



INFORMAZIONI GENERALI

Il regolamento della competizione-gara sportiva delinea i comportamenti, l'etica, i rapporti, i diritti e doveri che il concorrente si impegna a rispettare. Chiunque partecipa in qualità di concorrente, organizzatore, volontario, sponsor, patrocinante o qualsiasi altro titolo, si impegna ed è tenuto ad osservare il presente regolamento che sottoscrive all'atto di adesione in qualità di concorrente, organizzatore, volontario, sponsor, patrocinante o qualsiasi altro titolo.

PREMESSE

La "Cuore a 1000" è una gara in semi-autonomia ed è organizzato dalla ASD Urbe in collaborazione con il COMUNE DI URBE ed in collaborazione con numerose associazioni locali e sponsor. I concorrenti, i volontari, l'organizzazione ed i suoi partners sono uniti moralmente e condividono gli stessi principi e gli stessi valori:

L'EQUITÀ

- Regole concepite per tutti ed applicate in modo identico a tutti e valide per ognuno;
- Riconoscimento a per tutti i corridori che terminano la corsa.

RISPETTO PER LE PERSONE:

- Rispetto di sé stessi e degli altri evitando qualsiasi tipo di imbroglio;
- Rispetto dei volontari che partecipano all'evento;
- Rispetto della popolazione locale che accoglie la corsa;
- Rispetto dell'organizzazione e dei suoi partners;

RISPETTO DELLA NATURA

- Non gettare nulla sul percorso;
- Rispettare la fauna e la flora;
- Il percorso si sviluppa all'interno dell' Area Protetta Parco del Beigua Unesco Geopark per cui vanno rispettate le norme di comportamento emanate dall'Ente Parco
- Lungo il percorso non è consentito avere animali al seguito

CONDIVISIONE E SOLIDARIETÀ

- Prestare aiuto a tutte le persone che potrebbero trovarsi in difficoltà o pericolo

ORGANIZZAZIONE

L'organizzatore e unico responsabile dell'evento è la ASD Urbe con sede in Via Roma, 85 -17048 Urbe (SV). La manifestazione è realizzata in collaborazione ad altre associazioni presenti sul territorio le cui attività sono coordinate dalla ASD URBE.

PERCORSO

La "Cuore a 1000" è una gara di trail running in semi-autonomia, è una competizione di percorso misto (asfalto-sentiero) con dislivelli mediamente

impegnativi che raggiunge una quota massima di 1100 m, itinerario che richiede la capacità di muoversi su terreni particolari, tracce o sentieri impervi o infidi (pendii con affioramenti rocciosi o detritici). Il tracciato non presenta tratti con difficoltà alpinistiche.

Il percorso di “Cuore a 1000” è di 17 km su terreno misto con dislivello positivo di 440 m. Il percorso si compone di un 50% di sentiero, fatta eccezione di qualche tratto disconnesso, e un 50% su strade ponderali o asfaltate.

*Nel caso di condizioni meteo avverse (e.g. neve, nebbia o temporali), potrebbe essere previsto un percorso alternativo o in extremis l'annullamento dell'evento. Le decisioni dell'organizzazione in questi frangenti sono da considerarsi insindacabili: l'incolumità di atleti, volontari e collaboratori è da ritenersi prioritaria.

PARTENZA

Partenza collettiva in linea il giorno domenica 4 Maggio alle ore 9.30 presso il Ristorante “La Nuvola sul Mare”, Via Faiallo 25 -17040 Urbe (SV) loc. Passo del Faiallo.

TEMPO MASSIMO AUTORIZZATO

Il tempo massimo della prova, per essere annoverati in classifica, è fissato in:

- 3.00 h (tre ore)

In caso di cattive condizioni meteorologiche e/o per ragioni di sicurezza, l'organizzazione si riserva il diritto di sospendere o annullare la prova in corso o di modificare i tempi previsti e il percorso.

