

# CANOSSA TRAIL MARATHON

Programma e Regolamento

**DOMENICA 26 OTTOBRE 2025**

**“CANOSSA TRAIL MARATHON” E**

**“CANOSSA MINI TRAIL”**

**Corsa competitiva in semi-autonomia in natura**, volta alla promozione dello sport e del territorio nelle Terre Matildiche di Canossa, valorizzando le risorse turistiche e naturalistiche dei Comuni attraversati dalla manifestazione.

**EVENTI COLLATERALI**

**VENERDÌ 24 OTTOBRE 2025**

**PROMOZIONE SPORTIVA NELLE SCUOLE**

**Staffettone Canossano** - Corsa con cambi di atleti, Via Frassati a Vezzano Sul Crostolo.

**Vertical Sprint** – Corsa in Salita, Via Frassati a Vezzano Sul Crostolo.



# REGOLAMENTO

Atletica Reggio ASD organizza, in collaborazione con gli Enti e le Associazioni locali, gli sponsor, i Volontari e le tante persone che amano lo sport:

**La quarta edizione di “Canossa Trail Marathon”**, gara podistica in collina con percorso in ambiente naturale su sentieri, carraie, ex mulattiere e attraversamenti stradali, quasi totalmente sterrato, con tratti asfaltati o pavimentati inferiori al 20% della distanza complessiva.

**La seconda edizione di “Canossa Mini Trail”**, corsa riservata alle categorie giovanili.

L'Organizzazione si riserva il diritto di modificare il presente regolamento in qualsiasi momento e in ogni sua parte.

# “CANOSSA TRAIL MARATHON”

## INFORMAZIONI GENERALI

Percorsi	PERCORSO LUNGO, Trail KM 42	PERCORSO MEDIO, Trail KM 24	PERCORSO CORTO, Trail KM 12,5
Nome gara	Castello di Rossena	Castello di Canossa	Monte Gesso
Tipo gara	Trail	Trail	Trail
Lunghezza	42 km	24 km	12,5 km
Dislivello positivo D+	2100 m	1150 m	650 m
Pettorali a disposizione	100	200	150

## PROGRAMMA

Percorsi	PERCORSO LUNGO, Trail KM 42	PERCORSO MEDIO, Trail KM 24	PERCORSO CORTO, Trail KM 12,5
Data/Ora ritrovo pre-gara	26/10/25 dalle ore 07:30		
Luogo ritrovo pre-gara	Piazza Vittoria, Vezzano Sul Crostolo		
Data/Ora briefing pre-gara e controllo materiale	26/10/25 Ore 08:15 ca.	26/10/25 Ore 08:45 ca.	26/10/25 Ore 08:45 ca.
Luogo briefing pre-gara e controllo materiale	Piazza Vittoria, Vezzano Sul Crostolo		
Data/Ora partenza	26/10/25 Ore 08:30	26/10/25 Ore 09:00	26/10/25 Ore 09:00
Luogo partenza e arrivo	Piazza Vittoria, Vezzano Sul Crostolo		
Cancelli orari - si veda mappa	Km. 9,00 (bivio percorsi medio e lungo – località Casa Querceto): 1h45’; Km. 32,00 (Canossa): 6h00’	Km. 9,00 (bivio percorsi medio e lungo – località Casa Querceto)	-
Tempo massimo per entrare in classifica	8h00’		
Ristori (oltre all’arrivo) - si veda mappa	KM 5 – 11 – 16,5 – 21,5 – 27,5 – 32 – 38,5	KM 5 - 13,5 – 20	KM 5 – 8,5

Eventuali variazioni di orario saranno comunicate per tempo.

