

# SABEN WILD TRAIL

## ORGANIZZAZIONE

Organizzatori ed unica responsabile dell'evento è la Mentecorpo A.s.d con sede a Torino, in Via Sospello 205, affiliata Fidal e Csain.

## LE CORSE

Il TEAM ESP MENTECORPO RUNNING organizza il 04/11/2023 il SABEN WILD TRAIL, gare di TRAIL RUNNING A COPPIE, presso Borgo San Dalmazzo (Cuneo), su due distanze:

- 29 km e 1600m d+ circa: tempo massimo 7h.
- 17km e 800d+ circa: tempo massimo 4h.

La partenza si svolgerà presso il Palazzo Bertello di Borgo San Dalmazzo:

- Ore 9:00 la gara lunga.
- Ore 9:30 la gara corta.

I componenti della squadra devono obbligatoriamente transitare ai punti di controllo e di ristoro insieme. Non sarà possibile ripartire dai suddetti punti in forma individuale, pena l'esclusione dalla competizione.

Le squadre possono essere maschili, femminili o miste, anche di società differenti.

## I PERCORSI

L'evento si suddivide in due gare distinte:

- Un percorso lungo di 29 km con dislivello positivo di circa 1600 metri
- Un percorso corto di 17 km con dislivello positivo di circa 800m

La 29 km è una gara di trail running in semi-autonomia, è una competizione di percorrenza in montagna con dislivelli mediamente impegnativi che raggiunge una quota massima di 1600m. Il tracciato non presenta tratti con difficoltà alpinistiche, ma tratti ripidi e impegnativi, in salita come in discesa.

Il percorso si svolge principalmente su ponderali sterrate, sentieri, qualche tratto fuori traccia e qualche tratto asfaltato di collegamento.

La 17 km è una gara di trail running in semi-autonomia, è una competizione con dislivelli contenuti che raggiunge una quota massima di 1200m e si svolge principalmente in zona boschiva collinare su ponderali sterrate, sentieri e qualche tratto di collegamento su asfalto.

Le tracce gpx saranno messe a disposizione appena perfezionata.

Nel caso di condizioni meteo avverse (neve o temporali), sarà previsto un percorso alternativo per il trail lungo.

## CONDIZIONI DI PARTECIPAZIONE

Per partecipare è necessario:

- Aver compiuto 18 anni per la 29 km e 16 anni per la 17 km.
- Essere coscienti della lunghezza e delle caratteristiche della gara ed avere una preparazione adeguata
- saper affrontare da soli, senza aiuto, condizioni climatiche che potrebbero diventare difficili (vento, freddo, nebbia, pioggia)
- essere in grado di gestire, anche se si è isolati, i problemi fisici o psicologici dovuti ad una grande stanchezza, i problemi gastrointestinali, i dolori muscolari o articolari, le piccole ferite...
- essere coscienti che il ruolo dell'Organizzazione non è di aiutare un corridore a gestire questi problemi
- Essere in possesso di un Certificato Medico Agonistico per l'Atletica Leggera

Queste gare sono aperte a tutti, uomini e donne, tesserati o non.

## LOTTA AL DOPING

L'Organizzazione non accetta l'iscrizione di soggetti che hanno ricevuto squalifiche da parte di uno degli organismi competenti per doping.

Ogni atleta iscrivendosi dichiara di non essere stato soggetto a suddette squalifiche. L'organizzazione si riserva di verificare: nel caso venissero riscontrate dichiarazioni false l'iscrizione verrà annullata e la quota di iscrizione trattenuta.

## SEMI-AUTOSUFFICIENZA

È fondamentale rispettare il principio di una gara individuale in semi-autosufficienza.

Questa è definita come la capacità ad essere autonomi tra due punti di ristoro, riferito alla sicurezza, all'alimentazione e all'equipaggiamento, permettendo così di adattarsi ai problemi riscontrati o prevedibili.

