

## REGOLAMENTO Menzel El Emir Night Trail 5^ edizione 29 Giugno 2019

### ART 1. INFORMAZIONI GENERALI

L'Associazione Sportiva Dilettantistica Marathon Misilmeri in collaborazione con il Comune di Misilmeri e sotto legida dall'ACSI organizza per Sabato 29 Giugno 2019 la quinta edizione della manifestazione podistica Menzel El Emir "night trail" Inserita nel circuito TRAIL SICILIA CHALLENGE 2019

Questo evento sportivo prevede un trail di 20 km, un walk trail di 11 km e un Nordik Walking da 5 km. Durante la manifestazione viene percorsa, la strada che dalla piazza porta al castello degli emiri, una vecchia via di pietra molto caratteristica, dal castello si sale sino al complesso boschivo di Montagna Grande, dopo aver percorso circa 17 km si ritorna sulla strada per arrivare al centro abitato.

### ART 2. GARE E ORARI DI PARTENZA

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

1. Menzel Trail 20 km. = 1360 D+ per Trailer con esperienza
2. Menzel Walk trail 11 Km. = 500 D+ per tutti
3. Nordic Walking 5 km per tutti

Orari di partenza:

1. ore 1730- inizio distribuzione pettorali
2. ore 18.30 merenda di benvenuto
3. ore 20,15 – BRIEFING trail e walk trail
4. ore 20,45 partenza trail, walk trail e Nordik Walking
5. ore 23,00 pasta party
6. ore 23,30 premiazioni

### ART 3. CONDIZIONI DI PARTECIPAZIONE

È necessario:

- essere assolutamente coscienti della lunghezza e della specificità della gara ed essere perfettamente preparati.
- aver acquisito, prima della corsa, una reale capacità d'autonomia personale in montagna per potere gestire al meglio i problemi legati a questo tipo di prove.
- semi-autonomia è intesa, come la capacità di essere autonomi tra due punti di ristoro che sono approvvigionati con bibite e cibo da consumare sul posto, saper affrontare da soli, senza aiuto, essere in grado di gestire, anche se si è isolati, i problemi fisici o psicologici dovuti ad una eccessiva stanchezza.
- Ogni corridore deve portare con sé, tutto l'equipaggiamento obbligatorio.

- Lampada frontale con batterie cariche
- Riserva idrica di almeno ½ litro ( non saranno presenti bicchieri nei ristori )
- Scarpe da trail

### ART 4. ISCRIZIONI

ENTRO E NON OLTRE LE ORE 24,00 di Giovedì 27 Giugno 2019

Possono iscriversi gli atleti tesserati per una società sportiva affiliata ad un ente di promozione sportiva o federazione che prevede la copertura assicurativa per la disciplina.

Possono partecipare coloro che abbiano una tessera con un EPS che abbiano un certificato medico in corso di validità (da consegnare in copia, non è ritenuta sufficiente la sola presentazione seppur dell'originale).

Limiti di età:

Possono partecipare gli atleti che abbiano compiuto 18 anni al momento dell'iscrizione.

Quote d'iscrizione:

1.Trial 20 Km = **15,00€ Amatori Agonisti**: Servizio di cronometraggio e stesura classifica

Gadget di benvenuto con prodotti tipici

Assistenza sanitaria

ristori in gara, pasta party open per atleti e accompagnatori

2. Walk trail 11 Km = **5,00 € senza pacco gara 15,00 € con pacco gara**

### **3. Nordik Walking 5 km = 5,00 € senza pacco gara 15,00 € con pacco gara**

L'iscrizione avviene via internet al sito: [www.speedpass.it](http://www.speedpass.it) la procedura di iscrizione on-line Il format, dovrà essere accompagnato dalla ricevuta di pagamento e dovrà esserci corrispondenza tra numero di quote pagate e nominativi degli atleti. Per gli atleti liberi oltre la ricevuta di pagamento dovranno allegare copia del certificato medico e copia della tessera dell'EPS o Federazione.

L'iscrizione si intende completata solo al momento del pagamento e sarà verificabile dalla starting list che si aggiorerà periodicamente pubblicata sulla sezione dedicata del sito [www.speedpass.it](http://www.speedpass.it)  
[www.trailsicilachallenge.it](http://www.trailsicilachallenge.it)

Il pacco gara è assicurato ai primi **150 ISCRITTI**, superato tale numero di iscritti si avrà diritto ai servizi e non al Gadget di benvenuto.

**Ritiro Pacchi Gara:** Sabato ore 17:30 alle 19:30.

**Le iscrizioni si chiudono** Giovedì 27 Giugno 2019 ore 24.00

**C/C IBAN:** [IT80Q0301503200000003604599](http://IT80Q0301503200000003604599)

**Intestato:** A.S.D. MARATHON MISILMERI

**Casuale:** Iscrizione (menzel el emir night trail)

**Presso PERCORRERE**  
via Croce Rossa,185 Palermo

**Presso Sport e Nutrition**  
via Vincenzo Di Marco, 35 Palermo

**Presso DIFFERENT**  
Via: Via Carso,79 Misilmeri

L'iscrizione è personale e definitiva, non sono ammessi scambi di pettorale e/o sostituzioni di nominativi. Non è prevista la possibilità di annullamento dell'iscrizione ed in caso di mancata partecipazione non sarà effettuato alcun rimborso delle somme pagate.

#### **ART 5 PETTORALE**

Il pettorale deve essere portato in modo tale di essere sempre ed interamente visibile nella sua totalità durante tutta la corsa, deve essere quindi posizionato sopra tutti gli indumenti ed in nessun caso fissato sul sacco o su una gamba (questo anche per facilitare i controlli sul percorso senza essere fermati).

