



Regolamento 3 PONTI TRAIL

Gara competitiva di trail running di 10 km (450 D+) 2° edizione

15 Agosto 2025 –

(gara aperta a tutti gli atleti nati dal 2009 e annate antecedenti con certificato medico agonistico per “Atletica Leggera” in corso di validità).

17^ Prova Gran Prix UISP RE

PROGRAMMA

Ore 09.00 Ritrovo presso Area di Partenza via Don Luca Pallai – Collagna e inizio Ritiro pettorali e iscrizioni in loco

Ore 09.50 Briefing pre-gara

Ore 10:00 Partenza competitiva di trail running di 10 km

Ore 10:10 Partenza camminata non competitiva di circa 3 km

Ore 12:00 Premiazioni

Art. 1 INFORMAZIONI GENERALI

Il **Casarola Team Asd** organizza per venerdì 15 agosto, la seconda edizione del "**3 Ponti Trail**", gara podistica di trail running che attraversa i sentieri e il borgo storico di Collagna, nel contesto dell'Appennino Tosco Emiliano.

Sarà disputata una gara competitiva, con partenza alle ore 10.00, di km 10 e dislivello positivo di circa 450 m.

Per la partecipazione alla gara è necessaria esperienza di corsa in natura, adeguato allenamento ed abbigliamento idoneo alla temperatura della giornata ed alle condizioni del terreno.

Art. 2 ISCRIZIONI

Alla gara potranno iscriversi tutti gli atleti nati dal 2009 ed antecedenti tesserati e non in possesso del certificato medico sportivo per l'attività agonistica **atletica leggera** in corso di validità il giorno della gara.

Si potrà effettuare la preiscrizione online sul sito www.irunning.it/emiliaromagna **entro Mercoledì 13 Agosto alle ore 23.59** al costo di € 10,00

Sono ammesse iscrizioni il giorno della gara entro le ore 9:45 presso l'area partenza con

certificazione medica valida per la gara al costo di € 12,00

Camminata attraverso il “percorso della salute” ed il centro storico di Collagna di circa 3 km non competitiva con iscrizioni in loco la mattina della gara al costo di € 3,00

Per informazioni circa le iscrizioni, inviare una mail a: casarolateam@gmail.com o telefonicamente al numero 3282716098

Art. 3 QUOTE DI ISCRIZIONE:

Gara competitiva di 10 km: € 10,00 preiscrizioni entro mercoledì 13 agosto alle ore 23.59 con pagamento tramite bonifico bancario alle coordinate comunicate al momento dell'iscrizione

€ 12,00 il giorno della gara presso la zona partenza

€ 5,00 per iscritti al solo Gran Prix

Camminata non competitiva di 3 km circa: € 3,00

La quota di iscrizione **competitiva** comprende: accoglienza atleti, pettorale di gara, classifica, assistenza, ristoro lungo il percorso ed a fine gara, presidio sanitario di emergenza, spogliatoi, docce e pacco gara.

La quota di iscrizione della **camminata non competitiva** comprende: assistenza e ristoro in zona partenza/arrivo, presidio sanitario di emergenza, spogliatoi, docce e un riconoscimento di partecipazione.

La quota di iscrizione non è rimborsabile in caso di mancata partecipazione alla gara.

Art. 4 CERTIFICAZIONE MEDICA

Sul portale I.Running Emilia-Romagna sono già caricate le informazioni relative alla scadenza della certificazione medica degli atleti. In mancanza di certificato, è' obbligatorio allegare in fase di iscrizioni una copia del certificato medico agonistico per l'ATLETICA LEGGERA in corso di validità al giorno della gara. Non sarà sufficiente presentare la tessera Fidal o Runcard o di altro ente di promozione sportiva.

Non sarà pertanto consentita la partecipazione alla gara competitiva a chi non fornirà copia del certificato.

Art. 5 RITIRO PETTORALE E PACCO GARA

Le operazioni di **ritiro del pettorale** avverranno presso la zona del campo bocce di Collagna (presso via Don Luca Pallai,) il giorno della gara dalle ore 09.00.

Per il ritiro del pettorale l'atleta dovrà essere in regola per quanto riguarda la certificazione medica sportiva **agonistica per “atletica leggera”**.

Il **pacco gara** è garantito ai primi 100 iscritti e verrà consegnato al termine della gara previa riconsegna del chip

Art. 6 PARTENZA

Prima della partenza della gara competitiva verrà eseguito il briefing di gara e la spunta degli atleti. I concorrenti dovranno presentarsi alla partenza per il briefing **10 minuti prima dell'inizio** della gara, ovvero alle 09.50.

L'arrivo sarà nello stesso luogo della partenza.

Art. 7 PERCORSO

Il "Caasarola Team ASD" richiede un'attenta valutazione ed un adeguato equipaggiamento in relazione alle condizioni meteo e di percorso, oltre ad un'adeguata preparazione fisica per fronteggiare le salite e discese ed il tipo di terreno di gara.

NB: in caso di maltempo, e per ragioni di sicurezza per gli atleti e per il personale di servizio, gli organizzatori si riservano il diritto di sospendere la prova, modificare il percorso e la distanza totale o ritardare l'orario di partenza. Gli atleti saranno informati delle variazioni prima della partenza.

