REGOLAMENTO 2023
Lago Santo Skyrace

2^ EDIZIONE, SABATO 30 SETTEMBRE 2023
Presso Pievepelago loc. Sant'Annapelago (MO)
Ritrovo alle ore 6.30 con partenza alle ore 8.30

Gara competitiva di 29 km 2000 m D+

1 – INFORMAZIONI GENERALI

L'Associazione Team Mud & Snow ASD in collaborazione con l'Ente Parchi Emilia Centrale, la Scuola Sci Club Sant'Annapelago, il comune di Pievepelago (MO) e il comune di Barga (LU), l'associazione "Sentiero delle Cascate", organizza Sabato 30 Settembre 2023 la Lago Santo Skyrace con un percorso di 29 km, dislivello positivo di 2000 m e un'altitudine compresa tra 900 e 2000 mslm, interamente su sentieri di montagna all'interno del Parco regionale del Frignano.

PERCORSO

Il percorso partirà ed arriverà a Sant'Annapelago, frazione di Pievepelago (MO), compiendo un circuito ad anello di alta montagna e interessando anche il versante lucchese, della lunghezza di 29 km con 2000 m di dislivello positivo, altrettanto negativo. Roadbook, road map-altimetria e traccia GPS sono disponibili sul sito della manifestazione (www.lagosantorace.com) e possono essere via via aggiornati. Il percorso ufficiale di gara è esclusivamente quello che verrà tracciato e balisato, non la traccia GPS.

In particolare il percorso affronterà nella fase centrale la classica traversata di crinale del massiccio occidentale del Giovo, superando le vette Cima Romecchio - Cima dell'Omo - Monte Giovo - Monte Rondinaio - Monte Nuda tra 1780 e 1990 mslm, tutta a fil di cielo.

Sono presenti numerosi i tratti tecnici sia in salita che discesa con pendenze > 40%.

RITROVO

Sabato 30 settembre 2023 alle ore 6.30 presso il campo sportivo di Sant'Annapelago (MO).

PROGRAMMA

ore 06.30 Apertura ufficio gara, consegna pettorali e pacco gara
ore 08.10 Briefing pre-gara
ore 08.30 Partenza
ore 13.00 Premiazioni Sentiero delle Cascate Trail
ore 14.30 Premiazioni Lago Santo Skyrace
ore 18.00 Fine manifestazione

2 – CONDIZIONI PER POTERSI ISCRIVERE

Sono ammessi a partecipare alla Lago Santo Skyrace tutti gli atleti di entrambi i sessi che il giorno della gara abbiano compiuto 18 anni.

Possesso di tessera annuale F.I.Sky. in corso di validità il giorno della gara. Per i non tesserati F.I.Sky. è possibile partecipare alla gara sottoscrivendo un tesseramento giornaliero F.I.Sky. in fase di registrazione al costo di 5€.

Possesso di certificazione medica di idoneità sportiva agonistica con scadenza almeno al giorno successivo alla gara, da allegare in fase di iscrizione e valido per attività agonistica ad elevato impegno cardiovascolare, come previsto dal regolamento F.I.Sky. Valgono certificati per: atletica leggera, trail running, sky running, sci alpinismo, sci di fondo, ciclismo, mountain-bike, triathlon. Gli atleti stranieri sono tenuti, pena l'esclusione dalla gara, a presentare il *Medical Certificate for foreign athletes* scaricabile dal sito della manifestazione (www.lagosantorace.com), firmato e timbrato da un medico sportivo abilitato nel Paese d'origine.

Non possono partecipare atleti che stanno scontando squalifiche per uso di sostanze dopanti in qualunque disciplina.

Il partecipante con l'iscrizione dichiara di conoscere, accettare e rispettare il presente Regolamento disponibile sul sito della manifestazione (www.lagosantorace.com) e libera gli organizzatori da ogni responsabilità civile o penale per qualsiasi eventuale incidente o accidente, per danni a persone o cose a lui derivati o da sé causati, che possano verificarsi prima, durante e dopo la manifestazione.

Il partecipante con l'iscrizione alla gara accetta la Dichiarazione di assunzione del rischio ed esonero responsabilità e l'Informativa sulla privacy consultabili e scaricabili dal sito della manifestazione (www.lagosantorace.com).

