

## Attività NON STADIA – ATLETICA LEGGERA UISP NAZIONALE

### Codice attività 01E – “Trail Running”

#### DEFINIZIONE

Il Trail Running per la UISP è “Correre a stretto contatto con la natura” garantendo nel contempo la più ampia diffusione della disciplina nello spirito del “Trail Running PER TUTTI”. Con questa filosofia e tenendo conto delle oggettive difficoltà collegate alla pratica della disciplina del Trail Running viene predisposta la presente regolamentazione.

#### PERCORSO

- Le Competizioni Trail 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 pedonali).
- Sono ammessi tratti di strada asfaltata o cementata, ma devono essere quanto più possibile limitati e in ogni caso non devono superare il 20% del totale della distanza di gara. Non sono previsti limiti di distanza o di dislivello, positivo o negativo.
- Prima dello svolgimento della gara, il Comitato Organizzatore deve far misurare e mappare il percorso e comunicare la distanza ed il dislivello sia in salita (D +) che in discesa (D -), solitamente sui volantini delle manifestazione viene indicato solo il dislivello positivo (D +). Deve inoltre rendere fruibile la mappa e un profilo dettagliato del percorso, descrivendone le difficoltà tecniche.
- Il percorso deve essere segnalato in modo da fornire agli atleti le informazioni sufficienti per completarlo senza errori o deviazioni.

#### 1.0 DEFINIZIONI

##### 1.1.0 Tipologia delle manifestazioni

Le manifestazioni UISP di Trail Running possono essere **competitive** o **non competitive/ludico motorie** e conseguentemente, suddivise come segue:

##### 1.1.1 Competitive:

•**D1 - Gare per tutti:** tracciati su stradine, mulattiere o comodi sentieri con lievi dislivelli, ben evidenti che non pongono incertezze o problemi per l'individuazione del percorso (a livello competitivo consigliato per i mini trail giovanili e le distanze di short trail).

•**D2 - Gare per trailer non principianti:** si svolgono su sentieri o su evidenti tracce di passaggio con segnalazioni adeguate; comportano anche ripidi pendii e brevi tratti esposti ma protetti con barriere o assicurati con cavi e catene e assistiti da personale specializzato (soccorsi alpino, ecc). Richiedono esperienza di corse in montagna, conoscenza dell'ambiente e del territorio “alpino” calzature ed equipaggiamento adeguati, un buon allenamento.

•**D3 - Gare per Trailer Esperti:** si svolgono su percorsi generalmente segnalati ma con tratti di terreno infido e impervio; affrontano anche quote elevate e possibili brevi tratti rocciosi con importanti difficoltà tecniche tali da richiedere esperienza di montagna, buona conoscenza dell'ambiente e del territorio “alpino”, capacità di muoversi su terreni particolari, equipaggiamento e attrezzature adeguati, ottimo allenamento.

##### 1.1.2 Non competitive/ludico motorie:

•**E1 – Attività Non Competitiva,** anche collaterali all’evento competitivo (i minorenni possono partecipare accompagnati dai propri familiari/tutori), con percorsi riconducibili alla tipologia **D1 - Gare per tutti** (distanza consigliata max 15 km).

•**E2 - Trail running per tutti**, attività promozionali della disciplina che si svolgono a qualsiasi andatura, prevalentemente in gruppi omogenei per abilità dei componenti (i minorenni possono partecipare accompagnati dai propri familiari/tutori), condotti da operatori e/o istruttori qualificati, su percorsi con difficoltà rapportate alle abilità stesse (distanza consigliata max 15 km).

•**E3 - Attività promozionali dedicate alle categorie giovanili fino ai Cadetti (max 15 anni)**, anche collaterali all'evento competitivo, su percorsi brevi tracciati su stradine e comodi sentieri, in presenza di operatori e/o istruttori qualificati (distanza obbligatoria max 5 km).

•**E4 - Attività promozionali dedicate alle scuole dell'infanzia** (asili nido e materna), **primaria** (elementare) e **secondaria di primo grado** (media inferiore), anch'esse organizzate su percorsi brevi tracciati su stradine e comodi sentieri, in presenza d'insegnanti degli stessi istituti scolastici e/o istruttori qualificati (distanza obbligatoria max 5 km).

