

## CORSA IN MONTAGNA E TRAIL RUNNING 2024

### 1. DEFINIZIONE GENERALE

La corsa in montagna e il Trail Running sono specialità dell'atletica leggera. La corsa in montagna e il Trail running si svolgono all'aperto, su un percorso naturale (in prevalenza composto da mulattiere, sentieri e prati, aree sabbiose e nevose, etc...) e in diversi ambienti naturali (montagne, foreste, pianure, aree desertiche, etc...). Le competizioni si svolgono principalmente su superfici off-road, sebbene sia accettabile la presenza di sezioni su superfici pavimentate (asfalto, cemento, macadam, etc...) che colleghino diversi tratti dei percorsi e purché siano limitate al minimo.

#### 1.1 Specifiche relative alla definizione di corsa in montagna

La corsa in montagna prevede tracciati di salita e discesa, con dislivello positivo o negativo secondo quanto indicato nella successiva tabella di riferimento. Gran parte della lunghezza del percorso deve essere su sentieri, strade sterrate, pavé, ciottolato o comunque superfici non asfaltate. Superficie pavimentate in ogni caso non dovrebbero superare il 25% del totale della distanza di gara. Dislivello compreso tra il **5%** e il **25%**.

#### 1.2 Specifiche relative alla definizione di Trail Running

Nel Trail running sono ammessi tratti di strada asfaltata o cementata, ma devono essere quanto più possibile limitati e in ogni caso non dovrebbero superare il 25% del totale della distanza di gara. Non sono previsti limiti di distanza o di dislivello, positivo e negativo.

#### 1.3 Urban Trail

Sono ammessi percorsi con una percentuale di superficie asfaltata o cementata superiore al 25% del totale della distanza di gara, qualora necessaria per raccordare tratti naturali significativi a partire da contesti urbani caratterizzati da lunghi tratti o passaggi attraverso: edificio opere architettoniche, ponti, scale e scalinate, cortili, porticati, aree sotteranee e attrezzate, etc... Si raccomanda che i tratti naturali costituiscano un minimo de 25% del totale della distanza di gara; in questo caso la manifestazione sarà denominata "**Urban Trail**".

#### 1.4 Categorie

Le categorie sono definite in funzione dell'anno di nascita dell'atleta

**Esordienti EM/F 5 – 2019 (al compimento dei 5 anni) – 2017**

**Esordienti EM/F 8 – 2016 – 2015**

**Esordienti EM/F 10 – 2014 – 2013**

**Ragazzi/e – 2012 – 2011**

**Cadetti/e – 2010 – 2009**

**Allievi/e – 2008 – 2007**

**Juniores M/F – 2006 – 2005**

**PM - PF – 2002 – 2004**

**SM - SF – 2001 – 1990**

**M1 - F1 – 1989 – 1980**

**M2 - F2 – 1979 – 1970**

**M3 - F3 – 1969 – 1960**

**M4 - F4 – 1959 – 1950**

**M5 - F5 – 1949 e precedenti**

**Nella stesura delle classifiche di ogni prova del Campionato Regionale Assoluti e Giovanile dovrà essere indicato tassativamente l'anno di nascita di ogni atleta.**

## **2 - SPECIFICHE PER LA CORSA IN MONTAGNA**

### **2.1 Il percorso di gara**

#### **2.1.1 Caratteristiche, e requisiti del percorso di gara**

Le gare di corsa in montagna si svolgono su percorsi che variano nelle caratteristiche e distanze a seconda della categoria degli atleti partecipanti e del tipo di manifestazione. Ogni corsa in montagna ha proprie specificità dettate dalle condizioni naturali che determinano la tracciatura del percorso: strade e sentieri già esistenti devono essere preferiti; gli organizzatori sono responsabili della cura dell'ambiente naturale.

I percorsi possono essere prevalentemente in salita oppure in salita e discesa. Le pendenze medie dovrebbero essere comprese tra un minimo del 5% (o 50m per chilometro) e un massimo del **25%** (o **250m** per chilometro). Il guadagno di quota medio si attesta preferibilmente a circa 100m per chilometro.

Il percorso di gara varia in lunghezza da 1 chilometro alla distanza di maratona, nel rispetto dei requisiti tecnici previsti.

Ai fini organizzativi si distinguono principalmente 2 tipologie di gare:

- Distanze classiche
- Chilometro Verticale

#### **Distanze classiche:**

Categoria	Distanza M gara individuale	Distanza F gara individuale	Distanza M gara a staffetta (per frazione)	Distanza F gara a staffetta (per frazione)	Dislivello medio	
Pro/Sen	Max km 15	Max km 15	Max km 10	Max km 10	da un massimo del <b>25%</b> ad un mimino del 5% sia in salita che in discesa.	
Jun	Max km 10	Max km 10	Max km 10	Max km 10		
Ai/e	Max km 5					
Ci/e	Max km 3.5					
Ri/e	Max km 1.5					
Eso M/F	Max km 1					

Chilometro Verticale	m 2500-5000	+1000 m ± 5%	Jun/Pro/Sen
----------------------	-------------	--------------	-------------

Le gare di Chilometro Verticale si svolgono individualmente e a seconda delle condizioni logistiche potranno svolgersi con partenza in linea o con partenza a cronometro. In tutte e **due** le tipologie di gare, le partenze femminile e maschile o di differenti fasce di età possono essere separate. **Gli atleti della categoria Allievi maschili e femminili sono esclusi in quanto la pendenza media eccede il massimo consentito per la categoria.**

## 2.1.2 Partenza e arrivo

La partenza, l'arrivo ed i cambi di frazione devono preferibilmente trovarsi in località raggiungibili con automezzi e/o impianti funiviari e devono disporre di locali idonei ad ospitare (e riparare in caso di cattivo tempo) i concorrenti ed i servizi di gara.

L'arrivo e i cambi di frazione devono essere presegnalati ad una distanza di 500 metri ed essere ben visibili a distanza.

## 2.1.3 La zona di cambio per gare a staffetta

La zona di cambio è di m. 20 ed è delimitata da due linee. Al centro sarà tracciata un'altra linea per il rilevamento cronometrico della frazione.

Il cambio tra l'atleta che conclude la propria frazione ed il successivo dovrà avvenire mediante un contatto diretto tra i due atleti.

## 2.1.4 Equipaggiamento addizionale

È consentito l'ausilio di equipaggiamento addizionale (es. bastoncini da trekking), **se non diversamente specificato** nel regolamento del Campionato o della manifestazione.

## 2.1.5 Cronometraggio

a) Per le tutte le gare è necessario il servizio di cronometraggio, che sarà svolto nelle modalità scelte dal Comitato Organizzatore o previsto dai dispositivi federali.

b) Nelle gare oltre i 15 Km sono previsti uno o più punti di controllo cronometrico intermedio, fissati in base alla distanza complessiva e alle caratteristiche logistiche del tracciato di gara. Gli atleti che non transiteranno al punto di controllo entro il limite temporale fissato verranno considerati fuori gara e ricondotti al punto di partenza/arrivo a cura del comitato organizzatore.

Il comitato organizzatore di gare su distanze classiche ha altresì facoltà di introdurre punti di controllo cronometrico intermedio con le stesse modalità regolamentari e operative.

## 2.1.6 Rifornimenti e spugnaggio

Lungo il percorso possono essere allestiti, a cura degli organizzatori, punti di rifornimento e spugnaggio, la cui dislocazione va preventivamente comunicata ai concorrenti. Il servizio va concordato preventivamente con il Delegato Tecnico e svolto secondo le norme del RTI. In base alle condizioni meteo o a particolari situazioni logistiche, il Delegato Tecnico può decidere di rendere "libero" il servizio di spugnaggio, mantenendo invece nei punti prefissati il servizio di rifornimento.