#### **ART 6. EQUIPAGGIAMENTO**

La partecipazione a queste gare prevede l'utilizzo di materiale obbligatorio che il concorrente deve avere sempre con se nel corso di tutto il percorso. Il materiale indicato rappresenta un minimo vitale che consente di affrontare la prova in sicurezza ma che deve essere integrato in funzione delle singole esigenze.

#### **Equipaggiamento obbligatorio relativo al Trail 20 km**

- Telefono cellulare inserire i numeri di emergenza dell'Organizzazione, tenere telefono sempre acceso, non mascherare il numero e partire con la batteria carica.
- Borraccia o Camel Bag con riserva d'acqua di almeno 1/2 litro
- Fischietto
- Lampada frontale con pile cariche

#### **Equipaggiamento obbligatorio relativo al WalkTrail 11 km**

- Telefono cellulare inserire i numeri di emergenza dell'Organizzazione, tenere telefono sempre acceso, non mascherare il numero e partire con la batteria carica. - Borraccia o Camel Bag con riserva d'acqua di almeno 1/2 litro
  - Fischietto
  - Lampada frontale con pile cariche
- Equipaggiamento obbligatorio relativo al Nordik Walking 5 Km**
- Telefono cellulare inserire i numeri di emergenza dell'Organizzazione, tenere telefono sempre acceso, non mascherare il numero e partire con la batteria carica. - Borraccia o Camel Bag con riserva d'acqua di almeno 1/2 litro

- Fischietto
- Lampada frontale con pile cariche

#### ART 7. CANCELLI E TEMPO MASSIMO

Saranno classificati tutti gli atleti giunti al traguardo

#### ART 8. PERCORSO E SEGNALLETICA

I concorrenti dovranno rispettare rigorosamente il percorso di gara, segnalato con cartelli, nastro e tondini rifrangenti che verranno mostrati durante il briefing, per il rispetto dell'ambiente verrà utilizzata segnaletica rimovibile costituita da nastri, frecce e pittura ecologica.

Al termine della manifestazione sarà cura dell'organizzazione provvedere al loro recupero.

L'allontanamento dal tracciato ufficiale, oltre a comportare la squalifica dall'ordine di arrivo, avverrà ad esclusivo rischio e pericolo del concorrente.

#### ATTENZIONE SE NON VEDETE PIU' ALCUN SEGNALE TORNATE INDIETRO

#### ART 9. SICUREZZA E ASSISTENZA MEDICA

Sul percorso saranno presenti addetti dell'organizzazione e saranno predisposti lungo tutto il percorso

Ogni corridore in difficoltà, potrà chiamare i soccorsi:

- presentandosi ad un posto ai punti di ristoro
- chiamando i numeri di soccorso
- chiedendo ad un altro corridore di avvisare i soccorsi

Ogni corridore deve prestare assistenza a tutte le persone in difficoltà ed avvisare i soccorsi.

Un corridore che fa appello ad un medico o ad un soccorritore si sottomette di fatto alla sua autorità e si impegna a rispettare le sue decisioni.

Tutti i concorrenti ai fini della sicurezza devono rimanere sui sentieri tracciati.

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

#### ART 10. PUNTI DI CONTROLLO E RISTORI

Lungo il tracciato saranno istituiti dei punti di controllo, dove addetti dell'organizzazione monitoreranno il passaggio degli atleti. L'atleta che si opporrà al controllo verrà immediatamente squalificato.

Nonostante le gare siano in semi-autonomia, saranno comunque istituiti ristori con liquidi e solidi lungo il percorso.

#### ART 11. AMBIENTE

I concorrenti dovranno tenere un comportamento rispettoso dell'ambiente, evitando in particolare di disperdere rifiuti o molestare la fauna.

Ad ogni ristoro ufficiale saranno presenti bidoni per gettare i bicchieri o quant'altro utilizzato durante il rifocillamento.

Chiunque sarà sorpreso ad abbandonare rifiuti lungo il percorso sarà squalificato dalla gara.

La manifestazione aderisce alla campagna "io non abbandono i rifiuti".

#### ART 12. PREMI Trail

Non verrà distribuito nessun premio in denaro.

Saranno premiati il primo uomo e la prima donna assoluta

Saranno premiati i primi 3 di ogni categoria maschile e femminile

#### ART 13. SERVIZI

I servizi a disposizione degli atleti saranno:

- Ristori: al 5 km, 10 km e 15 km
- Deposito borse non custodito
- pasta party
- Servizio scopa
- assistenza sanitaria

#### ART 14. RECLAMI

L'organizzazione, in sintonia con lo spirito Trail, si auspica una completa correttezza da parte degli atleti, scongiurando reclami insignificanti ma augurandosi di avere suggerimenti costruttivi per le manifestazioni future.

#### ART 15. DIRITTI D'IMMAGINE E DICHIARAZIONE DI RESPONSABILITA'

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 alla manifestazione.

La volontaria iscrizione e la conseguente partecipazione alla corsa indicano la piena accettazione del presente regolamento e delle modifiche eventualmente apportate.

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.

La partecipazione ad una delle manifestazioni comporta l'accettazione senza riserve del presente regolamento.

#### Art. 16 AUTORIZZAZIONE PRIVACY

Leggendo ed accettando (in fase di registrazione) il concorrente autorizza il trattamento dei dati personali ai sensi del D.Lgs 30/06/2003 n. 196 e s.m.i. "Codice in materia di protezione dei dati personali".

Associazione Sportiva Dilettantistica Marathon Misilmeri

Via Segesta n. 3 - 90036 Misilmeri (Pa) C.F. 94004150820

Info: [enzolascala@tiscali.it](mailto:enzolascala@tiscali.it)