Ciò implica che:

- Ogni corridore deve portare con sé per tutta la durata della corsa tutto l'equipaggiamento obbligatorio (vedi punto EQUIPAGGIAMENTO). Questo non potrà essere scambiato o modificato in nessun caso sul percorso. In ogni momento, i commissari di gara potranno controllare la presenza di parte o di tutta la dotazione obbligatoria. Il concorrente ha l'obbligo di sottomettersi a questi controlli, pena la squalifica.
- I punti ristoro sono approvvigionati con bevande e cibo da consumare sul posto. Alla partenza da ogni punto ristoro, i corridori devono avere la quantità d'acqua e di alimenti necessari per arrivare al punto ristoro successivo. Ai punti ristoro non saranno disponibili bicchieri in plastica, ogni concorrente deve avere il suo bicchiere personale come da equipaggiamento obbligatorio.

- L'assistenza personale è vietata sul percorso corto, mentre è tollerata solo ed esclusivamente in prossimità del punto di ristoro "Andonno" (17 km) per la gara lunga. L'assistenza deve essere assicurata da una sola persona.

## ACCETTAZIONE DEL REGOLAMENTO E DELL'ETICA DELLA CORSA

La partecipazione alla competizione, comporta l'accettazione senza riserve del presente regolamento e dell'etica della corsa.

## NUMERO MASSIMO DI CONCORRENTI

Non è previsto un numero massimo di atleti.

## MODALITÀ DI ISCRIZIONE

Le iscrizioni avverranno tramite il portale Wedosport. Per regolarizzare l'iscrizione sarà obbligatorio caricare, entro la data di chiusura delle iscrizioni, della copia di entrambi i concorrenti della squadra del certificato medico agonistico e la liberatoria, che troverete su Wedosport, firmata.

Con la sottoscrizione di partecipazione al trail i concorrenti conferma la presa visione, la comprensione e l'accettazione scritta e senza riserve del presente regolamento e dell'etica della corsa pubblicati dall'organizzazione.

Le iscrizioni chiuderanno Giovedì 02/11 alle ore 24.

L'organizzazione si riserva la possibilità variare la data di chiusura delle iscrizioni qualora ne ravvisi la necessità.

## ELITE RUNNERS / WILD CARDS

Agevolazioni per gli atleti che soddisfano i seguenti criteri:

- Donne

680+ punti ITRA - Iscrizione gratuita

630 - 679 punti ITRA - 50% di sconto

- Uomini

800+ punti ITRA - Iscrizione gratuita

750 - 799 punti ITRA - 50% di sconto

In tal caso scrivere un'email a [mentecorpo.team@gmail.com](mailto:mentecorpo.team@gmail.com)

## TARIFFE E RIMBORSI

Trail lungo: 50€ a squadra.

Trail corto : 35€ a squadra.

Per quota di gara si intende il corrispettivo pagato per i servizi della gara dal concorrente in regola con pagamento e con la documentazione di gara (modulo di iscrizione, liberatoria e certificato medico sportivo agonistico). Non è previsto il rimborso della quota di gara per nessun motivo. In caso di maltempo, a discrezione dell'organizzazione, sarà predisposto un percorso alternativo che differirà da quello proposto. L'organizzazione si riserva inoltre di annullare la gara nel caso in cui le condizioni meteorologiche mettessero a rischio l'incolumità dei partecipanti o dei soccorritori. In tal caso gli atleti non avranno diritto al rimborso della quota di iscrizione.

In caso di mancata partecipazione per infortunio osteoarticolare o muscolare, l'atleta dovrà inviare copia del certificato medico (con data antecedente allo svolgimento della gara) alla mail [mentecorpo.team@gmail.com](mailto:mentecorpo.team@gmail.com) attestante la patologia e riportante la prognosi, entro e non oltre il 02/11/2023.

Attestata da parte dell'organizzazione la reale impossibilità a partecipare, all'atleta sarà riconosciuto la possibilità di iscriversi all'edizione dell'anno successivo della competizione.

## BRIEFING

L'organizzazione renderà note le decisioni relative ad ogni variazione prevista nel presente regolamento (modifica percorso, variazione cancelli orari, sicurezza percorso,...) al più tardi nel giorno di venerdì 03 novembre 2023.