CONDIZIONI DI PARTECIPAZIONE

La partecipazione alla gara è aperta a tutte le persone, uomini e donne, che abbiano compiuto 18 anni al momento dell'iscrizione, tesserati o no. Le persone di età inferiore a 18 anni non potranno prendere parte alla competizione. Per partecipare è indispensabile:

- Essere in possesso di certificato medico sportivo di idoneità alla pratica sportiva agonistica per l'atletica leggera (D.M. 18.02.1982 tab. B) in corso di validità alla data di svolgimento della corsa. **NON E' AMMESSA AUTOCERTIFICAZIONE** o dichiarazione di sana e robusta costituzione fisica rilasciata dal proprio medico curante. L'autocertificazione è altresì vietata dall'art.5 del C.C. "Atti di disposizione del proprio corpo".
- essere assolutamente coscienti della lunghezza e della specificità della gara ed essere perfettamente preparati.
- aver acquisito, prima della corsa, una reale capacità d'autonomia personale in montagna (NB: la partecipazione ad altre corse è utile per acquisire questa esperienza, ma non è necessariamente sufficiente) per potere gestire al meglio i problemi legati a questo tipo di prova ed in particolare:
 - saper affrontare da soli, senza aiuto, condizioni climatiche che potrebbero diventare difficili a causa dell'altitudine (vento, freddo, nebbia, pioggia o neve)
 - essere in grado di gestire, anche se si è isolati, i problemi fisici o psicologici dovuti ad una grande stanchezza, i problemi gastrointestinali, i dolori muscolari o articolari, le piccole ferite.
 - essere coscienti che il ruolo dell'organizzazione non è di aiutare un corridore a gestire questi problemi e che la sicurezza dipende dalla capacità del corridore di adattarsi ai problemi riscontrati o prevedibili.

SEMI AUTONOMIA

Il principio della corsa individuale in semi autonomia è la regola. La semi-autonomia è definita come la capacità ad essere autonomi tra due punti di ristoro, riferito alla sicurezza, all'alimentazione ed all'equipaggiamento, permettendo così di adattarsi ai problemi riscontrati o prevedibili (brutto tempo, fastidi fisici, ferite ecc).

Questo principio implica le regole seguenti:

1. I punti ristoro sono approvvigionati con bibite e cibo da consumare sul posto. Alla partenza da ogni punto ristoro, i corridori devono avere la quantità d'acqua e di alimenti necessari per arrivare al punto ristoro successivo.

2. L'assistenza professionale estranea al soccorso della gara (team, allenatore professionista, medico o para-medico...) è assolutamente vietata sia nei punti ristoro/acqua sia lungo il percorso.
3. E' proibito farsi accompagnare sul percorso da una persona che non sia regolarmente iscritta come concorrente.
- 4.

PUNTI ACQUA E PUNTI RISTORO

Per la gara saranno predisposti i seguenti punti acqua e punti ristoro:

- km 6 - liquido
- km 13 - liquido e cibo: ristoro tecnico
- km 17 - ristoro finale e Pasta Party

I punti ristoro e acqua potranno subire variazioni in base alla situazione sanitaria meteo al momento dell'evento.

I punti acqua sono luoghi dove è possibile approvvigionarsi di acqua o altre bevande liquide. I punti ristoro sono luoghi dove il concorrente potrà disporre di alcuni alimenti forniti dall'organizzazione. L'area ristoro è strettamente riservata ai corridori. È obbligatorio seguire il percorso previsto all'interno del punto ristoro, anche se non vi fermate.

CERTIFICATO MEDICO

Per iscriversi alla gara é obbligatorio il certificato medico sportivo agonistico per "atletica leggera" (no altre diciture) con validità almeno alla data della gara.

Gli atleti stranieri (e gli atleti italiani residenti all'estero) dovranno presentare un certificato medico conforme alla legge italiana (DM 18/02/1982).

La mancata presentazione comporterà l'annullamento dell'iscrizione senza alcun rimborso.

Il certificato deve essere valido al 4 maggio 2025.

MODALITA' D'ISCRIZIONE

E' possibile effettuare l'iscrizione su www.cronorun22.it entro le ore 12,00 del

giorno 3 maggio 2025 singolarmente per ogni concorrente compilando i campi richiesti e fornendo la seguente documentazione necessaria:

- Compilazione del modulo di iscrizione online;
- Certificato medico sportivo;

Sarà inoltre possibile iscriversi in loco presentandosi entro le ore 9,00 muniti di regolare certificato medico.

Coloro che si pre-iscriveranno sul sito entro il 3 maggio alle ore 12.00 pagheranno 20,00 euro mentre invece coloro che si iscriveranno il giorno della corsa 4 maggio 2025 pagheranno 25,00.