E' altresì prevista la possibilità da parte degli atleti di correre in regime di "autosufficienza" (zainetto tecnico, zainetti idrici tipo camelback, portaborracce, eccetera), fatta salva la necessità di rendere visibile al controllo il proprio pettorale di gara.

## 2.1.7 Segnaletica del percorso

Il tracciato di gara, conforme alla normativa del RTI, deve essere segnalato in modo inequivocabile. La segnaletica del percorso deve essere fatta nel pieno rispetto della natura e dunque con materiale che dovrà essere rimosso al termine della manifestazione. Frecce, nastri, bandierine e altra segnaletica di percorso devono essere posti l'una dall'altra a distanza tale da rendere la tracciatura del percorso inequivocabile e visibile in ogni condizione meteorologica. La segnaletica deve essere affidata alle cure di una o più persone esperte e responsabili designate dal Comitato Organizzatore. Ai crocevia, oltre alla segnaletica, deve essere operante una persona addetta al controllo.

## 2.1.8 Sorpasso

Il percorso deve consentire quanto più possibile il sorpasso tra almeno due concorrenti e in tal senso dovrà essere allestito il tracciato di gara.

### **3 – APPROVAZIONE E OMOLOGAZIONE DEL PERCORSO GARA**

Tutte le procedure previste ai successivi commi dovranno ritenersi valide al solo fine Tecnico/Sportivo.

Sarà pertanto di competenza del Comitato Organizzatore la responsabilità che la scelta dell'area su cui verterà l'evento sportivo ed il relativo percorso gara garantiscano la messa in sicurezza di tutti i partecipanti. Al Comitato Organizzatore rimane sempre in carico il rispetto delle norme relative alla sicurezza dei concorrenti e degli ufficiali di gara, come dettato dal RTI emanato dalla WORLD ATHLETICS in tema di corsa in montagna.

#### **3.1 – Approvazione**

Il percorso gara, alla data dello svolgimento della manifestazione, deve risultare approvato dalla Fidal. Per ottenere l'approvazione di una gara di corsa in montagna di qualsiasi tipologia e livello, il Comitato Organizzatore deve inviare al Comitato Regionale di riferimento anche la documentazione tecnica del percorso gara secondo quanto stabilito dal successivo comma 3.3.

Ciascun Comitato Regionale, avvalendosi delle competenze dei Tecnici Omologatori operanti sul territorio o di loro responsabile, verifica la corrispondenza del percorso gara alle normative dettate dal vigente regolamento, con particolare riferimento al precedente comma 2.1.

#### **3.2 – Omologazione**

Non è obbligatoria l'omologazione dei percorsi ma **consigliata nelle prove di campionato regionale**

Per qualsiasi altra manifestazione inserita nei calendari federali e rientrante nei parametri dettati dalla tabella del su indicato comma 2.1, ogni Comitato Organizzatore potrà comunque richiedere al Comitato Regionale di riferimento (gare regionali) o all'Ufficio Centrale del GGG (gare Gold, Silver e Bronze l'omologazione del proprio percorso gara,

#### **3.3 – Documentazione cartografica**

I percorsi di gara devono essere ben segnalati: una mappa dettagliata del percorso e del suo profilo altimetrico deve essere sempre resa disponibile.

In sede di approvazione gara, il Comitato Organizzatore dovrà inviare al proprio Comitato Regionale di riferimento anche la documentazione tecnica del percorso di gara che potrà essere inviata via mail o fornita su supporto informatico (CD,DVD, pen drive, memory card...) estrapolandola dai dati e dagli elaborati grafici forniti dai principali strumenti di misurazione satellitare e in scala sovrapponibile a quella successivamente indicata (conservazione del rapporto 1:5 tra altimetria e distanza metrica).

Planimetria in scala adatta alla distanza di gara, evidenziando il tracciato proposto;

Profilo lunghi-altimetrico

## 4 – SPECIFICHE PER IL TRAIL RUNNING

### 4.1 IL PERCORSO DI GARA

- 4.1.1 Prima dello svolgimento della gara, il Comitato Organizzatore deve misurare e mappare il percorso a mezzo di strumenti cartografici e/o GPS satellitari e comunicare la distanza e il dislivello totale, sia in salita sia in discesa. Deve inoltre rendere fruibili da parte di tutti gli atleti la mappa e il profilo altimetrico dettagliato del percorso, descrivendone le difficoltà tecniche e indicando la collocazione dei punti di assistenza e di ristoro.
- 4.1.2 Il percorso deve esser segnalato in modo non invasivo e rispettoso dell’ambiente, ma sufficiente a consentire agli atleti di completarlo senza errori o deviazioni. Al termine della manifestazione tutta la segnaletica deve essere rimossa.
- 4.1.3 Nel Trail Running non sono previsti limiti di distanza o di dislivello, positivo e negativo. Ai fini organizzativi (Campionati) si prevede principalmente la suddivisione in **Trail Corto (tra 20 Km e 42 Km)** e **Trail Lungo (tra 42 Km e 80 Km)**. Ai fini della partecipazione valgono le seguenti indicazioni:

Categoria	Distanza M/F gara individuale
Pro/Sen	Senza limiti di distanza o dislivello
Jun	Max km 21,097
Ai/e	Max km 5 (come corsa in montagna)

### 4.2 Equipaggiamento/Attrezzatura

- 4.2.1 Il trail non prevede l’uso di una particolare tecnica esecutiva.
- 4.2.2 In base alle caratteristiche tecniche e ambientali della gara, il Comitato Organizzatore può tuttavia rendere obbligatorio o raccomandare l’utilizzo di attrezzatura o materiale specifico che consenta all’atleta di evitare una situazione di disagio o, in caso di infortunio, di attendere in sicurezza l’arrivo dei soccorsi.
- 4.2.3 In linea generale, un telo termico, un fischietto, un telefono cellulare, sono gli elementi minimi che ogni atleta dovrebbe portare con sé durante la gara. In ogni caso devono essere rispettate le indicazioni contenute a tal proposito nel regolamento della manifestazione.
- 4.2.4 Se espressamente indicato dal singolo regolamento di gara, **gli atleti possono utilizzare bastoncini da trekking.**

### 4.3 Sicurezza e Assistenza

- 4.3.1 Il Comitato Organizzatore attiva tutte le procedure per garantire la sicurezza di atleti e ufficiali di gara e predispone uno specifico piano per la loro sicurezza, assistenza e soccorso, che preveda anche i mezzi necessari a tali fini.
- 4.3.2 L’atleta che partecipa ad una competizione di trail deve in ogni caso essere pienamente consapevole del contesto ambientale in cui la stessa si svolge e delle difficoltà tecniche del tracciato di gara. L’atleta deve essere altresì edotto che la competizione si svolge in ambiente non protetto e che le procedure di sicurezza possono diminuire il rischio, ma non eliminarlo in assoluto. Di tali condizioni l’Organizzazione deve ampiamente informare i concorrenti.

- 4.3.3 Durante lo svolgimento della gara, possono essere previste valutazioni mediche da parte dello staff sanitario ufficiale, identificato da abbigliamento o bracciale distintivo. Se lo staff sanitario ufficiale lo ritiene necessario, l’atleta deve ritirarsi immediatamente.

### 4.4 Stazioni di assistenza

Le competizioni di trail si svolgono prevalentemente in regime di autosufficienza, dunque nei tratti di gara che separano le varie stazioni di assistenza predisposte lungo il percorso ogni atleta deve provvedere autonomamente ad abbigliamento, comunicazioni, integrazione idrica e alimentare. Le stazioni di assistenza sono quindi distanziate tra di loro secondo i piani predisposti e comunicati dal Comitato Organizzatore, al fine di rispettare l’autonomia degli atleti, ma tenendo in conto la loro salute e la loro sicurezza.

