



**PRAGELATO
RUNNING
TOUR**

week end

22 e 23 GIUGNO

**Due giorni di corse in montagna...
e non solo...**

WEB
www.pragelatoraces.com
www.podisticatorino.it

MAIL
pragelatoraces@gmail.com
podisticatorino@gmail.com

FACEBOOK Pragelato Races



**PRAGELATO
RACES**

SABATO 22 GIUGNO

Pragelato Running Tour VK 4km 1000d+
Mini Pragelato Running Tour corsa
camminata bambini da 0 a 12 anni

DOMENICA 23 GIUGNO

Pragelato Running tour TRAIL 20km 1100d+
Pragelato running tour 10k
Pragelato running tour DOG ENDURANCE



Sarà inoltre possibile effettuare TEST
DELLE SCARPE **ALTRA SHOES**
HOKA
DYNAFIT



...Sabato ci terrà compagnia **MARCO OLMO**
che ci presenterà il suo libro
"CORRERE NEL GRANDE VUOTO"



**atletica
italiana**



Cuore da Sportivo





week end 22 e 23 GIUGNO

Due giorni di corse in montagna... e non solo...

Pragelato Running Tour è una manifestazione podistica di Kilometro Verticale, Trail 20 km e 10 km organizzata dall' ASD Pragelato Races e dall' ASD Podistica Torino. Le manifestazioni sono inserite nel Calendario FIDAL Montagna/Trail 2019 con n° di autorizzazione 109/montagna/2019 e 110/trail/2019.

Il KV assegnerà il titolo di Campione Regionale FIDAL 2019 di Società ed Individuale.

Le iscrizioni on-line al Pragelato Running Tour aprono il giorno 18 marzo 2019 e chiudono alle ore 24:00 del giorno 20 Giugno 2019. Possibilità d'iscrizione il 21, 22 e 23 Giugno presso la zona partenza gare.

Ci si potrà iscrivere **on-line su MySDAM** o **direttamente** con pagamento in contanti (fino al 20 Giugno), presso:

- la sede della Podistica Torino in C.so Siracusa 10, Torino
- ATL di Pragelato in Piazza Lantelme a Pragelato, TO
- Cuore da Sportivo in via Domodossola 9 a Torino
- Abbà Sas in via Rolland Faure 3F a Oulx, TO

QUOTE D'ISCRIZIONE

Pragelato Running Tour VK:

- Dal 1/03 al 1/05/2019 € 12,00
- Dal 2/05 14 /06/2019 € 15,00
- Dal 15/06 al 20/06/2019 € 17,00
- Nelle giornate 21-22/06/ 2019 € 20,00

Pragelato Running Tour 10K e Dog Endurance:

- Dal 1/03 al 1/05/2019 € 8,00
- Dal 2/05 al 14 /06/2019 € 10,00
- Dal 15/06 al 20/06/2019 € 12,00
- Nelle giornate 21-22/06/ 2019 € 15,00

Pragelato Running Tour Trail:

- Dal 1/03 al 1/05/2019 € 20,00
- Dal 2/05 14 /06/2019 € 25,00
- Dal 15/06 al 20/06/2019 € 30,00
- Nelle giornate 21-22/06/ 2019 € 35,00

Combinata VK e Trail:

- Dal 1/03 al 1/05/2019 € 29,00
- Dal 2/05 14 /06/2019 € 35,00
- Dal 15/06 al 20/06/2019 € 42,00

Buono pasto: si potrà acquistare facoltativamente il buono pasto per le giornate del 22 e 23/06 in fase di iscrizione a 8 Euro ; il giorno stesso della gara per atleti e accompagnatori a 10 euro.

PRAGELATO RUNNING TOUR VK

- **Quando:** 22/06/2019 ore 10:00.
- **Dove:** fraz. Soucheres Hautes, Piazza Pragelatesi nel Mondo, Pragelato (TO).
- **Percorso di gara:** gara di corsa in montagna 4 km 1000 D+, arrivo Monte Blegier 2550 mt. Percorso omologato e certificato FIDAL.

