORSI

Si consiglia di studiare bene la documentazione tecnica consultabile e scaricabile dal sito web ufficiale.

I concorrenti dovranno rispettare rigorosamente il percorso di gara segnalato nel seguente modo:

- **Gir Lung:** frecce di colore fucsia;
- **Gir Cùrt:** frecce di colore verde;
- **Gir Vulei:** frecce di colore giallo;
- Tutti i percorsi sono inoltre evidenziati da segni di vernice biodegradabile di colore fucsia e da fettucce di colore fucsia.

Eventuali segni di colori diversi devono essere trascurati in quanto indicano percorsi estranei al Trail del Monte Soglio.

Sulle frecce ufficiali del Trail del Monte Soglio è sempre riportata la sigla TMS e il nome della gara, altre eventuali frecce di tipo diverso devono pertanto essere trascurate.

Nel caso in cui non si incontrino per diverse centinaia di metri le frecce con il colore predetto e corrispondente alla propria gara, si deve ritornare in dietro fino a sincerarsi di essere sul percorso corretto. L'allontanamento dal tracciato ufficiale, oltre a comportare la squalifica dalla gara, avverrà ad esclusivo rischio e pericolo del concorrente.

ISCRIZIONI

La data di apertura delle iscrizioni è il **20 marzo 2017**.

Potranno iscriversi alle tre gare competitive tutti gli atleti maggiorenni in possesso di certificato medico sportivo per l'attività agonistica con scadenza non antecedente alla data della gara.

L'iscrizione alla versione “non competitiva” del Gir Vulei è invece aperta a tutti con il solo vincolo che fino all'età di 16 anni compiuti è necessario essere accompagnati da un maggiorenne responsabile.





E' inoltre importante e necessario:

- *essere coscienti della lunghezza e delle caratteristiche della gara;*
- *essere perfettamente allenati per affrontarla;*
- *aver acquisito, prima della corsa, una reale capacità d'autonomia personale in montagna per potere gestire al meglio i problemi derivanti da condizioni meteo avverse (vento, nebbia, pioggia, freddo);*
- *saper gestire i problemi fisici o mentali provocati dal grande affaticamento, i problemi digestivi, i dolori muscolari o delle articolazioni, le piccole ferite ecc.*
- *essere coscienti che il ruolo dell'Organizzazione non è di aiutare un corridore a gestire questi problemi*

L'iscrizione avviene secondo le modalità riportate sulla pagina "Modalità di iscrizione" del sito www.trailmontesoglio.it.

L'iscrizione è personale e definitiva, non sono ammessi scambi di pettorale nè sostituzioni di nominativi nè cambio di gara.

Si precisa che non è necessario il tesseramento a nessuna Federazione o Ente.

Le iscrizioni chiuderanno alle ore 24:00 del giorno **20 maggio 2017** o al raggiungimento di **1000 iscritti** in totale sulle tre gare.

Sul sito sarà pubblicato l'elenco iscritti mantenuto in costante aggiornamento.

CAMBIO DI GARA:

Nel caso in cui un atleta regolarmente iscritto, per ragioni eccezionali o personali, abbia necessità di cambiare gara, la procedura da seguire è la seguente:

1. Entro la data di chiusura delle iscrizioni l'atleta deve presentare all'Organizzazione richiesta di annullamento dell'iscrizione già fatta;
2. L'Organizzazione annulla l'iscrizione in essere e fornisce all'atleta un buono pari all'importo già speso da usare per fare la nuova iscrizione entro massimo 7 giorni.
3. L'atleta esegue una nuova iscrizione e un nuovo pagamento (utilizzando il buono predetto), perdendo ogni diritto di precedenza su altre iscrizioni già regolarizzate. Se le iscrizioni sono chiuse ed è attiva la registrazione alla lista di attesa, sarà accodato a tale lista.
4. Se l'atleta non procede con una nuova iscrizione, l'Organizzazione è tenuta a rimborsare il costo dell'iscrizione già fatta solo nel caso in cui l'atleta abbia aderito alla "Clausola di Recesso" (vedi articolo "QUOTA DI ISCRIZIONE"), in caso contrario nessun rimborso o buono sconto viene emesso;

ANNULLAMENTO ISCRIZIONE:

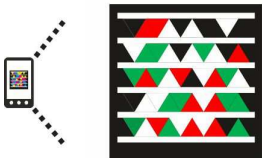
Nel caso in cui un atleta regolarmente iscritto, per ragioni eccezionali o personali, decida di non voler più partecipare alla gara, la procedura da seguire è la seguente:

