



Associazione Sportiva Dilettantistica

## Gravina festina lente!

codice FIDAL: BA710

CF: 91095310727 - pIVA: 07170950724

IBAN: IT17 0053 8541 500C C103 6973 650

sede legale: via Guardialto, 43 – 70024, Gravina in Puglia

contatti: tel. (+39) 345 9748912

e-mail: [info@gravinafestinalente.net](mailto:info@gravinafestinalente.net)

[www.gravinafestinalente.net](http://www.gravinafestinalente.net)



## Regolamento XI<sup>a</sup> edizione *Trail delle cinque querce*

### Articolo 1 - Nome e luogo della manifestazione

L'associazione sportiva a.s.d. **Gravina festina lente!** Organizza la **XI<sup>a</sup> edizione *Trail delle cinque querce***.

La manifestazione si svolgerà domenica 24 novembre 2024 con partenza alle ore 8:30 dall'area fiera di San Giorgio di Gravina in Puglia, in via Spinazzola 51/B.

### Articolo 2 - Requisiti per l'iscrizione

In base a quanto previsto dalle "Norme per l'Organizzazione delle Manifestazioni Non Stadia" emanate dalla FIDAL possono partecipare atleti tesserati in Italia limitatamente alle persone da 20 anni in poi (millesimo d'età) in possesso di uno dei seguenti requisiti

- Atleti tesserati per il 2024 per società affiliate alla **FIDAL** delle categorie Masters, Seniores e Promesse (unica categoria)
- Atleti italiani e stranieri in possesso di **Runcard** (valevole come assicurazione sportiva e permesso a competere) e Atleti tesserati per un Ente di Promozione Sportiva (Sez. Atletica), in possesso di **Runcard-EPS**, limitatamente alle persone da 20 anni in poi (millesimo di età) in possesso di un certificato medico di idoneità agonistica specifica per l'atletica leggera, in corso di validità, che dovrà essere obbligatoriamente consegnato, anche digitalmente, alle società organizzatrici di ciascuna manifestazione.
- Atleti italiani e stranieri non tesserati in Italia in possesso di tessera di club affiliati a Federazioni Estere di Atletica Leggera riconosciute dalla World Athletics. All'atto dell'iscrizione dovranno in alternativa presentare l'autocertificazione di possesso della tessera riconosciuta dalla World Athletics. L'autocertificazione andrà poi, comunque, firmata in originale al momento del ritiro del pettorale.

### Articolo 3 - Termini e modalità per l'iscrizione

Le iscrizioni dovranno essere effettuate utilizzando il sistema **ON-LINE** del sito [WWW.ICRON.IT](http://WWW.ICRON.IT) **entro le 22.00 di giovedì 21 novembre 2024 o al raggiungimento di 500 partecipanti.**

**MODALITÀ ISCRIZIONI RUNCARD** valida per la data del 24 novembre 2024: Su richiesta della segreteria, gli atleti dovranno allegare/inviare la copia del tesserino e del **Certificato medico agonistico per l'Atletica Leggera** in corso di validità, utilizzando il sistema ON-LINE del sito [WWW.ICRON.IT](http://WWW.ICRON.IT) entro le 22.00 di giovedì 24 novembre 2024.

**Non saranno accettati certificati medici non riportanti la dicitura succitata.**

La **quota d'iscrizione** (comprensiva di pacco gara, pettorale e chip giornaliero) è di:

- **€ 20,00** entro le ore 24.00 del **15 giugno 2024**
- **€ 23,00** entro le ore 24.00 del **15 settembre 2024**
- **€ 26,00** entro le ore 22.00 del **21 novembre 2024**

Le modalità di pagamento previste sono le seguenti:

- Bonifico bancario intestato a TEMPOGARA SRLS IBAN: **IT88 2054 2441 5200 0000 1002 757** specificando nella causale "TRAIL DELLE CINQUE QUERCE 2024 + nome/i atleti". Inviare contabile del bonifico a [segreteria@tempogara.it](mailto:segreteria@tempogara.it);
- PayPal: seguendo la procedura di iscrizione.