PRAGELATO RUNNING TOUR TRAIL

- **Quando:** 23/06/2019 ore 09:30.
- **Dove:** fraz. Soucheres Hautes, Piazza Pragelatesi nel Mondo, Pragelato (TO).
- **Percorso:** Trail in percorso di alta montagna 20 km 1100D+.



week end
22 e 23 GIUGNO
Due giorni di corse in montagna...
e non solo...

INFO E CONTATTI

WEB

www.pragelatoraces.com
www.podisticatorino.it

MAIL

pragelatoraces@gmail.com
podisticatorino@gmail.com
FACEBOOK Prigelato Races

PRAGELATO RUNNING TOUR 10K

- **Quando:** domenica 23/06/2019 ore 09:35.
- **Dove:** Fraz. Soucheres Hautes, Piazza Pragelatesi nel Mondo, Pragelato (TO)
- **Percorso:** Trail in percorso di alta montagna 10 km 550 mt D+.

PREMIAZIONI

PREMIAZIONE VK: **Il KV assegnerà il titolo di Campione Regionale FIDAL 2019 di Società ed Individuale.**

Verranno premiati con premi in denaro

i primi 5 atleti assoluti femminili e maschili per il KV.

1° classificato/a: 150 €

2° classificato/a: 100 €

3° classificato/a: 75 €

4° classificato/a: 50 €

5° classificato/a: 30 €

PREMIAZIONE TRAIL: verranno premiati con premi in denaro **i primi 5 atleti assoluti femminili e maschili** per il Trail.

1° classificato/a: 200 €

2° classificato/a: 150 €

3° classificato/a: 100 €

4° classificato/a: 75 €

5° classificato/a: 50 €

PREMIAZIONE GARE COMBinate: per chi prenderà parte ad entrambe le gare, verrà stilata un'ulteriore classifica che sarà data dalla somma di punteggio di arrivo per atleta. Verranno premiati i **primi 3 atleti maschili e femminili.**

PREMIAZIONE 10 K: verranno premiati con premi in natura i **primi 3 atleti assoluti femminili e maschili.**

MINI PRAGELATO RUNNING TOUR

Tutti i bambini e ragazzi dai 0 ai 12 anni potranno partecipare Sabato 22 Giugno alle ore 15:00 al Mini Pragelato Running Tour, corsa/camminata non competitiva, con partenza da Casa Pragelato.

Costo dell'iscrizione 5 € che verrà devoluto interamente alla scuola elementare di Pragelato per poter acquistare materiale sportivo.

Sarà possibile iscriversi il giorno stesso della manifestazione ludico motoria dalle ore 14:00.

PRAGELATO RUNNING TOUR DOG ENDURANCE

Il Pragelato Running Tour Dog Endurance è una manifestazione competitiva affiliata al circuito FISC. Costi e scadenze di iscrizione sono uguali alla 10K. Le iscrizioni on-line saranno gestite direttamente dalla FISC passando tramite il sito www.pragelatoraces.com.

Partenza della manifestazione alle ore 9:45 presso fraz. Soucheres Hautes, Piazza Pragelatesi nel Mondo, Pragelato (TO).

Gli iscritti alla Dog Endurance potranno partecipare se in possesso di tessera FISC e di un'apposita imbragatura alla cinta e linea ammortizzata con la pettorina ad H del cane. Sarà vietato in modo assoluto l'utilizzo del classico collare.

MARCO OLMO GUEST STAR DEL PRAGELATO RUNNING TOUR

Sabato 22 giugno Marco Olmo sarà a Pragelato per parlare di Montagna e Sport e per presentare il suo libro. Avrete la possibilità di sentir parlare direttamente il campione mondiale di ultradistance e di confrontarvi con lui dalle ore 17:00 presso Casa Pragelato!

TEST MATERIALI

Cogliete l'occasione per provare le migliori scarpe da Trail attualmente in commercio! In occasione del Pragelato Running Tour sabato 22 giugno alle ore 15:30 avrai la possibilità di testare scarpe Salomon, Dynafit, Altra e Topo Athletics. A provare direttamente con voi i materiali ci saranno alcuni dei migliori interpreti della disciplina che vi aiuteranno nella scelta di ciò che fa per voi.