## ISCRIZIONI

Percorsi	PERCORSO LUNGO, Trail KM 42	PERCORSO MEDIO, Trail KM 24	PERCORSO CORTO, Trail KM 12,5
Limiti di età	Nati nell'anno 2005 e precedenti	Nati nell'anno 2005 e precedenti	Nati nell'anno 2007 e precedenti
Tesseramento e documenti obbligatori	Aperto a tutti i tesserati e non tesserati, in possesso di certificato medico agonistico per l'atletica leggera, accettazione liberatoria e accettazione regolamento		
Data/ora iscrizioni on-line	Fino a venerdì 24/10/2025 ore 22.00		
Modalità di pagamento on-line	Paypal, carte di pagamento, Satispay	Paypal, carte di pagamento, Satispay	Paypal, carte di pagamento, Satispay
Quota iscrizione on-line (escl. comm.) fino al 12/10/25 incluso	40 €	20 €	15 €
Quota iscrizione on-line (escl. comm.) dal 13/10/25 fino al 24/10/25 ore 22:00	50 €	30 €	20 €
Data/ora ritiro pettorali e pacco gara per chi si è iscritto on-line	Sabato 25/10/25 dalle ore 15:00 alle ore 19:00 e Domenica 26/10/25 dalle ore 7:00 fino a 30 minuti prima della partenza della propria gara.		
Data/ora iscrizioni sul posto, ritiro pettorali e pacco gara	Domenica 26/10/25 dalle ore 7:00 fino a 30 minuti prima della partenza della propria gara. Fino ad esaurimento pettorali.		
Luogo iscrizioni sul posto, ritiro pettorali e pacco gara	Scuole medie di Vezzano Sul Crostolo		
Modalità di pagamento sul posto	Contanti		
Quota iscrizione sul posto	55 €	35 €	25 €

\*Escluse commissioni

Con l'iscrizione ogni concorrente si impegna a rispettare il seguente regolamento e libera gli organizzatori da ogni responsabilità civile e/o penale per qualsiasi eventuale incidente o accidente, per danni a persone o cose a lui derivati o da sé causati, che possono verificarsi durante la manifestazione.

All'atto dell'iscrizione ogni atleta dovrà dichiarare la partecipazione ad un percorso e fornire il proprio numero di telefono al quale potrà essere contattato dall'Organizzazione in caso di necessità.

La mancata partecipazione all'evento non dà diritto a chiederne il rimborso.



Un atleta iscritto e impossibilitato a partecipare può chiedere, entro e non oltre il 12/10/25 incluso, il trasferimento della quota ad altro atleta iscritto oppure il trasferimento dell'iscrizione all'anno successivo, con comunicazione scritta alla mail [segreteria@canossatrailmarathon.it](mailto:segreteria@canossatrailmarathon.it).

Per le società, ogni 10 atleti/e iscritti/e su uno stesso percorso (PERCORSO CORTO, Trail KM 12,5 oppure o PERCORSO MEDIO, Trail KM 24): 1 iscritto omaggio.

Per le società, ogni 5 atleti/e iscritti/e sul PERCORSO LUNGO, Trail KM 42: 1 iscritto omaggio.

## CANCELLI ORARI E CRONOMETRAGGIO

Cancello orario al Km. 9,00 (bivio percorsi medio e lungo – località Casa Querceto): 1h45’.

Cancello orario al Km. 32,00 (percorso lungo – Canossa): 6h00’.

Al bivio per i percorsi medio o lungo (in prossimità del Km. 9,00 – località Casa Querceto) gli atleti in difficoltà della 42 Km. potranno continuare il percorso con direzione Km. 24 segnalando al **Giudice di gara** il numero del pettorale con una penalità di 60 minuti nel tempo finale di arrivo.

In coda ad ogni singola gara ci saranno atleti dell’Organizzazione con pettorale con scritto “SCOPA”.

In caso di ritiro, è obbligatorio comunicare l’abbandono della competizione al numero di telefono riportato sul pettorale e riconsegnare il pettorale a un referente dell’Organizzazione.

Tempo massimo per entrare in classifica: 8h00’.

