

# 4^ LUSERNAR ZIMBAR LOAF TRAIL – LUSERNA 25/08/2024

## REGOLAMENTO

### ART. 1 Descrizione

Il G.S.D. VALSUGANA TRENTINO in collaborazione con la PRO LOCO LUSERNA – VOR'Z LÄNT LUSÈRN organizza per domenica 25/08/2024 il 4° LUSERNAR ZIMBAR LOAF TRAIL. Trail Running, corsa in natura, rispettivamente di circa:

**28 Km competitiva con dislivello positivo 850 metri D+; “Lusernar Zimbar Loaf Trail”**

**8 Km non competitiva “Lusernar Loaf von Familje”**

con partenza ed arrivo per tutte le distanze sulla Piazza G. Marconi di Luserna (piazza centrale a quota s.l.m. 1333 m.).

**Cronometraggio** curato ed elaborato da FICR-TN

**iscrizioni** curate ed elaborate da WEDO SPORT

**Informazioni:** [www.gsvalsugana.it](http://www.gsvalsugana.it) / [gsvalsugana.asd@gmail.com](mailto:gsvalsugana.asd@gmail.com) / fb Lusernar Zimbar Loaf Trail

**Referenti organizzazione:** Bruno Nicolussi Motze tel. 335 5283405 / Mattia Gasperini 349-5638137

### Art. 2 Accettazione del regolamento

Le manifestazioni si svolgeranno in conformità al presente regolamento ed alle sue eventuali modifiche ed avvisi che saranno pubblicati nel sito web ufficiale [www.gsvalsugana.it](http://www.gsvalsugana.it). La partecipazione ad uno qualsiasi dei percorsi previsti comporta da parte dei concorrenti iscritti l'accettazione in tutte le sue parti e senza riserve del presente regolamento. I concorrenti sono inoltre tenuti al rispetto del codice della strada, in particolare nei tratti in cui il tracciato attraversa la viabilità ordinaria, che non sarà chiusa al traffico veicolare, e al rispetto del corretto comportamento dei territori montani in termini di rispetto di ambiente, animali, corretto smaltimento di rifiuti.

Con l'iscrizione ogni concorrente si impegna a rispettare questo regolamento e libera gli organizzatori da ogni responsabilità civile e/o penale per qualsiasi eventuale incidente o accidente, per danni a persone o cose a lui/lei derivati o da sé causati, che possano verificarsi durante la manifestazione.

### Art. 3 Autonomia dei partecipanti, per le gare competitive

Per poter partecipare alla manifestazione sono richiesti un passo sicuro e non aver paura delle altezze. Ogni partecipante deve essere in grado di orientarsi sul percorso con le proprie forze, anche senza aiuto esterno. All'uscita dai punti di ristoro, ogni partecipante è responsabile di avere con sé liquido e cibo a sufficienza fino al ristoro successivo.

Ci si appella al buon senso e all'auto-responsabilità dei partecipanti. Ogni atleta partecipa a questa gara a proprio rischio e responsabilità. I medici, i paramedici, i direttori di gara, le forze di sicurezza ed i soccorritori di montagna che saranno dislocati lungo il percorso sono comunque autorizzati a fermare un atleta ed a fargli interrompere la gara qualora ritenessero che l'atleta stesso non sia più in grado di

proseguire se non mettendo a rischio la propria incolumità. In tale caso l'atleta dovrà riconsegnare il pettorale di gara e ne sarà organizzato il rientro alla località di partenza. Se l'atleta decidesse di proseguire nonostante l'intervento dell'organizzazione questo avverrà sotto la propria responsabilità, comunque al di fuori della gara e dalle classifiche e senza alcun diritto ai servizi previsti dall'organizzazione.

#### **Art. 4 Percorsi e orari**

La competitiva Lusernar Zimbar Loaf Trail (28 Km) e la non competitiva Lusernar Loaf von Famildje, sono corse a piedi in ambiente naturale, che si snodano lungo sentieri e strade forestali. Partenza e arrivo per tutte le gare sono situati nel Comune di Luserna/Lusérn (TN) sulla piazza G. Marconi.

