



L'ASD **Outdoor Club Avigliano** organizza per il giorno 01 Maggio 2022 la prima edizione della Ninco Nanco Obstacle Race.

La gara è affiliata CSEN Italia ente di promozione sportiva riconosciuto dal CONI, e qualifica per il:

- Campionato del girone sud Italia OCR CSEN
- Finale COPPA ITALIA OCR CSEN



Programma evento:

L'evento si terrà il giorno 01 maggio 2022, partenza e arrivo sono previsti sottostante alla struttura del Santuario Madonna del Carmine a partire dalle ore 9.15.

La consegna pacchi gara e pettorali avverrà presso il villaggio gara, che verrà allestito presso la struttura del Santuario Madonna del Carmine, dalle ore 17:30 alle ore 19:30 del 30/04 e dalle ore 08:00 alle ore 9:15 del 01/05

Il pacco gara contenente pettorale, chip, più eventuali gadget o capi sportivi, potrà essere ritirato munita di mascherina.

La partenza dell'evento è prevista in più scaglioni, partiranno da un minimo di 4 a un massimo di 10 atleti per volta (in base al numero degli iscritti si possono attuare delle modifiche), che si posizioneranno a una distanza di un metro l'uno dall'altro, gli atleti partiranno ogni 2-3 minuti. Questa modalità di partenze fa sì che non si creino gruppi numerosi durante l'evento, ma un unico serpente lungo con atleti che risulteranno spesso distanziati tra di loro evitando ogni possibilità di assembramento durante la corsa.

I regolamenti sull'uso della mascherina si atterranno alle regole vigenti, in quel periodo, in caso ci si trovi in una situazione di contagio dove l'uso venga richiesto anche all'aperto, agli atleti verrà chiesto di indossare la mascherina fino alla loro partenza, e dopo il loro arrivo.

Mentre lungo il percorso gara saranno posizionati diversi punti per la disinfezione delle mani (salvo modifiche del provvedimento ministeriale Anticovid).

Le premiazioni avverranno dopo l'arrivo dell'ultimo atleta.

ISCRIZIONI:

- Le iscrizioni alle gare del circuito devono essere effettuate tramite il sistema di registrazione ufficiale NINCO NANCO OBSTACLE RACE AVAIBOOKS su <https://avaibooksports.com/inscripcion/ninco-nanco-obstacle-race/>
- L'atleta una volta iscritto non può trasferire a terzi né l'iscrizione né i punti acquisiti con la partecipazione alla gara. Il diritto è personale non trasferibile in nessun caso.

Regolamento Ninco Nanco Obstacle Race COMPETITIVA

I partecipanti alla Ninco Nanco Obstacle Race COMPETITIVA devono avere compiuto il diciottesimo anno di età, oppure a partire dal dodicesimo anno di età ma col consenso di un genitore (in quest'ultimo caso la liberatoria dovrà avere la firma di un genitore), ed essere in regola con la certificazione medica.

Tipo di certificato medico richiesto:

- certificato medico agonistico, non sono possibili deroghe su questo punto.

Alla gara possono partecipare persone di qualunque nazionalità, che siano tesserati o

meno per federazioni sportive o Enti di Promozione Sportiva (EPS).

La categoria **COMPETITIVA** sarà l'unica ad avere validità per quanto riguarda:

- Campionato del girone sud Italia OCRCSN
- Finale coppa Italia OCR

PERCORSO , PENALITA' & OSTACOLI

Tutto il percorso (di circa 12 km) sarà disseminato di ostacoli naturali e artificiali. Nel ribadire il pieno spirito ludico e sportivo della manifestazione, l'attraversamento degli ostacoli deve essere fatto dagli atleti in piena sicurezza e rispetto reciproco, al fine di non incorrere in infortuni. Gli atleti saranno inoltre agevolati dalle indicazioni e dall'aiuto da parte dei giudici posizionati nei pressi degli ostacoli.

Tutti gli ostacoli devono essere superati con successo, nella categoria **COMPETITIVA** non è prevista la possibilità di aggirare gli ostacoli.