## PETTORALE

L'atleta dovrà utilizzare:

- il **pettorale unico** con doppio chip per chi farà l'**ABBONAMENTO** che dà diritto alla partecipazione di tutte le gare del circuito Puglia 2024. Il pettorale sarà consegnato all'atleta nelle modalità previste nell'**Articolo 5**. Il pettorale è dotato di un sistema per lettura ottica per il riconoscimento delle foto. Come da regolamento federale va esposto esclusivamente al petto senza essere piegato. Si consiglia di conservarlo con cura per le gare successive e di non piegarlo. L'atleta che dovesse smarrire o dimenticare il pettorale potrà acquistarne uno nuovo al costo di Euro 3 presso il punto di cronometraggio a cura di ICRON. Eventuali pettorali danneggiati potranno essere sostituiti gratuitamente
- un pettorale da ritirare ad ogni singola gara a cui si partecipa con relativo chip usa e getta.

## Articolo 4 - Trasferimento quota di partecipazione

La quota di partecipazione non è rimborsabile. In caso di impossibilità documentata a partecipare alla gara l'atleta potrà **trasferire l'iscrizione ad altra persona**. La persona iscritta in sostituzione dovrà versare un supplemento di € 3,00 per diritti di segreteria, fornire tutte le informazioni personali e dovrà essere formalizzato entro il 15 novembre 2024.

## Articolo 5 – Ritiro pettorali

I pettorali di gara potranno essere ritirati di persona presso l'Expo Trail in area fiera, in via Spinazzola 51/B (zona Partenza-Arrivo):

- **Sabato 23 novembre** dalle ore 17.00 alle ore 20.00;
- **Domenica 24 novembre** dalle ore 7.00 alle ore 8.00.

In qualunque caso il ritiro potrà avvenire solo dopo verifica del versamento della quota di iscrizione per ciascun atleta. Nessuna variazione potrà essere effettuata sul posto.

## Articolo 6 - La gara

La corsa si svolgerà su un percorso che conduce dall'area fieristica di Gravina sino all'interno del bosco "Difesa Grande" e ritorno in un unico giro di km 24,5 in qualsiasi condizione meteorologica con un cancello intermedio ed un tempo massimo di attesa di 4 ore oltre il quale, non sarà garantita l'assistenza organizzativa e sanitaria.

Lungo il percorso **non sono previsti punti di ristoro** e la gara si svolgerà in condizione di **completa autonomia**. Sarà predisposto un punto idrico ove sarà possibile riempire le proprie borracce o camelbag (Non ci saranno né bicchieri, né bottiglie).

In caso di abbandono della corsa lungo il percorso, il concorrente è obbligato a recarsi al punto di raccolta più vicino, presidiato dai volontari, e comunicare il proprio abbandono.

Le classifiche "generale", "di categoria" e "di società" verranno compilate a fine gara e rese disponibili sia sul sito società fornitrice del servizio [www.icron.it](http://www.icron.it)

Sarà possibile stampare il diploma di partecipazione dal sito [www.icron.it](http://www.icron.it)

Lungo il percorso sono previste delle postazioni fotografiche che coglieranno gli atleti durante la gara sui luoghi più suggestivi. Le fotografie verranno rese disponibili sul sito [www.traildelle5querce.it](http://www.traildelle5querce.it) e sulla pagina **facebook** @TrailDelle5Querce qualche giorno dopo l'evento.

Superato il traguardo all'atleta verrà consegnata la medaglia di finisher, successivamente potrà accedere all'area di ristoro e di ritiro pacco gara.

### **Articolo 7 – Materiale Consigliato**

Gli atleti iscritti alla gara sono invitati a portare con sé tutto il materiale consigliato elencato di seguito, sgravando gli organizzatori da ogni tipo di responsabilità:

- Riserva d'acqua di minimo 1 litro (zainetto camelbag, borracce personale ecc.)
- Riserva alimentare (barrette, gel, frutta secca ecc.)
- Fischiello
- Telefono cellulare su cui è obbligatorio aggiungere il numero dell'organizzazione **345-9748912**. Non mascherare in alcun modo il proprio numero e partire con le batterie cariche.

