



FEDERAZIONE ITALIANA
DI ATLETICA LEGGERA

DISPOSITIVO INDICAZIONI SEMPLIFICATE
LA SPEZIA TRAIL CINQUE TERRE TERZA EDIZIONE
“GOLFO DEI POETI CUP”

La Spezia 29

Settembre 2024

PREMESSA Tutto quanto previsto nel presente Dispositivo Tecnico deve intendersi correlato e compatibile con il “PROTOCOLLO ORGANIZZATIVO TEMPORANEO – NON STADIA – disponibile sul sito federale.



CATEGORIE DI PARTECIPAZIONE e COSTO PARTECIPAZIONE

La gara è aperta a tutti gli atleti, uomini e donne delle seguenti categorie:

- | | |
|---|--------------------|
| ● Allievi/ Juniores/Promesse /Seniores/Master 10 km, D+ 536 metri | costo gara 18 euro |
| ● Juniores/Promesse /Seniores/Master 18 km D+1047 metri | costo gara 25 euro |
| ● Seniores e Master 31 km D+1850 metri | costo gara 35 euro |

Nella quota di iscrizione sono compresi:

- pettorale di gara
- chip da restituire a fine gara
- assistenza e ristori lungo il percorso
- pacco gara con maglia tecnica “LA SPEZIA TRAIL CINQUE TERRE “
- pasta party



CAMPIONATO REGIONALE MASTER per tutte le categorie M/F sulla distanza 18 km



ISCRIZIONI , CONFERME , RITIRO PETTORALI E PACCHI GARA

1. Le iscrizioni per singoli atleti online <https://www.endu.net/it/events/la-spezia-trail-cinque-terre/>
2. Per iscrizioni di gruppo :

ESEGUIRE BONIFICO A

ASD ATLETICA SPEZIA DUFERCO indicando società

IBAN IT55L0200810700000105467640

Inviare mail con copia bonifico, copie tessere , mail e recapiti telefonici degli atleti.

MAIL: andrea.irbetti@gmail.com oppure sp573@fidal.it

Per maggiore semplicità inviare anche a mezzo whats app (345 6939254)

Per ulteriori informazioni contattare Sig. Andrea Irbetti+39 345 6939254

NOTA: Ogni cinque atleti si omaggia la squadra di un pettorale della distanza scelta dalla maggioranza del gruppo.

In caso di impossibilità a partecipare, la richiesta di annullamento dovrà essere presentata a mezzo e-mail a iscrizioni@detecht.it con persona in orario di ufficio disponibile a risolvere qualsiasi problematica in fase di iscrizione.

3. IL RITIRO PETTORALI e PACCO GARA E' CONSIGLIATO il giorno prima della gara dalle ore 15 alle ore 20 presso "PUNTO RITIRO PETTORALI"

Oppure dalle ore 7,00 entro le ore 8,00 per tutte le categorie presso "PUNTO RITIRO PETTORALI" in Piazza Europa a La Spezia .

Informazioni per il ritiro dei pettorali saranno rese disponibili sui canali Social in prossimità dell'evento, in linea con le disposizioni sanitarie vigenti al momento.

Il ritiro del pettorale e del pacco gara per conto di altri atleti NON sarà consentito.

4. Il "PUNTO RITIRO PETTORALI" gestito da ATLETICA SPEZIA DUFERCO e DETECHT s.r.l. costituisce il collegamento tra Rappresentative, Società, Atleti, Organizzazione e Gruppo Giudici di Gara

È l'unico punto di riferimento tecnico ed osserva i seguenti orari • sabato 28 settembre dalle 15.00 alle 20.00; domenica 29 settembre dalle 7.00 fino a mezz'ora dopo il termine delle gare.