1. Entro la data di chiusura delle iscrizioni l'atleta deve presentare all'Organizzazione richiesta di annullamento dell'iscrizione già fatta;
2. L'Organizzazione annulla l'iscrizione in essere e ne dà comunicazione all'atleta.
3. L'Organizzazione è tenuta a rimborsare il costo dell'iscrizione già fatta solo nel caso in cui l'atleta abbia aderito alla "Clausola di Recesso" (vedi articolo "QUOTA DI ISCRIZIONE"), in caso contrario nessun rimborso o buono sconto viene emesso;
4. Nel caso in cui l'iscrizione non venga rimborsata l'atleta ha il diritto di ritirare comunque il pacco gara personalmente o tramite terza persona a cui fornisce delega scritta. I pacchi gara saranno disponibili per il ritiro fino a 15 giorni dopo la data della gara;

IMPOSSIBILITA' A PARTECIPARE:

Nel caso in cui un atleta regolarmente iscritto, per ragioni eccezionali o personali, non abbia potuto prendere parte alla gara, può agire secondo la procedura seguente:

1. Entro 15 giorni dalla data della gara l'atleta può presentare all'Organizzazione richiesta di rimborso dell'iscrizione fatta;
2. L'Organizzazione, previo verifica, è tenuta a rimborsare il costo dell'iscrizione già fatta solo nel caso in cui l'atleta non abbia ritirato il pacco gara e abbia aderito alla "Clausola di Recesso" (vedi articolo "QUOTA DI ISCRIZIONE"), in caso contrario nessun rimborso o buono sconto viene emesso;
3. Nel caso in cui l'iscrizione non venga rimborsata, l'atleta ha il diritto di ritirare comunque il pacco gara personalmente o tramite terza persona a cui fornisce delega scritta. I pacchi gara saranno disponibili per il ritiro fino a 15 giorni dopo la data della gara;





QUOTA DI ISCRIZIONE E PACCO GARA

Il costo per l'iscrizione al Trail del Monte Soglio è:

Fino al 20 aprile 2017:

- € 50 (cinquanta) per il Gir Lung
- € 30 (trenta) per il Gir Curt
- € 15 (quindici) per il Gir Vulei "competitivo" e "NON competitivo"

Dal 21 maggio 2017:

- € 60 (sessanta) per il Gir Lung
- € 35 (trentacinque) per il Gir Curt
- € 20 (venti) per il Gir Vulei "competitivo" e "NON competitivo"

I "bocia trailers" con meno di 16 anni compiuti possono iscriversi e partecipare al Gir Vulei "NON competitivo" gratuitamente, a condizione che siano accompagnati da un maggiorenne responsabile.

CLAUSOLA DI RECESSO

La Clausola di recesso assicura la possibilità di ottenere il rimborso del costo dell'iscrizione, in caso di annullamento o impossibilità a partecipare (vedi più sopra). L'adesione alla Clausola di recesso e il relativo pagamento devono essere effettuati contestualmente all'iscrizione. Il costo, che non viene rimborsato, è di 10€ (dieci euro).

La quota di iscrizione comprende:

	Servizi organizzativi e di assistenza descritti nel presente regolamento	Omaggio nel pacco gara consegnato con l'iscrizione	Pernottamento in palestra per la notte di venerdì e di sabato	Buoni consumazione gratuita
Gir Lung	SI	SI	SI	1 Colazione + Ristoro all'arrivo + 1 Pasto + Birra NoLimit (3 birre all'ora)
Gir Curt	SI	SI	SI	Ristoro all'arrivo + 1 Pasto + 1 birra
Gir Vulei "competitivo"	SI	SI	SI	Ristoro all'arrivo
Gir Vulei "NON competitivo"	SI	SI	SI	Ristoro all'arrivo

CERTIFICAZIONE MEDICA

Per procedere al ritiro pettorale è obbligatorio consegnare una copia del certificato medico sportivo per l'attività agonistica con scadenza non antecedente alla data della gara. Esclusivamente per il Gir Vulei "NON competitivo" è sufficiente il certificato medico di buona salute.

Il certificato deve essere consegnato esclusivamente all'atto del ritiro pettorale.

Il certificato NON DEVE essere inviato prima della gara.

