

Tabernulae Trail - Regolamento 2024

INFORMAZIONI GENERALI

La Polisportiva Tavarnelle organizza domenica 15 dicembre 2024 la gara di trail running "Tabernulae Trail". Viene proposto un percorso competitivo di 20 km con dislivello positivo di 650 m e un percorso RUN & WALK (camminata ludico motoria) di circa 8,5 km con dislivello positivo di 230 m. Per partecipare alla RUN & WALK non è richiesto nessun certificato. Il percorso competitivo sarà una gara ITRA e UTMB index.

PERCORSO

Il percorso partirà ed arriverà da Via delle Fonti a Tavarnelle Val di Pesa, compiendo un circuito ad anello della lunghezza di 20 km con 650 m D+:

Roadbook, altimetria e traccia GPX del percorso di gara sono disponibili sul sito della manifestazione (www.tabernulaetrail.com) e possono essere aggiornati periodicamente.

RITROVO

Domenica 15 dicembre 2024 alle ore 7.00 presso Piazza Matteotti a Tavarnelle Val di Pesa (FI)

PROGRAMMA

SABATO 14 DICEMBRE 2024 - Tavarnelle Val di Pesa (FI)

ore 15:00 Inizio consegna pettorali

ore 18:00 Fine consegna pettorali

DOMENICA 15 DICEMBRE 2024 - Tavarnelle Val di Pesa (FI)

ore 07:00 Inizio consegna pettorali
ore 08:30 Fine consegna pettorali
ore 09:00 Partenza 20 km
ore 09:10 Partenza 8,5 km RUN & WALK (non competitiva)
ore 10:20 Primi arrivi previsti 20 km
ore 11:30 Premiazioni gara competitiva

ISCRIZIONE

Le iscrizioni on-line ([ENDU](#)) sono possibili da giovedì 1° agosto 2024 a giovedì 12 dicembre 2024 alle ore 13:00 oppure al raggiungimento dei 300 pettorali. Sarà possibile iscriversi anche la mattina della gara solo se non è stato raggiunto il limite massimo di partecipanti.

Il tetto massimo di partecipanti sul percorso competitivo è di 300 (Trecento) concorrenti. Sarà possibile iscriversi il giorno della manifestazione nel caso in cui siano rimasti pettorali disponibili. L'organizzazione si riserva il diritto di diminuire o aumentare il numero di partecipanti.

QUOTE DI ISCRIZIONE

- **Fino al 31 ottobre 2024:** quota agevolata di 20€
- **Dal 1° novembre al 12 dicembre 2024:** quota ordinaria di 25€
- **La mattina della gara:** quota di 30€ (sovrapprezzo di 5€)

L'iscrizione al **percorso RUN & WALK di 8,5 KM** è invece fissata in un'unica quota di **10€**. L'iscrizione comprende un pettorale competitivo, pacco gara, ristori durante il percorso, cronometraggio con chip.

In fase di iscrizione gli atleti e i camminatori potranno prenotare il pasta party al

costo di 5€. Sarà inoltre possibile acquistare il pasta party il giorno della gara per tutti al costo di 15€ direttamente sul posto.

La gara si svolgerà anche con maltempo, a discrezione dell'organizzazione verrà approntato un percorso di riserva. In caso di annullamento della gara, per cause di forza maggiore, la competizione verrà rinviata all'edizione del 2025. I concorrenti non saranno rimborsati ma la loro iscrizione sarà rimandata all'edizione successiva. Gli atleti che, per qualsiasi causa, vogliono rinunciare alla propria iscrizione, devono fare pervenire comunicazione scritta della loro rinuncia entro la data di stampa dei pettorali, quindi entro il 05/12/2024. I rinunciatari non saranno rimborsati ma la loro iscrizione sarà spostata sull'edizione 2025.

Il Comitato Organizzatore, riconoscendo il valore e l'attendibilità dei coefficienti di performance ITRA, stabilisce che tutti gli atleti in possesso di ITRA CODE compresi fra AAAA (TOP ELITE) e BBB (EXPERT) hanno diritto all'iscrizione gratuita.

ITRA Level chart				
Performance Index men	Performance Index women	ITRA code	Category	Level
> 900	> 775	AAAA	TOP ELITE	Top Level
> 875	> 750	AAA	ELITE 1	Top Level
> 850	> 725	AA	ELITE 2	International Level
> 825	> 700	A	ELITE 3	International Level
> 800	> 675	BBB	EXPERT 1	National Level
> 775	> 650	BB	EXPERT 2	National Level
> 750	> 625	B	EXPERT 3	Regional Level
> 725	> 600	CCC	ADVANCED	Regional Level
> 700	> 575	CC		Regional Level
> 650	> 550	C	STRONG	
> 600	> 525	DDD		
> 550	> 500	DD	INTERMEDIATE	
> 500	> 475	D		
> 450	> 450	EEE	STARTER	
> 400	> 400	EE		
> 350	> 350	E		
> 300	> 300	FFF		
> 250	> 250	FF		
<250	< 250	F		

CONDIZIONI PER POTERSI ISCRIVERE

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

- Avere compiuto 18 anni alla data della gara;
- 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 dicembre 2024. 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 da [QUI](#) firmato e timbrato da un medico sportivo abilitato nel Paese d'origine.

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.

Per la partecipazione alla corsa non sono richiesti requisiti particolari; un buon allenamento fisico e un abbigliamento consono.