## EQUIPAGGIAMENTO

Per partecipare a questa gara, è richiesto del materiale obbligatorio. Ciononostante è importante sapere che si tratta di un minimo vitale che ogni trailer deve adattare in funzione delle proprie capacità.

Equipaggiamento INDIVIDUALE (non di squadra) obbligatorio per il trail lungo:

- Telefono cellulare (inserire i numeri di emergenza dell'Organizzazione, tenere il telefono sempre acceso, non mascherare il numero e partire con la batteria carica);
- Riserva d'acqua di almeno 0,5 l;
- Telo di sopravvivenza;
- Riserva alimentare;
- Antivento o, in caso di maltempo, giacca impermeabile;
- Bicchiere personale

Equipaggiamento INDIVIDUALE (non di squadra) obbligatorio per il trail corto:

- Telefono cellulare (inserire i numeri di emergenza dell'Organizzazione, tenere il telefono sempre acceso, non mascherare il numero e partire con la batteria carica);
- Antivento o, in caso di maltempo, giacca impermeabile
- Bicchiere personale

\*L'organizzazione si riserva di implementare il materiale obbligatorio in caso di previsioni meteo sfavorevoli prima della gara. Eventuali modifiche saranno comunicate a tutti i concorrenti nei giorni antecedenti la partenza.

Raccomandati:

- Fischietto;
- Cappellino, cuffia o bandana (in caso di maltempo);
- Bastoncini;
- Sovrapantaloni impermeabili (in caso di maltempo);
- Guanti caldi ed impermeabili (in caso di maltempo);
- indumenti caldi di ricambio indispensabili in caso di tempo freddo e piovoso od in caso di ferite;

Gli indumenti devono essere della taglia del concorrente e senza modifiche.

L'equipaggiamento deve essere trasportato in un sacco idoneo e non potrà essere scambiato o modificato in nessun caso sul percorso. Saranno effettuati controlli del materiale obbligatorio a campione alla partenza e sul percorso. L'uso dei bastoncini è consentito, a patto che il concorrente li porti con sé per l'intera durata della gara. È vietato partire senza bastoni e recuperarli lungo il percorso.

## RITIRO PETTORALI

Il ritiro dei pettorali avverrà nella giornata di venerdì 03 novembre 2023 a partire dalle ore 17,00 fino alle ore 21,00 ed il sabato 04 novembre 2023 dalle 7.00 alle 8.15 presso la partenza.

La busta contenente i pettorali della squadra è rimessa a uno dei due concorrente su presentazione di un documento d'identità. Il pettorale deve essere portato sopra gli indumenti e posizionato sul petto o sul ventre ed essere visibile sempre nella sua totalità durante tutta la corsa. Deve essere quindi posizionato sopra tutti gli indumenti ed in nessun caso fissato sullo zaino o su di una gamba.

## CRONOMETRAGGIO

Il cronometraggio sarà effettuato tramite chip fornito da WEDOSPORT. Il concorrente dovrà presentarsi almeno 15 minuti prima della partenza per essere registrato e convalidato. Una volta che il concorrente viene convalidato alla partenza dovrà restare all'interno dello spazio "zona di partenza" delimitato appositamente dall'organizzazione e non potrà uscirne fino allo start (salvo casi di conclamata necessità). Il corridore non convalidato risulterà "non partito" e non verrà annoverato tra i finisher.

## PUNTI DI RIFORNIMENTO

Sul percorso lungo sono previsti i seguenti punti:

- Rifornamento solidi/liquidi a Tetto Pilone (6 km)
- Rifornamento solo liquidi su Cima Saben (12 km)
- Rifornamento solidi/liquidi a Andonno (17 km)
- Rifornamento solidi/liquidi a Sant'Antonio Aradolo (23 km)

Sul percorso corto è presente un solo punto di rifornimento:

- Rifornimento solidi/liquidi a Tetto Pilone (6 km)

Per bere i corridori devono munirsi di bicchiere o altro contenitore personale adatto all'uso. Nei punti acqua/ristoro non saranno presenti bicchieri in plastica. Ogni corridore dovrà accertarsi di disporre della quantità d'acqua e degli alimenti che gli saranno necessari per arrivare al traguardo e per transitare da un posto di ristoro al seguente.