#### **4.5 Condotta di gara**

- 4.5.1** Se in base al referto di un ufficiale di gara o di un addetto ai controlli viene accertato che un atleta ha abbandonato il percorso di gara, percorrendo una distanza più breve, lo stesso verrà squalificato.
- 4.5.2** L'assistenza agli atleti in gara può essere fornita presso i punti di soccorso e assistenza preventivamente indicati dal Comitato Organizzatore.
- 4.5.3** Le circostanze che possono comportare la squalifica o la penalizzazione in termini cronometrici di un atleta sono indicate nel regolamento predisposto da ogni Comitato Organizzatore.
- 4.5.4** L'atleta è tenuto a rispettare il Codice della strada nei tratti asfaltati e negli incroci con strade aperte al traffico.

### **5 - IL REGOLAMENTO DI GARA**

Il regolamento della gara dovrà essere presentato per l'approvazione al Comitato Regionale competente per territorio e dovrà contenere le seguenti indicazioni:

- a) l'Organizzazione (Società/Ente organizzatore, sede ed indirizzo del responsabile, indirizzi mail e numeri di telefono/fax per le informazioni);
- b) il Direttore di gara;
- c) il Direttore di percorso;
- d) il Capo dei controlli;
- e) i Responsabili dei vari servizi;
- f) la tipologia di gara: individuale, a staffetta, a coppie; distanza classica, lunghe distanze, chilometro verticale, Trail;
- g) le categorie previste (Esordienti, Ragazzi, Cadetti, Allievi, Juniores, Promesse, Seniores, maschili e femminili),
- h) la qualifica della manifestazione (Regionale, Bronze, Silver, Gold);
- i) le caratteristiche particolari della manifestazione (prova di un Campionato, ecc.);
- l) il profilo altimetrico e planimetrico del percorso, gli estremi del certificato di omologazione laddove previsto;
- m) le caratteristiche della premiazione;
- n) i mezzi di collegamento e trasporto tra la partenza e l'arrivo, qualora questi si trovino in località differenti;
- o) le modalità ed il termine per l'iscrizione;
- p) eventuali rimborsi spesa;
- q) informazioni di carattere logistico;
- r) il programma orario della manifestazione.

## **6 - GLI OBBLIGHI DEGLI ORGANIZZATORI**

### **6.1 – Servizi da garantire**

Gli organizzatori si assumono tutti gli oneri relativi all'organizzazione della competizione e rispondono del buon andamento della manifestazione nei confronti della FIDAL.

Essi devono assicurare tutti i servizi prescritti dal presente regolamento e, in particolare:

- a) l'assistenza medica durante l'intero svolgimento della manifestazione;
- b) il servizio sanitario di "pronto soccorso";
- c) il servizio d'ordine;
- d) la presenza dei Giudici di gara e dei Cronometristi, secondo le norme federali;
- e) la segreteria (ivi compresi locali, gazebo, sedie, tavoli e materiali per la segreteria);
- f) il trasporto indumenti (se necessario);
- g) il ristoro all'arrivo ed ai cambi di frazione;
- h) gli eventuali punti di rifornimento e spugnaggio lungo il percorso;
- i) la dislocazione di idoneo personale lungo il percorso, in maniera tale da avere l'intero svolgimento della manifestazione sotto controllo;
- l) la presenza del Direttore di gara, del Direttore di percorso e del Capo dei controlli;
- m) le apparecchiature per la diffusione delle informazioni;
- n) un'adeguata cerimonia di premiazione;

### **6.2 – Il Direttore di gara.**

Al Direttore di gara viene affidata la direzione della manifestazione. Egli risponde del suo operato al Delegato Tecnico. A lui fanno capo tutti i responsabili dei servizi organizzativi della gara.

### **6.3 – Il Direttore del percorso.**

Il Direttore del percorso è il responsabile, oltre che della sistemazione e preparazione del percorso, anche dei seguenti servizi:

- a) segnalazione del chilometraggio;
- b) segnalazione del tracciato;
- c) dislocazione dei controlli, dei rifornimenti e degli spugnaggi, del pronto soccorso, del collegamento radio, dei servizi d'ordine e degli altri servizi previsti dal regolamento di gara.

### **6.4 – Il Capo dei controlli**

Il Capo dei controlli si accerta che ogni incaricato al controllo dei passaggi in punti prefissati si rechi sul posto assegnato con un congruo margine di tempo e che sia in grado di svolgere le sue mansioni. Al termine della gara deve raccogliere le 'distinte' dei passaggi e consegnarle all'Arbitro Corse o altro incaricato del GGG, che in autonomia può predisporre altri punti di controllo.

### **6.5 – Il Servizio Sanitario e di Soccorso**

Il Responsabile del servizio sanitario deve essere designato dal Comitato Organizzatore.

Un medico, incaricato dal Comitato Organizzatore, deve essere in servizio dall'orario di ritrovo fino a 30' dopo la conclusione delle gare.

Il servizio di soccorso lungo il percorso ed all'arrivo deve essere affidato a personale qualificato e dotato di mezzi idonei e si svolge sotto la direzione del Responsabile del servizio sanitario.

#### 6.6 – Servizio Giudici

Nelle manifestazioni di TRAIL RUNNING e CORSA IN MONTAGNA (ad eccezione di quelle di Campionato) dovranno essere convocati da parte dei Fiduciari Provinciali/Fiduciario Regionale almeno 2 Giudici per l'ufficializzazione dei risultati.

Gli organizzatori che non usufruiscono delle iscrizioni tramite Sigma dovranno comunicare l'elenco degli iscritti almeno 24 h prima lo svolgimento della manifestazione (se si effettua la preiscrizione) e inviare i risultati completi entro le 24 h successive a [fidalpiemonte@fidal.it](mailto:fidalpiemonte@fidal.it). I risultati dovranno indicare il nominativo dell'atleta, l'anno di nascita, la Società con relativo Codice ed **il rilevamento cronometrico (obbligatorio per stabilire gli atleti nel tempo massimo)**.

Clas.	Pett.	Atleta	Anno nascita	Cat.	Società con Codice	Tempo
-------	-------	--------	--------------	------	--------------------	-------

### 7 – PUNTEGGI, CLASSIFICHE E TEMPO MASSIMO

#### 7.1 – Norme di classifica

Per le gare individuali sarà compilata una classifica individuale di categoria e quando previsto dal regolamento gara approvato una classifica di società. Anche per le gare a squadre sarà redatta una classifica di squadra per ciascuna categoria.

Per le gare a staffetta, oltre alla classifica finale di categoria, verrà stilata una classifica individuale per ciascuna frazione.

#### 7.2 – Criteri di punteggio

Laddove non diversamente specificato nel regolamento gara approvato, nelle gare individuali la classifica per società sarà redatta assegnando il seguente punteggio:

Juniores femminile: 1<sup>a</sup> classificata 30 punti; Seniores-Promesse femminile: 1<sup>a</sup> classificata 50 punti;  
 Juniores maschile: 1° classificato 40 punti; Seniores-Promesse maschile: 1° classificato 100 punti.

**Qualora gli atleti over 65 gareggino su percorso ridotto il punteggio sarà il seguente:**

**F4/F5 - 20 punti alla 1<sup>a</sup> classificata                    M4/M5 - 30 punti al 1° classificato**

Scalando di un punto, saranno attribuiti punteggi agli altri atleti classificati.

Un punto sarà comunque assegnato anche all'ultimo atleta classificato in tempo massimo.