Per certificare l'abilitazione all'esercizio della pratica sportivo-agonistica non è sufficiente presentare la tessera FIDAL o di altra Federazione o Ente di Promozione Sportiva.

Non è consentita la partecipazione al Trail del Monte Soglio a chi non fornirà copia del certificato.

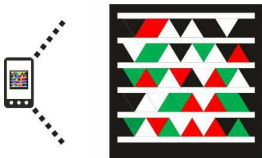
RITIRO PETTORALE E PACCO GARA

Per ritirare il pettorale è necessario presentarsi con il materiale obbligatorio, per il relativo controllo e certificazione.

Presso il *Palazzetto Sergio Benetti* in Via Aldo Moro 2 (zona scuole) a Forno Canavese (TO):

Venerdì 26 maggio 2017:

- 18:00 / 22:00 Ritiro pettorali e pacco gara "Gir Lung", "Gir Curt", "Gir Vulei competitivo" e "Gir Vulei NON competitivo"





Sabato 27 maggio 2017:

- 4:30 / 5:30 Ritiro pettorali e pacco gara "Gir Lung"
- 6:30 / 8:30 Ritiro pettorali e pacco gara "Gir Cùrt"
- 13:00 / 15:00 Ritiro pettorali e pacco gara "Gir Vulei competitivo" e "Gir Vulei NON competitivo"

Per ritirare il proprio pettorale è obbligatorio presentarsi con un documento di identità e con una copia del certificato medico che non verrà restituita.

Per ritirare il pettorale di un'altra persona è obbligatorio esibire un proprio documento di identità e consegnare una copia del documento di identità dell'altra persona e una copia del suo certificato medico. Queste copie di documenti non verranno restituite.

Prima della consegna del pettorale viene eseguito il controllo e la certificazione del materiale obbligatorio.

Il materiale obbligatorio non conforme o mancante viene ricontrollato alla partenza, in caso di ulteriore mancanza o difformità verrà applicata immediatamente la penalità o la squalifica come previsto dal presente Regolamento.

PARTENZA

I concorrenti dovranno presentarsi per la **punzonatura dei pettorali** presso lo stand dei cronometristi allestito in prossimità della linea di partenza, nella zona delle scuole in Via Aldo Moro 2 a Forno Canavese, **sabato 27 maggio 2017** almeno 30 minuti prima dei seguenti orari di partenza:

- "Gir Lung" partenza ore 6:00
- "Gir Cùrt" partenza ore 9:00
- "Gir Vulei competitivo" partenza ore 16:00
- "Gir Vulei NON competitivo" partenza ore 16:00

TEMPO MASSIMO E CANCELLI ORARI

Il tempo massimo per giungere all'arrivo è di:

- **15,5 ore** (entro le **21:30**) per il "Gir Lung" e "Gir Lung Variante Maltempo"
- **8,5 ore** (entro le **17:30**) per il "Gir Curt"
- **3,0 ore** (entro le **19:00**) per il "Gir Vulei competitivo"
- **Nessun limite** per il "Gir Vulei NON competitivo"

Per garantire la sicurezza dei partecipanti e dei volontari sul percorso sono istituiti i seguenti cancelli orari intermedi.

Solo gli atleti che **ripartono dal posto di controllo** prima dell'ora limite fissata sono autorizzati a proseguire la gara.

"Gir Lung":

- **Alpe Bellono** (dopo circa **18 km** di gara) entro le **10:00**, e quindi non oltre le **4 ore** di gara.
- **Frazione Nero** (dopo circa **32 km** di gara) entro le **12:30**, e quindi non oltre le **6,5 ore** di gara.
- **Cima del Monte Soglio** (dopo circa **40 km** di gara) entro le **15:00**, e quindi non oltre le **9 ore** di gara.
- **Frazione Pian Audi** (dopo circa **54 km** di gara) entro le **19:00**, e quindi non oltre le **13 ore** di gara.

"Gir Lung con Variante Maltempo":

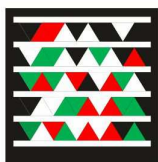
- **Alpe Bellono** (dopo circa **18 km** di gara) entro le **10:00**, e quindi non oltre le **4 ore** di gara.
- **Frazione Nero** (dopo circa **32 km** di gara) entro le **12:30**, e quindi non oltre le **6,5 ore** di gara.
- **Località Carella** (dopo circa **42 km** di gara) entro le **15:00**, e quindi non oltre le **9 ore** di gara.
- **Frazione Pian Audi** (dopo circa **53 km** di gara) entro le **19:00**, e quindi non oltre le **13 ore** di gara.