### 1.2.0 Distanze di gara

Le gare UISP di Trail Running sono suddivise sulla base delle seguenti **distanze**:

<b>Mini Trail</b>	Gare riservate al settore giovanile/promozionale (under 15 o under 17), con distanze variabili su tracciati catalogati con la sigla D1 – trail per tutti, per maggiori dettagli vedere le linee guida dell'attività no stadia del settore giovanile.
<b>Short Trail</b>	Gare fino a 21 Km.
<b>Trail</b>	Gare da 22 Km fino alla distanza della maratona.
<b>Ecomaratona</b>	Gare sulla distanza della maratona con caratteristiche di difficoltà D1 o D2.
<b>Trail Marathon</b>	Gara sulla distanza della maratona con caratteristiche di difficoltà D3.
<b>Ultra Trail</b>	Gare oltre la distanza maratona.
<b>Vertical</b>	Gare dai min. 2 a max 5 km con dislivello positivo tra i 900/1000 metri.
<b>Trail a staffetta</b>	Gare di distanza variabile con numero variabile di frazionisti.
<b>Trail a tappe</b>	Gare di distanze variabili (solitamente mai distanze di ultratrail), su più giornate consecutive o non. Di norma un trail a tappe si sviluppa con minimo 2 tappe (2 giorni), sino ad un massimo di 7 tappe (7 giorni). Per la stesura della classifica finale, si sommano i tempi conseguiti su ogni tappa. La società organizzatrice può mettere in palio dei bonus temporali, in base a traguardi volanti o altre situazioni tecniche da specificare nel regolamento della gara.
<b>Urban Trail</b>	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".

### 1.3.0 Partecipanti alle manifestazioni

**1.3.1** Possono partecipare alle gare competitive (e promozionali con modalità competitiva) nella specialità Trail Running:

a) i tesserati UISP Atletica Leggera a partire dal Settore giovanile/promozionale e Categorie successive (dai 12 anni, in millesimi d'età, in avanti) in possesso di certificazione medica agonistica in corso di validità, legata alla disciplina sportiva ATLETICA LEGGERA (sono esenti da qualsiasi certificazione medica i bambini dai 2 ai 6 anni, mentre i bimbi dai 7 agli 11 anni devono avere certificazione medica non agonistica – le età sono da considerarsi al millesimo d'età).

b) i tesserati FIDAL o RUNCARD nel rispetto della convenzione in essere tra UISP e FIDAL.

c) i non tesserati **NON POSSONO PARTECIPARE** (ossia le persone non rientranti ai sovraesposti punti 1.3.1.a e 1.3.1.b).

Nota: se l'organizzatore di un evento volesse iscrivere e far partecipare persone NON TESSERATE (per non tesserate s'intendono anche persone in possesso di tessere di altri EPS o FNS o DSA, oltre quelli in possesso del solo certificato medico agonistico) deve procedere a stipulare una polizza supplementare/extra, tale può essere fatta [tramite il broker assicurativo convenzionato con Uisp](#) (vedi art.55 della Polizza Assicurativa UISP vigente, attivata almeno 48 ore prima dell'evento) oppure con assicuratore privato, importante che risponda ai requisiti di legge menzionati all'art. 51 Legge 289/2002 e dai DM 16/4/2004, 3/11/2010 e 6/10/2011.

L'organizzatore si prende in carico la responsabilità d'aver stipulato (o meno) tale prodotto assicurativo supplementare in base a quanto esposto sopra.

In ogni caso, a discrezione di ogni settore d'attività territoriale/regionale, la polizza supplementare/extra può essere richiesta, per giusta visione, dall'ufficiale tecnico o al giudice arbitro o da un rappresentante del settore d'attività atletica leggera territoriale/regionale regolarmente designato dall'organo competente le convocazioni di queste figure tecniche.

Una volta fatta tale polizza supplementare/extra possono essere accettate persone NON Tesserate purché in possesso di Certificazione di idoneità alla pratica sportiva agonistica dell'atletica leggera in corso di validità alla data della manifestazione.

d) inoltre, è consentita la partecipazione a quanti in regola con le norme previste dalle specifiche convenzioni sottoscritte a livello nazionale con organismi sportivi.

Agli atleti della Categoria Juniores (18-19 anni, millesimo d'età) è consentita la partecipazione a gare su distanze non superiori ai 21 km (**Short Trail**).

Agli atleti della Categoria Allievi (16-17 anni, millesimo d'età) è consentita la partecipazione a gare su distanze non superiori ai 10 km con percorsi riconducibili alla tipologia **D1 - Gare per tutti**.