**Nelle classifiche delle gare delle categorie Allievi, Cadetti e Ragazzi sia maschile che femminile, al primo atleta classificato di ciascuna categoria verranno assegnati tanti punti quanti sono gli atleti classificati. Scalando di un punto, sarà attribuito il punteggio agli altri atleti classificati.**

#### 7.3 – Classifiche di Società

Al termine di ogni gara individuale, se previste dal dispositivo della manifestazione, saranno stilate anche le classifiche per Società sia maschili sia femminili.

Nelle gare settore Seniores-Promesse e Juniores, così come nelle categorie Allievi, Cadetti, Ragazzi, sia maschili sia femminili, le classifiche di Società verranno redatte sommando tutti i punteggi degli atleti classificati, salvo diversa specifica del regolamento di Campionato federale o del singolo regolamento di gara approvato.

In tutte le gare risulterà vincitrice la Società con il miglior punteggio tra quelle classificate, secondo l'ordine del punteggio ottenuto.

In tutti i tipi di classifica di Società, in caso di parità, verrà classificata prima la Società con l'atleta con il miglior piazzamento.

Gli atleti, le staffette e le squadre arrivate fuori tempo massimo non porteranno punteggio, né avranno diritto a premi.

#### 7.4 – Tipologie di classifiche

Se previste dal regolamento della manifestazione, nelle gare individuali a carattere provinciale, regionale, del calendario nazionale possono essere inoltre stilate le seguenti classifiche di Società:

- assoluta maschile: somma delle classifiche di Società Seniores-Promesse maschili e Juniores maschili;
- assoluta femminile: somma delle classifiche di Società Seniores-Promesse femminili e Juniores femminili;
- giovanile maschile: somma delle classifiche di Società Allievi, Cadetti e Ragazzi;
- giovanile femminile: somma delle classifiche di Società Allieve, Cadette e Ragazze.

#### 7.5 – Il tempo massimo

Il tempo massimo sarà ottenuto raddoppiando il tempo del primo/a classificato/a o della prima staffetta, per ciascuna categoria e genere, arrotondando per eccesso o per difetto.

### 8 – **NORMA CONCLUSIVA**

Per quanto non contemplato si rimanda ai regolamenti specifici e alle norme generali per lo svolgimento dei Campionati Federali di Corsa in Montagna e Trail Running, **nonché all'art. 57 del Regolamento Tecnico Internazionale**.

## CAMPIONATI PIEMONTESI INDIVIDUALI e DI SOCIETA' DI CORSA IN MONTAGNA

La FIDAL Comitato Regionale Piemonte indice i Campionati Regionali di Corsa in montagna per le categorie Ragazzi, Cadetti, Allievi, Juniores, Promesse, Seniores, divisi per fasce d'età, maschili e femminili valevole per l'assegnazione dei titoli regionali e per il Campionato di Società.

### 1. Campionato Regionale Individuale e di Società Assoluto

#### 1.1 Norme di partecipazione.

Possono partecipare atleti italiani e stranieri delle categorie Seniores (**23-99 anni**), Promesse regolarmente tesserati nel **2024** per Società piemontesi

Gli atleti stranieri comunitari ed extracomunitari che rientrano nelle condizioni del punto 4.2 delle Norme attività sono considerati equiparati, gareggiano in “quota italiani” per il Campionato di Società e concorrono al titolo assoluto e di categoria

Gli atleti stranieri comunitari possono essere iscritti in numero illimitato al campionato di Società.

Gli atleti stranieri extracomunitari partecipano al Campionato di Società per il massimo di un punteggio.

Ad ogni prova ogni società può partecipare con un numero illimitato di atleti

Le categorie Seniores e Promesse gareggiano assieme

#### 1.2 Programma tecnico

La lunghezza dei percorsi sia Maschile che femminile deve essere massimo di Km **15**

#### 1.3 Fasi di svolgimento

Il Campionato si svolgerà in **2 prove**

19 maggio – Varallo (VC) – Solo salita

7 luglio - Tavigliano (BI) - Salita e discesa

#### 1.4 Premi

Verrà assegnata la maglia di Campione Regionale al vincitore e alla vincitrice assoluti e premiati con medaglia i primi 3 classificati maschili e femminili

Ad ogni prova del campionato regionale le società dovranno erogare ai primi 5 classificati assoluti maschile e femminile i seguenti premi:

1. Euro **80,00**
2. Euro **60,00**
3. Euro **50,00**
4. Euro **40,00**
5. Euro **30,00**

#### 1.5 Norme di classifica del Campionato Regionale Assoluto

Gli atleti Promesse e Seniores gareggeranno insieme con classifica unica.

In ognuna delle 2 prove del Campionato maschile verranno assegnati 100 punti al primo, 99 al secondo e così scalando di 1 punto fino all'100° classificato, che otterrà un punto. Un punto otterranno anche tutti gli altri atleti classificati nel tempo massimo.

In ogni prova del Campionato femminile verranno assegnati 50 punti alla prima classificata, 49 alla seconda e così scalando di 1 punto fino alla 50<sup>a</sup> classificata, che otterrà un punto. Un punto otterranno anche tutte le altre atlete classificate nel tempo massimo.

Il titolo di Campione Regionale Assoluto maschile e femminile verrà assegnato **sommando il punteggio ottenuto nelle 2 prove**. In caso di parità si farà la somma dei tempi e risulterà vincitore l'atleta col il tempo inferiore

#### 1.6 Tassa d'iscrizione

La tassa d'iscrizione massima è di **€ 10,00** per atleta

## **2. Campionato Regionale Individuale Promesse**

#### 2.1 Norme di partecipazione.

Al Campionato Regionale Individuale Promesse maschile e femminile possono partecipare gli atleti italiani regolarmente tesserati nel **2024** per Società piemontesi della categoria Promesse e gli atleti stranieri equiparati che rientrano nelle condizioni indicate **al punto 4.2 Norme attività**, concorrendo al titolo di categoria

#### 2.2 Programma tecnico

La lunghezza dei percorsi sia Maschile che femminile deve essere massimo di Km **15**

#### 2.3 Fasi di svolgimento

Il Campionato si svolgerà in **2 prove**

19 maggio – Varallo (VC) – Solo salita

7 luglio - Tavigliano (BI) - Salita e discesa

#### 2.4 Premi

Verrà assegnato la maglia di Campione Regionale al vincitore e alla vincitrice e premiati con medaglia i primi 3 classificati maschili e femminili di ogni campionato

#### 2.5 Norme di classifica del Campionato Regionale Promesse

In ognuna delle 3 prove del Campionato maschile verranno assegnati 30 punti al primo, 29 al secondo e così scalando di 1 punto fino al 30° classificato, che otterrà un punto. Un punto otterranno anche tutti gli altri atleti classificati nel tempo massimo. In ogni prova del Campionato femminile verranno assegnati 20 punti alla prima classificata, 19 alla seconda e così scalando di 1 punto fino alla 20ª classificata, che otterrà un punto. Un punto otterranno anche tutte le altre atlete classificate nel tempo massimo.