Per le diverse distanze sono previste rispettivi distinti orari di ritrovo e partenza:

##### ***Lusernar Zimbar Loaf Trail (28 Km D+ 850m):***

ritrovo ore 7,30 , con ritiro pettorali e pacco gara

partenza ore 9,00

tempo massimo di gara: 5h30

ristori: al 10° km (malga Millegrobbe di sopra) al 12° km (Malga Costesin di sopra), al 20°km (incrocio sentiero immaginario con strada per il Krojer), arrivo (piazza Marconi)

##### ***Lusernar Loaf von Famildje (8 Km non competitiva):***

ritrovo ore 8,00 , con ritiro pettorali

partenza ore 9,15

tempo massimo di gara: 5h

ristori: 3° km (incrocio sentiero immaginario con strada per il Krojer) e arrivo (piazza Marconi)

I percorsi sono segnalati con indicazioni di direzione e fettucce di colore ROSSO e/o BLU e dai volontari identificabili dalla pettorina o maglietta dell'organizzazione che saranno dislocati lungo il percorso nei punti più critici.

La modifica, la sospensione o l'annullamento della corsa per motivi di forza maggiore non danno diritto ai concorrenti ad alcun rimborso della quota di iscrizione.

#### **Art. 5 Condizioni di partecipazione**

Con l'iscrizione ed il pagamento della quota l'atleta accetta il presente regolamento. Il percorso della gara deve essere rispettato per entrare nella classifica finale.

Tutti gli atleti della corsa competitiva devono essere in possesso del ***certificato medico d'idoneità agonistica all'atletica leggera-running-triathlon-corsa orientamento-corsa in montagna-sci-trail, valido a tutto il 24/08/2024***. La mancanza di tale certificato rende non valida l'iscrizione e la partecipazione alla manifestazione.

Gli atleti della corsa competitiva debbono inoltre avere i sottoelencati requisiti:

- Ogni atleta deve aver compiuto 18 anni al 24/08/2024;

- Non saranno accettate iscrizioni da parte di atleti che stanno scontando squalifiche per doping di qualunque disciplina;
- Un accurato allenamento, una buona esperienza escursionistica e una reale capacità d'autonomia personale sono requisiti indispensabili per le gare competitive. Prima di procedere all'iscrizione è quindi vivamente consigliato aver già partecipato ad altri trail in ambiente alpino, e la conoscenza dell'ambiente naturale e faunistico della zona.
- Con l'iscrizione alla gara, si accetta contemporaneamente il tesseramento UISP a cura dell'organizzazione, per gli atleti non in possesso di tesseramento ente EPS, Runcard o tesseramento Fidal valido al 24/08/2024

È assolutamente vietato agli atleti della gara competitiva condurre con loro animali, anche al guinzaglio, durante la gara.

## **Art. 6 Iscrizione**

Iscrizione on line sul sito WEDO SPORT - 4° LUSERNAR ZIMBAR LOAF TRAIL

*Eventuali iscrizioni di gruppo (minimo 10 atleti) vanno concordate mandando email a [gsvalsugana.asd@gmail.com](mailto:gsvalsugana.asd@gmail.com)*

### **Quote di iscrizione**

#### ***Lusernar Zimbar Loaf Trail (28 Km D+ 850m)***

- 25,00 € dal 01/01/2024 a tutto il 31/05/2024;
- 30,00 € dal 01/06/2024 a tutto il 10/08/2024;
- 40,00 € dal 11/08/2023 al 20/08/2024

#### ***Lusernar Loaf von Famildje (8 Km non competitiva)***

- 10,00 € dal 01/05/2024 a tutto il 20/08/2024;
- 15,00 € il giorno di gara

**Ritiro pettorali: il giorno di gara dalle ore 7,30 alle ore 8,45. NOTA: pettorale con nome solo per la gara competitiva e per gli iscritti fino al 10/08/2024**