## CHECK POINT

Verranno predisposti alcuni punti di controllo con personale autorizzato che rileverà il passaggio dei concorrenti annotando il numero di pettorale. Solamente le coppie registrate ad ogni controllo potranno essere inserite in classifica. Si invitano pertanto tutti gli atleti a comunicare tempestivamente il numero di pettorale qualora venga richiesto dal personale dislocato sul percorso.

## CANCELLI ORARI

Per il trail lungo sono previsti i seguenti cancelli orari intermedi sul percorso lungo:

Cima Saben 4 ore

Andonno 5 ore 30'

Per il trail corto non sono previsti cancelli orari intermedi.

Coloro che non transiteranno entro i cancelli orari non potranno proseguire la gara ed essere ammessi in classifica finale. L'organizzazione declina ogni responsabilità per infortuni o problemi subiti da atleti dopo essere transitati al cancello oltre il tempo massimo.

Queste barriere sono calcolate per permettere ai partecipanti di raggiungere l'arrivo entro i tempi massimi imposti, effettuando comunque eventuali fermate (riposo, pasti).

I concorrenti "fuori tempo massimo" desiderosi di proseguire il percorso devono prima restituire il pettorale, poi possono continuare ma sotto la propria responsabilità ed in autonomia completa.

In caso di cattive condizioni meteorologiche e/o per ragioni di sicurezza, l'organizzazione si riserva il diritto di sospendere la prova in corso o di modificare le barriere orarie.

## SACCHI CORRIDORI

Non è prevista alcuna zona per il ritiro e la custodia sacche per i corridori prima, durante e a conclusione della gara.

## DOCCE

Tutti i partecipanti potranno usufruire di spogliatoi e docce messi a disposizione dall'organizzazione al termine della gara.

## SICUREZZA E ASSISTENZA MEDICA

I punti di ristoro e l'arrivo sono posti di chiamata di pronto soccorso: essi sono collegati con la direzione di gara.

I medici ufficiali sono abilitati a sospendere (invalidando il pettorale) i concorrenti giudicati inadatti a continuare la gara. I soccorritori sono autorizzati ad evacuare con tutti i mezzi di loro convenienza i corridori giudicati in pericolo. La persona soccorsa dovrà provvedere al suo rientro dal luogo dove sarà stata evacuata.

Il concorrente che fa appello ad un medico od a un soccorritore si sottomette di fatto alla sua autorità e si impegna a rispettarne le decisioni.

Una persona assicurerà la chiusura della gara e seguirà l'ultimo concorrente.

L'obiettivo dell'Organizzazione della sicurezza sarà quello di permettere a tutti di arrivare senza problemi. Tuttavia ogni concorrente dovrà assumersi personalmente la responsabilità di partecipare a questa gara di montagna, che può diventare estrema, in ottime condizioni psico-fisiche di preparazione.

Ogni corridore ferito o in difficoltà, potrà chiamare i soccorsi: presentandosi ad un posto di soccorso; chiamando il numero dell'organizzazione indicati sul pettorale; chiedendo ad un altro corridore di avvisare i soccorsi.

Ogni corridore deve prestare assistenza a tutte le persone in difficoltà ed avvisare i soccorsi.

Non dimenticate che le condizioni ambientali e della corsa possono farvi aspettare i soccorsi più a lungo del previsto. La vostra sicurezza dipenderà allora dal materiale che avete messo nel vostro zaino!

Se contattare l'Organizzazione diventa difficoltoso, potete chiamare direttamente i soccorsi (soprattutto se vi trovate in emergenza): 112 (numero di soccorso).

Tutti i concorrenti devono rimanere sui sentieri tracciati. Il concorrente che si allontana volontariamente dai sentieri segnalati, non è più sotto la responsabilità dell'Organizzazione.