"Gir Curt":

- **Frazione Pian Audi** (dopo circa **22 km** di gara) entro le **15:00**, e quindi non oltre le **6 ore** di gara.

"Gir Vulei competitivo": non ci sono cancelli orari intermedi.

"Gir Vulei NON competitivo": non ci sono cancelli orari intermedi.





L'eventuale ritiro deve essere segnalato agli addetti sul percorso i quali organizzeranno l'eventuale trasporto del concorrente all'arrivo. I concorrenti ritirati che desiderano proseguire il percorso devono, prima restituire il pettorale, poi possono continuare sotto la propria esclusiva responsabilità ed in autonomia completa.

E' previsto un "servizio scopa" che percorrerà il tracciato seguendo l'ultimo concorrente, in modo da essere d'aiuto ai ritirati ed evitare che eventuali infortunati rimangano senza assistenza.

RISTORI

Le gare si corrono in **semi-autonomia**.

La semi-autonomia al Trail del Monte Soglio è definita come la capacità ad essere autonomi tra due punti di ristoro, per quanto riguarda la propria sicurezza, l'alimentazione e l'equipaggiamento, permettendo così di essere pronti ad affrontare problemi imprevisti, per esempio meteo avverso, fastidi fisici, piccole ferite ecc.

I rifornimenti di acqua possono essere effettuati tramite fonti d'acqua naturali presenti lungo il percorso e segnalati sulla cartina e sul roadbook.

Considerato che i punti d'acqua naturali non coprono l'intero percorso sono predisposti dall'organizzazione dei punti di ristoro approvvigionati con bibite e cibo da consumare sul posto. In questi punti viene fornito un servizio di riempimento del camelbag o borraccia esclusivamente con acqua naturale, è vietato riempire i propri recipienti con liquidi diversi dall'acqua naturale.

Al fine di limitare la produzione di rifiuti, ai ristori non sono presenti bicchieri di plastica o comunque saranno ridotti al minimo, è quindi consigliabile che ogni concorrente abbia con se un recipiente per bere.

All'arrivo ogni partecipante può usufruire di un ristoro completo e di un pasto offerto con l'iscrizione.

I ristori serviti sono previsti nei seguenti punti:

"Gir Lung":

- Santuario dei Milani (dopo circa **11 km** di gara) ristoro solo idrico.
- Alpe Bellono (dopo circa **18 km** di gara) ristoro completo.
- Frazione Nero (dopo circa **32 km** di gara) ristoro completo.
- Cima del Monte Soglio (dopo circa **40 km** di gara) ristoro solo idrico.
- Rifugio Peretti Griva (dopo circa **46 km** di gara) ristoro solo idrico.
- Pian Audi (dopo circa **54 km** di gara) ristoro completo.
- Arrivo (dopo circa **66 km** di gara) ristoro completo.

"Gir Lung con Variante Maltempo":

- Santuario dei Milani (dopo circa **11 km** di gara) ristoro solo idrico.
- Alpe Bellono (dopo circa **18 km** di gara) ristoro completo.
- Frazione Nero (dopo circa **32 km** di gara) ristoro completo.
- Località Carella (dopo circa **42 km** di gara) ristoro completo.
- Alp del Cunt (dopo circa **46 km** di gara) ristoro completo.
- Pian Audi (dopo circa **54 km** di gara) ristoro completo.
- Arrivo (dopo circa **66 km** di gara) ristoro completo.

"Gir Curt":

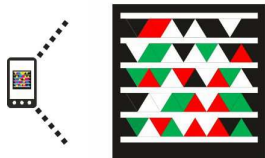
- Santuario dei Milani (dopo circa **11 km** di gara) ristoro solo idrico.
- Alp del Cunt (dopo circa **16 km** di gara) ristoro completo.
- Pian Audi (dopo circa **22 km** di gara) ristoro completo.
- Arrivo (dopo circa **35 km** di gara) ristoro completo.

"Gir Vulei competitivo" e "Gir Vulei NON competitivo":

- Santuario dei Milani (dopo circa **11 km** di gara) ristoro solo idrico.
- Arrivo (dopo circa **16 km** di gara) ristoro completo.

SICUREZZA E CONTROLLO

Sul percorso sono presenti addetti dell'organizzazione, volontari della Protezione Civile e del Soccorso Alpino, in costante contatto con la base. In zona arrivo è presente un'ambulanza con medico a bordo e personale paramedico in contatto con





l'elisoccorso, pronto ad intervenire.

