

DATA	11.01.2024
N° PROT.	176

v. DEL 21/02/2024

COMO URBAN VERTICAL

(C.U.V) 23.03.2024

REGOLAMENTO



La A.S.D. ARIES COMO ATHLETIC Team, con il Patrocinio e la collaborazione del Comune di Como e Brunate (CO), con l'approvazione della Federazione Italiana di Atletica Leggera, Comitato Regionale Lombardo e Provinciale di Como/Lecco, organizza per sabato **23 marzo 2024** la quarta edizione della manifestazione competitiva Regionale di corsa a coppie, su percorso Trail, con partenza da Como Piazza del Popolo (CO) e arrivo al Monte Boletto (mt. 1'235 s.l.m) denominata **COMO URBAN VERTICAL** (di seguito CUV).

FORMULA TECNICA E PERCORSO

La gara è una corsa in montagna in salita a coppie. Le squadre possono essere composte da 2 atleti senza distinzione di sesso (coppia F/F – M/M – F/M).

La squadra dovrà partire e arrivare insieme con un distacco massimo di **15 secondi**; la classifica finale verrà redatta sommando il tempo di arrivo dei componenti della squadra.

La manifestazione si disputerà su un percorso di **circa 7 Km** (per tutte le categorie) e si snoderà su sentieri montani con percorso misto prevalentemente sterrato.

Il primo tratto (dal km 0 al km 0.7) sarà su strada asfaltata e richiederà il rispetto del codice della strada, quindi, senza chiusure al traffico, né divieti di sosta o rimozioni di alcun genere. Dal km 0.7 al km 2.3 su mulattiera/sentiero in molti punti single-track, dal km 2.3 al km 2.7 si attraverserà il centro abitato di Brunate ed anche in questo caso si dovrà rispettare il codice della strada nonostante saranno dislocati sul percorso addetti dello staff che provvederanno a fermare temporaneamente le auto in transito o qualsiasi mezzo di locomozione.

Dal km 2.7 al km 4.2 si correrà su sentiero che presenta molti tratti di single-track ed un breve tratto leggermente esposto (in caso di pioggia porre molta attenzione).

Dal km 4.2 si correrà sulla mulattiera che porta alle baite sino all'arrivo in vetta al Monte Boletto (mt. 1'235) che sarà identificato in modo univoco.

La planimetria del percorso e il suo sviluppo altimetrico saranno pubblicati sul sito www.runincomo.it.

Eventuali modifiche di carattere tecnico – per cause di forza maggiore – saranno rese note prima della partenza con comunicato / social e/o ribadite il giorno della gara.

REQUISITI DI PARTECIPAZIONE

Alla manifestazione possono partecipare i seguenti atleti:

- Atleti/e Italiani/e e stranieri/e tesserati/e per società affiliate alla Fidal ed appartenenti alle categorie Promesse, Seniores (da SF-SM a SF95-SM95 e oltre) per l'anno 2024.
- Atleti/e italiani e stranieri tesserati per società di Enti di Promozione Sportiva che hanno sottoscritto la convezione con la FIDAL solo se in possesso di Runcard EPS in corso di validità (data di validità non scaduta).

NB: Dovranno presentare copia del certificato medico di idoneità agonistica riportante la dicitura "atletica leggera", certificato che sarà consegnato agli organizzatori.

Questi atleti/e pur apparendo in classifica non potranno usufruire di bonus e rimborsi e accedere al montepremi in denaro o generici buoni valore.

- Possessori di RUNCARD Italiani e stranieri residenti in Italia e all'estero. Possono partecipare cittadini Italiani e stranieri di età dai 20 anni (millesimale di età 2004) in poi, non tesserati per una società affiliata alla FIDAL né per una Società straniera di Atletica leggera affiliata alla WA, né per una società affiliata (disciplina atletica leggera) ad un Ente di Promozione Sportiva convenzionata con la FIDAL in possesso di RUNCARD in corso di validità (data non scaduta) rilasciata direttamente dalla FIDAL (info@runcard.com).
NB: La tessera RUNCARD è rinnovabile. Sulla tessera RUNCARD è riportata la scadenza della stessa. Se il giorno della manifestazione, durante il controllo della tessera viene rilevato che la stessa è scaduta, l'atleta NON può partecipare, salvo presentazione di ricevuta dell'avvenuto rinnovo ON-LINE. La loro partecipazione è comunque subordinata alla presentazione di un certificato medico di idoneità agonistica per Atletica leggera valido in Italia. Possono inoltre presentare un certificato medico emesso nel proprio paese, ma conforme agli esami diagnostici previsti dalla normativa italiana per poter svolgere attività agonistica, che andrà esibito in originale, lasciandone copia, agli organizzatori. Conformemente ai dettami di legge vigenti (D.M.18/02/1982) coloro che praticano attività sportiva agonistica devono sottoporsi preventivamente e periodicamente al controllo dell'identità specifica allo sport. La normativa italiana richiede che i soggetti interessati devono sottoporsi ai seguenti accertamenti sanitari:
 - -visita medica
 - -esame completo delle urine
 - -elettrocardiogramma a riposo e dopo sforzo
 - -spirografia