Gli atleti, dopo tale tempo massimo, saranno accompagnati al Punto Ritrovo e Arrivi a Vezzano sul Crostolo.

È assolutamente proibito farsi accompagnare sul percorso da altre persone non iscritte.

È assolutamente proibito lo scambio del pettorale, pena la squalifica.

Pettorale ben visibile in avanti lungo tutto il percorso, oppure sui pantaloni della gamba a destra ben visibile.

Giudici di gara e cronometraggio a cura del Gruppo Giudici Uisp Reggiano, mediante chip al pettorale.

Le classifiche saranno disponibili su [irunning.it/emiliaromagna](http://irunning.it/emiliaromagna).

## PREMIAZIONI

Percorsi	PERCORSO LUNGO, Trail KM 42	PERCORSO MEDIO, Trail KM 24	PERCORSO CORTO, Trail KM 12,5
Data/Ora premiazioni	Successivamente all’arrivo dell’ultimo concorrente premiabile		
Luogo premiazioni	Piazza Vittoria, Vezzano Sul Crostolo	Piazza Vittoria, Vezzano Sul Crostolo	Piazza Vittoria, Vezzano Sul Crostolo
Atleti premiati	I primi 5 uomini e le prime 5 donne; Il primo uomo e la prima donna OVER60	I primi 5 uomini e le prime 5 donne; Il primo uomo e la prima donna OVER60	I primi 3 uomini e le prime 3 donne

Saranno consegnati premi in natura/accessori tecnici/abbigliamento.

I premi non ritirati il giorno della gara non saranno più disponibili.



## SERVIZI

Per tutti i percorsi è attivo il servizio spogliatoi con docce presso la Palestra comunale, il deposito borse, il pacco gara, i ristori lungo i percorsi ed all'arrivo, l'assistenza sanitaria e le premiazioni finali, area Camper in zona Pineta di Vezzano.

## MATERIALI OBBLIGATORI E RACCOMANDAZIONI

È obbligatorio portare con sé cellulare con batteria carica, telo termico e indossare scarpe specifiche da trail adeguate alle condizioni ambientali.

È raccomandato portare con sé giacca antivento, bicchiere personale e una buona scorta di solidi e acqua.

Le condizioni atmosferiche possono obbligare gli organizzatori, per ragioni di sicurezza, a modificare il percorso, sospendere la gara in corso, variare gli orari di partenza, variare gli orari dei cancelli o annullare la partenza di qualsiasi gara.

In caso di annullamento della gara prima della partenza, l'iscrizione viene automaticamente trasferita all'anno successivo, salvo richiesta di rimborso da parte dell'atleta, la quale darà il diritto al rimborso del 50% della quota pagata in fase di iscrizione, da far pervenire per via scritta all'indirizzo [segreteria@canossatrailmarathon.it](mailto:segreteria@canossatrailmarathon.it) entro il 09/11/25.

Pur avendo predisposto 7 punti di ristoro lungo il percorso da 42 Km., di cui 4 con solidi, si raccomanda di portare qualsiasi tipo di alimento consapevoli che il percorso richiederà un dispendio di energie elevato.

Si raccomanda cappellino e occhiali da sole, di stampare la cartina topografica con i percorsi e/o scaricare la traccia GPX dal sito [www.CANOSSATRILMARATHON.IT](http://www.CANOSSATRILMARATHON.IT). **ATTENZIONE I PERCORSI POSSONO ESSERE VARIATI PER ESIGENZE ORGANIZZATIVE E METEO ANCHE DURANTE LA GARA.**

L'uso dei bastoncini è facoltativo.

Gli organizzatori consigliano ai partecipanti di utilizzare il CAR POOLING per raggiungere Vezzano sul Crostolo: il rispetto per la natura passa anche per le buone pratiche.



## **ASSISTENZA**

I posti di soccorso sono destinati a portare assistenza a tutte le persone in pericolo con i mezzi propri dell'Organizzazione o tramite organismi convenzionati.

