



REGOLAMENTO 2023

MaRun - Tre Croci Trail

Gara Competitiva di 16,5 Km 500 m D+

1° EDIZIONE, DOMENICA 15 OTTOBRE 2023

Presso Marano Sul Panaro (MO) Via 1° Maggio
Ritrovo dalle ore 7:00 con partenza alle ore 10:00

1 - INFORMAZIONI GENERALI

Il TEAM MUD AND SNOW ASD in collaborazione con l'associazione PROLOCO MARANO SUL PANARO APS con il patrocinio del comune di Marano sul Panaro, organizza domenica 15 Ottobre 2023 una gara competitiva con un "INEDITO" percorso ad anello di 16,5 Km 500m D+, che si sviluppa sui sentieri delle nostre colline.

PERCORSO

Il percorso partirà ed arriverà a in via Primo Maggio, n.12 a Marano sul Panaro (MO) presso il circolo "LA GRAMA". Compiendo un circuito ad anello della lunghezza di 16,5 km con 500 m D+. I sentieri interessati sono di tipo T (itinerario escursionistico-turistico), E (itinerario escursionistico privo di difficoltà tecniche). Il tracciato parte dalla via 1°Maggio, passando per la piazza si percorre il percorso natura che costeggia il fiume Panaro fino a raggiungere il ponte dei tre Occhi per poi iniziare la salita fino a Rodiano 350 m D+. Si prosegue per Denzano fino al monte delle Tre Croci, poi si inizia la discesa fino al Rio Valle. Dopo pochi metri di asfalto, si prende il sentiero 412 fino ad arrivare ad Acetaia Sereni; attraverserete la tenuta uscendo dal cancello dell'Acetaia dove troverete il terzo ristoro. Si affronterà poi l'ultima salita fino al Poggio Murazzo dove si riprenderà il sentiero 412 fino all'arrivo.

La Traccia GPX è disponibile sul sito della manifestazione (www.prolocomaranosulpanaro.it) e potrà essere via via aggiornata.

RITROVO

Domenica 15 Ottobre 2023 alle ore 7:00 presso il circolo
"LA GRAMA" di Marano sul Panaro (MO)

PROGRAMMA

ore 7:00 Apertura ufficio gara, nuove iscrizioni, consegna pettorali e pacco gara
ore 09.30 Briefing pre-gara
ore 10:00 Partenza
ore 11:30 Apertura cucina
ore 12.00 Premiazioni Tre Croci Trail
ore 15.00 Fine manifestazione

2 - CONDIZIONI PER POTERSI ISCRIVERE

Il partecipante con l'iscrizione dichiara di conoscere e accettare il presente Regolamento disponibile sul sito della manifestazione (www.prolocomaranosulpanaro.it)

La competizione è aperta ai partecipanti di entrambi i sessi.



ETÀ MINIMA

Per il percorso Tre Croci Trail è necessario avere 18 anni, anche se non ancora compiuti al giorno della gara, quindi essere nati nel 2005 o anni precedenti.

CERTIFICATO MEDICO

Con il versamento della quota di iscrizione il partecipante dichiara agli Organizzatori di aver certificato, con un controllo medico, la propria idoneità fisica (come previsto dal DM 24 aprile 2013 - Gazzetta Ufficiale serie generale n. 169 del 20 luglio 2013) e solleva gli stessi da tutte le responsabilità, sia civili che penali, per danni a persone e/o cose da lui causati. Dichiara quindi di essere in possesso di un certificato medico per attività sportiva agonistica valido per l'Atletica Leggera al giorno della gara, quindi con data di scadenza successiva al 15/10/2023. Il certificato medico va in ogni caso esibito al ritiro pettorale. Gli atleti stranieri sono tenuti, pena l'esclusione dalla gara, a presentare il Medical Certificate for foreign athletes scaricabile dal sito della manifestazione (www.prolocomaranosulpanaro.it), firmato e timbrato da un medico sportivo abilitato nel Paese d'origine.

Il partecipante con l'iscrizione alla gara accetta la Dichiarazione di assunzione del rischio ed esonero responsabilità e l'informativa sulla privacy consultabili e scaricabili dal sito della manifestazione www.prolocomaranosulpanaro.it

Lo svolgimento volontario comporta l'esposizione volontaria della persona al rischio intrinseco connesso alla disciplina praticata.

Non sono richiesti tesseramenti di alcun genere.

