Regolamento K10 Cardito 2024

Art. 1 - Organizzazione.

La More Sport A.S.D., in collaborazione con l'AICS Direzione Nazionale, con l'AICS Comitato Provinciale di Rieti, con il Corpo Nazionale Soccorso Alpino e Speleologico – Stazione di Rieti, il Club Alpino Italiano Sez. di Rieti e Sez. di Leonessa, e con il patrocinio della Provincia di Rieti e dei Comuni di Leonessa e Rieti, organizza la 9^ edizione della K42 Italia che si terrà nei giorni **13 e 14 luglio 2024 in loc. Pian de' Valli, Terminillo (RI).**

Art. 2 - Informazioni generali e gare.

K42 Italia rientra nel circuito internazionale di maratone e mezze maratone off-road denominato K42 Series (https://kseries.run/), gare di Trail running su sentieri immersi nella natura in contesti paesaggistici tra i più diversi, dove a dominare è sempre l'ambiente naturale.

Sono previste 3 manifestazioni competitive:

- **K42 Italia**: Trail competitivo di 45 km 3310 mD+
- **K15 Terminillo**: Trail competitivo di 15 km 1160 mD+
- **K10 Cardito**: **Trail competitivo di 9,9 km 360 mD+**

Nei giorni di gara sono previsti inoltre:

- **Trekking solidale** sui sentieri del Monte Terminillo (il ricavato sarà devoluto ad un progetto di beneficienza);
- **KKids**: prova di corsa per bambini e ragazzi divisi per fasce d'età (a partire dai 6 anni).

Tutti i tracciati della manifestazione percorrono sentieri ufficiali, strade forestali ed asfaltate nel territorio dei Monti Reatini.

Art. 3 - Percorso.

Il tracciato della K10 percorre sentieri di montagna che richiedono attenzione e fermezza di passo, specie nei tratti di discesa "tecnica". In generale, i percorsi sono caratterizzati da sentieri e viottoli di montagna, terreni irregolari, ostacoli naturali e tratti con acqua e saranno soggetti alle problematiche proprie di una corsa in ambiente naturale della montagna appenninica.

Non sono presenti passaggi che presentano difficoltà alpinistiche.

Nei punti di attraversamento che presentano maggiore difficoltà sarà presente personale dell'organizzazione. Il transito su strade aperte al traffico deve essere effettuato nel rispetto del codice della strada e con la dovuta attenzione da parte degli atleti.

L'intero percorso è segnato con bandierine, nastro bicolore e indicazioni sulla strada in vernice biodegradabile.

Il tracciato, per esigenze di sicurezza o logistiche, potrà essere soggetto a modifiche rispetto a quanto indicato sul road-book. Le variazioni saranno comunque opportunamente segnalate in loco e/o durante il briefing pre-gara.

Per visualizzare il dettaglio dei tracciati e le relative altimetrie si rimanda al sito ufficiale della manifestazione www.k42italia.org

Art. 4 – Programma gare, orari e cancelli.

Sabato 13 luglio 2024

Dalle 11:00 alle 13:00 e dalle 16:00 alle 19:00 – Ritiro pettorali presso il KVillage in piazza Pian de' Valli a Terminillo.

Nel corso della giornata sono previste attività di intrattenimento per atlet* e i loro accompagnatori. Per il dettaglio delle attività collaterali si rimanda al sito della manifestazione www.k42italia.org

Domenica 14 luglio 2024

ore 05:30 – apertura KVillage, ritrovo atleti K42 Italia e controllo materiali

ore 07:15 – briefing pre-gara K42 Italia

ore 07:30 – partenza K42 Italia

ore 08:45 – briefing pre-gara K15 e K10

ore 09:00 – partenza K15 e K10, a seguire partenza passeggiata

ore 09:45 – inizio arrivi K10

ore 10:15 – inizio arrivi K15

ore 11:00 – partenza KKids e a seguire premiazioni dei bambini

ore 12:00 – premiazioni K15 e K10

ore 12:30 – inizio arrivi K42 Italia

ore 12:50 – ultimi arrivi e chiusura K15

ore 14:00 – premiazioni K42 Italia

ore 17:30 – ultimi arrivi K42 Italia e chiusura KVillage

La partecipazione al briefing pre-gara, durante il quale verranno date indicazioni sul percorso e saranno fornite le necessarie indicazioni di sicurezza, è obbligatoria.

Lungo il tracciato sono allestiti posti di controllo e ristoro come indicato nel road-book.

