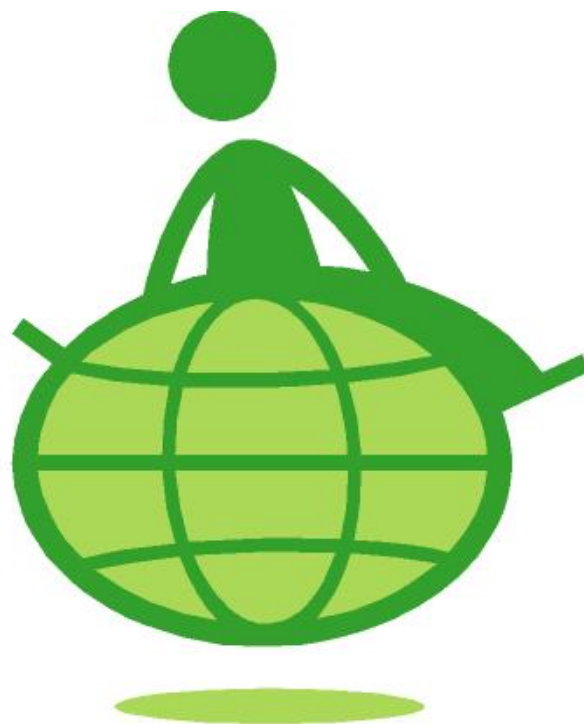


Abetone Trail per



Dynamo Camp



29 agosto 2010

Edizione zero

Art. 1 INFORMAZIONI GENERALI

Pool Firenze e A.S.D. Silvano Fedi Pistoia, in collaborazione con la lega Atletica UISP di Pistoia, organizzano per domenica 29 agosto 2010 l'edizione zero dell' "Abetone Dynamo Trail", gara di corsa in montagna in semi-autosufficienza con percorso in ambiente appenninico. La corsa avrà una lunghezza di circa 20 km per il percorso lungo e di 10 km per il percorso corto con un dislivello positivo rispettivamente di circa 1.250 metri e 500 metri. Per la partecipazione alla corsa lunga è necessaria esperienza di montagna, assenza di vertigini, ottimo allenamento, abbigliamento adeguato ad una temperatura che può andare da 0 a 30 gradi. Il percorso breve, viceversa è alla portata di tutti e non presenta difficoltà maggiori rispetto ad una normale camminata .

Art. 2 ISCRIZIONI

Potranno iscriversi tutti gli atleti maggiorenni in possesso di certificato medico sportivo con scadenza non antecedente al 30 agosto 2010. Le iscrizioni apriranno il 14 giugno 2010 e chiuderanno il 28 agosto 2010 o al raggiungimento dei 500 concorrenti.

Art. 3 QUOTE DI ISCRIZIONE

L'iscrizione all' Abetone Dynamo Trail 2010 avrà un costo di 10,00 Euro

Per i gruppi, è previsto un pettorale gratuito ogni 10 iscritti (9 paganti e uno gratis).

Nella quota di iscrizione è compreso:

- . pettorale di gara
- . assistenza e ristori lungo il percorso
- . pacco gara
- . buono pasto presso self service ovunque
- . premio per tutti i finisher
- . doccia presso campi da tennis

Pagamento al ritiro del pettorale

Le iscrizioni devono essere inviate a : comunicati@silvanofedi.it

oppure via fax allo 0573 606683

Per informazioni 3356378522

Sarà possibile iscriversi anche la mattina della gara entro le ore 8,30

Art. 4 CERTIFICAZIONE MEDICA

Per i partecipanti al percorso lungo non in possesso di tessera è obbligatorio consegnare una copia del certificato medico agonistico in corso di validità al ritiro del pettorale. Per la camminata ludico sportiva vale la regolamentazione regionale come da legge 35, sulla non necessità di certificazione.

Art. 5 RITIRO PETTORALE E PACCO GARA

Le operazioni di ritiro pettorale e pacco gara avverranno presso la piazza di Abetone la mattina del 29 agosto dalle 7,30 alle 9.

Art. 6 PARTENZA

I concorrenti dovranno presentarsi alla partenza presso la piazza di Abetone la mattina del 29 agosto alle 9.15 il via sarà dato alle 9,30 dopo le operazioni di punzonatura. Vi saranno dei locali adibiti a spogliatoio e deposito borse. Nonostante i controlli, l'organizzazione non è responsabile degli oggetti lasciati incustoditi all'interno del deposito borse.