Nella lista ufficiale degli iscritti (partenti) compariranno esclusivamente gli atleti che avranno eseguito il pagamento dovuto. Saranno dunque ritenute valide esclusivamente le iscrizioni regolarizzate con il pagamento dovuto. I sopradescritti documenti costituiscono impegno contrattuale da parte del concorrente.

Nel caso in cui il concorrente iscritto non fornisca il certificato medico sportivo in tempo utile, non potrà prendere parte alla competizione. L'iscrizione è personale e definitiva, non sono ammessi scambi di pettorale e/o sostituzioni di nominativi.

Con la sottoscrizione di partecipazione alla gara il concorrente conferma la presa visione, la comprensione e l'accettazione senza riserve del presente regolamento e dell'etica della corsa pubblicati dall'organizzazione.

CHIUSURA ISCRIZIONI

Le iscrizioni verranno chiuse domenica 4 maggio 2025 alle ore 09.00

QUOTA ISCRIZIONE

La quota di iscrizione alla gara varia in base alla modalità di iscrizione come di seguito:

- Coloro che si pre-iscriveranno sul sito www.cronorun22.it entro il 3 maggio alle ore 20.30 pagheranno 20,00 euro

- coloro che si iscriveranno il giorno della corsa 4 maggio 2025 pagheranno 25,00.

Il pagamento dell'iscrizione comprende il pacco gara (c/maglia tecnica per i pre-iscritti entro il 3 maggio 2025), il pasto post gara che si effettuerà presso l'arrivo e tutta l'assistenza.

WILD CARDS

I vincitori dell'edizione precedente (2024), riceveranno automaticamente una wild card per potersi iscrivere alla edizione 2025 gratuitamente.

L'organizzazione renderà note le decisioni relative ad ogni variazione prevista nel presente regolamento (modifica percorso, sicurezza percorso,...) al più tardi nel giorno di sabato 3 maggio 2025 pubblicando sulla pagina Facebook della ASD Urbe e della Cuore a 1000 eventuali variazioni.

TRASFERIMENTO DI UN'ISCRIZIONE

L'iscrizione è personale e non può essere trasferita ad un altro corridore.

RITIRO PETTORALI

Il ritiro dei pettorali e dei pacchi gara avverrà nella giornata di domenica 04 maggio 2025 a partire dalle ore 7,30 fino alle ore 09,00 presso la struttura presente all'interno dell'area picnic del Passo del Faiallo.

Ogni pettorale è rimesso individualmente ad ogni concorrente su presentazione di un documento d'identità con foto o delegato con carta identità dell'atleta. Il pettorale deve essere portato sopra gli indumenti e posizionato sul petto o sul ventre ed essere visibile sempre nella sua totalità durante tutta la corsa. Deve essere quindi posizionato sopra tutti gli indumenti ed in nessun caso fissato sullo zaino o su una gamba. Il pettorale è il lascia-passare necessario per accedere alle aree di rifornimento e pasta-party.

SACCHI CORRIDORI

Un deposito borse non custodito è previsto presso la struttura ricettiva “La Nuvola sul Mare”. Durante la gara é possibile lasciare una borsa per atleta.

SICUREZZA E ASSISTENZA MEDICA

I punti di ristoro e l’arrivo sono posti di chiamata di pronto soccorso: essi sono collegati con la direzione di gara.

Saranno presenti sul territorio ambulanze, protezione civile e un medico. I posti di soccorso sono destinati a portare assistenza a tutte le persone in pericolo con i mezzi propri dell'organizzazione o tramite organismi convenzionati. I soccorritori sono abilitati ad evacuare con tutti i mezzi di loro convenienza i corridori giudicati in pericolo.

In caso di necessità, per ragioni che siano nell'interesse della persona soccorsa, solo ed esclusivamente a giudizio dell'organizzazione, si farà appello al Servizio 118, che subentrerà nella direzione delle operazioni e metterà in opera tutti i mezzi appropriati, compreso l'elicottero. Un corridore che fa appello ad un medico o ad un soccorritore si sottomette di fatto alla sua autorità e si impegna a rispettare le sue decisioni. In caso di cattive condizioni meteorologiche e/o per ragioni di sicurezza, l'organizzazione si riserva il diritto di sospendere o annullare la prova in corso o di modificare i tempi previsti ed i percorsi.

DEMARCAZIONE DEL PERCORSO

Il percorso sarà segnalato con bandierine, cartelli, segnali o altri indicatori in modo da evitare deviazioni o scorciatoie non autorizzate e ad assicurare la massima sicurezza dei concorrenti e del pubblico. E' obbligatorio per ciascun concorrente, consultare e conoscere il percorso.