Tutte le dichiarazioni e i referti degli esami devono essere autentici o conformi agli originali.

Copia del certificato medico andrà conservata agli atti della società organizzatrice di ciascuna manifestazione alla quale l'atleta in possesso di RUNCARD partecipa.

Questi/e atleti/e verranno inseriti regolarmente nella classifica della gara, ma non potranno godere di rimborsi, bonus e accedere al montepremi in denaro e/o generici buoni valore.

- Atleti/e stranieri tesserati/e per Società di federazioni straniere affiliate alla WA. Atleti/e comunitari con autorizzazione delle proprie federazioni o società. Atleti extra comunitari dovranno presentare oltre all'autorizzazione della propria federazione anche il permesso di soggiorno o il visto d'ingresso.
NB gli atleti/e tesserati/e per una federazione estera affiliata WA che non vengono iscritti dalla propria federazione o società o assistente devono sottoscrivere una autocertificazione che attesti il tesseramento.

I partecipanti alle Manifestazioni possono essere sottoposti a controlli antidoping. Sono altresì soggetti alle disposizioni previste dall'art. 25 delle Norme Fidal, qualora già soggetti a sospensione disciplinare.

NON POSSONO PARTECIPARE (valido per tutte le tipologie di partecipanti):

- **Atlete/i tesserate/i tesserate/i per altre FEDERAZIONI (es. Triathlon)**
- **Atlete/i tesserate/i per Società di Enti di Promozione Sportiva riconosciuti dal CONI ma non convenzionati con la FIDAL, che non abbiano sottoscritto la RUNCARD**
- **Certificati medici di idoneità agonistica riportanti diciture quali corsa, podismo, marcia, maratona, triathlon, mezza maratona ecc... non sono validi ai fini della partecipazione.**
- **Certificati medici di idoneità agonistica per altri Sport non sono validi per la partecipazione: saranno accettati solamente quelli che riporteranno espressamente la dicitura "Atletica Leggera".**

ISCRIZIONI E QUOTE DI PARTECIPAZIONE

Le iscrizioni si potranno effettuare unicamente tramite il sito www.endu.net e si chiuderanno definitivamente il giorno 20 marzo 2024 alle ore 23.59, o comunque al raggiungimento di 200 coppie.

In caso di problemi in fase di iscrizione, scrivere a iscrizioni@evodata.it.

Qualora non si raggiunga il numero massimo dei partecipanti, il Comitato Organizzatore si riserva di riaprire le iscrizioni il giorno della gara.

QUOTE DI PARTECIPAZIONE A COPPIA:

- € 20,00 nella sola giornata di apertura iscrizioni
- € 35,00 fino al 28.02.2024
- € 40,00 dal 01.03.2024 a chiusura iscrizioni.



L'iscrizione comprende:

- Gadget manifestazione (**garantito solo alle prime 150 coppie**);
- Cronometraggio;
- Assicurazione;
- Ristoro finale;
- Assistenza sanitaria sul percorso ed all'arrivo.

N.B. alla coppia iscritta, ma che per motivi personali non ritirerà il pettorale, non sarà restituita la somma versata per l'iscrizione.

TRASFERIMENTO ISCRIZIONE / CAMBIO NOMINATIVO

Gli atleti già regolarmente iscritti, ma impossibilitati a partecipare alla gara, hanno la possibilità di trasferire l'iscrizione ad altro atleta in possesso dei requisiti di partecipazione richiesti da questo regolamento.

Il cambio di nominativo (o di entrambi i nominativi della coppia) deve essere segnalato alla segreteria **entro giovedì 20.03.2024** all'indirizzo e-mail iscrizioni@evodata.it e comporta un **diritto fisso di segreteria di euro 5.-** (cinque/00) da pagare al ritiro del pettorale.