PRAGELATO RACES

**sabato
22 GIUGNO h15**

SABATO 22 GIUGNO ore 15.00

Partenza da Casa Pragelato
Da 0 a 12 anni corsa camminata
non competitiva su due percorsi
a scelta da 500 mt a circa 1 km.

FARÀ DA APRISTA IL NOSTRO MARCO OLMO.

e al termine merenda per tutti!

COSTO ISCRIZIONE 5 EURO .

L'incasso sarà devoluto alla scuola elementare
di Pragelato per attrezzature sportive.

**Iscrizioni anche il giorno stesso
della manifestazione dalle ore 14,00.**



Regolamento Prigelato Running Tour

Prigelato Running Tour è una manifestazione podistica di Kilometro Verticale e Trail organizzata dall' ASD Prigelato Races e dall' ASD Podistica Torino. Entrambe le manifestazioni sono inserite nel calendario FIDAL 2019. Il KV assegnerà il titolo di **Campione Regionale FIDAL 2019 di Società ed Individuale**.

La gara è aperta a tutti gli atleti in possesso del tesseramento FIDAL, della tessera RUNCARD FIDAL, della tessera MOUNTAIN AND TRAIL RUNCARD, o con tesseramento EPS in base alle convenzioni in atto, nati nel 2001 e precedenti. Per prendere parte alla gara, è necessario essere in possesso del **certificato medico** di idoneità sportiva agonistica all'atletica leggera **da presentare all'atto dell'iscrizione on-line o presentata al momento del ritiro del pettorale.**

ISCRIZIONI

Le iscrizioni al Prigelato Running Tour aprono il giorno 18 marzo 2019 e chiudono alle ore 24:00 del giorno 20 Giugno 2019.

Ci si potrà iscrivere on-line su MySDAM o direttamente con pagamento in contanti, presso:

- la sede della Podistica Torino in C.so Siracusa 10, Torino
- ATL di Prigelato in Piazza Lantelme a Prigelato, TO
- Cuore da Sportivo in via Domodossola 9 a Torino
- Abbà Sas in via Rolland Faure 3F a Oulx, TO

Possibilità d'iscrizione nelle seguenti giornate presso la zona partenza gare:

- 21 Giugno 2019 dalle ore 17:00 alle ore 19:00 per il VK e Trail
- 22 giugno 2019 dalle ore 7.30 alle 9.00 per il VK
- 22 Giugno 2019 dalle 15:00 alle 19:00 per il Trail
- 23 Giugno 2019 dalle ore 7:00 alle ore 8:30 per il Trail

La quota di iscrizione comprende

- Assistenza medica
- Ristori lungo il percorso
- Pettorale di gara
- Servizio di cronometraggio gestito da MySDAM

- Deposito e trasporto sacca all'arrivo del VK
- Servizio bagno alla partenza/arrivo
- Pacco gara
- Servizio foto scaricabili gratuitamente dal sito www.pragelatoraces.com

Buono pasto: si potrà acquistare facoltativamente il buono pasto per le giornate del 22 e 23/06 in fase di iscrizione a **8 Euro** ; il giorno stesso della gara per atleti e accompagnatori a **10 euro**.

Pragelato Running Tour VK:

- Dal 1/03 al 1 /05/2019 **€ 12,00**
- Dal 2/05 14 /06/2019 **€ 15,00**
- Dal 15/06 al 20/06/2019 **€ 17,00**
- Nelle giornate 21-22/06/ 2019 **€ 20,00**

Pragelato Running Tour Trail:

- Dal 1/03 al 1 /05/2019 **€ 20,00**
- Dal 2/05 14 /06/2019 **€ 25,00**
- Dal 15/06 al 20/06/2019 **€ 30,00**
- Nelle giornate 21-22/06/ 2019 **€ 35,00**

Quote iscrizione per la combinata VK e Trail:

- Dal 1/03 al 1 /05/2019 **€ 29,00**
- Dal 2/05 14 /06/2019 **€ 35,00**
- Dal 15/06 al 20/06/2019 **€ 42,00**

ISCRIZIONI PER LE SOCIETA'

Per le società FIDAL con almeno 10 atleti, iscrizioni accettate entro il 19/06/2019 ore 20:00 al prezzo bloccato di **15 euro per il VK, 25 euro per il trail e 35 euro per la combinata KV e trail** inviando l'apposito file excel degli iscritti contestualmente alla ricevuta di pagamento tramite bonifico bancario a pragelatoraces@gmail.com.