**Servizi compresi nella quota di iscrizione:** Il pagamento dell'iscrizione comprende tutti i servizi descritti nel presente regolamento: pettorale, pacco gara, ristori lungo il percorso, assistenza e trasporto alla zona partenza/arrivo in caso di infortunio (escluso intervento elisoccorso se non in caso di estrema gravità), pasta party all'arrivo (presentando il pettorale al "SPIL bar" presso la zona sportiva a 100m dalla piazza, medaglia di partecipazione all'arrivo. **Rimborso quote iscrizione:** Le quote di partecipazione una volta versate non sono rimborsabili in nessun caso.

## **Art. 7 Semi-autosufficienza**

#### ***Lusernar Zimbar Loaf Trail (28 Km D+ 850m)***

Regime di semi-autosufficienza idrica e alimentare. Dei posti di ristoro saranno approvvigionati di cibo ed acqua potabile. Ogni concorrente dovrà accertarsi di disporre, alla partenza da ogni posto di ristoro, della quantità d'acqua minima consigliata di almeno ½ litro d'acqua, e della sufficiente riserva alimentare che gli saranno necessarie per arrivare al successivo posto di ristoro. L'assistenza personale lungo il percorso è vietata. L'assistenza personale è permessa solo negli appositi spazi riservati dall'organizzazione e debitamente segnalati sulla mappa del percorso. E' proibito farsi accompagnare sul percorso da un'altra persona che non sia regolarmente iscritta.

I volontari responsabili del percorso ed i giudici lungo il percorso sono autorizzati a fare interrompere la gara per motivi sanitari levando il pettorale. Se la gara viene comunque continuata, ciò avverrà sotto la propria responsabilità al di fuori della gara stessa e senza alcun diritto ai servizi.

**Lusernar Loaf von Famildje (8 Km non competitiva):** regime di semi-autosufficienza idrica e alimentare.

## **Art. 8 Materiale consigliato**

Materiale vivamente consigliato per la 28km:

- Scarpe idonee da trail running;
- contenitore contenenti almeno 1/2 litro d'acqua;
- Fischietto di segnalazione;
- Ventina antipioggia/antivento;
- Copricapo;
- Telefono cellulare.

Il concorrente che desidera utilizzare i bastoncini deve tenerli con sé per tutta la durata della corsa.

## **Art. 9 Ambiente naturale**

Le gare si svolgono in ecosistemi a protezione totale e quindi tutti gli atleti, pena squalifica, dovranno tenere un comportamento rispettoso dell'ambiente naturale e faunistico, evitando in particolare di disperdere rifiuti, raccogliere fiori o molestare la fauna. La manifestazione aderisce alla campagna lanciata da SpiritoTrail ([www.spiritotrail.it](http://www.spiritotrail.it)) "Io non getto i miei rifiuti" rivolta a tutelare l'ambiente e la natura.

## **Art. 10 Pettorali**

Il pettorale non potrà essere consegnato se non in possesso dei requisiti vedi artt. 5 e 6. Il pettorale deve essere reso visibile sempre nella sua totalità durante tutta la corsa. Prima dello start ogni corridore deve obbligatoriamente passare per i cancelli d'ingresso alla zona chiusa di partenza per farsi registrare.

## **Art. 11 Sicurezza ed assistenza medica**

In corrispondenza dei ristori e presso i volontari dislocati lungo il percorso è stabilito un posto di chiamata di soccorso. Questi posti sono collegati via telefono con la direzione di gara. All'arrivo sarà presente il medico di gara. I medici ufficiali sono abilitati a sospendere i concorrenti giudicati inadatti a continuare la

gara. In caso di necessità, per ragioni che siano nell'interesse della persona soccorsa, e solo esclusivamente a giudizio dell'organizzazione, si farà appello al soccorso ufficiale 112, che subentrerà nella direzione delle operazioni e metterà in opera tutti i mezzi appropriati, compreso l'elicottero. Le eventuali spese derivanti dall'impiego di questi mezzi eccezionali saranno a carico della persona soccorsa secondo le norme vigenti. Un corridore che fa appello ad un medico o ad un soccorritore si sottomette di fatto alla sua autorità e si impegna a rispettare le sue decisioni.