Il partecipante inoltre dichiara e certifica di essere in perfette condizioni psicofisiche, di non soffrire di vertigini, mal di montagna o altri disturbi collegati alle alte quote, di essere consapevole di affrontare un tracciato di gara con eccezionali difficoltà altimetriche su fondo che può essere anche molto ripido, sconnesso e scivoloso.

DOCUMENTI OBBLIGATORI DA PORTARE IL GIORNO DELLA GARA

— Copia del certificato medico per attività sportiva agonistica valido al 30 settembre 2023, anche se precedentemente caricato sulla piattaforma in fase di iscrizione.
— Certificato Medico per atleti stranieri / *Medical Certificate for foreign athletes*. Il modulo è scaricabile dal sito della manifestazione (www.lagosantorace.com).

3 – MODALITÀ DI ISCRIZIONE

Le iscrizioni sono possibili dal 01/08/2023 al 22/09/2023 alle ore 24 online, collegandosi al sito www.lagosantorace.com, oppure recandosi presso il negozio Mud and Snow – via Fondovalle 2876 – Marano sul Panaro loc. Casona (MO).

Il pagamento tramite bonifico può essere effettuato alle seguenti coordinate:
Team Mud & Snow A.S.D.
Banca Popolare dell'Emilia Romagna, filiale di Marano s/P
IBAN: IT38O0538766830000003138427
CAUSALE: Nome e Cognome – Lago Santo Skyrace

QUOTA: 50 €

NUMERO CHIUSO

Le iscrizioni sono possibili fino al raggiungimento della quota massima di 250 iscritti.

RINUNCIA

Gli atleti che, per qualsiasi causa, vogliano rinunciare alla propria iscrizione devono fare pervenire comunicazione scritta alla email info@lagosantorace.com della loro rinuncia entro il 20/09/2023, data di stampa dei pettorali nominativi. I rinunciatari non saranno rimborsati ma la loro iscrizione sarà spostata sull'edizione successiva.

Rinunce successive alla data e alle modalità indicate saranno rimandate all'edizione 2024 solo se accompagnate da documentazione medica.

ANNULLAMENTO GARA CAUSE DI FORZA MAGGIORE

La gara si svolgerà in qualsiasi condizione meteorologica tuttavia, in caso di condizioni eccezionali, la Direzione di Gara potrà eseguire opportune variazioni al tracciato originale e, al verificarsi di cause di forza maggiore, potrà procedere all'annullamento della competizione con rinvio all'edizione del 2024.

4 – EQUIPAGGIAMENTO

MATERIALE OBBLIGATORIO

- **Pettorale** da portare nella parte frontale del corpo, fornito dall'Organizzazione
- **Chip** fornito dall'Organizzazione
- **Borraccia o bicchiere personale** nei ristori non saranno presenti bicchieri
- **Giacca antivento**

Importante: il materiale obbligatorio potrebbe essere aggiornato in funzione delle condizioni meteorologiche previste in gara.

MATERIALE RACCOMANDATO

Bastoncini da skyrunning sono consentiti ma devono essere portati dal partecipante durante tutta la gara, non è previsto recupero da parte dell'Organizzazione. I bastoncini devono essere all'occorrenza ricollocabili o agganciabili allo zainetto perché possono essere necessarie entrambe mani libere in alcuni passaggi.

Riserva d'acqua

Giacca antipioggia

Barrette energetiche

Telefono cellulare acceso e carico, con il numero di emergenza salvato

5 – SICUREZZA E ASSISTENZA MEDICA

La sicurezza dei partecipanti, dei volontari e degli eventuali soccorritori è prioritaria rispetto a qualsiasi altra cosa. Proprio per cercare di limitare al massimo il rischio e renderlo quindi accettabile si sono attivate diverse procedure:

— Si è attivata una Giuria di Sicurezza che in maniera insindacabile deciderà in materia di sicurezza, su effettuazione percorso di riserva, eventuale sospensione, annullamento, deviazione del percorso;

— Lungo il percorso vi sarà personale medico autorizzato a verificare le condizioni psico/fisiche degli atleti durante la prova: nel caso in cui un concorrente non fosse ritenuto idoneo a proseguire la gara verrà, ad insindacabile giudizio del personale medico, squalificato dalla competizione e gli verrà ritirato il pettorale ed assistito;