[Le distanze consigliate e consentite per il settore giovanile/promozionale \(2-15 anni, millesimi d'età\), sono visionabili sulle linee guida settore giovanile no stadia.](#)

**1.3.2** Possono partecipare alle manifestazioni non competitive/ludico motorie nella specialità Trail Running - entro i 20 km (compresi), e comunque non ad alto impatto cardiovascolare:

a) i tesserati UISP Atletica Leggera in possesso di certificazione medica per attività sportiva non agonistica.

b) i non tesserati UISP NON POSSONO PARTECIPARE.

Nota: se l'organizzatore di un evento volesse iscrivere e far partecipare persone NON TESSERATE (per non tesserate s'intendono anche persone in possesso di tessere FIDAL, Run Card oppure di altri EPS o FNS o DSA, oltre quelli in possesso del solo certificato medico agonistico o non agonistico) deve procedere a stipulare una polizza supplementare/extra, tale può essere fatta [tramite il broker assicurativo convenzionato con Uisp](#) (vedi art.55 della Polizza Assicurativa UISP vigente, attivata almeno 48 ore prima dell'evento) oppure con assicuratore privato, importante che risponda ai requisiti di legge menzionati all'art. 51 Legge 289/2002 e dai DM 16/4/2004, 3/11/2010 e 6/10/2011.

L'organizzatore si prende in carico la responsabilità d'aver stipulato (o meno) tale prodotto assicurativo supplementare in base a quanto esposto sopra.

Una volta fatta tale polizza supplementare/extra possono essere accettate persone NON Tesserate (volendo la società organizzatrice potrà far compilare a tali non tesserati un'autocertificazione, ove tali figure dichiarano di non essere tesserati per nessuna entità sportiva riconosciuta in ambito CONI).

c) studenti di istituti scolastici coinvolti nelle attività del tipo **E4**, purché le stesse attività siano ricomprese nel PTOF- Piano Triennale dell'Offerta Formativa (in tal caso la certificazione medica sarà depositata presso l'Istituto Scolastico).

d) qual'ora le distanze fossero superiori ai 20 km oppure con chilometraggio entro i 20 km (compresi), ma con dislivello positivo sopra ai 1000 metri, sia i tesserati che i non tesserati Uisp devono avere almeno il certificato medico ad alto impatto cardiovascolare o certificato medico agonistico di tipo B.

Mentre le categorie legate al settore giovanile-promozionale e gli studenti degli istituti scolastici non devono partecipare a tali distanze.

e) inoltre, è consentita la partecipazione a quanti in regola con le norme previste dalle specifiche convenzioni sottoscritte livello nazionale con organismi sportivi.

#### **1.4.0 Tipologia Rifornamento**

Nelle gare di trail running non esiste la regola di posizionare i ristori a intervalli regolari di km valida per le altre discipline "non stadia", ma possono essere utilizzate diverse modalità di rifornimento:

##### **• Autosufficienza totale**

L'atleta deve provvedere a portare con se una quantità di liquidi e di alimenti necessaria per affrontare tutta la gara. Sarà compito dell'organizzazione definire il Kit Obbligatorio e le relative quantità che ogni atleta dovrà portare con se comunicandolo attraverso il regolamento della gara. L'organizzazione dovrà prevedere anche un controllo del Kit Obbligatorio con modalità tali da garantire la sicurezza degli atleti durante la gara. Sarà inoltre cura dell'organizzazione definire e comunicare con anticipo le eventuali penalità da applicare in caso di mancato rispetto del regolamento.

##### **• Semi autosufficienza**

L'atleta avrà a disposizione dei punti ristoro a distanze variabili, e verrà informato della loro dislocazione con apposita documentazione da parte dell'organizzazione; tra un ristoro e l'altro dovrà gestirsi autonomamente. Anche in questo caso sarà compito dell'organizzazione definire il Kit Obbligatorio e le relative quantità che ogni atleta dovrà portare con se comunicandolo attraverso il regolamento della gara. L'organizzazione dovrà prevedere anche un controllo del Kit Obbligatorio con modalità tali da garantire la sicurezza degli atleti durante la gara. Sarà inoltre cura dell'organizzazione definire e comunicare con anticipo le eventuali penalità da applicare in caso di mancato rispetto del regolamento.

##### **• Assistenza idrico alimentare completa**

L'atleta verrà assistito durante la gara da parte dell'organizzazione nel rifornimento di acqua e alimenti che gli consentano di raggiungere il ristoro successivo. E' cura dell'organizzazione informare con apposita documentazione sulla dislocazione dei ristori sul percorso di gara. (Di solito questa modalità di rifornimento viene adottata nelle Ecomaratone).