Ogni concorrente dovrà memorizzare i numeri di telefono dell'organizzazione riportati all'art. 1 del presente regolamento da contattare in caso di bisogno. È comunque consigliato scaricare l'app. del 112.

### **Art. 12 Posti di controllo e posti di rifornimento**

Il rilevamento dei concorrenti è effettuato ai posti di controllo e/o ai ristori. Solo i corridori portatori di pettorale ben visibile hanno accesso ai posti di rifornimento. Sul sito dell'organizzazione sarà pubblicata la carta del percorso che identificherà i ristori ed i punti di soccorso. Dei posti di controllo "volanti" saranno posizionati in altri luoghi al di fuori dei posti di soccorso e di ristoro. La loro localizzazione non sarà comunicata dall'organizzazione.

Posti di ristoro per la 28 km competitiva:

- al 10° km (malga Millegrobbe di sopra) – PUNTO ACQUA e FRUTTA
- al 12° km (Malga Costesin di sopra), – PUNTO ACQUA
- al 20°km (incrocio sentiero immaginario con strada per il Krojer), – PUNTO ACQUA e FRUTTA
- arrivo (piazza Marconi)

Posti di ristoro per la 8 km non competitiva:

- 3° km (incrocio sentiero immaginario con strada per il Krojer) – PUNTO ACQUA
- arrivo (piazza Marconi)

### **Art. 13 Tempo massimo concesso**

Di seguito sono elencati i tempi massimi per ciascuna gara al fine di completare la totalità del rispettivo percorso scelto.

***Lusernar Zimbar Loaf Trail (28 Km D+ 850m):*** tempo massimo di gara: 5h30

***Lusernar Loaf von Famildje (8 Km non competitiva):*** tempo massimo di gara: 5h

### **Art. 14 Abbandoni e rientri**

In caso di abbandono della corsa lungo il percorso, il concorrente è obbligato a comunicare il proprio abbandono facendosi registrare come ritirato al più vicino punto di controllo; è previsto inoltre l'obbligo di mandare un sms con scritto il numero di pettorale ritirato al numero di base gara fornito alla partenza. L'organizzazione si farà carico del suo rientro dal posto di controllo stesso alla base zona di partenza; non è garantito il rientro dei ritirati al di fuori dei posti di controllo se non in caso di infortunio. In caso di mancata comunicazione di un ritiro e del conseguente avvio delle ricerche del concorrente, ogni spesa derivante verrà addebitata al concorrente stesso.

### **Art. 15 Penalità - squalifiche**

Le irregolarità accertate anche a mezzo di immagini video pervenute all'organizzazione dopo la gara, potranno causare squalifiche. La Giuria della gara di cui al successivo art. 17 può pronunciare la squalifica di un concorrente, in caso di mancanza grave al regolamento, in particolare di:

- Pettorale portato in modo non conforme;
- Scambio di pettorale;
- Mancato passaggio e registrazione ad un posto di controllo;
- Utilizzo di un mezzo di trasporto;
- Doping o rifiuto di sottomettersi ad un controllo anti-doping;
- Mancata assistenza ad un altro concorrente in caso di difficoltà di questi;
- Uso di assistenza personale al di fuori dei punti consentiti;
- Abbandono di proprio materiale lungo il percorso;
- Mancato rispetto del divieto di farsi accompagnare sul percorso,
- Abbandono di rifiuti sul percorso;
- Insulti, maleducazione o minacce contro i membri dell'organizzazione o i volontari;
- Rifiuto a farsi esaminare da un medico dell'organizzazione in qualunque momento della gara.