Per la K10 **non è previsto cancello orario.** Tuttavia il tempo massimo di gara è di **4 ore.** I partecipanti che taglieranno il traguardo dopo tale limite saranno considerati fuori tempo massimo e non ammessi alla classifica finale.

Art. 5 - Requisiti di partecipazione.

Per la partecipazione alla gara è necessario:

- aver compiuto i 18 anni d'età;
- essere in possesso di un certificato medico di **idoneità sportiva agonistica per l'atletica leggera in corso di validità alla data della manifestazione**;
- appartenere ad una società sportiva affiliata all'AICS. In caso di non appartenenza ad alcuna società AICS è possibile chiedere il tesseramento al Comitato Provinciale dell'AICS di Rieti contestualmente all'iscrizione alla manifestazione. Il tesseramento ha validità 1 giorno ed ha un costo di € 2.
- non fare uso di sostanze dopanti, né essere stati squalificati per uso di sostanze dopanti;

Occorre altresì:

- essere pienamente coscienti della lunghezza e della difficoltà della prova ed essere allenati per affrontarla. Per l'iscrizione alla K10 non sono necessarie gare qualificanti, ma è comunque raccomandabile aver partecipato ad altri trail;
- Avere sicurezza di passo sui sentieri di montagna e abbigliamento adeguato;
- Aver compreso ed accettare quanto riportato nel presente regolamento.

Art. 6 – Certificazione medica.

Per gli atleti italiani, è obbligatorio consegnare una copia del certificato medico di idoneità sportiva agonistica per l'atletica leggera, in corso di validità alla data della manifestazione.

Gli atleti stranieri dovranno far compilare, timbrare e firmare da un medico il certificato il cui modello è scaricabile dal sito www.k42italia.org.

I certificati possono essere caricati su DataHealth durante la procedura di iscrizione o inviati in allegato alla mail k42italia@evodata.it

Art. 7 - Iscrizioni.

La quota di iscrizione è fissata in:

- **K42 Italia:**
  - **40,00 €** (quaranta) fino al 27-05-2024
  - **50,00 €** (cinquanta) dal 28-05 al 24-06-2024
  - **60,00 €** (sessanta) dal 25-06 al 09-07-2024

- **K15 Terminillo:**
  - **15,00 €** (quindici) fino al 27-05-2024
  - **20,00 €** (venti) dal 28-05 al 24-06-2024
  - **25,00 €** (venticinque) dal 25-06 al 09-07-2024
- **K10 Cardito:**
  - **10,00 €** (quindici) fino al 27-05-2024
  - **15,00 €** (venti) dal 28-05 al 09-07-2024
- **Trekking solidale: € 10,00** (dieci)
- **KKids: € 5,00** (cinque) - partecipazione gratuita per figli/figlie di atleti/e iscritti/e alla K42, alla K15 o alla K10.

Le squadre ricevono un pettorale omaggio ogni 6 atleti iscritti alla K42 Italia (con 5 iscritti della stessa squadra il 6° pettorale è omaggio) e ogni 10 atleti iscritti alla K15 Terminillo (con 9 iscritti della stessa squadra il 10° pettorale è omaggio). **Non sono previste gratuità per la K10.**

Le iscrizioni alle prove competitive della K42 Italia (K42, K15, K10) si chiuderanno alle ore 23:59 del giorno 09 luglio 2024 o al raggiungimento del numero massimo di iscritti.

NON È POSSIBILE ISCRIVERSI O EFFETTUARE PAGAMENTI LA MATTINA DELLA GARA.

Per la K42 è previsto un numero massimo di 100 iscritti; per la K15 è previsto un numero massimo di 200 iscritti; **per la K10 è previsto un numero massimo di 200 iscritti**. Il numero degli iscritti può subire variazioni a discrezione del Comitato Organizzatore, tali variazioni saranno comunicate attraverso i canali ufficiali della manifestazione.

Per la passeggiata e le prove della KKids l'iscrizione avviene direttamente presso il KVillage fino ad un'ora prima della partenza.

Le iscrizioni devono essere effettuate esclusivamente online attraverso il portale **ENDU**

e seguendo le apposite indicazioni (pagamento con carta di credito o bonifico bancario utilizzando le coordinate messe a disposizione al termine della procedura di iscrizione.

È possibile effettuare la **cessione del pettorale ad altro atleta** idoneo previo il pagamento di **10,00 euro** per diritti di segreteria. Colui che cede il pettorale dovrà inviare una comunicazione a k42italia@evodata.it allegando copia del bonifico.

