

# REGOLAMENTO

## 1° ECOTRAIL OSSERVANZA

Tocco da Casauria

12 febbraio 2023

L'A.S.D. Tocco Runner, con il patrocinio dell'amministrazione comunale di Tocco da Casauria, organizza il 1° ecotrail Osservanza, gara di trail running sulla distanza di 10 km, in programma domenica 12 febbraio 2023, con partenza e arrivo al Convento Santa Maria del Paradiso, meglio conosciuta come Osservanza. La gara si svolgerà con qualsiasi condizione metereologica.

La gara è aperta a persone che sono tesserate UISP o FIDAL o altri enti di promozione sportiva o possessori di runcard e che siano in possesso di certificato medico di idoneità sportiva

Il percorso si snoda su sentieri interamente sterrati per una distanza di 10 km e con un dislivello positivo di 470 metri. La gara si svolgerà in condizioni di autosufficienza, metà percorso troverete una fontana che sarà l'unico ristoro di acqua (consigliabile l'uso di ecotazza o borraccia)

E' obbligatorio seguire il sentiero segnato con fettucce bianche e rosse e non è consentito in nessun caso uscire dal percorso

Viste le caratteristiche del percorso sono obbligatorie calzature specifiche da trail running, e abbigliamento adatto

e iscrizioni possono essere fatte tramite sull sito timing run o via mail al seguente indirizzo: [timingrun@gmail.com](mailto:timingrun@gmail.com)

La quota d'iscrizione è di € 15,00 e include:

- pettorale
- assicurazione
- assistenza medica
- pacco gara con medaglia finisher + zainetto tecnico personalizzato garantito ai primi 150 iscritti
- ricco ristoro finale
- servizi igienici alla partenza e all'arrivo
- servizio scopa
- servizio di cronometraggio e classifiche (timing run)

## PROGRAMMA ORARIO

Ore 08,30 – ritrovo presso il convento a Tocco da Casauria e distribuzione del pettorale e pacco gara

Ore 10,00 – partenza della gara

Ore 12,30 – premiazioni

## PREMIAZIONI

- I primi 3 uomini e le prime 3 donne della classifica generale
- I primi tre delle categorie F/M 19-39 – F/M 40-49 – F/M 50-59 – F/M 40 – F/M over 60

I partecipanti devono rispettare l'ambiente e gli spazi naturali attraversati, quindi è assolutamente vietato buttare qualsiasi rifiuto sul percorso

Con l'iscrizione i partecipanti dichiarano di conoscere e di accettare il presente regolamento, dichiarano di essere a conoscenza delle difficoltà della corsa in ambiente naturale e di essere preparati ad affrontarle. I concorrenti sollevano gli organizzatori da qualsiasi responsabilità civile e penale per danni a persone o cose che possono verificarsi durante e dopo la gara in relazione della stessa, pertanto rinunciano ad ogni ricorso contro gli organizzatori in caso di danni e di conseguenze ulteriori che sopraggiungano in seguito alla gara. Il comitato organizzativo comunque dichiara di aver stipulato l'assicurazione per la responsabilità civile per rischi derivanti dall'organizzazione della gara. iscrivendosi si accetta implicitamente tale regolamento