## **2.0 SICUREZZA**

La sicurezza degli atleti e di tutte le persone che sono coinvolte nella gara rappresenta per la UISP la priorità più importante di una manifestazione sportiva. A tale scopo gli organizzatori sono tenuti a studiare tutti i possibili accorgimenti per garantire il miglior standard di sicurezza possibile. Alla sicurezza concorrono molteplici fattori di seguito elencati:

### **2.1.0 La sicurezza durante la gara**

Gli organizzatori in fase di progettazione del tracciato di gara devono necessariamente osservare le seguenti norme di base:

1. Scegliere un tracciato già esistente e mappato sulle carte topografiche.
2. Individuare e segnalare diverse vie di accesso al tracciato percorribili da mezzi motorizzati in caso di eventuali operazioni di soccorso.
3. In presenza di percorsi con dislivelli impegnativi e punti in quota non raggiungibili con mezzi su gomma, individuare postazioni che rendano possibile l'atterraggio di un elisoccorso oppure prevedere un recupero con verricello.
4. Scegliere percorsi senza difficoltà alpinistiche; in presenza di punti esposti o di particolare difficoltà, comunque non alpinistiche, gli stessi vanno attrezzati e presidiati da personale specializzato (soccorso alpino, protezione civile, ecc.).

### 2.2.0 Informativa

Nell'ambito della sicurezza, un ruolo fondamentale lo riveste l'informazione che l'organizzazione deve fornire a tutti gli atleti.

Il comitato organizzatore deve approntare, appena definito il tracciato, una documentazione cartacea e informatica su:

- Lunghezza del percorso e sistema di misurazione Utilizzato (è consigliato l'utilizzo di gps);
- Altimetria del tracciato;
- Planimetria del percorso;
- Posizionamento di eventuali ristori o reintegri idrici o alimentari;
- Segnalazione dei tratti con particolari difficoltà (ad esempio: discese pericolose, attraversamento guadi, tratti esposti, tratti attrezzati)
- Punti di ritiro;
- Punti di controllo e spunta degli atleti;
- Punti di soccorso;
- Tabella riguardante i tempi di passaggio a eventuali cancelli cronometrici;
- Informazioni sul Clima ed eventualmente sulle zone di Microclima esistenti nel periodo di svolgimento della gara con particolare riferimento a eventi quali neve, pioggia, nebbia, fulmini, vento sostenuto, aridità, temperature rigide, forti sbalzi di temperatura.

### 2.3.0 La segnaletica

Il tracciato di gara deve essere segnalato in maniera inequivocabile. In particolare occorre:

- posizionare frecce direzionali ai bivi;
- posizionare segnali di conferma dopo 5 mt da ogni bivio;
- collocare segnali di conferma (fettucce biodegradabili o segnale in vernice biodegradabile su rocce) a intervalli regolari di 150 -200 metri lungo il tracciato.
- nel caso di corse in notturna utilizzare nastri fotoluminescenti, catarifrangenti o comunque materiale ad alta visibilità anche in presenza di nebbia o scarsa visibilità.
- è inoltre consigliato fornire ad ogni atleta un roadbook dettagliato del percorso.

### 2.4.0 Controlli

#### 2.4.1 Certificati medici

Nel caso di svolgimento di gara competitiva l'organizzazione deve controllare che tutti gli iscritti siano in possesso di regolare Certificazione di idoneità alla pratica sportiva agonistica dell'atletica leggera in corso di validità alla data della manifestazione di cui trattasi; il tutto nel rispetto delle normative nazionali vigenti. Lo stesso dicasi per le eventuali prove non competitive collaterali: in questo caso i partecipanti tesserati uisp dovranno essere in possesso di certificazione medica per attività non agonistica (ad eccezione dei bambini dai 0 ai 5 anni esentati da ogni tipologia di certificazione medica sportiva).

In caso di partecipanti non tesserati che svolgono attività non competitiva/ludico motoria, come descritta all'art. 1.1.2, questi non sono tenuti ad avere nessuna certificazione medica.

Nel caso una non competitiva superi i 20 km di distanza, bisognerà attenersi a quanto descritto all'art. 1.3.2.d.

## 2.4.2 Materiale Obbligatorio

Qualora l'organizzazione richieda agli atleti un kit minimo di materiale da portare con se durante la gara, la stessa dovrà predisporre un apposito sistema di controllo. Tale controllo dovrà essere effettuato da Giudici UISP e/o da personale volontario appositamente formato.