Non possono partecipare atleti che stanno scontando squalifiche per uso di sostanze dopanti in qualunque disciplina.

DOCUMENTI OBBLIGATORI DA PORTARE IL GIORNO DELLA GARA

- Copia del certificato medico per attività sportiva agonistica valido al 15/10/2023, anche se precedentemente caricato sulla piattaforma in fase di iscrizione.
- Liberatoria e scarico di responsabilità firmata.
- Certificato Medico per atleti stranieri / Medical Certificate for foreign athletes. Il modulo è scaricabile dal sito della manifestazione

3- MODALITA' DI ISCRIZIONE

Le pre-iscrizioni sono possibili dal 15/09/2023 al 12/10/2023 alle ore 23:59 online, collegandosi al nostro sito www.prolocomaranosulpanaro.it

QUOTA: 18,00 € +Spese amministrative.

Le Pre-iscrizioni rimarranno attive fino a giovedì 12 ottobre 2023 alle ore 23:59.

Effettuare l'iscrizione il giorno della gara avrà un costo di € 21,00

Il pettorale personalizzato sarà garantito solo per le preiscrizioni effettuate fino al 01/10/2023



NUMERO CHIUSO

Le iscrizioni sono possibili fino al raggiungimento della quota massima di 200 iscritti.

RINUNCIA

Gli atleti che, per qualsiasi causa, vogliono rinunciare alla propria iscrizione devono fare pervenire comunicazione scritta alla email prolocomaranosp@gmail.com della loro rinuncia entro il 05/10/2023, data di stampa dei pettorali nominativi. I rinunciatarci non saranno rimborsati ma la loro iscrizione sarà spostata sull'edizione successiva.

Rinunce successive alla data e alle modalità indicate saranno rimandate all'edizione 2024 solo se accompagnate da documentazione medica.

ANNULLAMENTO GARA CAUSE DI FORZA MAGGIORE

La gara si svolgerà in qualsiasi condizione meteorologica tuttavia, in caso di condizioni eccezionali, la Direzione di Gara potrà eseguire opportune variazioni al tracciato originale e, al verificarsi di cause di forza maggiore, potrà procedere all'annullamento della competizione con rinvio all'edizione del 2024. In questo caso, la quota già versata non verrà rimborsata ma verrà ritenuta valida per l'edizione successiva.

4 - EQUIPAGGIAMENTO

MATERIALE OBBLIGATORIO

- Pettorale da portare nella parte frontale del corpo e chip forniti dall'Organizzazione

MATERIALE OBBLIGATORIO SOLO IN CASO DI MALTEMPO

- Scarpe da trail
- Giacca a vento/termica
- Telefono cellulare

5 – SICUREZZA E ASSISTENZA MEDICA

La sicurezza dei partecipanti, dei volontari e degli eventuali soccorritori è prioritaria rispetto a qualsiasi altra cosa. Proprio per cercare di limitare al massimo il rischio e renderlo quindi accettabile si sono attivate diverse procedure:

- Si è attivata una Giuria di Sicurezza che in maniera insindacabile deciderà in materia di sicurezza, su effettuazione percorso di riserva, eventuale sospensione, annullamento, deviazione del percorso;
- Lungo il percorso vi sarà personale medico autorizzato a verificare le condizioni psico/fisiche degli atleti durante la prova: nel caso in cui un concorrente non fosse ritenuto idoneo a proseguire la gara verrà, ad insindacabile giudizio del personale medico, squalificato dalla competizione e gli verrà ritirato il pettorale ed assistito;
- Sul pettorale saranno stampati i numeri di sicurezza dell'Organizzazione; Nel caso di repentini peggioramenti meteo attiveremo i necessari provvedimenti sempre per tutelare atleti e volontari;
- Lungo il percorso vi saranno volontari e Soccorso Alpino, tutti impegnati a garantire la massima sicurezza e il giusto supporto in caso di necessità;
- Il percorso sarà segnalato con balise, frecce, marker eco spray o con segnali ben visibili (ogni 100 metri circa). Nel caso in cui l'atleta non dovesse incontrare un segnale per oltre



250-300 metri, evidentemente avrà sbagliato percorso: dovrà rientrare sui suoi passi e ritrovare l'ultimo segnale

ABBANDONI E RIENTRI

I ristori costituiscono "centro di raccolta e assistenza" per eventuali partecipanti ritirati. Nel caso in cui un concorrente si ritiri al di fuori dei punti prestabiliti dovrà provvedere direttamente a raggiungere l'arrivo o un punto di ristoro, dando obbligatoriamente comunicazione immediata via telefono o con sms all'Organizzazione. Nel caso in cui dovessero attivarsi ricerche inutili per mancate comunicazioni o per concorrenti squalificati i costi verranno addebitati al concorrente.