Bonifico intestato a:

- ASD PRAGELATO RACES
- IBAN IT 53 F 02008 31020 000105030431

- UNICREDIT SESTRIERE Via Pinerolo 14, 10058, Sestriere, TO
- CAUSALE: Iscrizione a... nome... cognome...

RITIRO PETTORALI

Per entrambe le gare, la consegna del pettorale e pacco gara avverrà presso la Casa Prigelato località Rivet, 10060, Prigelato (TO).

Il ritiro per terzi sarà possibile solo ed esclusivamente se in possesso di delega e fotocopia di un documento di identità del delegante.

Non verranno consegnati per nessun motivo, pettorali e pacchi gara al di fuori dei giorni e orari riportati di seguito.

PRIGELATO RUNNING TOUR VK

Venerdì 21/06/2019 ore 17:00 – 19:00

Sabato 22/06/2019 ore 7:30 – 09:00

PRIGELATO RUNNING TOUR TRAIL

Sabato 22/06/2019 ore 15:00 – 19:00

Domenica 23/06/2019 ore 7:00 – 08:30

PRIGELATO RUNNING TOUR VK

Quando: 22/06/2019 ore 10:00. Ritrovo ore 7:30.

Dove: fraz. Soucheres Hautes, Piazza Prigelatesi nel Mondo, Prigelato (TO).

Percorso di gara: gara di corsa in montagna 4 km 1000 D+, arrivo Monte Blegier 2550 mt. Percorso omologato e certificato FIDAL.

Ristori: a 500 mt di D+ ed a 850 mt di D+.

Materiale obbligatorio: giacca antivento/antipioggia.

Deposito borse: sarà consentito il deposito di una piccola borsa in zona partenza gara, con lo stretto necessario per il cambio entro le ore 9:15, che verrà fatta trovare a 850 mt di d+, sulla strada dell'Assietta.

Tempo limite: è previsto un tempo limite di 2 h.

PRAGELATO RUNNING TOUR TRAIL

Quando: 23/06/2019 ore 09.30. Ritrovo ore 7:00.

Dove: fraz. Soucheres Hautes, Piazza Pragelatesi nel Mondo, Prigelato (TO).

Percorso: Trail in percorso di alta montagna 20 km 1100D+.

Ristori: fraz. Grand Puy, Colle Lauson, Monte Genevris, fraz. Allevè, Arrivo.

Materiale obbligatorio: pettorale in vista, giacca antivento, telefono cellulare carico con salvato il numero di emergenza sovrainpresso sul pettorale di gara, coperta isoterica, riserva idrica (minimo 0,5lt), riserva alimentare (gel, barrette) e fischietto. Il materiale obbligatorio verrà controllato al ritiro del pettorale e all'arrivo. Chi ne sarà sprovvisto del tutto o in parte alla partenza non verrà fatto partire. Chi ne sarà sprovvisto del tutto o in parte all'arrivo sarà squalificato.

Materiale facoltativo consentito: bastoncini

Percorso di gara: è obbligatorio seguire il percorso di gara, segnalato da bandierine, fettucce e frecce colorate. Saranno inseriti alcuni punti di controllo presidiati da personale dell'organizzazione; il mancato passaggio ad uno di questi comporterà la squalifica.

Cancello orario: è presente un cancello orario al Colle del Lauson (dopo circa 7 km e 900 mt d+) di 2h 30'. Verranno esclusi i partecipanti che passeranno al cancello orario oltre il limite stabilito.

Tempo limite: è previsto un tempo limite di 5 h.

PREMIAZIONI

PREMIAZIONE VK: **Il KV assegnerà il titolo di Campione Regionale FIDAL 2019 di Società ed Individuale.**

Verranno premiati con premi in denaro **i primi 5 atleti assoluti femminili e maschili** per il VK.