ABBANDONI E RIENTRO

In caso di abbandono della corsa lungo il percorso, il concorrente è obbligato a recarsi al più vicino posto di controllo e comunicare il proprio abbandono. In

caso di mancata comunicazione di un ritiro e del conseguente avvio delle ricerche del corridore, ogni spesa derivante verrà addebitata al corridore stesso. Il concorrente che abbandona la competizione dovrà rientrare con propri mezzi e proprie forze.

CLASSIFICHE E PREMI

Verranno inseriti in classifica i soli concorrenti che transiteranno al traguardo ovvero i finishers. Sarà redatta una classifica generale uomini e donne e verranno premiati i primi tre assoluti, i primi 3 di categoria (M 18-34 , 35-39 , 40-44 , 45-49 , 50-54 , 55-59 , 60-64 , 65-69, 70+ ; F 18-34 , 35-39 , 40-49 , 50-59 , 60-69 , 70+), le prime 3 squadre per numero di iscritti alla competizione, l'ultimo, il più giovane, il più anziano e il partecipante che arriva da più lontano (domicilio). La premiazione verrà effettuata nella zona di arrivo.

SQUALIFICHE

- Rifiuto a farsi controllare dagli addetti dell' organizzazione, rifiuto a farsi visitare da un medico dell' organizzazione
- Abbandono di rifiuti da parte del corridore o dai suoi accompagnatori
- Uso di un mezzo di trasporto
- Condivisione e scambio di pettorale
- Doping
- Omissione di soccorso verso un altro corridore in difficoltà,
- Insulti, maleducazione o minacce verso membri dell'organizzazione o volontari
- Rifiuto ad ottemperare ad un ordine della direzione di corsa, di un commissario di corsa, di un medico o soccorritore
- Modifica del percorso

RECLAMI

Sono accettati solo reclami scritti da parte dei concorrenti nei 30 minuti che seguono l'affissione dei risultati provvisori. I reclami saranno valutati da una giuria composta da:

- direttore della corsa nonchè responsabile del percorso;
- tutte le persone competenti designate dal direttore di corsa;
- concorrente e un' eventuale persona da lui autorizzata.

La giuria è abilitata a deliberare in un tempo compatibile con gli obblighi della corsa su tutti i litigi o squalifiche avvenuti durante la corsa. Le decisioni prese sono senza appello in quanto effettuate in contraddittorio e verranno rese pubbliche tramite verbale scritto.

ASSICURAZIONE

L'organizzazione sottoscrive un'assicurazione di responsabilità civile per tutto il periodo della prova. L'organizzazione si fa carico di assicurare/tesserare ogni iscritto per garantire la tutela assicurativa di tutti i corridori. Il costo dell'assicurazione è compreso nella quota d'iscrizione. 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 prima ed in seguito alla gara e al di fuori di essa.

PRIVACY

Ogni concorrente, all'atto dell'iscrizione, autorizza l'organizzazione all'utilizzo dei dati forniti ai solo fini della presente manifestazione per pubblicazione di classifiche, indicazione di anni di nascita, sesso, categoria, tempi di corsa e ogni altra informazione che non lede i dati sensibili dell'individuo nel rispetto del concorrente.

AUTORIZZAZIONE ALL'INVIO DI DATI

I concorrenti acconsentono per iscritto all'uso degli indirizzi telematici forniti (e-mail, indirizzi web) al fine di ricevere promozioni di eventi sia del comitato che delle singole organizzazioni, nonché per comunicazioni generali e commerciali degli sponsor.

DIRITTI ALL'IMMAGINE

Ogni concorrente rinuncia espressamente ad avvalersi dei diritti all'immagine durante la prova così come rinuncia a qualsiasi ricorso contro l'organizzazione ed i suoi partner/sponsor abilitati, per l'utilizzo fatto della sua immagine.

COVID-19 - PESTE SUINA

Il regolamento si adeguerà alla normativa di legge vigente alla data dell'evento, legata alle misure straordinarie per il contenimento dell'emergenza sanitaria. Pertanto, il regolamento o parti di esso potrebbero subire delle modifiche che saranno comunicate per tempo ai partecipanti e in base alla situazione sanitaria saranno adottate misure straordinarie per garantire la sicurezza di atleti, organizzatori, lavoratori e volontari.

