

MONTE LIVATA NIGHT RACE

& “ LE STELLE DI LIVATA”

1^ EDIZIONE SABATO 20 LUGLIO 2024

RITROVO : ORE 18.30 IN LOCALITA' MONTE LIVATA-Viale dei Boschi 1- SUBIACO (RM) con partenza gara competitiva alle ore 20:45 e ore 20.50 partenza gara non competitiva-distanza Gare 10 KM .

ORGANIZZAZIONE : ASSOCIAZIONE CULTURALE VIVI SUBIACO con la collaborazione tecnica di ACSI Italia Atletica della ASD di Roma APPIA RUN ,evento patrocinato dal Comune di Subiaco e dall'Ente Parco dei Monti Simbruini ,con l'assistenza dell'associazione Italiana di sicurezza ambientale AISA con il suo ponte radio .

NOME e DESCRIZIONE EVENTO :

-LIVATA NIGHT RACE –

esplorando la Montagna della Capitale correndo dal tramonto alle stelle.

Regolamento gara LIVATA NIGHT RACE

Requisiti di partecipazione

Per la partecipazione alla gara competitiva è necessario:

- aver compiuto 18 anni di età
- appartenere ad una società affiliata FIDAL (incluso il regolamento “Run Card” o a EPS (Enti di Promozione Sportiva) riconosciuti dal CONI.

Occorre altresì:

- essere pienamente coscienti della lunghezza e della difficoltà della prova ed essere allenati per affrontarla
- avere sicurezza di passo sui sentieri sterrati e abbigliamento adeguato
- aver compreso ed accettato quanto riportato nel presente regolamento

3 GARE CON PARTENZA DA VIALE DEI BOSCHI n. 1:

ORE 19:30/45 LE STELLE DI LIVATA PER RAGAZZI/E : DAI 5 AI 16 ANNI

Distanza dai 5 ai 16 anni Gare per esordienti 5 anni (nati 2017 ,2018,2019) distanza 30/50 metri.

Gare esordienti 8 anni nati 2015, 2016 distanza 100 metri,Gara esordienti 10 anni nati 2013,2014 distanza 500 metri esordienti 10 anni(nati nel 2013,2014) distanza 500 Ragazzi (nati nel 2011,2012) Distanza 1 km Cadetti (nati nel 2009, 2010) distanza 1 km Allievi (nati nel 2007, 2008) distanza 1 km .

ORE 20:45 GARA COMPETITIVA sulla distanza di 10 Km. (itinerario naturalistico su asfalto, sterrato e tratto boschivo percorrendo la strada da Monte Livata in direzione della Piana di FONDI JENNE ed ingresso nel bosco)

ORE 20:50 GARA NON COMPETITIVA sulla distanza di 10 Km. (itinerario naturalistico su asfalto, sterrato e tratto boschivo percorrendo la strada da Monte Livata in direzione della Piana di FONDI JENNE ed ingresso nel bosco)

Gli orari di partenza potranno subire variazioni di orario a seconda del calar del sole.

TUTTI GLI ATLETI ISCRITTI ALLA COMPETITIVA E NON COMPETITIVA "NIGHT RACE" DOVRANNO OBBLIGATORIAMENTE INDOSSARE UNA LAMPADA FRONTALE ED UTILIZZARLA PER TUTTA LA DURATA DELLA PROPRIA GARA .

VISTA LA TIPOLOGIA DEI DIVERSI TERRENI CHE SI INCONTRERANNO LUNGO IL PERCORSO, SI CONSIGLIA L'UTILIZZO DI CALZATURE DA CORSA O CALZATURE DA TRAIL

INFORMAZIONI GENERALI E GARE

Le gara competitiva e non, partiranno da viale dei BOSCHI n. 1 , alle ore ____20:45____ , percorreranno il tratto stradale_____asfaltato_____per circa 5 km , fino a raggiungere località_____Piana di Fondi di Jenne_____dove gli atleti lasceranno il tratto asfaltato e dovranno percorrere il sentiero sterrato (non boschivo) di circa 800 metri .