1° classificato/a: 150 €

2° classificato/a: 100 €

3° classificato/a: 75 €

4° classificato/a: 50 €

5° classificato/a: 30 €

Ai primi 3 Assoluti, Juniores, Promesse, Master A (35-49), Master B (50-64), Master C (65 – 99) maschili e femminili verrà assegnata la maglia di campione Regionale e le medaglie a cura di Fidal Piemonte . Verranno premiate le prime 3 Società a punteggio Maschili e femminili.

PREMIAZIONE TRAIL: verranno premiati con premi in denaro **i primi 5 atleti assoluti femminili e maschili** per il Trail.

1° classificato/a: 200 €

2° classificato/a: 150 €

3° classificato/a: 100 €

4° classificato/a: 75 €

5° classificato/a: 50 €

PREMIAZIONE GARE COMBinate: per chi prenderà parte ad entrambe le gare, verrà stilata un'ulteriore classifica che sarà data dalla somma di punteggio di arrivo per atleta. Verranno premiati **i primi 3 atleti maschili e femminili**. I premi consisteranno in materiale sportivo.

PREMI DI CATEGORIA VK E TRAIL: verranno premiate le categorie J/P/Senior 23-35, Master A (35-49), Master B (50-64), Master C (65 – 99) maschili e femminili (4 categorie M e 4 Categorie F). Premi in natura. I premi assoluti non sono cumulabili con i premi di categoria. Le premiazioni avverranno a Casa Prigelato, località Rivet.

Tutti gli atleti vengono inseriti in classifica generale, per categoria e per fascia e concorrono al montepremi, per i tesserati e per le società EPS non sono ammissibili premi in denaro, bonus, buoni valore, ingaggi e rimborsi spese di qualsiasi natura.

Al KV possono partecipare fuori classifica i tesserati degli EPS. Per fuori classifica si intende che gli Eps non vengono inseriti nella classifica del campionato, mentre mantengono il diritto a far parte della classifica generale e di categoria della manifestazione con il relativo premio.

ATLETI RITIRATI

Gli atleti che abbandoneranno la gara dovranno obbligatoriamente comunicarlo al primo punto di controllo disponibile consegnando il pettorale e seguendo le indicazioni del personale di servizio per il rientro.

MODIFICA E ANNULLAMENTO MANIFESTAZIONE

In caso di sopravvenute condizioni atmosferiche tali da costituire pericolo per i concorrenti, a giudizio insindacabile dell'Organizzazione, potranno essere modificati i percorsi o sospese o annullate le gare in qualsiasi momento. In caso di annullamento della manifestazione sarà corrisposto un rimborso pari al 50% del costo di iscrizione di ogni atleta.

CRONOMETRAGGIO

Il cronometraggio è a cura di MySDAM con tecnologia basata sull'utilizzo di "chip usa e getta integrato nel pettorale". Informazioni e condizioni sull'utilizzo del chip sono pubblicate sul sito MySDAM all'indirizzo www.mysdam.it/info-chip.do. Il mancato o non corretto utilizzo del chip comporterà l'esclusione dalla classifica. Per ogni atleta verranno rilevati: il tempo ufficiale ed un passaggio intermedio al 7° km circa, Colle del Lauson, dopo 900 mt di D+.

RECLAMI

Eventuali reclami dovranno essere presentati entro 30 minuti dall'esposizione ufficiale dei risultati di gara, versando una quota di 50,00€ .In caso di accoglimento del ricorso, l'intero importo verrà restituito.

SERVIZIO SANITARIO

Il comitato organizzatore appronterà un adeguato servizio di assistenza sanitaria lungo il percorso e nella zona di Partenza/Arrivo.

RISULTATI E CLASSIFICHE

I tempi parziali e finali saranno disponibili in tempo reale sul sito www.sdam.it. A partire dal giorno successivo sarà possibile scaricare il diploma di partecipazione.

RIFIUTI

Pragelato Running Tour, partecipa alla campagna "io non getto i miei rifiuti" , si richiede per tanto agli atleti di NON gettare i rifiuti lungo il percorso di gara, ma nei cestini dislocati nei punti ristoro. Gli atleti

segnalati per comportamenti scorretti, potranno essere sanzionati e/o squalificati, secondo giudizio insindacabile dell'organizzazione.