## 3.0 PERSONALE ADDETTO

### 3.1.0 Volontari

L'organizzazione deve distribuire sul percorso un numero di persone proporzionale alla lunghezza dello stesso, alla criticità tecnica, al numero di partecipanti.

Le persone che sono chiamate a prestare volontariamente il loro servizio sul tracciato di gara devono essere istruite sul compito che devono svolgere. Di seguito un elenco non esaustivo delle principali operazioni svolte dai volontari:

- Marcatura del percorso
- Indicare i punti critici del percorso
- Gestire i rifornimenti
- Pronto intervento
- Gestione comunicazioni radio
- Attrezzare e assistere punti pericolosi del tracciato.

Per quasi tutti i punti si fa riferimento a gruppi riconducibili a Soccorso Alpino, Croce Rossa Italiana, ANPAS, Protezione Civile, CAI, che garantiscono le necessarie competenze a seconda dell'ambito di intervento.

### 3.2.0 Giudici

Il ruolo dei giudici in una gara trail è di estrema importanza e ogni gara deve prevedere la loro presenza per svolgere le seguenti operazioni:

- Spunta dei partenti
- Controllo della rispondenza del kit obbligatorio a quanto stabilito dal regolamento di gara.
- Controllo dei passaggi in determinate postazioni definite dal regolamento di gara.
- Decisioni in merito a squalifiche o a penalità da attribuire ai concorrenti secondo quanto previsto dal regolamento di gara.

In caso di assenza del giudice UISP tali operazioni possono essere seguite da personale formato dal gruppo giudici uisp nazionale e/o regionale e/o territoriale, e messo a disposizione dall'organizzazione stessa.

### 3.3.0 Medici e personale sanitario

In ogni gara deve essere assicurata la presenza sul campo di almeno un **medico abilitato, che ricoprirà il ruolo di medico ufficiale** che deve assistere gli atleti fino all'ultimo arrivato. In assenza del medico la gara non potrà avere luogo. Il personale medico e sanitario, adeguato per numero, formazione, competenze e dislocazione sul percorso, deve essere previsto dall'organizzazione attraverso la redazione del Piano di Sicurezza, in collaborazione con il Responsabile Sanitario e della Sicurezza, sulla base delle caratteristiche del tracciato.

Il Medico Ufficiale, ha la possibilità ed il dovere di fermare un atleta che visivamente è in difficoltà psico-fisiche, il suo ordine di ritiro è tassativo, di conseguenza l'atleta deve rispettarlo consegnando pettorale ed eventualmente il chip allo stesso medico o tramite il suo staff o ai giudici di gara o al responsabile sanitario e della sicurezza o suoi collaboratori (tutte queste figure devono essere riconoscibili, tramite divisa o altro sistema identificativo).

INTERPRETAZIONE: La collocazione del servizio medico nelle gare di trail running non può essere rigidamente stabilita con una norma, ma essa è vincolata al tipo di manifestazione, alle caratteristiche del percorso, alla possibilità di raggiungere il luogo del soccorso nel minor tempo possibile;

- è fondamentale quindi un efficiente servizio di collegamento, sia nelle comunicazioni (radio-telefoniche), sia nei trasferimenti (automedica, moto, elisoccorso, ecc.);
- la decisione sulla collocazione del servizio medico è di competenza del giudice Ufficiale Tecnico, in stretta sinergia con il Comitato Organizzatore rappresentato dal Responsabile Sanitario e della Sicurezza;
- nelle gare di trail running, a tutela degli Organizzatori, si suggerisce di non limitarsi alla presenza del solo ed unico Medico di Servizio, ma prevedere un sistema di assistenza più articolato che comprenda, più medici, una o più ambulanze dotate di defibrillatore, moto di servizio ed eventuali punti di primo soccorso lungo il percorso;
- normalmente il medico di servizio è posizionato in zona partenza/arrivo, più facilmente raggiungibile da tutti, sicuramente con maggiore presenza di collegamenti, presenza degli speakers, ma ciò non esclude altre collocazioni ritenute più opportune, se regolarmente accessibili e rispondenti ai criteri di cui sopra.