### **Art. 16 Reclami**

Sono accettati solo reclami scritti nei 30 minuti che seguono l'avvenuta affissione presso la segreteria della manifestazione dei risultati provvisori, previo versamento di una tassa di € 100,00, non rimborsabile.

### **Art. 17 Giuria**

La Giuria della manifestazione è composta:

- Dal direttore di riunione;
- Dal responsabile del percorso incaricato dall'organizzazione;
- Dal responsabile della sicurezza incaricato dall'organizzazione.

### **Art. 18 Modifiche del percorso – Annullamento della corsa**

L'organizzazione si riserva il diritto di modificare in ogni momento il percorso o l'ubicazione dei posti di soccorso, controllo e di ristoro, senza preavviso. In caso di condizioni meteorologiche avverse o per altri motivi non dipendenti dall'organizzazione e tali da mettere a rischio la sicurezza dei concorrenti e dei volontari, la partenza può essere posticipata o annullata, il percorso può essere modificato e ridotto, la corsa può essere fermata in qualsiasi punto del tracciato. Le suddette modifiche saranno prese dalla giuria, sentito anche il parere dei responsabili della sicurezza e dell'equipe medica, la modifica, la

sospensione o l'annullamento della corsa non daranno diritto ai concorrenti ad alcun rimborso della quota di iscrizione.

Qualora la manifestazione fosse annullata prima della partenza per causa di forza maggiore tale fatto sarà pubblicato tempestivamente sul sito dell'organizzazione. In caso di annullamento per causa di forza maggiore a gara iniziata verrà data comunicazione attraverso i posti di controllo e rifornimento.

### **Art. 19 Classifiche e premi**

Verranno inseriti in classifica i soli concorrenti che raggiungeranno il traguardo di Luserna/Lusérn e che si faranno registrare all'arrivo giudici.

#### ***Lusernar Zimbar Loaf Trail (28 Km D+ 850m):***

1<sup>^</sup>-2<sup>^</sup>-3<sup>^</sup>-4<sup>^</sup>-5<sup>^</sup> classificato assoluto maschile, non cumulabile con

1<sup>^</sup> classificato maschile delle categorie: M35 / M40 / M45 / M50 / M55 / M60 / M65 / M70

1<sup>^</sup>-2<sup>^</sup>-3<sup>^</sup>-4<sup>^</sup>-5<sup>^</sup> classificata assoluta femminile, non cumulabile con

1<sup>^</sup> classificata femminile delle categorie: F35 / F40 / F45 / F50 / F55 / F60 / F65 / F70

A tutti coloro che termineranno le rispettive gare, anche non competitiva, verrà consegnata la medaglia ricordo.

### **Art. 20 Diritti di immagine e dei dati**

Contestualmente all'iscrizione il concorrente autorizza che i dati personali, sensibili e non sensibili, da lui rilasciati, possano essere comunicati a terzi a scopo di elaborazione dati con le norme previste dal codice in materia di protezione dei dati personali (Regolamento UE 2016/679). Ogni partecipante alla gara autorizza inoltre l'organizzazione ad utilizzare le immagini per la promozione dell'evento su tutti i media nazionali ed internazionali. Ogni concorrente rinuncia espressamente ad avvalersi dei diritti d'immagine raccolte durante la prova così come rinuncia a qualsiasi ricorso contro l'organizzazione, ed ai suoi partner abilitati, per l'utilizzo fatto della sua immagine.

### **Art. 21 Assicurazione e responsabilità**

L'organizzazione non si assume alcuna responsabilità per eventuali danni o incidenti ai partecipanti ed a terzi, né prima, né durante, né dopo la manifestazione sportiva. Inoltre l'ente organizzatore non può essere tenuto responsabile per lo smarrimento di oggetti. Ogni partecipante si deve assicurare per conto proprio. Il Foro competente è quello di Trento.