Il titolo di Campione Regionale Promesse maschile e femminile verrà assegnato **sommando il punteggio ottenuto nelle 2 prove**. In caso di parità si farà la somma dei tempi e risulterà vincitore l'atleta col il tempo inferiore

#### 2.6 Tassa d'iscrizione

La tassa d'iscrizione indicativa è di **€ 10,00** per atleta

### **3. Campionato Regionale Individuale Juniores maschile e femminile**

#### **3.1 Norme di partecipazione.**

Al Campionato Regionale Individuale Juniores maschile e femminile possono partecipare gli atleti italiani regolarmente tesserati nel **2024** per Società piemontesi della categoria Juniores e gli atleti stranieri equiparati che rientrano nelle condizioni indicate **al punto 4.2 delle Norme attività**, concorrendo al titolo di categoria

#### **3.2 Programma tecnico**

La lunghezza dei percorsi sia Maschile che femminile deve essere massimo di Km **10**

#### **3.3 Fasi di svolgimento**

Il Campionato si svolgerà in **2 prove**

19 maggio – Varallo (VC) – Solo salita

7 luglio - Tavigliano (BI) - Salita e discesa

#### **3.4 Premi**

Verrà assegnato la maglia di Campione Regionale al vincitore e alla vincitrice di ogni Campionato e premiati con medaglia i primi 3 classificati maschili e femminili

#### **3.5 Norme di classifica del Campionato Regionale Juniores**

In ognuna delle 3 prove del Campionato maschile verranno assegnati 40 punti al primo, 39 al secondo e così scalando di 1 punto fino al 40° classificato, che otterrà un punto. Un punto otterranno anche tutti gli altri atleti classificati nel tempo massimo. In ogni prova del Campionato femminile verranno assegnati 30 punti alla prima classificata, 29 alla seconda e così scalando di 1 punto fino alla 30ª classificata, che otterrà un punto. Un punto otterranno anche tutte le altre atlete classificate nel tempo massimo.

Il titolo di Campione Regionale Juniores maschile e femminile verrà assegnato **sommando il punteggio ottenuto nelle 2 prove**. In caso di parità si farà la somma dei tempi e risulterà vincitore l'atleta col il tempo inferiore

#### **3.6 Tassa d'iscrizione**

La tassa d'iscrizione indicativa è di **€ 10,00** per atleta

## 4. Campionato Regionale Individuale S35 + Master

### 4.1 Norme di partecipazione

Possono partecipare gli atleti **Senior (35 anni ai 99 anni)** italiani e gli atleti stranieri equiparati che rientrano nelle condizioni indicate al punto 4.2 delle Norme attività, concorrendo al titolo di fascia, regolarmente tesserati nel **2024** per Società piemontesi

### 4.2 La lunghezza dei percorsi è la seguente:

- Uomini: da 35 a 79 anni fino a un massimo di **Km 15**  
da 80 anni in su massimo **Km 6**
- Donne: da 35 a 64 anni fino a un massimo di **Km 15**  
da 65 anni in su massimo **Km 6**

### 4.3 Fasi di svolgimento

Il Campionato si svolgerà in **2 prove**

19 maggio – Varallo (VC) – Solo salita

7 luglio - Tavigliano (BI) - Salita e discesa

### 4.4 Premi

Verrà assegnato la maglia di Campione Regionale al vincitore e alla vincitrice di ogni fascia d'età e premiati con medaglia i primi 3 classificati maschili e femminili di ogni Campionato

### 4.5 Norme di classifica

La classifica di ogni singola prova del Campionato Regionale Individuale sarà determinata assegnando per ciascuna fascia d'età i seguenti punteggi:

- M35-M40-M45-M50-M55 - F35-F40-F45-F50-F55. Punti **40** al primo classificato di ogni fascia d'età, 39 al secondo e così a scalare di un punto fino al 40° che riceve 1 punto, 1 punto verrà assegnato anche a tutti i classificati oltre il 40° posto di ciascuna fascia d'età in tempo massimo.
- M60-M65-F60-F65. Punti **30** al primo classificato di ogni fascia d'età, 29 al secondo e così a scalare di un punto fino al 30° che riceve 1 punto. Un punto è assegnato anche a tutti i classificati oltre il 30° posto di ciascuna fascia d'età in tempo massimo.
- M70-75-80-85-F70-75-80-85 punti **15** al primo classificato di ogni fascia d'età, 14 al secondo e così a scalare di un punto fino al 15° che riceve un punto. Un punto è assegnato anche a tutti i classificati oltre il 15° posto di ciascuna fascia d'età in tempo massimo.

Il titolo regionale maschile e femminile per ogni fascia d'età verrà assegnato **sommendo il punteggio ottenuto nelle 2 prove**. In caso di parità si farà la somma dei tempi e risulterà vincitore l'atleta col il tempo inferiore

### 4.6 Tassa d'iscrizione

La tassa d'iscrizione indicativa è di **€ 10,00** per atleta

## **5. Campionati Regionali di Staffette di Corsa in Montagna**

La FIDAL Comitato Regionale Piemonte indice il Campionato Regionale di Staffette maschile e femminile **Assoluto, Juniores, Master A** (da 35 a 49 anni), **Master B** (da 50 a 64 anni) e **Master C** (da 65 a 99 anni)

### **5.1 Programma tecnico**

La lunghezza dei percorsi è la seguente:

- Maschili massimo di **Km 10** a frazione
- Femminili massimo di **Km 6** a frazione

### **5.2 Norme di partecipazione.**

Possono partecipare gli atleti italiani e gli atleti stranieri delle categorie Juniores, Promesse e Seniores (**23-99 anni**) maschili e femminili tesserati per l'anno in corso con Società Piemontesi.

Per il titolo Assoluto la squadra può essere composta indifferentemente da atleti Juniores, Promesse, Seniores obbligatoriamente tesserati per la stessa Società.

- ✓ Per il titolo Juniores la squadra deve essere composta da 2 atleti Juniores della stessa Società
- ✓ Per il titolo Master A la squadra deve essere composta da atleti di età compresa tra i 35 e i 49 anni,
- ✓ Per il titolo Master B atleti di età compresa tra i 50 e i 64 anni,
- ✓ Per il titolo Master C atleti di età compresa tra i 65 e i 99 anni tesserati per la stessa Società.
- ✓ Se una staffetta è composta da atleti della stessa società, ma di categorie diverse verrà classificata nella categoria di appartenenza del componente più giovane, ad esclusione della categoria Juniores.
- ✓ Ciascuna Società può partecipare con un numero illimitato di staffette. Ogni staffetta maschile è composta da 3 atleti ad eccezione di quella Juniores e di quella Master C composta da solo due atleti mentre le staffette femminili da due atlete

Su autorizzazione del Settore Tecnico potranno partecipare anche atleti a titolo individuale, gareggeranno nella prima frazione della staffetta e verranno inseriti nella classifica individuale di frazione con possibilità di accesso ad eventuali premiazioni individuali

### **5.3 Fasi di svolgimento**

Il Campionato si svolgerà in prova unica a **Bagnolo Piemonte (CN) il 21 aprile**

### **5.4 Norme di classifica**

In base all'ordine di arrivo delle staffette verranno compilate le seguenti classifiche: **Assoluta M/F, Juniores M/F e Master C maschile.**

5.4.1. Alla prima staffetta **maschile Assoluta** verranno assegnati 200 punti, 195 alla seconda, 190 alla terza e così scalando di 5 punti fino alla 20<sup>^</sup> che avrà 105 punti, dalla 21<sup>^</sup> si proseguirà scalando di 3 punti fino alla 53<sup>^</sup> classificata che avrà 6 punti. A tutte le staffette classificate in tempo massimo, pari al doppio del tempo della prima staffetta classificata, oltre il 53° posto verranno assegnati 3 punti.

5.4.2. Alla prima staffetta **femminile Assoluta** e alla prima staffetta **Juniores maschile** verranno assegnati 90 punti, alla seconda 85, alla terza 80 e così scalando di 5 punti fino alla 10<sup>^</sup> che avrà 45 punti, dalla 11<sup>^</sup> si proseguirà scalando di 3 punti fino alla 20<sup>^</sup>. Due punti verranno assegnati alle rimanenti staffette classificate in tempo massimo.