Lungo il tracciato sono istituiti dei punti di controllo, dove addetti dell'organizzazione monitorano il passaggio degli atleti. E' obbligatorio transitare in prossimità dei punti di controllo andando al passo, senza correre e con il pettorale ben visibile posto o sulla gamba o sul petto. E' consigliabile accertarsi di essere stati registrati correttamente in quanto, **in caso di mancata registrazione o mancato passaggio a un punto di controllo, viene applicata la squalifica.**

Ogni corridore ferito o in difficoltà, può chiedere il soccorso dell'Organizzazione:

- presentandosi ad un punto di controllo ufficiale
- chiamando un numero dell'organizzazione
- chiedendo ad un altro corridore di avvisare i soccorsi

E' doveroso e obbligatorio prestare assistenza a tutte le persone in difficoltà e se necessario avvisare i soccorsi. Nel caso in cui un concorrente abbia perso del tempo per soccorrere un altro concorrente ferito o in difficoltà, può richiedere alla Giuria di Gara la riduzione del tempo impiegato sulla classifica ufficiale.

EQUIPAGGIAMENTO OBBLIGATORIO E CONSIGLIATO

E' importante sapere che in caso di necessità di soccorso, la morfologia del territorio o le condizioni meteo del momento potrebbero far aspettare i soccorsi più a lungo del previsto. **In questo scenario la sicurezza dipende dal materiale che si ha nello zaino.**

Alla partenza della gara e alla partenza da ogni punto di ristoro è obbligatorio avere con sé il seguente materiale:

"Gir Lung"

- pettorale di gara con numero ben visibile
- almeno 1 litro di liquidi
- giacca antivento
- coperta termica
- riserva alimentare
- fischietto di emergenza
- telefono cellulare con registrati i numeri dell'organizzazione

"Gir Cùrt"

- pettorale di gara con numero ben visibile
- almeno mezzo litro di liquidi
- giacca antivento
- coperta termica
- riserva alimentare
- fischietto di emergenza
- telefono cellulare con registrati i numeri dell'organizzazione

"Gir Vulei competitivo" e "Gir Vulei NON competitivo":

- pettorale di gara con numero ben visibile
- almeno mezzo litro di liquidi
- telefono cellulare con registrati i numeri dell'organizzazione

Al momento del ritiro del pettorale il concorrente deve sottoscrivere l'impegno a portare con se, per tutta la durata della gara, il materiale obbligatorio controllato.

Alla partenza e lungo il percorso sono eseguiti dei controlli almeno a campione sul materiale obbligatorio.

In caso di condizioni meteo particolari l'Organizzazione può variare il materiale obbligatorio, in tal caso verrà data adeguata comunicazione ai concorrenti.

- **E' prevista la squalifica in caso di rifiuto di sottoporsi al controllo.**
- **E' prevista la squalifica in caso di mancanza del materiale obbligatorio di sicurezza (giacca antivento, coperta termica) e la penalizzazione di 30 minuti in caso di mancanza dell'altro materiale obbligatorio predetto.**

E' fortemente consigliato partire portando con sé anche il seguente materiale:

- barrette energetiche o alimenti solidi
- maglia maniche lunghe o indumento caldo





- giacca impermeabile
- recipiente per bere lungo il percorso diverso da borracce o camelbag
- pila frontale con batterie installate e di ricambio.
- pantaloni lunghi o pantaloni 3/4 + gambali in modo da riparare l'intera gamba da condizioni meteo avverse.
- cartina del percorso o traccia GPS caricata su dispositivo portatile

E' consentito l'uso dei bastoncini alla condizione che si devono tenere dal momento della partenza fino all'arrivo. E' vietato farseli portare o abbandonarli lungo il percorso.

E' vietato l'uso di mezzi di trasporto.

AMBIENTE

La corsa si svolge in ecosistemi naturali. I concorrenti devono tenere un comportamento rispettoso dell'ambiente, evitando in particolare di disperdere rifiuti, raccogliere fiori e molestare la fauna.

E' prevista la squalifica in caso di abbandono volontario di rifiuti lungo il percorso.

UTILIZZO LOCALI E DOCCE

Viene concesso l'uso della palestra come luogo riparato per pernottare. I locali sono dotati di servizi igienici. Non sono fornite brandine o materassini.