I medici ufficiali sono abilitati a sospendere i concorrenti giudicati inadatti a continuare la gara. I soccorritori sono abilitati ad evacuare con tutti i mezzi di loro convenienza i corridori giudicati in pericolo.

In caso di necessità e per ragioni che siano nell'interesse della persona soccorsa, solo ed esclusivamente a giudizio dell'Organizzazione, si farà appello al soccorso in montagna ufficiale, che subentrerà nella direzione delle operazioni e metterà in opera tutti i mezzi appropriati, compreso l'elicottero.

Le eventuali spese derivanti dall'impiego di questi mezzi di soccorso saranno a carico dell'atleta secondo le norme vigenti. Un atleta 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.

## **ASSICURAZIONE**

L'Organizzazione sottoscrive un'assicurazione di responsabilità civile per tutto il periodo della gara.

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.

Si consiglia comunque, ad ogni atleta, di sottoscrivere una polizza assicurativa personale per infortuni ed eventuale recupero e trasporto in elicottero.

## **DIRITTI DI IMMAGINE**

Ogni concorrente rinuncia espressamente ad avvalersi dei diritti all'immagine durante la prova così come rinuncia a qualsiasi ricorso contro l'Organizzazione ed i suoi partners abilitati, per l'utilizzo fatto della sua immagine.

# “CANOSSA MINI TRAIL”

## INFORMAZIONI GENERALI

Categorie	Allievi	Cadetti	Ragazzi	Esordienti	Pulcini	Primi Passi
Nome gara	<b>Canossa Mini Trail – 3° Prova del Circuito ReGGiovani</b>					
Tipo gara	<b>Mini Trail Giovanile</b>					
Lunghezza	3000 m	2000 m	1500 m	1000 m	500 m	500 m
Dislivello positivo D+	-	-	-	-	-	-
Pettorali a disposizione	Circa 100 tra tutte le categorie					

## PROGRAMMA

Data/Ora ritrovo pre-gara	26/10/25 Ore 09:00
Luogo ritrovo pre-gara	Palestra Comunale di Vezzano Sul Crostolo
Data/Ora partenza	26/10/25 Ore 10:00
Luogo partenza e arrivo	Palestra Comunale di Vezzano Sul Crostolo

## ISCRIZIONI

Categorie	Allievi	Cadetti	Ragazzi	Esordienti	Pulcini	Primi Passi
Genere, Anno di nascita	M/F 2008-2009	M/F 2010-2011	M/F 2012-2013	M/F 2014-2015	M/F 2016-2017	M/F 2018-2021
Tesseramento e documenti obbligatori	Aperto a tutti i tesserati e non tesserati, in possesso di certificato medico in corso di validità.					
Data/ora iscrizioni on-line	Fino a venerdì 24/10/2025 ore 22.00					
Data/ora iscrizioni sul posto e ritiro pettorali	Domenica 26/10/25 dalle ore 8:30 alle 9:30.					
Modalità di pagamento sul posto	Contanti					
Quota iscrizione sul posto	2 €					
Luogo iscrizioni sul posto, ritiro pettorali e gadget	Palestra Comunale di Vezzano Sul Crostolo					



## PREMIAZIONI

Data/Ora premiazioni	Al termine di tutte le gare
Luogo premiazioni	Palestra Comunale di Vezzano Sul Crostolo
Atleti premiati con medaglia	I primi 3 classificati di ogni categoria



## **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 che si dovesse trovare in difficoltà ed avvisare il più vicino punto di soccorso, pena la squalifica dalla gara. Altresì è dovuto il massimo rispetto ai Giudici, ai Volontari e al personale di servizio.

## **CONTATTI**

Per il Canossa Trail Marathon: [segreteria@canossatrailmarathon.it](mailto:segreteria@canossatrailmarathon.it)

Per il Canossa Mini Trail: Giulia Botti 347 37 33 833

**WWW.CANOSSATRILMARATHON.IT**