5.4.3. Alla prima staffetta **Juniores femminile** e **alla prima staffetta Master C maschile** verranno attribuiti 50 punti, 45 alla seconda, così scalando di 5 punti fino alla 10<sup>^</sup> che avrà 5 punti, 2 punti verranno attribuiti alle restanti staffette giunte in tempo massimo.

5.4.4. **La classifica di Società maschile sarà determinata sommando i punteggi delle migliori staffette Assoluta, Juniores e Master C, la classifica di Società femminile sarà determinata sommando i punteggi delle migliori staffette Assoluta e Juniores**

5.4.5. Il punteggio conseguito da ogni Società confluirà nella classifica del Campionato Assoluto di Società.

- 5.4.6 **Dalla classifica Assoluta maschile verranno estratte le classifiche Master A e Master B attribuendo, come per la Master C, 50 punti alla prima classificata, 45 alla seconda, così scalando di 5 punti fino alla 10<sup>a</sup> che avrà 5 punti, 2 punti verranno attribuiti alle restanti staffette giunte in tempo massimo.**
- 5.4.7 La somma di tutti i punti ottenuti complessivamente in tutte e tre le categorie A, B e C, confluirà nella classifica del Campionato Master di Società.
- 5.4.8 Verrà redatta anche una classifica individuale di frazione per tutti gli atleti partiti e arrivati anche qualora la staffetta non abbia concluso la gara e una classifica generale valida per il Trofeo Eco Regione Piemonte assegnando nella classifica maschile 80 punti al primo, 79 al secondo e così scalando di 1 punto fino all'80<sup>a</sup> classificato, che otterrà un punto. Un punto otterranno anche tutti gli altri atleti classificati nel tempo massimo.
- 5.4.9 Nella classifica femminile verranno assegnati 40 punti alla prima classificata, 39 alla seconda e così scalando di 1 punto fino alla 40<sup>a</sup> classificata, che otterrà un punto. Un punto otterranno anche tutte le altre atlete classificate nel tempo massimo.  
La somma di tutti i punti ottenuti complessivamente in tutte e tre le categorie A, B e C, confluirà nella classifica del Campionato Master di Società.

#### 5.5 Premi

Verranno premiate con medaglie le prime tre staffette assolute maschili e femminili e assegnati gli scudetti di Campione Regionale agli atleti delle staffette prime classificate Assolute, Juniores, Master A, Master B e Master C maschili e femminili

#### 5.6 Tassa d'iscrizione

La tassa d'iscrizione indicativa è di € **10,00** per atleta

## **6. Campionato Regionale di Società Assoluto maschile e femminile**

### **6.1 Norme di partecipazione.**

Al Campionato possono partecipare tutte le Società piemontesi regolarmente affiliate alla FIDAL nel 2024, con un numero illimitato di atleti italiani e stranieri appartenenti alle categorie Juniores, Promesse e Seniores (**23 – 99 anni**) maschili e femminili.

Le categorie Seniores e Promesse gareggiano assieme

### **6.2 Fasi di svolgimento**

Il Campionato si svolgerà in 3 prove individuali e 1 staffetta

21 aprile – Bagnolo Piemonte (CN) - staffetta

19 maggio – Varallo (VC) – Solo salita

7 luglio - Taviglano (BI) - Salita e discesa

25 agosto – Susa (TO) – Challenge Stellina - Solo salita

### **6.3 Norme di classifica**

La classifica di ogni singola prova sarà determinata dalla somma dei migliori punteggi conseguiti dagli atleti di ogni Società per un massimo di:

- Maschile:** **5 atleti di cui almeno un atleta Juniores** e un atleta delle altre categorie; la Società che non avesse questa composizione avrà solo 4 punteggi; è ammesso un solo punteggio conseguito da atleti in quota stranieri.
- Femminile:** **3 atlete di cui almeno un'atleta Juniores** ed un'atleta delle altre categorie; la Società che non avesse questa composizione avrà solo 2 punteggi; è ammesso un solo punteggio conseguito da atlete in quota stranieri.

Tutte le Società verranno comunque classificate in base al punteggio ottenuto.

### **6.4 Classifica Finale**

La classifica finale del Campionato verrà determinata **sommando il punteggio conseguito nel Campionato regionale di staffetta e i punteggi conseguiti nelle 3 prove individuali**, classificando prima le Società con 4 prove, poi quelle con 3 e infine quelle con 2.

In caso di parità verrà classificata prima la Società che avrà ottenuto il miglior punteggio nelle tre prove individuali, poi il secondo, poi il terzo.

## **7. Campionato Regionale di Società Master maschile e femminile**

### **7.1 Norme di partecipazione.**

Ogni Società piemontese in regola col tesseramento FIDAL 2024 può iscrivere un numero illimitato di atleti Master (35 – 99 anni)

### **7.2 Fasi di svolgimento**

Il Campionato si svolgerà in 3 prove individuali e 1 staffetta

21 aprile – Bagnolo Piemonte (CN) - staffetta

19 maggio – Varallo (VC) – Solo salita

7 luglio - Tavigliano (BI) - Salita e discesa

25 agosto – Susa (TO) – Challenge Stellina -Solo salita

### **7.3 Norme di classifica**

La classifica di ogni singola prova del Campionato sarà determinata assegnando per ciascuna fascia d'età i seguenti punteggi:

- ✓ **M35-M40-M45-M50-M55 - F35-F40-F45-F50-F55.** Punti 100 al primo classificato di ogni fascia d'età, 99 al secondo e così a scalare di un punto fino al 100° classificato in tempo massimo.
- ✓ **M60-M65-F60-F65.** Punti 60 al primo classificato di ogni fascia d'età, 59 al secondo e così a scalare di un punto fino al 60° in tempo massimo.

**Gruppo over 70 maschile e femminile punti 50** al primo classificato, 49 al secondo e così a scalare di un punto fino al 50° in tempo massimo.

**Per ogni prova ogni Società Maschile** può sommare un massimo di **12 punteggi** così suddiviso:

- ✓ massimo 10 punteggi complessivamente nelle fasce d'età 35/40/45/50/55
- ✓ massimo 2 punteggi complessivamente nelle fasce d'età 60 e oltre

**Per ogni prova ogni Società Femminile** può sommare un massimo di **8 punteggi** così suddiviso:

- ✓ massimo 6 punteggi complessivamente nelle fasce d'età 35/40/45/50/55
- ✓ massimo 2 punteggi complessivamente nelle fasce d'età 60 e oltre

La classifica finale del Campionato verrà determinata tenendo conto dei punteggi conseguiti nelle tre prove individuali e nella prova di staffetta, classificando prima le Società con 4 prove, poi quelle con 3 e infine quelle con 2.

In caso di parità della classifica complessiva si terrà conto del miglior punteggio conseguito nelle quattro prove, poi del secondo, del terzo e infine del quarto.

### **7.4 Premi**

La prima Società maschile e femminile vincerà il titolo Regionale Master di Corsa in Montagna

## **8. Campionato Regionale Individuale e di Società di Kilometro Verticale**

La FIDAL Comitato Regionale Piemonte indice il Campionato Regionale KM Verticale di Corsa in montagna **Assoluto, Juniores, Promesse** maschili e femminili, **M1** (35-44), **M2** (45-54), **M3** (55-64), **M4** (65-74), **M5** (75 e oltre), **F1** (35-44), **F2** (45-54), **F3** (55-64), **F4** (65-74), **F5** (75 e oltre) valevole per l'assegnazione dei titoli regionali individuali e per il Campionato di Società

### **8.1 Norme di partecipazione.**

Possono partecipare atleti italiani e stranieri delle categorie Juniores, Promesse, Seniores regolarmente tesserati nel **2024** per Società piemontesi

Gli atleti stranieri comunitari ed extracomunitari che rientrano nelle condizioni del punto 4.2 delle Norme attività sono considerati equiparati, gareggiano in “quota italiani” per il Campionato di Società e concorrono al titolo assoluto e di categoria

Gli atleti stranieri comunitari possono essere iscritti in numero illimitato al campionato di Società.

