

Reg. 252 – Corse nella natura (TRAIL RUNNING)



GTL NO STADIA – GIORNATA NAZIONALE AGGIORNAMENTO
anno 2016

Nuova Definizione di «Atletica leggera» dal RTI:

Corse e concorsi in pista, Corse su strada, Marcia, Corsa Campestre, Corsa in Montagna e Corsa nella Natura (Trail Running).



Trail running / Corsa in montagna

Trail running (Corsa nella natura, reg. 252): **ambiente naturale**, in spazi quali montagne, deserti, foreste o pianure e su diverse tipologie di terreno, incluse strade sterrate, prati e sentieri, senza codifica di lunghezze e/o dislivelli. Il tutto improntato allo spirito di scoperta e valorizzazione del territorio.

Corsa in montagna (reg. 251): terreno fuori strada, con distanze e dislivelli codificati dal RTI. Corse solo in salita o salita / discesa (con dislivelli ma con partenza e arrivo allo stesso livello).

Reg. 252 – Corse nella natura (TRAIL RUNNING)

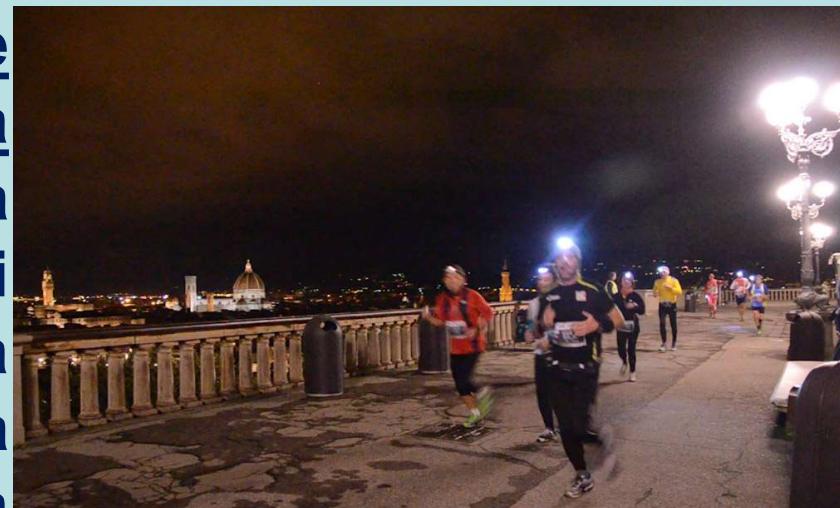
(a) Le competizioni di trail running si svolgono **in ambiente naturale**, in spazi aperti quali montagne, deserti, foreste o pianure e su diverse tipologie di terreno, incluse strade sterrate, prati e sentieri.

(b) Sono ammessi tratti di strada asfaltata o cementata, ma devono essere quanto più possibile limitati e in ogni caso **non dovrebbero superare il 20% del totale della distanza di gara**. Non sono previsti limiti di distanza o di dislivello, positivo e negativo.



Sono eccezionalmente ammessi percorsi con una percentuale di superficie asfaltata o cementata superiore, qualora necessaria per raccordare tratti naturali significativi a partire da contesti urbani; in tal caso la manifestazione sarà denominata

«Urban Trail»



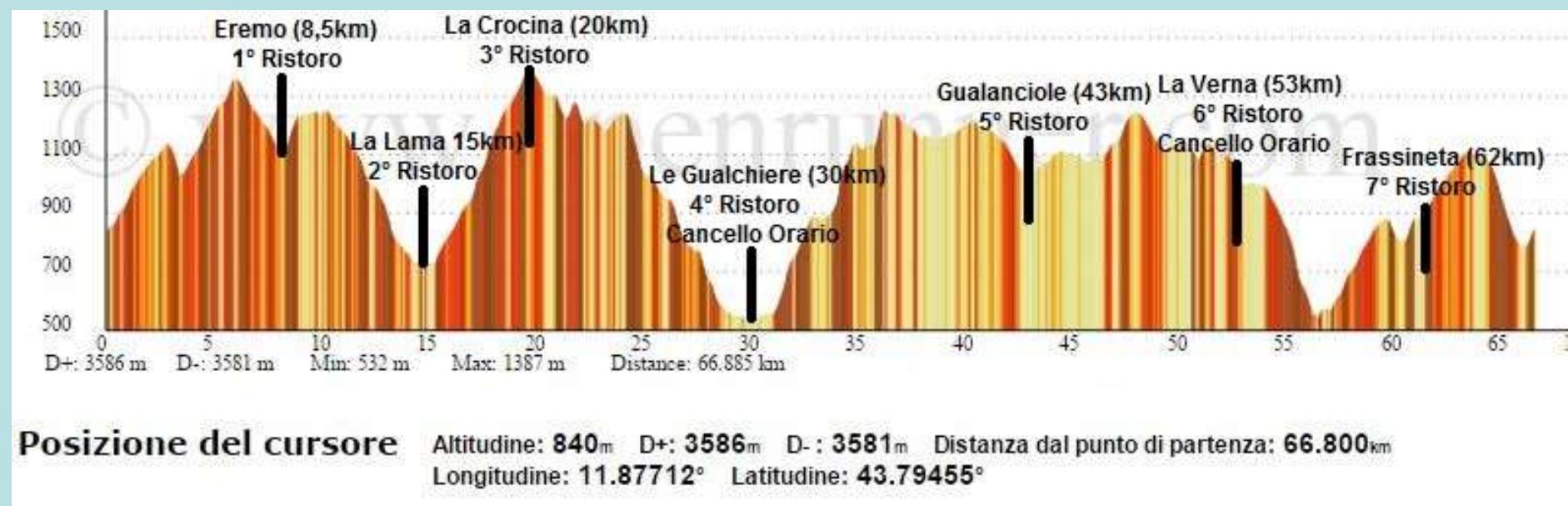
Reg. 252 – Corse nella natura (TRAIL RUNNING)

