



REGOLAMENTO 47^a “MEZZA VALLE INTRASCA”

Corsa in Montagna a Coppie

Domenica 4 giugno 2023

- 1) La “MezzaValle Intrasca” è una gara di corsa in montagna a squadre di due persone; è ammessa l’iscrizione di un terzo concorrente di riserva che potrà sostituire alla partenza un componente della propria squadra in caso di impedimento.
- 2) La partecipazione è a coppie: maschili, femminili e miste. Ogni coppia deve partire insieme ed insieme transitare ai posti di controllo e al traguardo, pena il non inserimento in classifica; lungo il percorso la distanza tra i due componenti della squadra non dovrà superare i 50 m.
- 3) La corsa è aperta ad atleti che abbiano compiuto i 16 anni e che siano in possesso del certificato medico di idoneità agli sport agonistici valido alla data della manifestazione.
- 4) La gara si svolge principalmente su sentieri di montagna, lungo un percorso impegnativo con salite e discese, per il quale sono richiesti un’adeguata preparazione fisica. E' obbligatorio un equipaggiamento adeguato e adatto alle condizioni meteorologiche del giorno di gara.
- 5) Il pettorale, personale e non cedibile, non è intercambiabile tra i componenti della coppia e deve essere esposto ben visibile durante

lo svolgimento della Corsa.

6) Il ritrovo è previsto alle ore 7.00 in Piazza Ranzoni a Verbania Intra.

7) La partenza in linea, prevista per le ore 8.20, con inizio appello atleti alle ore 8.00.

8) La gara si svolge lungo un percorso di 17,3 km, con dislivello di ± 475 m; è obbligatorio seguire a vista la segnaletica predisposta e mantenersi sulla traccia segnata. Sono previsti posti di controllo (vedi planimetria percorso); il mancato passaggio ad uno di questi comporta la squalifica della coppia.

9) Tempo massimo: 3h.

10) L'eventuale ritiro dalla gara deve essere comunicato dagli atleti agli organizzatori al primo posto di controllo disponibile. Lungo il percorso saranno presenti ispettori di gara e controlli con funzione di sorveglianza cui devono sottostare tutti i concorrenti.

11) E' vietato abbandonare materiale o rifiuti lungo il percorso, al di fuori degli spazi prestabiliti (posti di ristoro, 50 m prima e dopo). Penalità prevista: 20 minuti.

12) In caso di incidenti gli atleti sono tenuti a collaborare, devono soccorrere atleti in difficoltà ed avvertire immediatamente il più vicino posto di controllo, pena la squalifica.

13) Sono previsti punti di ristoro lungo il percorso (vedi planimetria).

14) L'operato della giuria, dei cronometristi, dei direttori di gara è inappellabile.

15) Con l'atto dell'iscrizione i partecipanti dichiarano di accettare il presente regolamento e di sollevare gli organizzatori da qualsiasi responsabilità sia civile che penale per infortuni, incidenti, danni a cose e/o persone che possono verificarsi prima, durante e dopo la manifestazione. Comitato organizzativo Vicolo del Moretto, 7 28921 Verbania, VB E-mail: segreteriaamaratona@cai.verbano.it

16) Le premiazioni si svolgeranno alle ore 15.00 in Piazza Ranzoni a Verbania Intra. I premi, alle prime 10 coppie di ogni categoria (maschile, femminile, mista), saranno consegnati durante la cerimonia di premiazione.

17) ISCRIZIONE

La quota di iscrizione è fissata in Euro 55,00/coppia per le iscrizioni e relativi versamenti effettuati entro il 15 Marzo 2023; Euro 65,00/coppia per quelle effettuate dal 16 Marzo al 15 Maggio 2023; Euro 75,00/coppia oltre a tale data e fino alla chiusura delle iscrizioni (ore 7.20) del giorno della gara. **IL COSTO DELL'ISCRIZIONE COMPRENDE: PREMIO DI PARTECIPAZIONE (CAPO TECNICO GARANTITO PER LE PRIME 100 COPPIE ISCRITTE + TRADIZIONALE MEDAGLIONE ARTISTICO), ASSISTENZA, RISTORI, ASSICURAZIONE, BUFFET FINALE, SERVIZIO NAVETTA PER DOCCE, PASTO ATLETI.** In caso di annullamento della gara gli atleti potranno fare richiesta di rimborso della quota di iscrizione oppure potranno chiedere di confermare l'iscrizione per il 2024.

18) MODALITA' DI ISCRIZIONE

L'iscrizione potrà essere effettuata attraverso le seguenti modalità:

- accedendo alla pagina iscrizioni attiva nel sito internet www.maratonavalleintrasca.it collegata alla piattaforma web WedoSport, con pagamento della quota tramite bonifico bancario o carte di credito. E' richiesto l'invio del certificato medico sportivo agonistico.

- direttamente presso la sede del CAI Sezione Verbanò a Intra in vicolo del Moretto, 7 ogni VENERDì sera dalle ore 21.15 alle 22.30 versando la quota di iscrizione all'atto della presentazione del modulo di iscrizione debitamente compilato e della copia del certificato medico sportivo agonistico.

- accedendo al sito web <https://iscrizioni.wedosport.net/iscrizioni.cfm>

- in Piazza Ranzoni a Verbania Intra sabato 3 giugno 2023, dalle ore 18.00 e in Piazza Ranzoni a Verbania Intra domenica 4 giugno 2023 prima della gara entro le ore 7.20.

NOTA IMPORTANTE: LE ISCRIZIONI SI RITENGONO CONFERMATE SOLO SE ACCOMPAGNATE DALLA COPIA DEL CERTIFICATO MEDICO IN CORSO DI VALIDITA' ALLA DATA DELLA GARA E DALLA RICEVUTA DEL VERSAMENTO DELLA QUOTA DI ISCRIZIONE.

19) La competizione si svolgerà in accordo alle norme legislative anti-Covid in vigore alla data della manifestazione, nonché ai relativi protocolli CONI. Il rispetto delle suddette norme vigenti è inderogabile ed è indispensabile per la partecipazione alla manifestazione. Le suddette normative saranno pubblicate e aggiornate sul sito www.maratonavalleintrasca.it