Non sono previste modalità di **rimborso**, ma sarà possibile spostare all'edizione successiva la quota già versata previo il pagamento di **10,00 euro** inviando una comunicazione a k42italia@evodata.it entro la data di scadenza delle iscrizioni e allegando copia del bonifico.

Modalità di versamento su C/C intestato a More Sport ASD alle seguenti coordinate bancarie : IBAN IT24Y0103014600000001032903

In caso di interruzione o annullamento della gara per motivi atmosferici o per qualsiasi altra ragione indipendente dall'Organizzazione, **nessun rimborso sarà dovuto ai partecipanti**.

Art. 8 – Ritiro Pettorale e pacco gara.

Il pettorale viene consegnato personalmente ad ogni atleta, previa esibizione di documento di riconoscimento, e verificata la correttezza della documentazione di gara e sanitaria.

Il pettorale è personale e non trasferibile, per nessun motivo può essere modificato o piegato e deve essere indossato in modo visibile per tutta la durata della gara.

E' possibile ritirare il proprio **pettorale e il pacco gara** nelle seguenti giornate e fasce orarie presso il KVillage che sarà allestito in piazza Pian de' Valli:

a) Sabato 13 luglio 2024

- dalle 11:00 alle 13:00
- dalle 16:00 alle 19:00

b) Domenica 14 luglio

- fino alle 06:30 (solo per la K42 Italia)
- **fino alle 8:15 (per la K15 e la K10)**

Per il ritiro di **pettorali di altri partecipanti** è possibile presentarsi al KVillage con il modulo di delega presente sul sito www.k42italia.org comprensivo di firma e copia del documento di identità del delegante.

Il ritiro di **pettorali di corridori della stessa squadra sportiva** può essere effettuato direttamente dal Presidente o in alternativa da un altro membro da lui delegato presentando il medesimo modulo.

Art. 9 - Regime di semi-autosufficienza e assistenza in gara.

La gara si svolge in regime di semi-autosufficienza.

Ogni atleta dovrà portare con sé, fin dalla partenza, tutto ciò che gli occorre per essere autosufficiente. Il ristoro va consumato nell'area delimitata dello stesso.

Al fine di limitare la produzione di rifiuti, ai ristori non sono presenti bicchieri di plastica o comunque saranno ridotti al minimo, è quindi consigliabile che ogni concorrente abbia con sé un recipiente per bere.

La gara si svolge anche su strade aperte al traffico. Sebbene sia prevista la presenza di addetti negli incroci pericolosi e nei bivi principali, non tutto il percorso sarà presidiato. Pertanto l'autosufficienza implica anche la "navigazione" autonoma e il rispetto del codice della strada.

L'assistenza agli atleti da parte dei familiari o dei team, è possibile soltanto nei punti di ristoro, nelle zone adibite allo scopo e su indicazione del responsabile del ristoro. È vietato l'accompagnamento in gara.

Art. 10 - Equipaggiamento, materiale obbligatorio e facoltativo.

È importante sapere che in caso di necessità di soccorso, la morfologia del territorio o le condizioni meteo del momento potrebbero far aspettare i soccorsi per un tempo lungo. **In questo scenario la sicurezza dipende dal materiale che si ha nello zaino.**

Alla partenza della gara e alla partenza da ogni punto di ristoro è obbligatorio avere con sé il seguente materiale:

- pettorale di gara con numero ben visibile
- abbigliamento idoneo alla montagna (scarpe da Trail, abbigliamento tecnico)
- telefono cellulare con registrati i numeri dell'organizzazione
- fischietto di emergenza
- giacca antivento/antipioggia

Alla partenza e lungo il percorso saranno eseguiti dei controlli a campione sul materiale obbligatorio.

In caso di condizioni meteo particolari l'Organizzazione può variare il materiale obbligatorio, in tal caso verrà data adeguata comunicazione ai concorrenti.

È prevista la squalifica in caso di rifiuto di sottoporsi al controllo.

È prevista la squalifica in caso di mancanza del materiale obbligatorio di sicurezza.

È fortemente consigliato partire portando con sé anche il seguente materiale:

- almeno ½ litro di liquidi
- riserva alimentare
- ecotazza/bicchiere
- guanti leggeri

È consentito l'uso dei bastoncini alla condizione che si devono tenere dal momento della partenza fino all'arrivo. È vietato farseli portare o abbandonarli lungo il percorso.

È vietato l'uso di mezzi di trasporto.