INFORMAZIONI E CONTATTI

A.S.D. PRAGELATO RACES, Via Rohrbach 9, 10060, Prigelato, TO.

Web: www.pragelatoraces.com E-mail: pragelatoraces@gmail.com

Tel: +39 3488061572 Gabriele Castagno

A.S.D. PODISTICA TORINO, C.so Siracusa 10, 10136, Torino

Web: www.podisticatorino.it E-mail: podisticatorino@gmail.com

Tel: +39 3475551253 Mauro Fontana

RESPONSABILE ORGANIZZATIVO: Gabriele Castagno

Tel: +39 3488061572 E-mail: castagno.gabriele@gmail.com

DICHIARAZIONE DI RESPONSABILITA', TRATTAMENTO DATI E DIRITTO D'IMMAGINE

L'atleta con l'atto dell'iscrizione, dichiara che il Prigelato Running Tour, nonché ogni singolo evento facente parte del circuito, è una manifestazione sportiva di elevata difficoltà tecnica e fisica, riconoscendo e confermando di aver preso visione del percorso, il quale si svolge prevalentemente su mulattiere e sentieri di montagna e che presenta passaggi esposti, seppur assistiti dal personale dell'organizzazione. Conferma di essere stato largamente informato dagli organizzatori della potenziale pericolosità della manifestazione, la quale si svolge in ambiente montano con i conseguenti ineliminabili pericoli oggettivi per i partecipanti, di ritenerla pienamente adeguata al proprio livello tecnico e fisico e, di conseguenza, di assumersene il rischio. Con l'iscrizione, il partecipante esonera gli organizzatori da ogni responsabilità, sia civile che penale, per danni a persone e/o cose da lui causati o a lui derivati, prima durante e dopo la corsa e rinuncia a qualsiasi richiesta di risarcimento.

La società promotrice dichiara di aver stipulato apposita assicurazione per la responsabilità civile (RC), a copertura dei rischi derivanti dall'organizzazione dell'evento stesso. La partecipazione avviene sotto l'intera responsabilità dei concorrenti, che rinunciano ad ogni ricorso contro gli organizzatori in caso di danni e di conseguenze ulteriori che sopraggiungano in seguito alla gara.

L'organizzazione, inoltre, non risponde dello smarrimento, o sottrazione, di effetti e/o beni personali lasciati incustoditi prima, durante e dopo la gara, presso la zona di partenza/arrivo, zona di premiazione e del ristoro finale.

Al momento dell'iscrizione l'atleta è chiamato a firmare un modulo di consenso informato e contestuale liberatoria di scarico di responsabilità.

Iscrivendosi alla manifestazione, l'atleta autorizza l'organizzazione al trattamento dei propri dati personali ai fini della gestione dell'iscrizione e dei servizi ad essa connessi, quali il cronometraggio e le classifiche, e consente che tali dati vengano inseriti negli archivi dell'A.S.D. Prigelato Races e dell'A.S.D. Podistica Torino. Inoltre, autorizza espressamente l'organizzazione, unitamente agli sponsor, all'acquisizione gratuita del diritto di utilizzare le immagini fisse o in movimento sulle quali potrà apparire, per fini promozionali e/o pubblicitari della manifestazione stessa e/o del territorio prigelatese. In qualsiasi momento l'atleta potrà avvalersi dei diritti sanciti dall'art. 7 del d.lgs 196/03 rivolgendosi ai titolari di A.S.D. Prigelato Races e A.S.D. Podistica Torino. In qualsiasi momento l'interessato potrà consultare, modificare, cancellare gratuitamente i propri dati scrivendo al responsabile del trattamento dei dati personali presso prigelatoraces@gmail.com o presso podisticatorino@gmail.com.

VARIAZIONI

Il Comitato Organizzatore si riserva di modificare il presente regolamento in qualunque momento per le modifiche che verranno apportate ai regolamenti FIDAL e per motivi che ritiene opportuni per una migliore organizzazione della manifestazione. Eventuali modifiche agli orari, ai servizi e ai luoghi saranno comunicate all'interno del sito internet www.prigelatoraces.com, dopo averne dato ed ottenuto l'approvazione da parte C.R. PIEMONTE della FIDAL.