

REGOLAMENTO BOLCA TRAIL RUN 2019

25KM – 45KM

ORGANIZZAZIONE

G.S.D. VALDALPONE TRAIL TEAM – VIA DANTE 41/C – 37032 – MONTEFORTE D'ALPONE – VERONA

FAX 045-6103277

RESPONSABILE: GIOVANNI PRESSI 349-0854525

Gara omologata CSI con cronometraggio SDAM, inserita nel calendario Iuta 2019 e prova di Grand Prix Iuta 2019 di UltraTrail.

DATA E ORARI

Domenica 12 Maggio 2019

Ore 6.30	Ritrovo presso il museo dei fossili di Bolca, colazione e distribuzione pettorali
Ore 8.00	Partenza in linea dallo stesso luogo
Ore 11.00	Inizio pasta party nella zona d'arrivo situata nel paese di Bolca
Ore 12.00	Premiazioni percorso dei 25km
Ore 14.30	Premiazioni percorso dei 45km
Ore 15.00	Chiusura arrivi 25km
Ore 18.00	Chiusura arrivi 45km

ISCRIZIONI

Per il percorso dei 25km la quota di iscrizione è di € **25,00** fino al 31 Marzo, € **30,00** dal 1 Aprile al 8 Maggio. Per il percorso dei 45km la quota di iscrizione è di € **30,00** fino al 31 Marzo, € **35,00** dal 1 Aprile al 8 Maggio. Le iscrizioni chiuderanno alla quota prevista di 500 atleti. Obbligatorio il certificato medico valido almeno fino al 12 Maggio 2019.

PERCORSO

La manifestazione si svolge su un percorso montano, prevalentemente sterrato, attraverso le prealpi veronesi e vicentine. Il tracciato impegnativo richiede particolare attenzione e il rispetto dell'ambiente dato che si percorreranno sentieri, boschi, pinete e luoghi suggestivi e caratteristici dei monti Lessini; l'organizzazione raccomanda pertanto un'adeguata preparazione fisica ed un adeguato abbigliamento tecnico in base alle condizioni meteorologiche.

Il dislivello positivo è di 1500mt per il percorso dei 25km e di 3200mt per il percorso dei 45km. La corsa partirà di fronte al museo dei fossili di Bolca. La deviazione per il percorso dei 45km sarà posta attorno al 14° km; nel percorso dei 25km sono previsti 3 ristori, che arrivano a 6 nei 45km, alcuni provvisti di sole bevande, altri provvisti di sali, bevande e alimenti vari. **ATTENZIONE** tutti i ristori sul percorso sono sprovvisti di bicchieri.

Ristori dei 25km

- Pasquali 6,5° km
- Campofontana 15° km
- Roncari 22° km

Ristori dei 45km

- Pasquali 6,5° km
- Malga Porto di Sopra 15° km
- Malga Fraselle di Sopra 24° km
- Rif Monte Torla 33° km
- Campofontana 35° km
- Roncari 42° km

Per quanto riguarda l'Ultra trail, saranno posti due cancelli orari attorno al 14° km, tale cancello dovrà essere oltrepassato entro 3,30 ore dalla partenza; e al 31° km, tale cancello dovrà essere oltrepassato entro 7 ore dalla partenza.

ALTRE REGOLE

L'organizzazione riterrà conclusa la manifestazione sportiva allo scadere del tempo massimo e/o all'arrivo del personale che ha il compito di chiudere il percorso (carro scopa). Tutti i partecipanti che dovessero risultare sui percorsi dopo la chiusura della manifestazione dovranno ritenersi squalificati dalla manifestazione stessa, esonerando gli organizzatori da qualsiasi responsabilità civili e/o penale che il concorrente squalificato potrebbe causare a se stesso e/o a terzi.

Per tutti i concorrenti è **obbligatorio** l'uso del cellulare, con il quale, se necessario, sarà possibile contattare il soccorso dell'organizzazione, mediante il numero stampato sul pettorale.

Considerato che la gara/manifestazione si svolgerà su percorsi sterrati e lontani da collegamenti stradali, il partecipante è consapevole che un eventuale intervento per infortunio o malore che dovesse incorrere durante la gara, non potrà essere tempestivo, pertanto solleva gli organizzatori da qualsiasi responsabilità civile o penale; si garantisce comunque che sarà fatto tutto il necessario per poter intervenire, compatibilmente con le difficoltà della zona.

Materiale obbligatorio

Per la partecipazione è fondamentale fornirsi del seguente materiale obbligatorio:

- Cellulare
- Telo Termico (in caso di condizioni meteo avverse)
- Scarpe da trail
- Giacca antivento, solo nel caso in cui il meteo non dovesse essere favorevole per la giornata di gara
- Almeno una borraccia contenente 0.5 lt di acqua o Sali
- Bicchieri o borraccia a bocca larga

Materiale facoltativo

- Bastoncini da tenere sempre al seguito.

Penalità e squalifiche

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

- mancato passaggio da un punto di controllo
- partenza da un posto di controllo dopo la barriera oraria

- taglio del percorso di gara
- uso di assistenza personale al di fuori dei punti consentiti
- mancato rispetto del divieto di farsi accompagnare lungo il percorso
- 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
- per la mancanza anche di un solo punto del materiale obbligatorio
- scambio pettorale
- sprovvisti del materiale obbligatorio durante un controllo

Inoltre, il concorrente che desidera utilizzare i bastoncini deve tenerli con se per tutta la durata della corsa.

RICONOSCIMENTI

Percorso 25km:

Premi in natura ai primi 10 uomini e 5 donne.

Percorso 45km:

Premi in natura ai primi 10 uomini e 5 donne.

CONSEGNA BORSE

Alla partenza presso il museo dei fossili di Bolca si potranno consegnare le borse per il cambio indumenti. Sempre nella stessa zona sarà possibile usufruire di docce e di servizi igienici.

AMBIENTE

I concorrenti dovranno tenere un comportamento rispettoso dell'ambiente; chiunque sarà sorpreso ad abbandonare rifiuti lungo il percorso sarà squalificato dalla gara. La Bolca Trail run aderisce alla campagna promossa da spirito Trail *"lo non getto i miei rifiuti"*

PERNOTTAMENTO

Possibilità di pernottare gratuitamente la notte di sabato presso la "vecchia Casara" di Bolca fino ad esaurimento posti: richiesta la prenotazione al numero 3490854525 (Pressi Giovanni).

Possibilità anche di pernottare a prezzi agevolati presso gli alberghi della zona: informazioni e prenotazioni al 045-6560013 o 3486806126 (Presa Stefano).

Nella serata di sabato, alle ore 20, è previsto un pasta-party gratuito per tutti i concorrenti offerto dalla Pro Loco di Bolca.

Gruppo Sportivo Dilettantistico VALDALPONE DE MEGNI

Via Dante Alighieri, 41 37032 MONTEFORTE D'ALPONE - VR

Tel.-Fax 045 9586408 info@montefortiana.org

www.montefortiana.org