MATERIALE OBBLIGATORIO

- scarpe da trail running tipo A5
- telefono cellulare carico

Materiale raccomandato:

- antivento (potrebbe essere reso obbligatorio al momento della partenza in base alle condizioni meteo)
- riserva di acqua a piacere
- borraccia

— fischietto

— bandana o cappellino

— barrette energetiche o alimenti solidi

— bastoncini: se usati devono essere portati per tutta la corsa

In caso di tempo avverso, la Giuria potrebbe consentire la partenza solo agli atleti in possesso di giacca antivento, che pertanto si raccomanda portare al ritrovo.

TEMPO MASSIMO

Tempo massimo di percorrenza: 3 ore e 30 minuti, non sono previsti cancelli orari.

Il servizio scopa chiuderà la manifestazione dietro all'ultimo concorrente in gara. La continuazione della gara dopo le scope da parte degli atleti squalificati è pericolosa, sconsigliata ed a totale responsabilità dei concorrenti.

RISTORI

Vi saranno 3 ristori + ristoro finale per il percorso competitivo:

R1 — Sotterra Km 7,3 (liquido e solido)

R2 — Loc. Casa al Vento KM 13,8 (liquido e solido)

R3 — Podere San Filippo KM 15,8 (liquido)*

R4 — Arrivo KM 20 (ristoro finale)

* RUN & WALK KM 4,5

Non saranno presenti bicchieri in plastica. Ogni atleta è caldamente invitato ad usare il proprio bicchiere oppure una borraccia con imboccatura larga in linea con l'etica sostenibile della gara.

SICUREZZA

La sicurezza dei partecipanti, dei volontari e degli eventuali soccorritori è prioritaria rispetto a qualsiasi altra cosa. La corsa in natura può essere già di per sé pericolosa, con condizioni meteo avverse la pericolosità aumenta in maniera esponenziale. Proprio per cercare di limitare al massimo il rischio e renderlo quindi accettabile si sono attivate diverse procedure:

— 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;

— L'organizzazione ha predisposto ristori lungo il percorso (elencati nel paragrafo precedente) anche con lo scopo di consentire agli infortunati, a coloro i quali si vogliono ritirare, di ritirarsi in condizioni di massima sicurezza. In caso di ritiro dai punti di ristoro gli atleti, dopo essere stati accuditi ed eventualmente medicati, verranno organizzati in piccoli gruppetti, indirizzati al punto di raccolta e riportati alla partenza; — 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; — Nel caso di repentini peggioramenti meteo attiveremo i necessari provvedimenti sempre per tutelare atleti e volontari; — Lungo il percorso vi saranno volontari impegnati a garantire la massima sicurezza e il giusto supporto in caso di necessità; — Il percorso sarà segnalato con balise in colore arancione, frecce 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 ritornare sui suoi passi e ritrovare l'ultima balisa. Il balisaggio verrà poi eliminato dal servizio scopa quindi ogni corridore che decide di percorrere la gara dietro alle scope è fuori gara e se ne assume ogni rischio.

La Giuria di Sicurezza potrà in qualsiasi momento decidere di annullare, modificare o sospendere la gara a proprio insindacabile giudizio nel caso in cui la sicurezza dei concorrenti non fosse più garantita.

ACCOMPAGNAMENTO DI CANI

Nel rispetto delle normative vigenti nel parco, gli atleti e i camminatori possono partecipare accompagnati da cani solo se tenuti a guinzaglio e solo nella RUN & WALK (non competitiva) di 8,5 Km.

PREMIAZIONI

Tabernulae Trail condividendo pienamente lo spirito del Trail non prevede premi in denaro. Saranno premiati i primi 3 uomini e le prime 3 donne classificati/e. Oltre a loro, saranno premiati i primi/e 3 delle seguenti categorie:

- Assoluti (1975-2006)
- Veterani (1965-1974)
- Argento (1955-1964)

Inoltre saranno premiate le prime 3 Società con il maggior numero di atleti presenti su tutte le distanze.

I premi vanno ritirati personalmente sul posto.

SQUALIFICHE

È prevista la squalifica immediata per le seguenti infrazioni: — per i concorrenti sorpresi a gettare rifiuti lungo il percorso; — mancato passaggio da punto di controllo; — scambio/cessione di pettorale; — taglio di percorso; — mancato soccorso ad un concorrente in difficoltà; — insulti o minacce a organizzatori o volontari; — utilizzo di mezzi di trasporto; — rifiuto di sottoporsi a controlli sanitari richiesti dal personale medico; — rifiuto di sottoporsi al controllo materiale obbligatorio, ove previsto.

RECLAMI

Il coordinamento gara è composto da:

- Dal direttore della corsa
- Dal responsabile della sicurezza
- Dal responsabile sul percorso di gara
- Da tutte le persone competenti designate dal direttore di corsa

Eventuali reclami dovranno essere formulati per iscritto entro 30 minuti dalla conclusione della gara.

RESPONSABILITÀ

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.

Per tutto quanto non espressamente indicato nel presente Regolamento si rimanda al Regolamento Trail UISP nazionale.

ORGANIZZAZIONE POLISPORTIVA TAVARNELLE

L'organizzazione della gara è gestita e garantita dalla POLISPORTIVA TAVARNELLE che ha sede a Tavarnelle Val di Pesa (FI) in Piazza Giacomo Matteotti 18. Per maggiori informazioni è possibile consultare il sito www.polisportivatavarnelle.it. È possibile contattare l'organizzazione a tabernulaetrail@gmail.com.