— Sul pettorale saranno stampati i numeri di sicurezza dell'organizzazione; Nel caso di repentini peggioramenti meteo attiveremo i necessari provvedimenti sempre per tutelare atleti e volontari;

– Lungo il percorso vi saranno volontari e Soccorso Alpino, tutti impegnati a garantire la massima sicurezza e il giusto supporto in caso di necessità;

– Il percorso sarà segnalato con balise, frecce, marker ecospray,bandierine o con segnali ben visibili (ogni 100 metri circa). Nel caso in cui l'atleta non dovesse incontrare un segnale per oltre 250-300 metri, evidentemente avrà sbagliato percorso: dovrà rientrare sui suoi passi e ritrovare l'ultimo segnale.

ABBANDONI E RIENTRI

I ristori costituiscono “centro di raccolta e assistenza” per eventuali partecipanti ritirati. Nel caso in cui un concorrente si ritiri al di fuori dei punti prestabiliti dovrà provvedere direttamente a raggiungere l’arrivo o un punto di ristoro, dando obbligatoriamente comunicazione immediata via telefono o con sms all’organizzazione. Nel caso in cui dovessero attivarsi ricerche inutili per mancate comunicazioni o per concorrenti squalificati i costi verranno addebitati al concorrente.

RISTORI E PUNTI RACCOLTA ATLETI RITIRATI O IN DIFFICOLTÀ:

— PUNTO ACQUA km 7 (Fontanone dei pastori)
— RISTORO 1 — liquido e solido km 10 (Bivacco Caciaia)
— RISTORO 2 — liquido e solido km 19 (Lago Santo)
— RISTORO 3 — liquido e solido km 26 (Vaccherecce)
— RISTORO FINALE cibo e bevande

SCOPE

Sono presenti delle scope in entrambi i percorsi che hanno pure il compito di rimuovere la tracciatura, la continuazione del percorso dietro le scope è da considerare totalmente a proprio rischio e responsabilità e solleva l'Organizzazione da ogni evento che lo riguardi, pertanto l'interessato ha obbligo di raggiungere il più vicino ristoro per essere ri-accompagnato al traguardo.

MODIFICHE DEL PERCORSO-ANNULLAMENTO

L'Organizzazione si riserva il diritto di modificare i percorsi in parte o in toto e i punti di ristoro a proprio insindacabile giudizio in qualsiasi momento anche a gara in corso e di ritardare per problemi meteo o altro motivo, l'orario di partenza. Le gare si disputeranno anche in condizione di maltempo su percorsi eventualmente modificati, tuttavia se le condizioni meteo sono tali da pregiudicare la sicurezza dei partecipanti e dei volontari, o per qualsiasi altra causa di forza maggiore, le gare stesse possono essere annullate.

6 – TEMPO MASSIMO E CANCELLI

Per il completamento del percorso della Lago Santo Skyrace è stabilito un tempo massimo di ore 7 ore e 30 minuti.

1° CANCELLO ORARIO

È previsto un cancello orario al km 13 (Monte Giovo) a 4 ore dal via. I partecipanti che raggiungono il cancello oltre il tempo prestabilito verranno squalificati. L'atleta verrà quindi indirizzato al Punto di raccolta del Lago Santo, tramite deviazione sul sentiero CAI 525, dove potrà usufruire del servizio navetta per il rientro al villaggio gara.

Questo cancello perentorio si rende necessario per salvaguardare la sicurezza e il divertimento di tutti, da test effettuati si ritiene infatti che considerando le rilevanti difficoltà tecniche del tratto successivo di percorso, non sia affrontabile serenamente da atleti non sufficientemente preparati.

2° CANCELLO ORARIO

Un secondo cancello orario è stato previsto al km 19 in corrispondenza del passaggio al Lago Santo modenese, a 5 ore e 30 minuti dalla partenza.