- (c) Prima dello svolgimento della gara, il Comitato Organizzatore deve **misurare e mappare il percorso** e comunicare la distanza ed il dislivello totale, sia in salita che in discesa. Deve inoltre rendere fruibile la **mappa e un profilo dettagliato del percorso**, descrivendone le difficoltà tecniche.
- (d) La scelta del percorso di gara deve seguire la logica della **scoperta dell'area** in cui si svolge la manifestazione.
- (e) Il percorso deve essere **segnalato** in modo da fornire agli atleti le informazioni sufficienti a completarlo senza errori o deviazioni.

Reg. 252 – Corse nella natura (TRAIL RUNNING)

ESEMPIO DI ALTIMETRIA / PERCORSO

**TRIAL DELLE FORESTE DI BADIA PRATAGLIA
(AR) 2015**



Reg. 252 – Corse nella natura (TRAIL RUNNING)

Il trail non richiede l'utilizzo di una particolare tecnica o di particolari attrezzi.

*In base alle caratteristiche tecniche e ambientali della gara o che potrebbero verificarsi, **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 dare l'allarme e attendere in sicurezza l'arrivo dei soccorsi.*

Reg. 252 – Corse nella natura **(TRAIL RUNNING)**

*Un **telo termico di sopravvivenza**, un **fischietto**, una **riserva idrica e alimentare** sono gli elementi minimi che ogni atleta dovrebbe portare con se durante la gara.*

*Se espressamente richiesto dal **Comitato Organizzatore**, gli atleti possono utilizzare bastoncini da trekking.*

**RESPONSABILITA' DEL COMITATO
ORGANIZZATORE PER PERCORSO, GESTIONE E
SICUREZZA**

Reg. 252 – Corse nella natura **(TRAIL RUNNING)**

Le Competizioni Trail si svolgono prevalentemente in regime di autosufficienza, dunque nei tratti di gara che separano le varie postazioni di assistenza, ogni atleta dovrà provvedere autonomamente ad abbigliamento, comunicazioni, integrazione idrica ed alimentare.

Le postazioni di assistenza saranno quindi sufficientemente 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 sicurezza.

MATERIALE obbligatorio / consigliato

**TRIAL DELLE FORESTE DI BADIA PRATAGLIA
(AR) 2015**

Materiale Obbligatorio: - Cammelbak o Borraccia, - Telefono cellulare, - Pettorale di gara, - Lampada Frontale carica e funzionante.

Materiale Consigliato: - Fischietto, - Giacca anti-pioggia, - Utilizzo di scarpe da Trail Running (A5), - Riserva alimentare, - Telo di sopravvivenza, - Road-book (**fornito dall'organizzazione**), - Un po' di denaro per l'eventuale acquisto di generi alimentari (per la 66km), - Benda elastica per fasciature.

Reg. 252 - Condotta di gara:

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.

L'assistenza agli atleti in gara può essere fornita presso i punti di soccorso e assistenza preventivamente indicati dal Comitato Organizzatore.

Nelle gare trail non esiste la regola di avere ristori rigorosamente posizionati a intervalli di km regolari

II GGG ed il Trail nel 2016 (sperimentale):

- *Nomina del Delegato Tecnico solo nelle manifestazioni di **Campionato** di tutti i livelli (nazionale, regionale, provinciale);*
- *in tutte le altre manifestazioni la figura apicale sarà il **Giudice d'Appello**, con solo le proprie specifiche funzioni (risposta a reclami);*
- *il numero dei giudici sarà limitato al **minimo indispensabile**, avvalendosi anche della collaborazione del Comitato Organizzatore;*

II GGG ed il Trail nel 2016 (sperimentale):

- i Fiduciari invieranno **almeno un giudice** in ogni manifestazione trail presente in calendario FIDAL, per l'ufficializzazione dei risultati;
- Le manifestazioni **potranno svolgersi ugualmente** anche qualora nessun giudice fosse presente, **ma non potranno essere ufficializzati i risultati, né la manifestazione sarà inserita nei prospetti statistici** (compilazione 1/sta).