Ogni ostacolo potrà essere tentato un numero infinito di volte, tenendo conto comunque del tempo massimo stabilito come durata del percorso. Dopo il primo tentativo, l'atleta dovrà spostarsi nelle corsie a sinistra per dare la precedenza ai concorrenti che provano a superare per la prima volta l'ostacolo.

A questa regola fanno eccezione gli **OSTACOLI IN SOSPENSIONE (categoria **COMPETITIVA**)** che potranno essere provati una volta sola (non è concesso il "touch&go" quindi un tentativo è obbligatorio), in caso di ostacolo fallito al primo tentativo dovranno uscire dall'ostacolo farsi tagliare il braccialetto e proseguire la gara. Sarà espressamente vietata la prova degli ostacoli agli atleti iscritti alla gara **COMPETITIVA** salvo autorizzazione della società organizzatrice. Detto divieto varrà sia il giorno della gara che i giorni precedenti.

Ogni atleta **COMPETITIVO** sarà munito di **3 braccialetti**..

L'atleta deve indossarli tutti e tre nel polso opposto a quello su cui si indossa l'orologio. Devono essere visibili e non ricoperti da alcun altro oggetto o indumento. I braccialetti sono personali, non possono essere ceduti poiché abbinati al numero di pettorale gara.

- Il tempo limite è di 2 ore e 30 minuti;

La Direzione di gara avrà la facoltà di prolungare o ridurre tale tempo massimo di percorrenza dando opportuna comunicazione agli atleti, anche durante la gara, tramite diffusione sonora o segnalazione ai giudici lungo il percorso in modo da avvisare gli atleti;

- La classifica finale

La classifica sarà stimata come primo dato oggettivo contando i numeri dei bracciali. Dunque tutti gli atleti con 3 bracciali, poi tutti quelli con 2 bracciali poi tutti quelli con 1 bracciale.

E in fondo classifica tutti gli atleti con 0 bracciali.

Regolamento Ninco Nanco Obstacle Race NON COMPETITIVA

I partecipanti alla Ninco Nanco Obstacle Race NON COMPETITIVA devono essere in regola con la certificazione medica agonistica o non agonistica, nel rispetto della normativa vigente. Alla Ninco Nanco Obstacle Race NON COMPETITIVA possono prendere parte anche i minori di età, non inferiore ai 12 anni, per la cui partecipazione è necessario il consenso informato dei genitori.

Alla gara possono partecipare persone di qualunque nazionalità che siano tesserati o meno per federazioni sportive o Enti di Promozione Sportiva (EPS).

La NON COMPETITIVA è dedicata a chi vuole correre la gara senza particolari obblighi o attenzioni e per divertirsi il più possibile con gli amici, oppure affrontare per la prima volta una corsa a ostacoli.

Il percorso della Easy è uguale alla categoria competitiva. Nella Easy non avrete alcun obbligo di affrontare gli ostacoli, non vi verrà inflitta alcuna penalità, e non sarà stilata alcuna classifica tra i partecipanti.

OSTACOLI

Tutto il percorso sarà disseminato di ostacoli naturali e artificiali.

Nel ribadire il pieno spirito ludico e sportivo della manifestazione, l'attraversamento degli ostacoli deve essere fatto dagli atleti in piena sicurezza e collaborazione reciproca, al fine di non incorrere in infortuni. Gli atleti saranno inoltre agevolati dalle indicazioni e dall'aiuto delle guide posizionate nei pressi degli ostacoli.

Tutti gli atleti possono sia dare, sia ricevere aiuti dagli altri atleti e dallo staff della manifestazione posto lungo il percorso, ed in particolare nei pressi degli ostacoli.

PREMIAZIONI SINGOLA GARA COMPETITIVA E TEAM

- NINCO NANCO OBSTACLE RACE (COMPETITIVA) redige due differenti Classifiche valide per il Titolo Assoluto del Circuito OCRSEN:
 - Classifica Assoluta M/F - Assegnazione Titolo Assoluto.
 - Classifica Age Group - Assegnazione Titolo solo ai primi tre classificati di ogni categoria.
 - Team Campione Assoluto - Ogni squadra dovrà avere un minimo di 3 partecipanti, di cui almeno 1 uomo ed 1 donna. Per stilare la classifica a squadre saranno presi in considerazione i 3 migliori piazzamenti tra gli atleti della squadra di cui almeno 1 uomo ed 1 donna, sommando i singoli piazzamenti dei 3 migliori atleti.