PARTENZE E ARRIVI GARE

RITIRO BORSE DA PARTE DEL PERSONALE E TRASPORTO PRESSO IL PUNTO DI ARRIVO

Partenza ore 9,00 da Piazza Europa ed arrivo al Centro Sportivo Montagna

- 1) Juniores
- 2) Promesse
- 3) Seniores
- 4) Master

Sarà disponibile presso il Centro Sportivo A. Montagna il servizio docce .

Premiazioni dalle Ore 14,00 a seguire presso Centro Sportivo A.Montagna

Ristorazione di fine gara per partecipanti al TRAIL 10 k, 18 K e 31 K presso " Trattoria I Contadini" al Parco del Colombaio compreso nel "PACCO GARA"



PREMIAZIONI

. Non sono previsti premi in denaro .

Saranno premiati i primi 6 atleti assoluti FIDAL

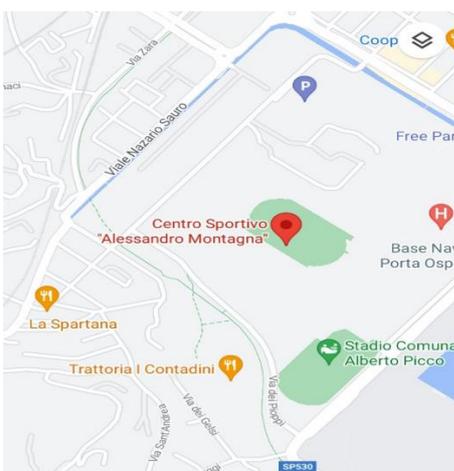
1°/ 2°/3° di ogni categoria assoluta di ogni distanza F/M

1°/2°/3° di ogni categoria MASTER di ogni distanza F/M

Primi tre gruppi più numerosi



PIAZZA EUROPA LA SPEZIA



CENTRO SPORTIVO A MONTAGNA

➔ Riferimenti Organizzatori

www.atleticaspezia.com

www.endu.net/it/events/la-spezia-trail-cinque-terre/

Responsabile organizzativo:

Andrea Irbetti

Mail :

sp573@fidal.it

andrea.irbetti@gmail.com

tel. (+39)345 6939254

➔ Pagine Social Evento con informazioni aggiornate

Instagram : https://instagram.com/la_spezia_trail_cinqueterre?utm_medium=copy_link

Facebook : <https://www.facebook.com/laspeziatrailcinqueterre/>

➔ MATERIALE OBBLIGATORIO **(ATTENZIONE)**

Con l'iscrizione alla gara, nella distanza prescelta, ogni atleta si impegna a portare con sé per tutta la durata della corsa il materiale obbligatorio di seguito elencato che verrà controllato al ritiro del pettorale. In caso di mancanza anche di un solo pezzo del materiale obbligatorio il pettorale non verrà consegnato.

- Scarpe da Trail
- Telefono cellulare con memorizzati i numeri dell'organizzazione e del soccorso

DIRETTORE GARA (+39) 345 6939254 SOCCORSO ALPINO (+39) 347 6090418

EMERGENZA 112

- Chip e pettorale (numero ben visibile in ogni condizione portato nella parte frontale dell'atleta)

- **KIT SANITARIO (cerotti ,cotone emostatico, salviette disinfettanti,ecc)**
- **Telo termico, fischietto, giacca leggera antivento o pioggia solo sulle distanze 18 km e 31 km**
- **È consentito l'uso dei bastoncini che, se utilizzati, andranno portati con sé per tutta la durata della gara. (solo per distanze oltre i 18 Km)**
- **Saranno disposti punti di controllo del materiale obbligatorio lungo tutto il percorso durante lo svolgimento della gara.**
- **Zaino leggero (vest. da 3 lt) obbligatorio anche per le categorie giovanili contenente almeno 500 ml di acqua, ed almeno una piccola riserva alimentare.**
- **L'equipaggiamento obbligatorio potrà subire delle modifiche in base alle condizioni meteo del giorno della gara, ritenute idonee dalla Direzione Gara**