## ABBANDONI E RIENTRI

Tranne in caso di forza maggiore, il concorrente deve abbandonare la corsa solo ad un posto di controllo. Deve quindi avvisare la persona abilitata, che invaliderà il pettorale. Il rientro è deciso con il responsabile del posto di controllo alle seguenti regole:

I corridori che si ritirano in un altro punto di soccorso o di ristoro, ma il cui stato di salute non necessiti un'evacuazione, devono raggiungere con i propri mezzi, il più velocemente possibile, il punto di rientro più vicino;

Per i punti di ristoro o di soccorso accessibili in macchina: al momento della chiusura del punto ristoro o di soccorso, l'Organizzazione può, se ci sono mezzi disponibili, far rientrare i corridori che hanno abbandonato e che sono ancora presenti sul sito;

In caso di condizioni meteorologiche sfavorevoli che giustifichino la sospensione parziale o totale della corsa, l'Organizzazione assicura il rientro dei corridori nel minor tempo possibile. Il concorrente che decide di abbandonare la gara deve obbligatoriamente recarsi al punto di controllo più vicino (precedente o successivo) e comunicarlo al responsabile preposto.

## SEGNALAZIONE DEL PERCORSO

Il percorso sarà segnalato con bandierine, cartelli, segnali o altri indicatori in modo da evitare deviazioni o scorciatoie non autorizzate e ad assicurare la massima sicurezza dei concorrenti e del pubblico. Durante il briefing verranno indicate le modalità di segnalazione del percorso.

E' consigliabile l'utilizzo di un dispositivo gps; la traccia completa del percorso sarà disponibile online e sarà prontamente aggiornata in caso di eventuali variazioni al tracciato.

## MODIFICHE DI PERCORSO O BARRIERE ORARIE - ANNULLAMENTO DELLA CORSA

In caso di annullamento anticipato della manifestazione, per una qualsiasi ragione, l'Organizzazione si riserva di effettuare un rimborso parziale dell'iscrizione, o di conservare l'iscrizione per l'anno successivo. La somma rimborsata sarà fissata in modo da permettere all'Organizzazione di compensare le spese irreversibili al momento dell' annullamento

L'Organizzazione si riserva di annullare o di sospendere la corsa, senza preavviso al verificarsi di condizioni meteorologiche avverse. L'Organizzazione si riserva altresì il diritto di modificare in ogni momento il percorso o l'ubicazione dei posti di soccorso e di ristoro. In caso di condizioni meteorologiche sfavorevoli (forti piogge, forte rischio di temporali) la partenza può essere posticipata di massimo 2 ore; oltre 2 ore la corsa è annullata. La sospensione o l'annullamento della corsa per motivi meteorologici non daranno diritto ai concorrenti ad alcun rimborso automatico della quota di iscrizione.

## ASSICURAZIONE - RESPONSABILITÀ CIVILE:

L'organizzazione sottoscrive un'assicurazione di responsabilità civile per tutto il periodo della prova. L'organizzazione si fa carico di assicurare/tesserare ogni iscritto (non tesserato già Fidal) alla Csain per garantire la tutela assicurativa di tutti i corridori. Il costo dell'assicurazione è compreso nella quota d'iscrizione. La partecipazione avviene sotto l'intera responsabilità dei concorrenti, che rinunciano ad ogni ricorso contro gli organizzatori in caso di danni e di conseguenze ulteriori che sopraggiungano prima ed in seguito alla gara e al di fuori di essa. Al momento dell'iscrizione per concludere la pratica, il corridore deve sottoscrivere una liberatoria di scarico responsabilità. Si consiglia comunque ogni corridore a sottoscrivere una polizza assicurativa personale per infortuni.



## AMBIENTE

L'Organizzazione si impegna per rendere minimo l'impatto ambientale della manifestazione.

Riduzione dei rifiuti: eliminazione di plastica e materiale superfluo dai pacchi gara; eliminazione di bicchieri e bottigliette di plastica dai ristori e dal pasta party.

Raccomandiamo ai corridori di non buttare mai per terra i rifiuti, ma di utilizzare gli appositi bidoni ai punti di ristoro. L'abbandono di rifiuti sarà punito con la squalifica.