Art. 7 PERCORSO

Il percorso dell' Abetone Dynamo Trail 2010 seguirà il seguente itinerario: piazza Abetone, Pista di fondo, Casetta di Iapo, balzo dei corvi, la secchia, Boscolungo, Viale Regina Margherita,

Fivizzani, Selletta, vetta gomito, cippo Castiglioni, pulicchio, partenza ovovia, pescinone, piazza dell'abetone (percorso lungo). piazza Abetone, Pista di fondo, Casetta di lapo, balzo dei corvi, la secchia, Boscolungo, Viale Regina Margherita, piazza dell'abetone (percorso breve). I chilometri non sono segnati. A tal proposito si consiglia di studiare bene il road book fornito dall'organizzazione. I concorrenti dovranno rispettare rigorosamente il percorso di gara segnalato. L'allontanamento dal tracciato ufficiale, oltre a comportare la squalifica dall'ordine di arrivo, avverrà ad esclusivo rischio e pericolo del concorrente.

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 con medico a bordo in contatto con l'elisoccorso, pronto ad intervenire. Lungo il tracciato saranno istituiti dei punti di controllo, dove addetti dell'organizzazione monitoreranno il passaggio degli atleti e controlleranno il materiale obbligatorio.

Art. 9 AMBIENTE

La corsa si svolge in parchi naturali ed ecosistemi a protezione totale. I concorrenti dovranno tenere un comportamento rispettoso dell'ambiente montano, evitando in particolare di 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 (nebbia fitta, bufere di neve, 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. 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 OBBLIGHI E CONSIGLI

Per la partecipazione all' Abetone Dynamo Trail 2010 è necessaria esperienza di montagna e assenza di vertigini. E' obbligatorio partire con il seguente materiale:

. pettorale di gara con numero ben visibile

E' consigliato l'uso di tazza o bicchiere personali in modo da avere un comportamento più rispettoso dell'ambiente.

E' consigliato partire con il seguente materiale:

. cappello o bandana

. giacca a vento

. telefono cellulare acceso ma con suoneria disattivata. barrette energetiche o alimenti solidi

. un po' di denaro per l'eventuale acquisto di generi alimentari ai rifugi

.MASSIMA ATTENZIONE IN DISCESA

.è obbligatorio calzare scarpe da Trail

E' consentito l'uso dei bastoncini.

Art. 13 RISTORI

Si corre in semi-autosufficienza consigliata la scorta idrica di un litro. Sono previsti 3 ristori:

- Casetta di Lapo (4,8 km)

- Boscolungo (9 km)

- Vetta Gomito (18 km)

In tutti i ristori è prevista una serie di cestini dove depositare i bicchieri ed i rifiuti, coloro che venissero sorpresi a gettare tali rifiuti al di fuori dei cestini stessi saranno immediatamente squalificati.

Sul percorso sono presenti diversi punti dove è possibile rifornirsi di acqua (fiumi, fontane). In orario diurno è inoltre possibile usufruire dei rifugi attraversati dal percorso. L'eventuale

acquisto di cibo o bevande nei rifugi è a carico del concorrente. All'arrivo ogni partecipante potrà usufruire di un buono ristoro.

Art. 14 PREMI

Non sono previsti premi in denaro. A ciascun concorrente che avrà completato la corsa entro il tempo massimo sarà consegnato un ricordo della gara. Saranno assegnati premi in natura ai primi 10 uomini e alle prime 5 donne. Sono inoltre previsti premi a sorteggio e saranno premiate le 5 società più numerose.

Art. 15 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 ritraggano in occasione della partecipazione all' Abetone Dynamo Trail 2010

Art. 16 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.

Art. 17 TEMPO MASSIMO

E' previsto un tempo massimo di 5 ore, i concorrenti che arriveranno oltre tale tempo non saranno classificati. Sarà presente un servizio di scopa al seguito della gara al fine di recuperare eventuali concorrenti in difficoltà.

Art. 18 ALTRE DISPOSIZIONI

Per quanto non previsto dal presente regolamento si rimanda a quello della lega UISP Atletica.