È obbligatorio seguire i percorsi segnalati senza effettuare tagli.

Art. 11 - Sicurezza e controllo.

Sul percorso sono presenti addetti dell'organizzazione, il Soccorso Alpino e volontari della Protezione Civile, in costante contatto con la base.

Per tutta la durata della manifestazione in zona arrivo sono presenti ambulanze con medico a bordo e personale paramedico. Altri mezzi di soccorso sono dislocati in apposite zone prossime al percorso.

Lungo il tracciato sono istituiti dei punti di controllo, dove addetti dell'organizzazione monitorano il passaggio degli atleti. Pertanto il pettorale va sempre tenuto ben visibile, posto o sulla gamba o sul petto.

In caso di infortunio, il corridore ferito o in difficoltà può chiedere il soccorso dell'organizzazione:

- presentandosi ad un punto di controllo ufficiale
- chiamando un numero dell'organizzazione
- chiedendo ad un altro corridore di avvisare i soccorsi

È doveroso e obbligatorio prestare assistenza a tutte le persone in difficoltà e se necessario avvisare i soccorsi. Nel caso in cui un concorrente abbia perso del tempo per soccorrere un altro concorrente ferito o in difficoltà, può richiedere alla Giuria di Gara la riduzione del tempo impiegato sulla classifica ufficiale.

A salvaguardia della propria incolumità, sarà vietato il proseguimento della competizione a tutti gli atleti ritenuti in condizioni psico-fisiche non idonee.

L'organizzazione si riserva il diritto di effettuare controlli in qualsiasi punto senza preavviso.

Art. 12 - Abbandono.

Salvo in caso di ferite gravi, un concorrente deve ritirarsi esclusivamente presso uno dei punti presidiati indicati nel road-book. In qualsiasi caso il concorrente dovrà immediatamente riconsegnare il pettorale all'organizzazione. Se necessario, un mezzo dell'organizzazione provvederà a riportare il concorrente alla zona arrivo a Pian de' Valli. A seconda delle condizioni della corsa e del punto del percorso in cui avviene il ritiro, i tempi di trasporto potranno essere anche molto lunghi. Il corridore ritirato non è più sotto il controllo dell'organizzazione.

In caso di mancata comunicazione di un ritiro e del conseguente avvio delle ricerche del corridore, ogni spesa derivante verrà addebitata al corridore stesso.

Nel caso in cui si rendesse necessaria l'attivazione del 118, compreso l'eventuale uso di elicottero, le spese derivanti per l'intervento di strutture esterne a quelle dell'organizzazione, sia prima, durante e dopo la manifestazione non potranno essere imputate all'organizzazione stessa.

Art. 13 - Premi e servizi.

Ogni concorrente regolarmente iscritto alla K42 o alla K15 avrà diritto a:

- Pettorale di gara
- Pacco gara con prodotti sponsor
- Assicurazione RCT e infortuni
- Assistenza tecnica e medica
- Cronometraggio
- Ristori durante la corsa
- Pasta-party finale
- Medaglia finisher (per gli atleti classificati)

Ogni concorrente regolarmente iscritto alla K10 avrà diritto a:

- Pettorale di gara
- Gadget della gara
- Assicurazione RCT e infortuni
- Assistenza tecnica e medica
- Cronometraggio
- Ristoro durante la corsa
- Pasta-party finale
- Medaglia finisher (per gli atleti classificati)

Saranno premiati i primi tre assoluti della classifica Maschile e Femminile.

Inoltre saranno premiati i primi tre classificati delle seguenti Categorie Maschili e Femminili:

1) Junior M/F
2) Promesse M/F
3) Senior M/F (M23-M34 e F23-F34)
4) Senior M35/F35
5) Senior M40/F40
6) Senior M45/F45
7) Senior M50/F50
8) Senior M55/F55
9) Senior M60/F60
10) Senior M65/F65
11) Senior M70/F70
12) Senior M75/F75

Sarà inoltre premiata la **squadra con il maggior numero di finisher**.

Non sono previsti premi in denaro.

Art. 14 - Penalità – squalifica.

I commissari di corsa presenti sul percorso ed i "capi posto" dei punti di controllo e ristoro sono obbligati a far rispettare il regolamento e, in caso di mancata osservanza, ad applicare una penalità o la squalifica. In ogni caso le decisioni saranno prese in accordo con la giuria di gara.