PASSAGGIO ATTREZZATO "GROTTA ROSA"

Al 14° km in corrispondenza della cima del monte Grotta Rosa troverete l'unico passaggio EEA (itinerario per escursionisti esperti con attrezzatura) di tutto il percorso. Tale passaggio, pur essendo in totale sicurezza a cura del CAI e presidiato e assistito da professionisti del Soccorso alpino e volontari, può presentare insicurezza in partecipanti non preparati a tale difficoltà tecnica. Nessuno deve prendersi rischi: il superamento del tratto attrezzato NON è obbligatorio, chi non vorrà potrà tranquillamente aggirarlo per comodo sentiero laterale che vi verrà indicato e che comporta un modesto aggravio di tempo causa maggiore lunghezza (circa un minuto).

Per gli atleti sarà obbligatorio affrontare questo passaggio fino al Passetto del Rondinaio con le mani libere quindi gli eventuali bastoncini da trail running in uso dovranno essere ricollocati nello zainetto o messi a tracolla.

7 – SERVIZI

La quota di iscrizione comprende:

— Parcheggio gratuito
— Assistenza medica
— Pettorale di gara personalizzato con nome e cognome (per iscrizioni effettuate entro il 20/09/2023)
— Capo tecnico
— Servizio di cronometraggio con chip
— Ristori lungo il percorso
— Deposito borse
— Docce, spogliatoi
— Pacco gara (comprende prodotti tipici del territorio, integratori e medaglia *finisher* appositamente creata)
— Buono sconto di € 10 presso lo store specializzato in trail running Mud and Snow di Casona di Marano (MO), oppure on-line su www.mudandsnow.com

CRONOMETRAGGIO

Il servizio di cronometraggio sarà effettuato con tecnologia basata sull'utilizzo di chip. Ogni partecipante dovrà essere munito di un chip personale fornito dall'Organizzatore. Il mancato o non corretto utilizzo del chip comporterà il non inserimento in classifica e la non attribuzione del tempo impiegato.

8 – CIRCUITO TRAIL DEI PARCHI DELL'EMILIA

Lago Santo Skyrace e Sentiero delle Cascate Trail sono le prove finali del circuito Trail dei Parchi dell'Emilia. Regolamento e classifiche: www.circuitotraildeiparchi.com.

9 – ASSISTENZA PERSONALE

È ammesso essere assistiti da accompagnatori che possono rifornire gli atleti di bevande, indumenti di ricambio, generi di conforto esclusivamente ai punti di ristoro predefiniti.

È tassativamente vietato agli accompagnatori portare anche solo parte del materiale obbligatorio che deve essere sempre in possesso di ciascun partecipante, pena la squalifica dalla gara.

È ammesso fare foto e video degli atleti in gara in ogni punto del percorso e pubblicare liberamente in ogni forma.

10 – BASTONCINI

È ammesso l'utilizzo di bastoncini da trail running. L'Organizzazione non prevede nessun servizio di recupero di bastoncini abbandonati sul tracciato.

11 – ANIMALI DOMESTICI

Vista la particolare conformazione del terreno e per assicurare le migliori condizioni di sicurezza per tutti i partecipanti, è vietato gareggiare facendosi accompagnare da animali domestici. I concorrenti con animali domestici al seguito saranno automaticamente squalificati e considerati esterni alla gara, pertanto ritenuti responsabili di qualunque danno arrecato a se stessi, agli altri concorrenti, a terzi in generale.

12 – CAMPAGNA"IO NON GETTO I MIEI RIFIUTI"

La manifestazione Lago Santo Skyrace aderisce all'iniziativa "Io non getto i miei rifiuti", una campagna promossa da Spirito Trail e rivolta a tutti i veri trailers, atleti e organizzatori, per tutelare l'ambiente e la natura. Per maggiori infomazioni è possibile consultare il sito www.spiritotrail.it/i-nostri-progetti/io-non-getto-i-miei-rifiuti

13 – SQUALIFICA - RECLAMI

SQUALIFICHE

Un atleta verrà squalificato nelle seguenti circostanze:

— Deviazione dal percorso tracciato: fa fede solo il percorso balisato. Non la traccia gps; — Mancanza di qualsiasi elemento del materiale obbligatorio; — Farsi accompagnare da animali domestici; — Rifiuto di sottoporsi a controllo medico o del materiale obbligatorio; — Mancato passaggio a punto di controllo; — Scambio di pettorale; — Assistenza non autorizzata al di fuori dei punti predefiniti; — Taglio di percorso; — Uso di mezzi di trasporto; — Gettare rifiuti nell'ambiente; — Ingiurie e comportamenti maleducati nei confronti di altri atleti, volontari, pubblico o escursionisti; — Bestemmie; — Danneggiamento dei sentieri della tracciatura della

vegetazione, disturbo della fauna; — Comportamenti contrari all'etica al fair-play in genere; — Mancato soccorso a atleta in difficoltà; — qualsiasi violazione al regolamento in essere.