RITROVO / CONSEGNA PETTORALI E PARTENZA

Il giorno della gara (23 marzo 2024) dalle ore 14.00 alle ore 16.00 salvo diverse indicazioni, **presso il gazebo dedicato in piazza del Popolo saranno distribuiti pettorali e ritiro pacco gara.**

Ore 16.30 circa briefing presso la Partenza (Piazza Del Popolo)

Ore 17.00 circa Partenza.

SERVIZI IGIENICI / DOCCE / SPOGLIATOI / DEPOSITO BORSE

Non sono previste docce e spogliatoi. Se non disponibili presso i locali pubblici adiacenti alla partenza, saranno messi a disposizione servizi igienici chimici.

Il servizio deposito borse, sarà allestito tramite mezzi 4x4 e sarà non custodito: il Comitato Organizzatore è sollevato da qualsiasi responsabilità in caso di furto / smarrimento.

Saranno accettate solo borse di piccole dimensioni non superiori a cm 40 x 30 x 40 e saranno portate fino all'arrivo (**non saranno ritirate sacche di dimensioni superiori**).

Il deposito borse chiuderà alle **16.15**.

ASSISTENZA E PUNTI DI RISTORO

La manifestazione si svolge in regime di "semi-autosufficienza" idrica e alimentare. Lungo il percorso saranno posti dei punti di ristoro per il reintegro dei liquidi e solidi, la cui dislocazione sarà opportunamente comunicata sul sito della manifestazione e sui canali social, oltre che al Briefing pre gara.

La manifestazione aderisce alla campagna "io non getto i miei rifiuti": coloro che verranno sorpresi ad abbandonare materiale e/o rifiuti su percorso, al di fuori dei punti stabiliti saranno squalificati.

RISTORO FINALE: all'arrivo presso Baita Bondella.



MATERIALE OBBLIGATORIO E CONDIZIONI FISICHE

Con l'iscrizione ogni atleta, dichiara di essere adeguatamente preparato ed in condizioni psicofisiche idonee, e sottoscrive l'impegno a portare con sé, durante tutta la corsa, pena la squalifica, il seguente **materiale obbligatorio**:

- Scarpe da Trail e abbigliamento tecnico adeguato
- Giacca antivento / pioggia
- Frontale con batterie di scorta
- Telefono cellulare acceso (almeno 1 per coppia).

MATERIALE CONSIGLIATO

- Riserva idrica / alimentare

Resta sottinteso che l'atleta valuterà, a titolo personale, se tale materiale sarà sufficiente per la propria personale sicurezza tenuto conto sia della propria condizione fisica sia metereologica.

Non è consentito l'uso dei bastoni.

Si ribadisce ai partecipanti che dovranno seguire scrupolosamente il codice della strada, prestando attenzione nei tratti di strada aperta al traffico.

CRONOMETRAGGIO E CLASSIFICHE

La misurazione dei tempi e l'elaborazione delle classifiche è a cura di EvoData srl le stesse sono convalidate dal Giudice Delegato Tecnico/Giudice d'Appello. La classifica sarà redatta con la modalità REAL TIME (se partenze previste con più scaglioni) o GUN TIME se partenza unica (con REAL TIME come statistica). Non saranno esposti i risultati, le classifiche saranno visibili solo online.

TEMPO MASSIMO E ABBANDONO GARA

Il tempo limite è di **2 ore**.

Oltre questo tempo il Comitato Organizzatore non sarà più in grado di garantire i servizi sul percorso e declina ogni responsabilità.

Il rientro, salvo problemi fisici, sarà in autonomia.

PREMIAZIONI

Le Premiazioni si terranno presso la Baita Bondella e avverranno appena saranno disponibili le classifiche.

A cura del comitato Organizzatore, saranno premiate:

- La prima squadra femminile
- La prima squadra maschile
- La prima squadra mista

I premi, **in natura**, sono di pari dignità e non discriminanti il sesso.

Bonus speciale:

Premio di **euro 100,00** (cento/00) alla coppia che terminerà la gara entro i **45 minuti**.

Premio speciale Speedy - CUV:

Sarà conferito un premio speciale di **euro 50.-** (cinquanta/00) alla coppia che arriverà per prima all'intertempo cronometrico che sarà posizionato a circa 2k.



I premi non ritirati al momento della premiazione non verranno riconosciuti né riassegnati né recapitati. Nessun premio in denaro (o fattispecie assimilabile: generici buoni valore, bonus, ingaggi, rimborsi spese di qualsiasi genere ed a qualsiasi titolo) può essere previsto per i possessori di "Runcard" e "Runcard EPS".

