

# REGOLAMENTO ARGENTARIO SHORT TRAIL

## Art.1 INFORMAZIONI GENERALI

L'A.S.D. Trisport Costa d' Argento, con il patrocinio del Comune di Monte Argentario, organizza domenica 14 Febbraio la terza edizione della corsa podistica "Trail" denominata "Argentario Trail", con percorso di circa 22,5 km e un dislivello positivo di 770 mt. . Il percorso si sviluppa quasi interamente su sentiero (30% single track e strade su campo - 60% strade bianche - 10% asfalto).

## Art.2 CONDIZIONI PER LA PARTECIPAZIONE

Per partecipare alla manifestazione è indispensabile:

- aver compiuto 18 anni al momento dell'iscrizione ed essere tesserati UISP, FIDAL o altro ente di promozione sportiva (non si accettano iscritti con solo certificato medico)
- essere in possesso della visita medico sportiva agonistica ancora valida al giorno 14 Febbraio 2016. Il controllo verrà fatto al momento del ritiro del pettorale.

## Art.3 ISCRIZIONI

Iscrizioni sul sito [www.corrinellamaremma.it](http://www.corrinellamaremma.it) , oppure di persona presso il negozio Running 42 (Via Sauro 6, Grosseto). Ci si può iscrivere anche la mattina della gara sul posto fino le ore 9:00

## Art.4 QUOTA D'ISCRIZIONE E CONSEGNA PETTORALI

L'iscrizione all' "Argentario Trail" ha un costo di 15,00 € da pagare al momento del ritiro del pettorale la mattina della gara dalle ore 8:00 alle 9:00 presso l' impianto sportivo "La Rosa" a Porto Santo Stefano, località Pozzarello in Monte Argentario (Gr). Al momento del ritiro del pettorale verranno controllati sia la tessera di appartenenza a un ente (Uisp, Fidal, ecc..) sia il certificato della visita medico-sportiva per attività agonistica di atletica leggera.

Nella quota d'iscrizione è compreso:

- pettorale
- assistenza e ristori lungo il percorso
- maglia tecnica (assicurata ai primi 150 iscritti)
- doccia e spogliatoi presso il campo sportivo

## Art.5 PARTENZA

La partenza è prevista per le 9:30 dopo un breve briefing a circa 1 km dalla zona di ritrovo e arrivo.

## Art.6 PERCORSO

Partenza dalla Spiaggia della Cantoniera (circa 1 km dalla zona di ritrovo/arrivo, dopo circa 2 km di asfalto con l' attraversamento del Lungomare di Porto Santo Stefano si gira a sinistra per un singol track abbastanza impegnativo per 400 mt in salita che ci porta sulla Panoramica dove inizia un saliscendi abbastanza impegnativo sopra Cala Grande, Cala Piccola, Cala del Gesso fino ad arrivare dopo un duro single track alla suggestiva Torre di Capi d' Omo da dove lo sguardo spazia in tutto l' Arcipelago Toscano. A

questo punto inizia una discesa tecnica in single track che ci porta all' interno delle pendici del Monte Argentario e si entra con una discesa tecnica nella Valle della Soda e giungere dopo un breve strappo all' arrivo in Località Pozzarello.

#### **Art.7 METEO**

La gara si svolgerà con qualsiasi condizione meteo. In caso di fenomeni meteo importanti (grandine o forti temporali) l'organizzazione si riserva la possibilità di effettuare variazioni di percorso anche all'ultimo minuto, in modo tale da eliminare potenziali pericoli condizioni di forte disagio per i partecipanti. Le eventuali variazioni saranno comunicate ai partecipanti. L'organizzazione inoltre si riserva la possibilità di sospendere o annullare la gara in caso in cui le condizioni metereologiche mettessero a rischio l'incolumità dei partecipanti e/o dei soccorritori.

#### **Art.8 TEMPO MASSIMO**

Il tempo massimo della prova, per l totalità del percorso, è fissato in 3 ore e 30 minuti.

#### **Art.9 PREMI**

Sono previsti premi per i primi 3 uomini e le prime 3 donne classificate, per i primi 3 e prime 3 delle 10 categorie UISP (vedi Art. successivo) . Non sono previsti premi e/o rimborsi spese in denaro.

#### **Art.10 CATEGORIE PREVISTE:**

<u>UOMINI</u>	<u>DONNE</u>
<u>Da 18 a 39 anni</u>	<u>Da 18 a 39 anni</u>
<u>Da 40 a 44 anni</u>	<u>Da 40 a 49 anni</u>
<u>Da 45 a 49 anni</u>	<u>Da 50 e oltre</u>
<u>Da 50 a 54 anni</u>	<u>_____</u>
<u>Da 55 a 59 anni</u>	<u>_____</u>
<u>Da 60 a 64 anni</u>	<u>_____</u>
<u>Da 65 e oltre</u>	<u>_____</u>

Associazione Sportiva Dilettantistica Trisport Costa d' Argento

E.mail: [info@trisportargentarioteam.it](mailto:info@trisportargentarioteam.it)