Dopo il 6 km chilometro , lasceranno il tratto sterrato e percorreranno il tratto boschivo all'interno della faggeta Stellante per 2 KM e concluderanno nuovamente su tratto finale asfaltato che li porterà nuovamente in viale Dei Boschi dove il traguardo finale li attende, dopo complessivi Km. 10.

Il percorso presenta un dislivello +/- di 200/300 m , e lungo il percorso l'organizzazione allestirà il punto di ristoro intermedio al 5° Km.. E' previsto il ristoro finale al traguardo di gara

PERCORSI

IL tracciato della gara sarà reso pubblico sui canali di divulgazione della manifestazione quali sito web ,social e piattaforme comunicative .

I tracciati delle gare percorrono sentieri boschivi , sterrati, che richiedono attenzione e fermezza di passo, specie nei tratti di discesa o salita tecnica. In generale, i percorsi sono caratterizzati da sentieri e viottoli di montagna, terreni irregolari, ostacoli naturali che possono essere soggetti alle problematiche proprie di una corsa in ambiente naturale della montagna appenninica e possono variare le proprie condizioni in funzione delle variazioni climatiche.

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 catarifrangente indicazioni ,sulla strada . Il tracciato, per esigenze di sicurezza o logistiche, potrà essere soggetto a modifiche rispetto a quanto indicato inizialmente.

Le variazioni saranno comunque opportunamente segnalate sul sito in loco e/o durante il briefing pre-gara.

Programma gare, orari e cancelli

A salvaguardia della propria incolumità verrà vietato il proseguimento della competizione a tutti gli atleti che transiteranno oltre l'orario limite, al cancello intermedio del Km. 5 e stabilito in :

GARA COMPETITIVA Il tempo massimo di percorrenza è fissato in 1h 50' ore.
Sarà istituito un cancello orario al Km 5,000 dopo 55' dalla partenza.

GARA NON COMPETITIVA Il tempo massimo di percorrenza è fissato in 2h 10' ore.
Sarà istituito un cancello orario al Km 5,000 dopo 60' dalla partenza.

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

- a. Gara Competitiva (10 km)
Briefing pre-gara ore 20: 40 Viale dei Boschi 1.
La partenza della gara è prevista per le ore 20:45.

Verranno registrati i numeri di pettorale di tutti coloro che non saranno transitati nei termini temporali indicati (55') al cancello del quinto chilometro indicato e verranno automaticamente esclusi dall'ordine di arrivo .

Gara NON Competitiva (10 km)
Briefing pre-gara ore 20:40 Viale dei Boschi 1.
La partenza della gara è prevista per le ore 20:45 .

Verranno registrati i numeri di pettorale di tutti coloro che non saranno transitati nei termini temporali indicati (60') al cancello del quinto chilometro indicato e verranno automaticamente esclusi dall'ordine di arrivo .

Gli atleti dovranno comunque rientrare nella zona di partenza accompagnati dal personale preposto, dovranno riconsegnare il chip del pettorale e ritirare il pacco gara di partecipazione.

ISCRIZIONI

Apertura Iscrizioni 5 giugno 2024

Le iscrizioni devono essere effettuate, seguendo le apposite indicazioni che troverete su www.vivisubiaco.it Contatti mail info@vivisubiaco.it

Le Società possono scaricare il modulo dal sito www.vivisubiaco.it e inviarlo in allegato così come indicato. Devono inoltre inviare la ricevuta di pagamento cumulativa. Il Presidente firmando la lista si assume ogni responsabilità qualora un Atleta inserito nella lista iscritti sia sprovvisto di certificazione medica.

a. Gara Competitiva (10 km) € 20,00.