I premi non sono cumulabili.

ANNULLAMENTO GARA

La manifestazione si svolgerà con qualsiasi condizione atmosferica, a patto che non precluda la sicurezza degli atleti.

Nel caso in cui la gara dovesse essere annullata per:

- Condizioni meteo avverse e/o proibitive
- Ritardo nell'invio da parte degli enti competenti delle autorizzazioni necessarie
- Impraticabilità del percorso a causa di lavori non previsti lungo percorso e che non permettano deviazioni
- Per tutte quelle cause, non imputabili al Comitato Organizzatore ed alla società organizzatrice

La quota non verrà resa e per nessun modo potrà essere fatta rivalsa sul Comitato Organizzatore e sulla società organizzatrice.



SICUREZZA

Il Comitato Organizzatore dichiara di aver seguito le procedure ed istruzioni in materia di Safety & Security ed adempirà a tutte le prescrizioni che le Autorità competenti andranno eventualmente a richiedere l'autorizzazione allo svolgimento della gara, con particolare riferimento all'Art. 32 delle "Norme per l'organizzazione delle manifestazioni" in tema di sicurezza come specificato nel "Piano di sicurezza per le pubbliche manifestazioni" del Comitato Regionale Lombardo.

Il Comitato Organizzatore ha provveduto a stipulare una polizza assicurativa per la copertura della Responsabilità Civile verso Terzi per tutte le attività connesse allo svolgimento della manifestazione.

RECLAMI

Eventuali reclami dovranno essere presentati nel rispetto delle norme della FIDAL e del R.T.I.
Prima Istanza: verbalmente al G.G.G. (Gruppo Giudici Gare).

IL G.G.G. PUO' EFFETTUARE IL CONTROLLO DEL TESSERAMENTO NELLE MODALITA' PREVISTE DAGLI ART. 8-9 DELLE NORME ATTIVITA' (VADEMECUM)

Per quanto non contemplato nel presente regolamento, valgono le norme tecniche e Statutarie della FIDAL.

ACCETTAZIONE DEL REGOLAMENTO

Con l'iscrizione l'atleta dichiara di conoscere ed accettare il regolamento del CUV e di conoscere i regolamenti FIDAL.

Dichiara inoltre espressamente, sotto la propria responsabilità, non solo di aver dichiarato la verità, ma esonera gli organizzatori, la FIDAL, gli sponsor e le amministrazioni pubbliche da ogni responsabilità, sia civile che penale per danni a persone e/o cose da lui causati o a lui derivati. (Normativa Art 13 DLGS 196/2003 tutela della Privacy).

DIRITTI ALL'IMMAGINE / PRIVACY

Dichiarazione di responsabilità e Informativa Art 13 DLgs 196/2003 – tutela della Privacy

L'atleta dichiara di conoscere e di rispettare il regolamento, e solleva e libera il Comitato Organizzatore del COMO URBAN VERTICAL, la Società Organizzatrice, la F.I.D.A.L. Comitato Provinciale di Como, gli Enti Promotori, le Amministrazioni dei Comuni interessati, tutti gli Sponsor dell'evento, i rispettivi rappresentanti, successori, funzionari, direttori, membri, agenti ed impiegati delle società sopra citate, di tutti i presenti e futuri reclami o responsabilità di ogni tipo derivanti dalla propria partecipazione all'evento. Concede la propria autorizzazione a tutti gli Enti elencati a utilizzare fotografie, nastri, video, immagini all'interno di sito web e social e qualsiasi cosa relativa alla propria partecipazione all'evento per qualsiasi legittimo utilizzo senza remunerazione. Le informazioni personali saranno trattate ai sensi del Codice in materia di protezione dei dati personali."

AVVERTENZE FINALI

Il Comitato Organizzatore si riserva di modificare il presente regolamento in qualunque momento per motivi che riterrà opportuni per una migliore organizzazione della gara, dopo averne dato comunicazione e ottenuto approvazione dalla FIDAL.

Eventuali modifiche a servizi, luoghi e orari saranno opportunamente comunicate agli atleti iscritti via e-mail oppure saranno riportate sul sito internet www.runincomo.it e sui canali social dedicati.

La documentazione contenente le informazioni essenziali per prendere parte alla gara, se prevista, sarà consegnata dall'organizzazione unitamente al pettorale.

IL COMITATO ORGANIZZATORE
A.S.D. ARIES COMO ATHLETIC TEAM