#### 3.4.0 Responsabile Sanitario e della Sicurezza

Per ogni gara è previsto almeno un responsabile sanitario e della sicurezza (tale figura è parte integrante del comitato organizzatore, può essere anche un medico, ma non è necessario, sicuramente non può svolgere la mansione del medico ufficiale della manifestazione), che si occuperà di predisporre, in collaborazione con il resto dell'organizzazione, la logistica dell'assistenza medica sul percorso, ricompresa nel Piano di Sicurezza. Seguirà la realizzazione del piano di sicurezza e la sua attuazione. Piano di sicurezza e sanitario, vanno seguiti in maniera meticolosa e complessiva, visto che uno non esclude l'altro, entrambi sono fondamentali, di conseguenza tale figura diventa basilare per la buona riuscita della manifestazione. Il responsabile sanitario e della sicurezza può avvalersi di collaboratori, che possono intervenire in base alle direttive avute.

#### 4.0 REGOLAMENTO TIPO

Allo scopo di agevolare gli organizzatori nella predisposizione del proprio regolamento di gara, si riportano di seguito i **contenuti minimi che ne devono fare parte**. Si ricorda che quanto di seguito riportato è da considerarsi indicativo e non esaustivo dei contenuti necessari, in quanto solo l'organizzatore è in grado di conoscere le specificità della propria manifestazione. Tale documento dovrà essere presentato, una volta ottenuta l'omologazione, al comitato territoriale UISP competente al rilascio dell'autorizzazione allo svolgimento della gara.

##### ELEMENTI BASE

- nome evento
- luogo e data di svolgimento
- nome del soggetto sportivo (ASD o SSD) che organizza ed eventuali collaborazioni
- eventuali patrocini istituzionali
- contatti degli organizzatori
- principali caratteristiche della gara ovvero tipologia, distanza, dislivello
- rappresentazione sommaria del percorso (planimetria e profilo altimetrico)
- tempo massimo e cancelli orari

- “tipologia rifornimento” previsto e dettagli sugli eventuali punti di ristoro

#### MODALITA' DI PARTECIPAZIONE

- requisiti richiesti all'atleta per iscriversi alla gara;
- modalità di iscrizione con relative quote iscrizioni
- programma di massima della manifestazione
- classifiche e premi

#### SICUREZZA

- indicazioni sul Clima come dettagliato nel punto **2.2.0 Informativa**;
- ubicazione dei punti di ritiro;
- ubicazione dei punti di soccorso;
- informazione sulla sicurezza ed assistenza medica di gara;
- indicazioni sull'eventuale materiale obbligatorio o consigliato;
- informazioni sulle eventuali vie alternative;
- numero telefonico per le emergenze;
- tipologia della segnaletica utilizzata;

#### SANZIONI

- tabella penalità e squalifiche
- reclami
- giuria

#### INFO ACCESSORIE

- servizi offerti prima, durante e dopo la gara
- coperture assicurative
- varie ed eventuali

#### IMPEGNATIVA PER L'ATLETA

L'atleta iscritto e partecipante alla gara è tenuto e si obbliga a:

- leggere e prendere visione di quanto messo a disposizione dagli organizzatori relativamente alla sicurezza di gara
- rispettare le disposizioni in termini di Materiale Obbligatorio e portare con se quanto previsto
- non abbandonare sul percorso di gara eventuali rifiuti
- avvisare tempestivamente l'organizzazione in caso di ritiro dalla gara, utilizzando il numero di telefono fornito per lo scopo
- posizionare il pettorale sul fronte della propria persona in modo tale da renderlo perfettamente visibile
- non uscire dal percorso di gara tracciato. Tale aspetto è importante dal punto di vista ambientale ma anche dal punto di vista della sicurezza di gara

- prestare assistenza e/o allertare i soccorsi qualora vengano superati concorrenti che si trovino in evidente difficoltà e/o richiedano aiuto
- utilizzare i bastoncini in maniera corretta, evitando di tenerli in posizione pericolosa per gli altri concorrenti durante la marcia
- portare con se una riserva idrica e un bicchiere personale. Nel caso in cui l'organizzazione metta a disposizione bicchierini di plastica ai ristori, questi dovranno essere smaltiti negli appositi contenitori posti in loco
- attenersi alle richieste e alle decisioni del responsabile sanitario conseguenti ad accertamenti in corso di gara; nel caso di fermo definitivo dovrà restituire il pettorale di gara
- consegnare il proprio pettorale nel caso in cui gli venga richiesto dal personale sanitario, dai giudici o dal personale individuato dall'organizzazione
- non farsi assistere/aiutare/accompagnare durante la gara da personale estraneo all'organizzazione

All'atleta inoltre, per motivi di sicurezza, è sconsigliato l'ascolto di musica in cuffie durante la gara in quanto non permettono di percepire eventuali pericoli e richieste di soccorso.