L'Organizzazione non è responsabile per eventuali furti o danni di oggetti lasciati incustoditi.

In un locale sorvegliato è attivo il **servizio di deposito borse** dove gli atleti in possesso di pettorale possono lasciare, per la durata della gara, un borsone per persona con dimensioni massime di 40x40x80cm circa.

E' obbligatorio lasciare i locali così come sono stati trovati, senza abbandonare rifiuti e ripulendo gli spazi, attrezzature e servizi utilizzati.

METEO

In caso di fenomeni meteo importanti (nebbia fitta, forti temporali, ecc.), l'organizzazione si riserva di effettuare anche all'ultimo minuto variazioni di percorso in modo da eliminare potenziali pericoli o condizioni di forte disagio per i partecipanti. L'Organizzazione si riserva inoltre di sospendere o annullare la gara nel caso in cui le condizioni meteorologiche possano mettere a rischio l'incolumità dei partecipanti o dei soccorritori.

Le eventuali variazioni saranno comunicate in modo chiaro e nel più breve tempo possibile ai partecipanti anche tramite addetti sul percorso nel caso in cui la gara sia in corso.

In questi casi non è previsto alcun tipo di risarcimento ai concorrenti.

PENALITA' E SQUALIFICHE

Gli addetti dell'Organizzazione presenti sul percorso sono autorizzati a verificare il rispetto del regolamento da parte dei corridori e comunicare alla giuria di corsa le infrazioni riscontrate. La giuria di corsa applica le penalità in base alla tabella seguente. Le penalità di tempo sono applicate immediatamente al termine della gara o nei giorni successivi con maggiorazione del tempo riportato sulla classifica ufficiale.

INFRAZIONE AL REGOLAMENTO	PENALITA' - SQUALIFICA
Abbandono volontario di rifiuti	squalifica
Partenza da un punto di controllo oltre l'ora limite	squalifica
Taglio di un tratto di percorso superiore a 1 km	squalifica
Mancato passaggio ad un posto di controllo	squalifica
Rifiuto a farsi controllare	squalifica
Assenza di materiale obbligatorio di sicurezza : giacca antivento, coperta termica	squalifica
Imbrogli: utilizzo di un mezzo di trasporto, condivisione o scambio di pettorale	squalifica e interdizione a vita
Insulti e minacce a volontari o addetti dell'Organizzazione	squalifica e interdizione a vita
Omissione di soccorso ad un corridore in difficoltà	penalità : 1 ora





Assistenza di accompagnatori	penalità : 1 ora
Taglio di un tratto di percorso inferiore a 1 km	penalità : 1 ora
Utilizzo di bastoncini che non siano stati portati fin dall'inizio della gara	penalità : 1 ora
Assenza di altro materiale obbligatorio: riserva idrica minima prevista, fischietto di emergenza, telefono cellulare	penalità : 30 minuti
Pettorale di gara con numero non visibile	penalità : 15 minuti

RECLAMI

Sono accettati solo reclami scritti entro 30 minuti dall'ora di arrivo dell'ultimo concorrente, con consegna di cauzione di €50.00.

GIURIA

La giuria è composta:

- dal direttore della corsa
- dal coordinatore responsabile della sicurezza
- dal responsabile dell'equipe medica
- dai responsabili dei posti di controllo della zona in causa
- da tutte le persone competenti designate dal presidente del comitato Organizzatore.

La giuria è abilitata a deliberare in un tempo compatibile con gli obblighi della corsa su tutti i litigi o squalifiche avvenuti durante la corsa. Le decisioni prese sono senza appello.

ASSICURAZIONE

L'organizzazione sottoscrive un'assicurazione di responsabilità civile e a tutela dei partecipanti 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. Al momento del ritiro del pettorale di gara il concorrente deve sottoscrivere una liberatoria di scarico responsabilità.

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 ritraggono in occasione della partecipazione al Trail del Monte Soglio.

DICHIARAZIONE DI RESPONSABILITA'

La volontaria iscrizione e la conseguente partecipazione alla corsa indicano la piena accettazione senza riserve del presente regolamento e dell'etica della corsa, consultabili su www.trailmontesoglio.it.

Con l'iscrizione, il partecipante esonera gli organizzatori da ogni responsabilità, sia civile che penale, per danni a persone e/o cose da lui causati o a lui derivati, prima durante e dopo la corsa e rinuncia a qualsiasi richiesta di risarcimento.