La squalifica ha effetto immediato e potrà essere sanzionata anche a posteriori esaminando la documentazione foto e video raccolta.

RECLAMI

Eventuali reclami dovranno essere formulati per iscritto entro 30 minuti dalla conclusione della gara, accompagnati di esauriente documentazione e cauzione di € 100.

14 – ASSICURAZIONE

L'Organizzazione sottoscrive un'assicurazione di responsabilità civile per tutto il periodo della manifestazione.

La partecipazione avviene sotto l'intera responsabilità dei concorrenti i quali, nella piena conoscenza della pericolosità della competizione e dell'ambiente in cui viene effettuata e nella piena consapevolezza delle proprie reali capacità psico-fisiche, all'atto dell'iscrizione alla gara rinunciano ad ogni ricorso contro gli Organizzatori in caso di danni e di conseguenze ulteriori che sopraggiungano in seguito alla gara.

Al momento dell'iscrizione online per concludere la pratica, il corridore deve sottoscrivere una liberatoria di scarico responsabilità ed autorizzazione del trattamento dei dati personali. Può eventualmente inviarla via mail all'indirizzo info@lagosantorace.com o consegnarla al ritiro del pettorale.

15 – PRIVACY E DIRITTI D'IMMAGINE

Ai sensi dell'art. 13 del Regolamento UE/2016/679 si informa che i dati raccolti saranno utilizzati soltanto l'elenco dei partecipanti, l'ordine di arrivo e l'archivio storico e per erogare i servizi dichiarati nel regolamento. Con l'iscrizione alle gare, ciascun partecipante rinuncia totalmente e a tempo indeterminato a diritti d'immagine riguardanti qualunque forma mediatica (a titolo esemplificativo non esaustivo: foto, audio, video) che potranno essere

registrati e diffusi da chiunque e su qualsiasi mezzo senza nessuna richiesta di autorizzazione dei soggetti ripresi.

16 – CONTATTI

È possibile richiedere informazioni contattando l'Organizzatore all'indirizzo e-mail info@lagosantorace.com o recandosi presso Mud and Snow – via Fondovalle 2876 – Marano sul Panaro loc. Casona (MO).

Tutte le comunicazioni ufficiali verranno pubblicate sul sito della manifestazione (www.lagosantorace.com) e sui profili social della gara:
Instagram: www.instagram.com/lagosantorace
Facebook: www.facebook.com/lagosantorace

Telefono: 338 5219329 (Francesco Misley)

17 – ORGANIZZAZIONE TEAM MUD & SNOW ASD

L'organizzazione della gara è garantita e gestita dal TEAM MUD & SNOW ASD che ha sede a Marano sul Panaro in via Giovanni XXIII 297. Per maggiori informazioni è possibile consultare il sito www.mudandsnow.team.

La Direzione di Gara è composta da:
Francesco Misley — Direttore di Gara
Vera Bellelli — Segretario di Gara
Omar Oprandi — Direttore di Percorso
Alessia Pellegrino — Ufficio Stampa
Francesco Montanari — Responsabile della Tracciatura
Francesco Pedroni — Responsabile dei Volontari e Ristori

Il medico di gara è il Dott. Alessandro Misley.

18 – AVVERTENZE FINALI

La Direzione di Gara si riserva il diritto di modificare i tracciati, il montepremi, il programma e ogni parte di questo regolamento sino al via delle gare. L'unico regolamento valido è esclusivamente l'ultimo pubblicato online sul sito della manifestazione (www.lagosantorace.com). La Direzione di Gara può inoltre annullare l'evento per cause di forza maggiore salvaguardando la sicurezza dei partecipanti e dei volontari.

Per quanto non espressamente indicato, vige il regolamento nazionale della Federazione Italiana Skyrunning F.I.Sky. consultabile sul sito https://www.skyrunningitalia.it/

Ultimo aggiornamento 20/07/2023