L'atleta infine, all'atto dell'iscrizione alla gara, dichiara di aver letto e accettato il regolamento in ogni sua parte.

#### 4.1.0 Premi e Categorie:

Nelle gare di Trail Running UISP non devono essere, sotto qualsiasi forma, riconosciuti premi in denaro sia per le classifiche generali che di categoria. Per i campionati istituzionali valgono le categorie nazionali identificate dalla UISP.

#### 5.0 AUTORIZZAZIONI E NULLA OSTA

I documenti che l'Organizzatore (ASD o SSD affiliata UISP) dovrà ottenere per poter organizzare la manifestazione, in stretto ordine cronologico, sono:

- 1) **Certificato di Omologazione** della gara
- 2) **Autorizzazione allo svolgimento** da parte di UISP
- 3) **Autorizzazione da parte degli Enti** competenti per territorio o gestori di tratti di viabilità attraversati o percorsi
- 4) **Eventuale estensione della Polizza Assicurativa UISP, se si vuole aprire la gara ai non tesserati** (ved. punto 1.1.0)

Detti documenti devono essere stampati e conservati dal responsabile della manifestazione presso la sede di gara, allo scopo di essere prontamente esibiti, in caso di necessità, alle Autorità e/o Enti competenti.

#### 5.1.0 Certificato di Omologazione e Autorizzazione allo svolgimento da parte di UISP

Tale **Certificato** deve essere richiesto con congruo anticipo sulla data di svolgimento (non meno di 45 giorni ma, allo scopo di affrontare e risolvere eventuali problematiche, si consiglia un anticipo di almeno 90 giorni), mediante richiesta di **omologazione gara** e successivo rilascio di **autorizzazione allo svolgimento**, al Presidente del Comitato Territoriale Uisp competente per territorio e al Referente Regionale Trail UISP o i suoi collaboratori a livello regionale (in sua assenza alla Commissione Nazionale Trail UISP); alla richiesta dovranno essere allegati il **Regolamento di gara** (ved. punto 4.0) ed il **Piano della sicurezza** (ved. sotto).

il **Referente Regionale Trail UISP** (o i suoi collaboratori a livello regionale) ha il compito di interfacciarsi con l'Organizzatore, verificare la correttezza della documentazione inoltrata e rilasciare a sua firma, il **Certificato di Omologazione**, inviandolo al **Presidente del Comitato Territoriale Uisp**; quest'ultimo, solo in questo momento potrà rilasciare l'**Autorizzazione allo svolgimento** della manifestazione.

Solo a seguito del rilascio dell'Autorizzazione da parte del Comitato Territoriale UISP competente, l'Organizzatore potrà apporre il relativo marchio accompagnandolo obbligatoriamente con la dicitura "AFFILIATO" che va aggiunta nella parte superiore del logo. Il tutto nel rispetto del REGOLAMENTO DI COMUNICAZIONE E IDENTITA' VISIVA UISP.

Sempre in conseguenza del rilascio di detta Autorizzazione, la manifestazione in questione rientrerà a pieno titolo tra le attività "non stadia" UISP che, in forza dell'Art.3.3 della vigente Convenzione Nazionale FIDAL-UISP, potranno vedere la partecipazione di tesserati UISP, FIDAL e Runcard, in forza del rispettivo tesseramento.

Il Comitato Territoriale UISP o Comitato Regionale UISP, per garantire all'Organizzatore il diritto di avvalersi dell'agevolazione di cui sopra in termini di iscrizione degli atleti, dovrà comunicare al corrispondente Comitato Regionale FIDAL i riferimenti della manifestazione secondo le modalità e le tempistiche previste dallo stesso Art.3.3.

### 5.1.1 Piano della sicurezza

Il **Piano della sicurezza** deve contenere le principali informazioni relative alla sicurezza sul percorso; in dettaglio:

- Presentazione sintetica dell'organizzatore della manifestazione
- Presentazione accurata della gara, indicando le principali caratteristiche di lunghezza, dislivello, ambiente, composizione percorso, pericoli oggettivi.
- Descrizione enti preposti alla sicurezza coinvolti nell'organizzazione
- Descrizione procedure di emergenza messe in atto dai volontari
- Descrizione procedure di sicurezza messe in atto dagli enti preposti alla sicurezza
- Indicazione materiale fornito ai volontari
- Elenco volontari, con relativi contatti telefonici
- Disposizione volontari sul percorso
- Indicazione dei punti di sicurezza e controllo

Parte integrante del piano di sicurezza devono essere la **cartina dettagliata del percorso** e il **Dispositivo di Soccorso**.