### **Articolo 8 - Il pacco gara**

A tutti gli atleti iscritti alla gara è previsto un pacco gara e un capo tecnico.

### **Articolo 9 - Salvaguardia dell'Ambiente**

Sarà fatto obbligo ad ogni atleta di cestinare gli eventuali rifiuti entro gli appositi contenitori previsti nelle aree ristoro.

I concorrenti dovranno tenere un comportamento rispettoso dell'ambiente, evitando in particolare di disperdere rifiuti, raccogliere fiori o molestare la fauna. Chiunque venga sorpreso ad abbandonare rifiuti lungo il percorso sarà squalificato dalla gara e incorrerà nelle eventuali sanzioni previste dal regolamento comunale.

### **Articolo 10 - Sicurezza ed assistenza medica**

Durante lo svolgimento della gara e lungo il percorso saranno presenti postazioni di controllo a piedi e in bici; sarà inoltre attivo un servizio radio/telefonico sulla maggior parte del percorso.

Postazioni di soccorso con personale medico/sanitario saranno presenti nei punti critici del percorso al fine di garantire un tempestivo intervento. Il personale medico/sanitario potrà a suo giudizio insindacabile sospendere il partecipante dalla corsa invalidando il pettorale, in caso di accertate condizioni di salute non compatibili con la manifestazione.

### **Articolo 11 - Premiazioni individuali**

Le premiazioni avverranno nella seguente modalità.

Saranno premiati i primi 3 uomini e le prime 3 donne arrivate al traguardo (i premi non sono cumulabili con quelli della rispettiva categoria).

Saranno premiati i primi 3 classificati delle varie categorie FIDAL e tra questi saranno inglobati anche i possessori di RunCard in base alla loro fascia d'età.

## **Articolo 12 - Premi di società**

Saranno premiate le prime 5 società classificate, unificate m/f in base al numero degli atleti/e giunti/e al traguardo.

## **Articolo 13 - Responsabilità**

**Il singolo atleta o il legale rappresentante di ciascuna società nel formalizzare l'iscrizione alla gara dichiara di conoscere ed accettare il presente regolamento e di esonerare gli organizzatori da ogni responsabilità, sia civile che penale, per danni a persone e/o cose che potranno derivare a se stessi o alle persone indicate all'atto dell'iscrizione o che possono essere da loro causati durante lo svolgimento della manifestazione.**

Il singolo atleta o il legale rappresentante di ciascuna società nel formalizzare l'iscrizione alla gara attesta inoltre che i dati comunicati alla società organizzatrice sono veritieri.

## **Articolo 14 - Diritti**

Con l'iscrizione al *XI^ Trail delle 5 querce*, l'atleta autorizza espressamente gli organizzatori ed i media loro partner all'acquisizione del diritto di utilizzare le immagini fisse ed in movimento sulle quali potrà apparire per il tempo massimo previsto dalle leggi.

Con l'iscrizione al *XI^ Trail delle 5 querce*, ai sensi del D. Lgs. N. 196 del 30/06/2003, l'atleta acconsente espressamente a che l'organizzazione raccolga, utilizzi e/o diffonda i dati personali dichiarati al fine di formare l'elenco dei partecipanti alla gara, di redigere le classifiche ufficiali e, in genere, per tutte le operazioni connesse alla partecipazione alla gara, nonché per finalità promozionali, informative e per l'invio di materiale redazionale.

## **Articolo 15 - Varie**

Per tutto quanto non previsto nel presente regolamento si rimanda ai regolamenti specifici e alle leggi vigenti in materia.

Il Gruppo Giudici di Gara potrà squalificare gli atleti che non transiteranno dai punti di rilevamento dislocati sul percorso.

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 e dei volontari.

## **Articolo 16 - Organizzazione e contatti**

Per ulteriori informazioni consultare il sito [www.traildelle5querce.it](http://www.traildelle5querce.it) oppure inviare una e-mail all'indirizzo: [info.gravinafestinalente@gmail.com](mailto:info.gravinafestinalente@gmail.com).