La quota di iscrizione per la gara competitiva di 10 km è di 20,00 € fino alle 24:00 del 19 luglio, e 22,00 €

fino alle 19:45 del 20 luglio. Ci si potrà iscrivere anche il giorno stesso della gara al costo maggiorato di 2,00€ entro le ore 20:00.

b. Gara Non Competitiva (10 km) € 17,00.

La quota di iscrizione per la gara non competitiva di 10 km è di 17,00 € fino alle 24:00 del 19 luglio, e 22,00 € fino alle 19:45 del 20 luglio. Ci si potrà iscrivere anche il giorno stesso della gara al costo maggiorato di 2,00 € entro le ore 20:00.

c. Gara Competitiva e Non Competitiva (10 km) € 15,00.

L' ASSOCIAZIONE CULTURALE VIVI SUBIACO, per premiare la "fedeltà" degli atleti che hanno partecipato alla Prima edizione della SUBIACO URBAN RACE del 28 aprile u.s., sia nella gara competitiva che in quella non competitiva, garantisce loro l'iscrizione al costo agevolato di 15,00€

d. Gara LE STELLE DI LIVATA

Costo iscrizione 5,00

La quota di iscrizione può essere pagata tramite carta di credito , paypal o tramite bonifico bancario su codice IBAN : IT 57 F 0760 10320 0001068775327 - intestato a Ass.ne Culturale VIVI SUBIACO: con causale: Nome e Cognome -ISCRIZIONE LIVATA NIGHT RACE e la contabile del bonifico deve essere allegata all'atto dell'iscrizione.

L'iscrizione può essere effettuata anche su piattaforma ICRON con commissione.

È possibile effettuare la cessione del pettorale ad altro atleta idoneo previo il pagamento di 10,00 euro per diritti di segreteria.

RITIRO PETTORALE DI GARA

Per atleti che si sono iscritti individualmente , il pettorale viene consegnato personalmente , previa esibizione di tessera FIDAL o EPS con certificato medico sportivo, per l'ATLETICA LEGGERA, in corso di validità e a seguito del controllo materiali.

Per Società con numero di atleti superiore a cinque verranno predisposte buste collettive che dovranno essere ritirate simultaneamente da un Responsabile Societario designato ed indicato. .

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

Gli iscritti possono ritirare il proprio pettorale presso LIVATA CAFè, situata a Monte Livata in Viale dei Boschi 1, il giorno 20/07/2024 dalle ore 18:30 alle ore 19:45.

PACCO GARA GARANTITO AI PRIMI 250 ISCRITTI

PREMI INDIVIDUALI :

saranno premiati : il primo assoluto Uomo e la prima assoluta Donna classificati al traguardo.

Saranno premiati i primi tre classificati delle categorie di età di seguito elencate:

Categoria uomini: 18/29 30/34 35/39 40/44 45/49 50/54 55/59 60/64 65/69 over 70

Categoria donne : 18/29 30/34 35/39 40/44 45/49 50/54 55/59 60/64 65/69 over 70

Saranno premiate le prime tre società con il maggior numero di atleti iscritti in gara:

Riconoscimenti alle prime tre società:

- 1- Prima società con numero minimo di 40 partecipanti € 300,00
- 2- Seconda società con numero minimo di 30 partecipanti € 200,00
- 3- Terza società con numero minimo di 20 partecipanti € 100,00

SERVIZI:

Ogni partecipante regolarmente iscritto alla gara ha diritto ai seguenti servizi:

- Pettorale
- Cronometraggio
- Classifica generale e di categoria
- Ristoro/i durante la corsa
- Ristoro finale
- Pacco gara di partecipazione
- Medaglia Finisher
- Eventuale premiazione assoluta o di categoria

DEPOSITO BORSE

Sarà previsto un deposito borse coperto ma non custodito, l'organizzazione declina ogni responsabilità circa eventuali ammanchi. L'organizzazione invita espressamente i partecipanti a non lasciare nelle sacche oggetti di valore. L'iscrizione alla manifestazione comporta l'espresso esonero di responsabilità circa i danni causati dalla partecipazione alla stessa subito a qualunque titolo e pariteticamente ogni partecipante si assume la responsabilità diretta e personale dei danni derivanti dalle proprie azioni e/o omissioni.