Gli atleti stranieri extracomunitari partecipano al Campionato di Società per il massimo di un punteggio.

Le categorie Seniores e Promesse gareggiano assieme

### **8.2 Premiazione**

La Società organizzatrice dovrà erogare ai primi 3 **atleti tesserati per le Società piemontesi** classificati assoluti maschile e femminile i seguenti premi, cumulativi con la premiazione assoluta

1.      **Euro 80,00**
2.      **Euro 60,00**
3.      **Euro 40,00**

### **8.3 Premiazione federale**

Al primo classificato assoluto e al primo di ogni categoria maschile e femminile verrà assegnata la maglia di Campione Regionale di Km Verticale di Corsa in montagna.

Saranno altresì premiati con medaglia i primi 3 classificati maschili e femminili di ciascuna categoria

Verrà assegnato il titolo regionale di Società maschile e femminile di Km Verticale.

### **8.4 Fase di svolgimento**

Il campionato si svolgerà in prova unica con partenza in linea o a cronometro a **Roaschia (CN) il 22 giugno - 3° Vertical del Balur - Km 4,9**

In caso di partenza a cronometro gli atleti partiranno con un distacco l'uno dall'altro di 30”, con ordine di partenza separato tra maschile e femminile.

L'ordine di partenza sarà sorteggiato dal Comitato Organizzatore in accordo col GGG

### **8.5 Programma tecnico**

Il percorso dovrà essere compreso tra i 2,5 e i 5 km con un dislivello di **1000 metri ± 5%**

Il tempo massimo sarà ottenuto raddoppiando il tempo del primo.

### **8.6 Norme di classifica**

Vengono stilate due classifiche generali Assolute maschili e femminili degli atleti giunti entro il tempo massimo, pari al doppio del tempo del primo classificato dalle quali vengono estrapolate le classifiche individuali JF, PSF, F1, F2, F3, F4, F5, JM, PSM, M1, M2, M3, M4, M5

Verrà redatta una classifica individuale generale valida per il Trofeo Eco Piemonte assegnando nella classifica maschile **100** punti al primo, **99** al secondo e così scalando di 1 punto fino all' **100<sup>o</sup>** classificato, che otterrà un punto. Un punto otterranno anche tutti gli altri atleti classificati nel tempo massimo.

Alla prima della classifica generale femminile verranno assegnati **50** punti, **49** alla seconda e così scalando di 1 punto fino alla **50<sup>a</sup>** classificata, che otterrà un punto. Un punto otterranno anche tutte le altre atlete classificate nel tempo massimo.

**La classifica di Società maschile** sarà determinata dalla somma dei migliori punteggi ottenuti con un massimo di **5 atleti** appartenenti indistintamente a qualsiasi delle categorie ammesse a partecipare. **La classifica femminile** sarà determinata dalla somma dei migliori punteggi ottenuti con un massimo di **3 atlete** anche in questo caso indipendentemente dalle categorie ammesse a partecipare.

In caso di parità verrà classificata prima la Società che avrà l'atleta meglio classificato

#### **8.7 Tassa d'iscrizione**

La tassa d'iscrizione massima indicativa è di **€ 10,00 con riconoscimento**, facoltà di iscrizione maggiorata con premio di partecipazione speciale

## **9. Campionato Regionale Individuale e di Società di TRAIL CORTO (20 – 42 Km)**

La FIDAL Comitato Regionale Piemonte indice il Campionato Regionale di TRAIL CORTO **Assoluto**, **Promesse** maschili e femminili, **M1** (35-44), **M2** (45-54), **M3** (55-64), **M4** (65-74), **M5** (75 e oltre), **F1** (35-44), **F2** (45-54), **F3** (55-64), **F4** (65-74), **F5** (75 e oltre) valevole per l'assegnazione dei titoli regionali individuali e per il Campionato di Società

### **9.1 Norme di partecipazione.**

Possono partecipare gli atleti maschili e femminili italiani ed equiparati Promesse e Seniores (23-99) anni tesserati per l'anno in corso da Società piemontesi

Ogni Società può partecipare con un numero illimitato di atleti.

### **9.2 Norme di classifica**

Vengono stilate due classifiche generali Assolute maschili e femminili degli atleti giunti entro il tempo massimo, pari al doppio del tempo del primo classificato dalle quali vengono estrapolate le classifiche individuali PSF, F1, F2, F3, F4, F5, PSM, M1, M2, M3, M4, M5

Verrà redatta una classifica individuale generale valida per il Trofeo Eco Piemonte assegnando nella classifica maschile **100** punti al primo, **99** al secondo e così scalando di 1 punto fino al 100° classificato, che otterrà un punto. Un punto otterranno anche tutti gli altri atleti classificati nel tempo massimo.

Nella classifica femminile verranno assegnati **50** punti alla prima classificata, **49** alla seconda e così scalando di 1 punto fino alla 50<sup>a</sup> classificata, che otterrà un punto. Un punto otterranno anche tutte le altre atlete classificate nel tempo massimo.

**La classifica di Società maschile** sarà determinata dalla somma dei migliori punteggi ottenuti con un massimo di **5 atleti** appartenenti indistintamente a qualsiasi delle categorie ammesse a partecipare. **La classifica femminile** sarà determinata dalla somma dei migliori punteggi ottenuti con un massimo di **3 atlete** anche in questo caso indipendentemente dalle categorie ammesse a partecipare.

In caso di parità verrà classificata prima la Società che avrà l'atleta meglio classificato

### **9.3 Premiazione**

La Società organizzatrice dovrà erogare ai primi 3 **atleti tesserati per le Società piemontesi** classificati assoluti maschile e femminile i seguenti premi cumulativi con la premiazione assoluta

1.      **Euro 80,00**
2.      **Euro 60,00**
3.      **Euro 40,00**

### **9.3 Premiazione federale**

Al primo classificato assoluto M e F e al primo di ogni categoria maschile e femminile verrà assegnata la maglia di Campione Regionale di TRAIL CORTO.

Saranno altresì premiati con medaglia i primi 3 classificati maschili e femminili di ciascuna categoria

Verrà assegnato il titolo regionale di Società maschile e femminile di TRAIL CORTO.

### **9.4 Fase di svolgimento**

Il campionato si svolgerà in prova unica a **Ivrea (TO) 08/09/2024 – 47a Corsa dei 5 Laghi - Km. 24**

### **9.5 Tassa d'iscrizione**

La tassa d'iscrizione massima indicativa è di **€ 20,00 con riconoscimento**, facoltà di iscrizione maggiorata con premio di partecipazione speciale

## **10. Campionato Regionale Individuale di TRAIL LUNGO (42 Km - 80 Km)**

La FIDAL Comitato Regionale Piemonte indice il Campionato Regionale di TRAIL **Assoluto**, **Promesse** maschili e femminili, **M1** (35-44), **M2** (45-54), **M3** (55-64), **M4** (65-74), **M5** (75 e oltre), **F1** (35-44), **F2** (45-54), **F3** (55-64), **F4** (65-74), **F5** (75 e oltre), valevole per l'assegnazione dei titoli regionali individuali

### **10.1 Norme di partecipazione.**

Possono partecipare gli atleti maschili e femminili italiani ed equiparati Promesse e Seniores (23-99) anni tesserati per l'anno in corso da Società piemontesi

Ogni Società può partecipare con un numero illimitato di atleti.