Il percorso consiste in una serie di strade sterrate o ghiaiate, tratti di sentieri boschivi e tratti su strade asfaltate presidiate da personale dell'organizzazione.

Essendo le strade pubbliche aperte al traffico veicolare, gli atleti sono tenuti al rispetto del codice della strada ed a porre particolare attenzione sui tratti asfaltati ed attraversamenti.

Art. 8 SICUREZZA E CONTROLLO

Sul percorso saranno presenti addetti dell'organizzazione in costante contatto con la base.

In zona arrivo sarà presente un'ambulanza ed un medico.

Scopa: la gara sarà seguita da personale che fornirà il servizio scopa di chiusura gara.

L'abbandono della gara sarà possibile presso il punto di ristoro, situato a metà gara, da cui verrà predisposto il rientro dell'atleta con i mezzi dell'organizzazione o i mezzi di soccorso.

Il pettorale deve essere ben visibile nella sua totalità durante la corsa in quanto lungo il tracciato saranno istituiti dei punti di controllo, dove addetti dell'organizzazione monitoreranno il passaggio degli atleti.

NON RIMUOVERE, PENA SQUALIFICA, IL CHIP DAL PETTORALE. Lo stesso andrà riconsegnato, al personale preposto, al ritiro del pacco gara.

Art. 9 AMBIENTE

La corsa si svolge in zone montane agricole ed i concorrenti dovranno tenere un comportamento rispettoso dell'ambiente evitando in particolare di calpestare colture, disperdere rifiuti, raccogliere fiori o molestare la fauna. Chiunque sarà sorpreso ad abbandonare rifiuti lungo il percorso sarà squalificato dalla gara e incorrerà nelle eventuali sanzioni previste dai regolamenti comunali.

Art. 10 METEO

In caso di fenomeni meteo importanti (vento, forti temporali), 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 ed il personale di servizio. Le eventuali variazioni saranno comunicate ai partecipanti e segnalate dagli addetti. L'organizzazione si riserva inoltre di sospendere o annullare la gara nel caso in cui le condizioni meteorologiche mettessero a rischio l'incolumità dei partecipanti o dei soccorritori.

Art. 11 MATERIALE OBBLIGATORIO E CONSIGLI

È fortemente consigliato portare con sé Scarpe da Trail running

È obbligatorio avere il Pettorale posizionato sul petto, in posizione visibile.

È inoltre consigliato, a seconda delle condizioni meteo del momento, partire con il seguente materiale: cappello o bandana, borraccia, barrette energetiche ed eventuale giacca/smanicato antivento.

Art. 12 TEMPO MASSIMO

Il tempo massimo per giungere all'arrivo della gara da 10 km, ed essere inserito in classifica, è di 2 ore 15 minuti.

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

Art. 13 RISTORI

È previsto 1 ristoro sulla gara competitiva situato circa al km 5, fornito di acqua, bevande ed alcuni prodotti alimentari confezionati.

Art. 14 PREMI e ORARI PREMIAZIONI

Le premiazioni inizieranno indicativamente alle ore 12.00.

Saranno assegnati premi ai primi 5 uomini e alle prime 5 donne della classifica assoluta.

Saranno inoltre assegnati premi in natura al primo della classifica over 60 anni maschile e alla prima della classifica over 60 femminile.

PER I GRUPPI. Sarà premiato il primo gruppo più numeroso

Art. 15 SQUALIFICHE

È prevista la squalifica immediata per le seguenti infrazioni:

- per i concorrenti sorpresi a gettare rifiuti lungo il percorso;
- scambio/cessione di pettorale;
- taglio di percorso;
- mancato soccorso ad un concorrente in difficoltà;
- insulti o minacce ad organizzatori, volontari o ad altri concorrenti;
- utilizzo di mezzi di trasporto;
- rifiuto di sottoporsi a controlli sanitari richiesti dal personale medico;
- rimozione del chip dal pettorale.

Art. 16 DIRITTI DI IMMAGINE

Con l'iscrizione, i concorrenti **di qualunque età**, 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 “3 PONTI TRAIL”.

Servizio fotografico gratuito a cura di Modena Reggio Corre.

Le foto saranno reperibili e scaricabili gratuitamente sul sito di Reggio Corre e sui social/sito degli organizzatori.

Art. 17 DICHIARAZIONE DI RESPONSABILITA'

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. Eventuali reclami potranno essere accettati solo il giorno della manifestazione dietro presentazione di un documento di identità.

Art. 18 ETICA TRAIL

Il rispetto e la collaborazione fra le persone sono alla base dell'etica Trail; ogni concorrente ha il DOVERE di prestare soccorso ad un altro atleta in difficoltà ed avvisare il più vicino punto di soccorso, pena la squalifica dalla gara. Parimenti è dovuto il massimo rispetto ai giudici, ai volontari e al personale di servizio.

N.B. È istituito un numero per eventuali richieste di soccorso/emergenza da parte dell'atleta durante la gara. Il numero è 3282716098

Info Manifestazione: casarolteam@gmail.com o ai numeri 3282716098 / 3393373163