



Gruppo Giudici Gare

FEDERAZIONE ITALIANA DI ATLETICA LEGGERA

## CORSE IN MONTAGNA E SU STRADE NON ASFALTATE



## CORSE IN MONTAGNA E SU STRADE NON ASFALTATE



### TRAIL

“gare con percorso di lunghezza inferiore a 42 km”

### ULTRATRAIL

“gare con percorso di lunghezza superiore a 42 km”

## ULTRATRAIL



**“UNA SPECIALITA’ DELLA CORSA A PIEDI CHE SI SVOLGE IN AMBIENTE NATURALE, PER LO PIU’ IN MONTAGNA, CON DISLIVELLI POSITIVI E NEGATIVI IMPORTANTI, KILOMETRAGGIO ELEVATO E LIMITATI POSTI DI RISTORO”.**

## CARATTERISTICHE DEL PERCORSO:

- ✓ SENTIERI INACCESSIBILI PER DIVERSI KILOMETRI
- ✓ DISLIVELLO POSITIVO DI ALMENO 4000 METRI



- ✓ TERRENO SCONNESSO (non più del 20% del percorso può essere su strade asfaltate)
- ✓ PUO' ESSERE SU PIU' GIRI
- ✓ BEN SEGNALATO E SPROVVISTO DI PERICOLI

- ✓ MUNITO DI TRANSENNE PER SEPARARE ATLETI E SPETTATORI
- ✓ SUFFICIENTEMENTE ILLUMINATO NELLE ORE NOTTURNNE
- ✓ SEGNALAZIONE DEI TRATTI CON DIFFICOLTA' MAGGIORI
- ✓ SEGNALAZIONE DI PUNTI DI RISTORO, PUNTI DI SOCCORSO, CONTROLLO E SPUNTA DEGLI ATLETI
- ✓ NON E' PREVISTA L'OMOLOGAZIONE DEL PERCORSO



LUNGHEZZA



- **ULTRA MEDIUM**, tra 42 e 69 km
- **ULTRA LONG**, tra 70 e 99 km
- **ULTRA XLONG**, oltre 100 km

**ULTRATRAIL**



REGIMI DI  
RIFORNIMENTO



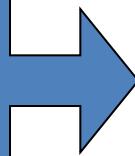
- **AUTOSUFFICIENZA TOTALE**  
(kit obbligatorio)
- **SEMI AUTOSUFFICIENZA**  
(rifornimento di acqua garantito  
dall'organizzatore e kit  
obbligatorio)
- **ASSISTENZA IDRICO-  
ALIMENTARE COMPLETA**



Gruppo Giudici Gare

FEDERAZIONE ITALIANA DI ATLETICA LEGGERA

ULTRATRAIL



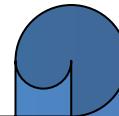
REGIMI DI  
RIFORNIMENTO





Gruppo Giudici Gare

FEDERAZIONE ITALIANA DI ATLETICA LEGGERA



....IN QUESTO TIPO DI  
COMPETIZIONE, NON VINCE  
SOLO LA VELOCITA',  
MA ANCHE  
LA RESISTENZA E LA MENTE  
DI CHI PARTECIPA!!!



## ASPETTI ETICI

AUTENTICITA'

RISPETTO

UMILTA'

EQUITA'

FAIR PLAY



Gruppo Giudici Gare

FEDERAZIONE ITALIANA DI ATLETICA LEGGERA

# GRAZIE PER L'ATTENZIONE !!!