### **10.2 Norme di classifica**

Vengono stilate due classifiche generali Assolute maschili e femminili degli atleti giunti entro il tempo massimo, pari al doppio del tempo del primo classificato dalle quali vengono estrapolate le classifiche individuali PSF, F1, F2, F3, F4, F5, F6, PSM, M1, M2, M3, M4, M5, M6

### **10.3 Premiazione federale**

Al primo classificato assoluto M e F e al primo di ogni categoria maschile e femminile verrà assegnata la maglia di Campione Regionale di TRAIL LUNGO.

Saranno altresì premiati con medaglia i primi 3 classificati maschili e femminili di ciascuna categoria

### **10.4 Fase di svolgimento**

Il campionato si svolgerà in prova unica a **ANDORNO MICCA (BI)** il **27/10/2024**

### **10.5 Tassa d'iscrizione**

La tassa d'iscrizione massima indicativa è di **€ 20,00 con riconoscimento**, facoltà di iscrizione maggiorata con premio di partecipazione speciale

## **11. CHALLENGE REGIONALE STELLINA RACE**

La FIDAL Comitato Regionale Piemonte indice il Challenge Regionale Stellina Race per le categorie da Junior in su valevole per l'assegnazione dei titoli individuali

### **11.1 Norme di partecipazione.**

Possono partecipare gli atleti maschili e femminili italiani ed equiparati Junior, Promesse e Seniores (23-99) anni tesserati per l'anno in corso da Società piemontesi

### **11.2 Premiazione federale**

Durante la premiazione di fine anno femminile verrà assegnata la maglia **Campione Challenge Regionale Stellina Race** al primo classificato di ogni categoria maschile e femminile (Junior, Promesse, Senior, Senior35, S40, S45, S50, S55, S60, S65, S70, S75, S80+)

### **10.4 Fase di svolgimento**

Il campionato si svolgerà in prova unica a **SUSA (TO)** il **25/08/2024**

### **10.5 Tassa d'iscrizione**

La tassa d'iscrizione massima indicativa è di **€ 15,00 con riconoscimento**, facoltà di iscrizione maggiorata con premio di partecipazione speciale

## ATTIVITA' GIOVANILE

### **12. Campionato Regionale Individuale Allievi/e, Cadetti/e, Ragazzi/e**

#### **12.1 Norme di partecipazione.**

Al Campionato Regionale Individuale possono partecipare gli atleti italiani e italiani equiparati regolarmente tesserati per società piemontesi nel **2024 appartenenti alle categorie Ragazzi/e, Cadetti/e e Allievi/e**

#### **12.2 Fasi di svolgimento**

Il Campionato si svolgerà in **tre** prove

**27 aprile            Pomaretto (TO) - 5a Sui Sentieri dei Minatori**

**11 maggio            Melle (CN) - 11° Giro delle Borgate**

**15 settembre        Caddo di Crevoladossola (VB) - 12° Circuito Caddese**

#### **12.3 Programma tecnico**

La lunghezza dei percorsi deve essere:

- Massimo di **Km 5** sia per gli Allievi che per le Allieve
- Massimo di Km **3,5** sia per i Cadetti che per le Cadette
- Massimo di Km **1,5** sia per i Ragazzi che per le Ragazze

#### **12.4 Norme di classifica**

In ogni prova del Campionato per ogni categoria verranno assegnati 60 punti al primo classificato, 59 al secondo e così scalando di un punto fino al 60° classificato. Un punto verrà pure assegnato a tutti gli atleti arrivati in tempo massimo, pari al doppio del tempo del primo.

Il titolo di Campione Regionale individuale verrà assegnato tenendo conto dei due migliori punteggi conseguiti dagli atleti nelle tre prove. In caso di parità si terrà conto del miglior scarto e poi del miglior piazzamento; in caso di ulteriore parità del miglior tempo complessivo nelle due migliori prove.

#### **12.5 Premi**

Verrà assegnato la maglia di Campione Regionale al vincitore e alla vincitrice e premiati con medaglia i primi 3 classificati maschili e femminili di ogni categoria maschile e femminile

### **13. Campionato Regionale di staffetta Allievi, Cadetti, Ragazzi**

#### **13.1 Norme di partecipazione**

Ogni Società può partecipare con un numero illimitato di staffette composte da due elementi, ma solo quattro staffette porteranno punteggio agli effetti della classifica di Società

#### **13.2 Fasi di svolgimento**

Il Campionato si svolgerà in prova unica a **Bagnolo Piemonte (CN) il 21 aprile**

#### **13.3 Programma tecnico**

La lunghezza dei percorsi è la seguente:

- Allievi e Allieve massimo di Km **5** per frazione
- Cadetti e Cadette massimo di Km **3,5** per frazione
- Ragazzi e Ragazze massimo di Km **1,5** per frazione

#### **13.4 Norme di classifica**

La classifica di Società Allievi/e, Cadetti/e e Ragazzi/e verrà stilata assegnando 60 punti alla prima staffetta classificata, 56 alla seconda e così scalando di quattro punti fino alla decima che avrà 24 punti. Dalla 11^

staffetta classificata si proseguirà scalando di 2 punti. Due punti verranno assegnati a tutte le staffette classificate in tempo massimo, pari al doppio del tempo della prima classificata

#### 13.5 **Premi**

Verrà assegnato la maglia di Campione Regionale agli atleti e alle atlete delle staffette prime classificate e premiati con medaglia le prime 3 staffette classificate maschili e femminili di ogni categoria

#### **NORMA COMUNE A TUTTE LE CATEGORIE**

Per ognuna delle 6 categorie verrà stilata una classifica individuale di frazione per tutti gli atleti partiti e arrivati, anche qualora la staffetta non abbia concluso la gara, valida per il Trofeo Ecogiò Piemonte assegnando 60 punti al primo classificato, 59 al secondo e così scalando di 1 punto fino al 60° classificato, che otterrà un punto. Un punto otterranno anche tutti gli altri atleti classificati nel tempo massimo.

### **14. Campionato Regionale di Società Giovanile maschile e femminile**

#### 14.1 **Norme di partecipazione**

Al Campionato possono partecipare tutte le Società regolarmente affiliate alla FIDAL con un numero illimitato di atleti delle categorie Allievi, Cadetti e Ragazzi maschili e femminili

#### 14.2 **Fasi di svolgimento**

Il Campionato si svolgerà **in tre prove** individuali e una staffetta

<b>21 aprile</b>	<b>Bagnolo Piemonte (CN) – staffetta – 2<sup>a</sup> La Resistenza di Leletta</b>
<b>27 aprile</b>	<b>Pomaretto (TO) - 5a Sui Sentieri dei Minatori</b>
<b>11 maggio</b>	<b>Melle (CN) - 11<sup>o</sup> Giro delle Borgate</b>
<b>15 settembre</b>	<b>Caddo di Crevoladossola (VB) - 12<sup>o</sup> Circuito Caddese</b>

#### 14.3 **Norme di classifica**

La classifica di ogni singola prova del Campionato Regionale di Società sarà determinata dalla somma dei migliori punteggi conseguiti dagli atleti di ogni Società per un massimo di:

- Maschile: 3 Allievi + 3 Cadetti + 3 Ragazzi
- Femminile: 2 Allieve + 2 Cadette + 2 Ragazze

La classifica finale del Campionato verrà determinata tenendo conto del punteggio conseguito nel Campionato di staffetta e dei 3 punteggi ottenuti nelle prove individuali, **classificando prima le Società che hanno preso parte a tutte e 4 le prove con almeno un atleta o 1 staffetta poi quelle con 3.**

In caso di parità verrà classificata prima la Società con l'atleta meglio classificato in una delle tre prove individuali