RISTORI E PUNTI RACCOLTA ATLETI RITIRATI O IN DIFFICOLTÀ

- RISTORO 1 — liquido km 5 ponte dei tre occhi
- RISTORO 2 — liquido e solido km 10 Bombanella
- RISTORO 3 — liquido e solido km 13,5 Acetaia Sereni
- RISTORO FINALE

SCOPE

Sono presenti delle scope sul percorso che hanno pure il compito di rimuovere la tracciatura, la continuazione del percorso dietro le scope è da considerare totalmente a proprio rischio e responsabilità e solleva l'Organizzazione da ogni evento che lo riguardi, pertanto l'interessato ha obbligo di raggiungere il più vicino ristoro per essere ri-accompagnato al traguardo.

MODIFICHE DEL PERCORSO-ANNULLAMENTO

Il percorso di gara è tracciato con balise, frecce, eco spray , è posto un segnale al massimo ogni 100 m, pertanto la prosecuzione su una pista priva di segnali è assolutamente vietata, l'atleta è obbligato a ritornare indietro sino al primo segnale visibile. Il percorso ufficiale di gara è quello balisato, non la traccia GPX che può subire rettifiche anche all'ultimo momento.

L'Organizzazione si riserva il diritto di modificare i percorsi in parte o in toto e i punti di ristoro a proprio insindacabile giudizio in qualsiasi momento anche a gara in corso e di ritardare per problemi meteo o altro motivo, l'orario di partenza. Le gare si disputeranno anche in condizione di maltempo su percorsi eventualmente modificati, tuttavia se le condizioni meteo sono tali da pregiudicare la sicurezza dei partecipanti e dei volontari, o per qualsiasi altra causa di forza maggiore, la gara stessa potrà essere annullata.

6 – TEMPO MASSIMO E CANCELLI

Per il completamento del percorso TreCrocITrail sono previste 3 ore. Non sono previsti cancelli.

7 – SERVIZI

La quota di iscrizione comprende:

- Parcheggio gratuito
- Assistenza medica
- Pettorale di gara personalizzato con nome e cognome (per iscrizioni effettuate entro il 01/10/2023)
- Servizio di cronometraggio con chip



- Ristori lungo il percorso
- Deposito borse non custodito
- Docce, spogliatoi
- Pacco gara con la maglietta dell'evento.

CRONOMETRAGGIO

Il servizio di cronometraggio sarà effettuato con tecnologia basata sull'utilizzo di chip. Ogni partecipante dovrà essere munito di un chip personale fornito dall'Organizzazione. Il mancato o non corretto utilizzo del chip comporterà il non inserimento in classifica e la non attribuzione del tempo impiegato.

I Chip saranno da restituire all'arrivo, penale per la mancata restituzione €10,00

8 – MONTEPREMI

Saranno premiati i primi 3 atleti assoluti, sia femminili che maschili, con prodotti del territorio, mentre i successivi 7 atleti maschili e femminili con premi in natura.

9 – ASSISTENZA PERSONALE

È ammesso essere assistiti da accompagnatori che possono rifornire gli atleti di bevande, indumenti di ricambio, generi di conforto esclusivamente ai punti di ristoro predefiniti.

È tassativamente vietato agli accompagnatori portare anche solo parte del materiale obbligatorio che deve essere sempre in possesso di ciascun partecipante, pena la squalifica dalla gara.

È ammesso fare foto e video degli atleti in gara in ogni punto del percorso e pubblicare liberamente in ogni forma.

11 – ANIMALI DOMESTICI

Vista la particolare conformazione del terreno e per assicurare le migliori condizioni di sicurezza per tutti i partecipanti, è vietato gareggiare facendosi accompagnare da animali domestici. I concorrenti con animali domestici al seguito saranno automaticamente squalificati e considerati esterni alla gara, pertanto ritenuti responsabili di qualunque danno arrecato a se stessi, agli altri concorrenti, a terzi in generale.