FINALE COPPA ITALIA CSEN

La finale della COPPA ITALIA si terrà in data e luogo da destinarsi e si qualificheranno:

- I primi 10 classificati nella categoria AGE GROUP maschile e

femminile, della classifica girone sud.

- Per la classifica a TEAM si qualificano i primi 5 per ogni campionato regionale.

Quanto sopra vale anche per le categorie di età (Age Group). Il numero minimo di gare concluse a punteggio per poter concorrere alla classifica finale è pari al 60% delle manifestazioni. Verranno premiati i primi assoluti e le prime classificate e classificati di ogni categoria o fascia di età (Age Group) che risulteranno Campioni Regionali di categoria con il medesimo criterio di quanto presente in questo regolamento.

Le categorie di età (o Age Group), per donne e uomini, saranno:

Anni 12 – 14

Anni 15 - 17

Anni 18 – 29

Anni 30 – 39

Anni 40 – 44

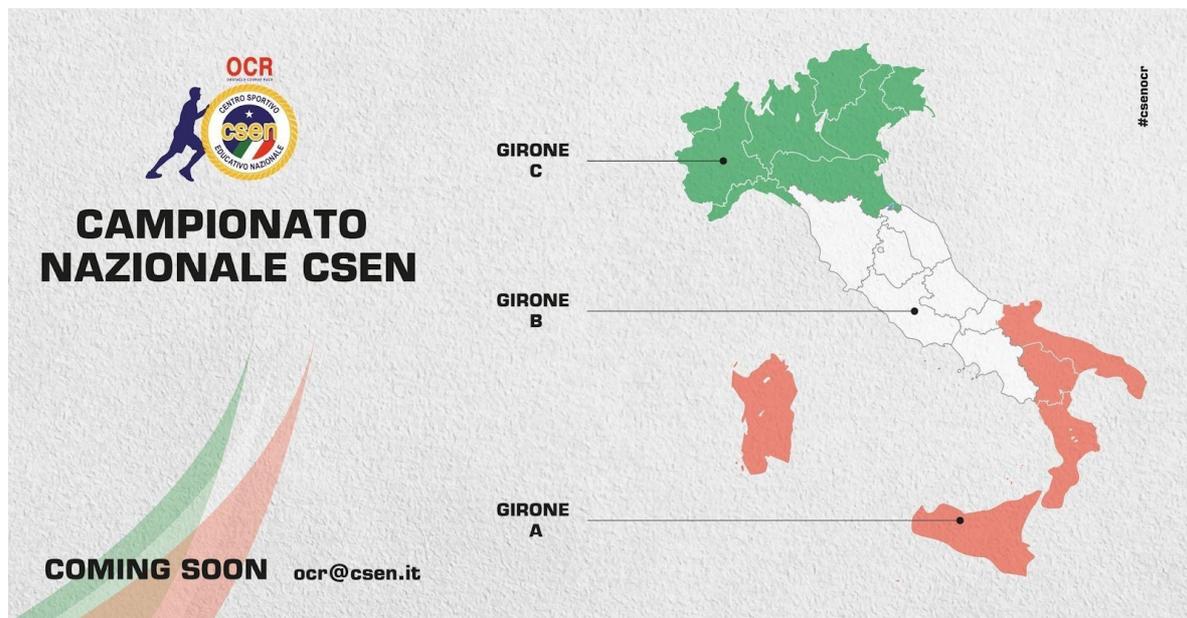
Anni 45 – 49

Anni 50 – 54

Anni 55-59

Anni 60 e+

N.B.: Ricordiamo agli atleti che la gara prevista in questa modalità potrebbe subire delle variazioni di regolamento, in base a eventuali del Covid emanati dal Ministero dello Sport o da eventuali regole dettate dall' EPS di appartenenza.



La Ninco Nanco Obstacle Race è inserita all'interno del campionato nel Girone A (Come da foto)

Per info : <https://www.facebook.com/OCR-CSEN-323365252398614>

Presidente Outdoor Club Avigliano

Emilio Pagnotta