## CLASSIFICHE E PREMI

Verranno inseriti in classifica solo le squadre che transiteranno al traguardo. Sarà redatta una classifica maschile, femminile e mista e verranno premiate le prime tre squadre di ogni classifica. La premiazione verrà effettuata nel pomeriggio nell'ambito del Winter Outdoor Festival presso il Palazzo Bertello.

## PENALITÀ - SQUALIFICHE

Sul percorso sono presenti dei giudici di gara autorizzati a verificare il rispetto del regolamento da parte dei corridori. I giudici di gara sono autorizzati ad effettuare la squalifica immediata (\*) e comunicare alla giuria di corsa le infrazioni riscontrate. La giuria di corsa applica le penalità in base alla tabella seguente:

Infrazione al regolamento:

- Scorciatoia: 1 ora
- Fuori sentiero o attraverso un sentiero chiuso: 15'
- Assenza di materiale obbligatorio: 1 ora
- Rifiuto a farsi controllare: squalifica
- Abbandono di rifiuti da parte di un concorrente o dei suoi accompagnatori: squalifica
- Omissione di soccorso ad un corridore in difficoltà: 1 ora
- Accompagnamento lungo il percorso fuori dai punti di ristoro: 15'
- Assistenza fuori dai punti consentiti: 15'
- Imbrogli – utilizzo di mezzi di trasporto, scambio di pettorale: squalifica
- Mancato passaggio ad un posto di controllo: a discrezione del giudice di gara
- Rifiuto ad ottemperare ad un ordine della direzione di corsa, di un giudice di gara, di un responsabile del posto di controllo, di un medico o soccorritore: squalifica
- Partenza da un punto di controllo oltre l'ora limite: squalifica

(\*) Le penalità di percentuali d'ora o di un'ora sono applicabili immediatamente; il corridore deve interrompere la corsa per tutta la durata della penalità.

Ogni altra infrazione al regolamento è oggetto di una sanzione sancita dal giudice di gara.

## RECLAMI

Sono accettati solo reclami scritti da parte dei concorrenti nei 30 minuti che seguono l'affissione dei risultati provvisori, con consegna di cauzione di € 50,00 al responsabile della gara. I reclami saranno valutati da una giuria composta dal Presidente della Mentecorpo A.s.d, dal Direttore di gara, dal Responsabile della Sicurezza; e da tutte le persone competenti designate dal presidente e dal direttore di gara.

La giuria è abilitata a deliberare in un tempo compatibile con gli obblighi della corsa su tutti i reclami depositati. Le decisioni prese sono senza appello.

Nel caso in cui il reclamo sia rigettato la cauzione sarà persa, non sarà restituita ma sarà devoluta ad un ente di beneficenza indicato in verbale. Viceversa, in caso di accoglimento del reclamo, la cauzione sarà rimborsata.

## SPONSOR INDIVIDUALI

I corridori sponsorizzati possono esporre i loghi dei loro sponsor soltanto sugli indumenti e l'equipaggiamento usato durante la corsa. Tutti gli accessori pubblicitari (bandiere, striscioni...) sono proibiti lungo tutto il percorso, compreso all'arrivo.

In caso contrario il concorrente viene sanzionato a discrezione della giuria.

## PRIVACY

Ogni concorrente, all'atto dell'iscrizione, autorizza l'organizzazione all'uso dei dati forniti ai solo fini della presente manifestazione per pubblicazione di classifiche, indicazione di anni di nascita, sesso, categoria, tempi di corsa e ogni altra informazione che non lede i dati sensibili dell'individuo nel rispetto del concorrente.

## DIRITTI ALL'IMMAGINE

Ogni concorrente rinuncia espressamente ad avvalersi del diritto all'immagine durante la gara, così come rinuncia a qualsiasi ricorso contro l'Organizzatore ed i suoi partner abilitati per l'utilizzo fatto della sua immagine. Solo l'Organizzazione può trasmettere il diritto all'immagine ai media, via un accredito o un permesso specifico.

---

## Contatti

Gogliano Marco 347.4520013  
[mentecorpo.team@gmail.com](mailto:mentecorpo.team@gmail.com)

Massi Sport 0171.262515  
[info@massisport.it](mailto:info@massisport.it)