EQUIPAGGIAMENTO : Materiale consigliato.

Alla partenza della gara è consigliato avere con sé il seguente materiale :

- pettorale di gara con numero ben visibile
- abbigliamento idoneo alla montagna ed allo sterrato (scarpe da race/ trail, abbigliamento tecnico)
- telefono cellulare con registrati i numeri dell'organizzazione
- coperta termica
- fischietto di emergenza
- torcia frontale da trail (OBBLIGATORIA)
- Ecotazza / Bicchiera

SICUREZZA E CONTROLLO

IL SERVIZIO RADIO MOBILE DI SOCCORSO (CB) VERRA' GARANTITO DAI RESPONSABILI DI A.I.S.A. ASSOCIAZIONE ITALIANA DI SICUREZZA AMBIENTALE e dai volontari messi a disposizione dell'associazione stessa.

Sul percorso sono presenti addetti dell'organizzazione, dell'AISA e volontari, tutti in costante contatto con la base.

Per tutta la durata dell'evento in zona arrivo sono presenti ambulanze con medico a bordo e personale paramedico. Altri mezzi di assistenza 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 mantenuto ben visibile sul petto.

In caso di infortunio, l'atleta in difficoltà può chiedere il soccorso dell'organizzazione:

- presentandosi ad uno dei punti di controllo dislocati lungo il percorso
- chiamando un numero dell'organizzazione (copertura telefonica per la quasi totalità del percorso)
- 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.

ABBANDONO

Tranne in caso di infortuni gravi, ad un concorrente viene consigliato di “ concludere anzitempo la sua gara “ esclusivamente presso uno dei punti presidati .

In qualsiasi caso il concorrente dovrà riconsegnare il pettorale all'organizzazione. Se necessario, un mezzo dell'organizzazione provvederà a riportare il concorrente alla zona arrivo .

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.

RECLAMI

Visto il clima amichevole e l'ambiente di svolgimento della manifestazione , confidiamo che non ci siano reclami ; qualora si dovessero presentare situazioni particolari vanno inoltrate a info@vivisubiaco.it e verranno esaminate ed adottate misure specifiche

ASSICURAZIONE

L'organizzazione sottoscrive un'assicurazione temporanea di responsabilità civile per tutto il periodo della manifestazione.

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.

Modifiche del percorso e delle barriere orarie – annullamento della MANIFESTAZIONE

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

DIRITTI D'IMMAGINE

Le immagini riprese durante la gara potranno essere utilizzate dall'Organizzazione, dai soggetti riconducibili al MONTE LIVATA NIGHT RACE e dalle aziende sponsor per fini di diffusione e pubblicità dell'evento e/o di prodotti associati allo stesso.

Con l'iscrizione alla gara, ciascun concorrente autorizza l'utilizzo delle proprie immagini nel rispetto della normativa sulla Privacy art. 13 d.lgs 196/2003 TUTELA DELLA PRIVACY.

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 e/o momento della gara.

Accettazione del regolamento e dell'etica della gara

La partecipazione alla manifestazione **MONTE LIVATA NIGHT RACE** comporta l'accettazione senza riserve del presente regolamento e dell'etica adottati dall'organizzazione stessa e dei suoi principi basilari.

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 assumersi ogni responsabilità in caso di incidenti o infortuni.

MODIFICHE AL REGOLAMENTO

*L'organizzazione "MONTE LIVATA NIGHT RACE" si riserva la facoltà di apportare modifiche al presente regolamento, dandone comunicazione sull'homepage del proprio sito www.vivisubiaco.it sulle pagine web e social **CONTATTI TELEFONICI: Emanuela mb : 335 529 3718 Francesca mb: 338 985 8597***