12 – SQUALIFICA - RECLAMI

SQUALIFICHE

Un atleta verrà squalificato nelle seguenti circostanze:

- Materiale obbligatorio non conforme o mancante anche in parte;
- Rifiuto di sottoporsi a controllo medico o del materiale obbligatorio;
- Scambio di pettorale;
- Assistenza non autorizzata al di fuori dei punti predefiniti;
- Taglio di percorso;
- Uso di mezzi di trasporto;
- Gettare rifiuti nell'ambiente;
- Ingiurie e comportamenti maleducati nei confronti di altri atleti, volontari, pubblico o escursionisti;
- Bestemmie;
- Danneggiamento dei sentieri della tracciatura della vegetazione, disturbo della fauna;
- Comportamenti contrari all'etica al fair-play in genere;



- Mancato soccorso a atleta in difficoltà;
- qualsiasi violazione al regolamento in essere.

La squalifica ha effetto immediato e potrà essere sanzionata anche a posteriori esaminando la documentazione foto e video raccolta.

RECLAMI

Eventuali reclami dovranno essere formulati per iscritto entro 30 minuti dalla conclusione della gara, accompagnati di esauriente documentazione e cauzione di € 100

13 – ASSICURAZIONE

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

La partecipazione avviene sotto l'intera responsabilità dei concorrenti i quali, nella piena conoscenza della pericolosità della competizione e dell'ambiente in cui viene effettuata e nella piena consapevolezza delle proprie reali capacità psico-fisiche, all'atto dell'iscrizione alla gara rinunciano ad ogni ricorso contro gli Organizzatori in caso di danni e di conseguenze ulteriori che sopraggiungano in seguito alla gara.

Al momento dell'iscrizione online per concludere la pratica, il corridore deve sottoscrivere una liberatoria di scarico responsabilità ed autorizzazione del trattamento dei dati personali. Può caricarla, anche successivamente all'iscrizione, all'interno della sezione "zona privata del partecipante" sul sito dell'iscrizione o consegnarla al ritiro del pettorale.

14 – PRIVACY E DIRITTI D'IMMAGINE

Ai sensi dell'art. 13 del Regolamento UE/2016/679 si informa che i dati raccolti saranno utilizzati soltanto l'elenco dei partecipanti, l'ordine di arrivo e l'archivio storico e per erogare i servizi dichiarati nel regolamento. Con l'iscrizione alle gare, ciascun partecipante rinuncia totalmente e a tempo indeterminato a diritti d'immagine riguardanti qualunque forma mediatica (a titolo esemplificativo non esaustivo: foto, audio, video) che potranno essere registrati e diffusi da chiunque e su qualsiasi mezzo senza nessuna richiesta di autorizzazione dei soggetti ripresi.

15 – CONTATTI

È possibile richiedere informazioni contattando l'Organizzatore all'indirizzo e-mail prolocomaranosp@gmail.com chiedere il contatto di Checco

Tutte le comunicazioni ufficiali verranno pubblicate sul sito della manifestazione (www.prolocomaranosulpanaro.it) e sui profili social della gara:

Instagram: <https://www.instagram.com/prolocomaranosp/?igshid=NzZhOTFIYzFmZQ%3D%3D>

Facebook: <https://www.facebook.com/prolocomaranosp>

16 – ORGANIZZAZIONE:

TEAM MUD & SNOW ASD in collaborazione con PROLOCO MARANO SUL PANARO APS.

L'organizzazione della gara è garantita e gestita dal TEAM MUD & SNOW ASD che ha sede a Marano sul Panaro in via Giovanni XXIII 297. Per maggiori informazioni è possibile consultare il sito www.mudandsnow.team.



La Direzione di Gara è composta da:

Paolo Ferrari — Direttore di Gara

Giovanni Galli e Paolo Ferrari e il comitato gara — Responsabili della Tracciatura

Davide Venturelli — Responsabile dei Volontari e Ristori

Il medico di gara è il Dott. Alessandro Miskey.

17 – AVVERTENZE FINALI

La Direzione di Gara si riserva il diritto di modificare i tracciati, il montepremi, il programma e ogni parte di questo regolamento sino al via delle gare. L'unico regolamento valido è esclusivamente l'ultimo pubblicato online sul sito della manifestazione (www.prolocomaranosulpanaro.com). La Direzione di Gara può inoltre annullare l'evento per cause di forza maggiore salvaguardando la sicurezza dei partecipanti e dei volontari.

Ultimo aggiornamento 15/09/2023