Una corretta stesura del Piano della Sicurezza attesta che tutte le possibili criticità in corso di gara sono state attentamente analizzate, allo scopo di ridurre al minimo i margini di rischio per i partecipanti.

### 5.2.0 Autorizzazione degli Enti competenti

Se la manifestazione interessa il territorio di un unico **Comune**, la necessaria Autorizzazione allo svolgimento dovrà essere rilasciata da quest'ultimo.

Se il percorso interessa tratti di viabilità in più comuni, l'autorizzazione allo svolgimento è rilasciata dalla **Provincia** (o Città Metropolitana laddove presente)

Se si rende necessaria la sospensione temporanea della circolazione su tratti di viabilità soggetti al transito veicolare, l'ordinanza di sospensione temporanea della circolazione viene rilasciata, ai sensi dell'art. 9, comma 7 bis del C.d.S., dal Sindaco per quelle manifestazioni che si svolgono esclusivamente all'interno del centro abitato; la stessa ordinanza viene invece rilasciata, sempre ai sensi dell'art. 9, comma 7 bis del C.d.S., dal Prefetto se la competizione si svolge in più comuni oppure, se interessa un solo comune ma si svolge anche al di fuori del centro abitato.

All'istanza rivolta all'Ente di competenza, devono essere allegati:

- Copia dell'Autorizzazione preventiva rilasciata da UISP;
- Copia della polizza assicurativa UISP (scaricabile dall'home page del sito [www.uisp.it](http://www.uisp.it)).

E' buona norma, specie nel caso di nuove manifestazioni, contattare preliminarmente l'Ente o gli Enti di cui sopra, con un buon anticipo, allo scopo di prevenire eventuali criticità altrimenti difficilmente superabili. In sede di verifiche preventive è necessario verificare con le Amministrazioni coinvolte eventuali adempimenti conseguenti all'applicazione della **Circolare Gabrielli** del 7 giugno 2017.

### **6.0 Curriculum sportivo dell'atleta**

Allo scopo di ridurre il più possibile la partecipazione di atleti impreparati o inesperti a gare che presentino difficoltà elevate ovvero

1. distanze da Ultra Trail
2. dislivelli importanti
3. particolari difficoltà tecniche non alla portata di tutti

è opportuno che l'Organizzatore richieda il **Curriculum sportivo dell'atleta** attraverso il quale verificarne giusti e minimi requisiti di esperienza e preparazione atletica.

### **7.0 Rispetto dell'ambiente**

Il trail running viene praticato in ambienti molto delicati nei quali spesso l'ecosistema vive in un precario equilibrio; l'Organizzatore deve quindi porsi l'obiettivo di adottare tutte le contromisure necessarie per non arrecare danni e restituire il territorio inalterato a fine manifestazione.

Ecco in dettaglio gli ambiti di intervento e le relative modalità:

#### **1) Segnaletica**

- Utilizzare materiale biodegradabile.
- Rimuovere tutta la segnaletica ed eventuali rifiuti immediatamente dopo la gara.

#### **2) Ristori**

- Incentivare l'uso del bicchiere unico o dell'eco tazza che il partecipante deve portare con se.
- Utilizzo di materiali biodegradabili.
- Delimitare le aree dove consumare il ristoro.
- Adottare regimi di semi autosufficienza.

#### **3) Rifiuti**

- I concorrenti devono portare con se tutti i rifiuti che producono o depositarli negli appositi contenitori predisposti dall'organizzazione.
- Prevedere, nel regolamento di ogni gara, squalifiche o forti penalizzazioni per chi viene sorpreso a gettare rifiuti sul percorso,
- Effettuare la raccolta differenziata dei rifiuti prodotti nei ristori.

#### **4) Regolamentazione del numero dei partecipanti**

Il numero dei concorrenti ammessi a partecipare deve essere compatibile con le capacità ricettive e con l'ecosistema dell'ambito o della località ospitante la gara. E' consigliabile, prima di progettare una manifestazione in un determinato territorio, confrontarsi con il soggetto istituzionale competente (ad es. Ente Parco) per verificarne la fattibilità e le prescrizioni da rispettare.