La giuria è composta:

- dal Direttore della corsa;
- dal Coordinatore responsabile della sicurezza;
- dal Responsabile dello staff sanitario;
- dai Responsabili dei posti di controllo della zona in causa;
- dalla/e persona/e designata/e dal Presidente del Comitato Organizzatore.

La giuria è abilitata a deliberare in un tempo compatibile con gli obblighi della corsa su tutti i reclami o squalifiche avvenuti durante la corsa.

Art. 15 - Reclami.

Tutti i reclami dovranno essere formulati per iscritto, depositati al coordinamento corsa con una cauzione di € 50,00 (euro cinquanta/00), non restituibili se il reclamo non verrà accettato, entro il tempo massimo di un'ora dal termine della gara.

Qualora il reclamo venisse rigettato, l'atleta potrà adire al Giudice Sportivo Nazionale con le modalità indicate sul sito www.aics.it.

Art. 16 - Assicurazione.

L'organizzazione sottoscrive un'assicurazione di responsabilità civile per tutto il periodo della manifestazione. Il tesseramento all'AICS comprende una polizza assicurativa personale di base stipulata con la Allianz le cui condizioni sono visionabili al seguente link: https://www.aics.it/assicurazione/.

Considerando che la copertura assicurativa di base non comprende ad esempio la diaria da ricovero o le spese mediche a seguito di infortunio, si consiglia ad ogni partecipante di ampliare la propria copertura assicurativa. A mero titolo di esempio, è possibile sottoscrivere dall'App AICS 2.0 una delle polizze integrative previste dall'AICS (https://www.aics.it/wp-content/uploads/2024/03/Polizze-2023-2024-aggiornate-al-01.01.2024.pdf), oppure dotarsi della copertura assicurativa offerta dall'ITRA (https://itra.run/Runners/AboutInsurance).

N.B.: l'evacuazione con elicottero in Italia è a pagamento.

Art. 17 - Ambiente.

I concorrenti devono tenere un comportamento rispettoso dell'ambiente, evitando in particolare di disperdere rifiuti, raccogliere fiori e molestare la fauna.

È prevista la squalifica in caso di abbandono volontario di rifiuti lungo il percorso.

K42 Italia aderisce alla campagna "Io non getto i miei rifiuti" promossa da Spiritotrail.

Art. 18 - Modifiche del percorso e delle barriere orarie – annullamento della corsa.

L'organizzazione si riserva il diritto di modificare in ogni momento il percorso o la posizione dei punti di soccorso e di ristoro senza preavviso. In caso di condizioni meteorologiche sfavorevoli, che mettano a repentaglio la sicurezza dei partecipanti, la partenza può essere posticipata o annullata; l'organizzazione, in caso di maltempo, si riserva altresì il diritto di sospendere la gara in corso o di modificarne le barriere orarie. In ogni caso la quota d'iscrizione non sarà restituita. Ogni decisione in merito sarà presa dalla giuria di gara.

Art. 19 - Diritti all'immagine.

Le immagini ottenute durante la gara potranno essere utilizzate dall'Organizzazione e dalle aziende sponsor per fini di diffusione e pubblicità dell'evento e/o di prodotti associati allo stesso.

Ciascun concorrente autorizza l'utilizzo delle proprie immagini nel rispetto della normativa sulla Privacy, consultabile sul sito www.k42italia.org.

Art. 20 - Sponsor.

Gli atleti con sponsor personali possono esporre i loghi degli sponsor solamente sull'abbigliamento ed il materiale personale usato durante la corsa. È proibito esporre ogni altro accessorio pubblicitario (bandiere, striscioni...) in qualsiasi punto del percorso.

Art. 21 - Accettazione del regolamento e dell'etica della corsa.

La partecipazione alla K10 comporta l'accettazione senza riserve del presente regolamento e dell'etica adottati dall'organizzazione.

In particolare il concorrente dichiara di:

- essere in condizioni fisiche idonee alla gara ed aver eseguito i controlli medici necessari;
- conoscere le caratteristiche del percorso e la sua geografia;
- essere consapevole dei rischi che implica l'attività;
- conoscere le difficoltà di eseguire operazioni da parte dei soccorritori in alcuni tratti del percorso;
- sapere che vi sono luoghi ai quali è impossibile accedere con automezzi, in cui l'assistenza immediata è fortemente limitata;
- conoscere le caratteristiche del terreno ed i rischi possibili come distorsioni, strappi e fratture, e che per ragioni di sicurezza sarà data priorità al soccorso ed evacuazione delle emergenze ed urgenze mediche.

FINE

Agg. al 28-05-2024