



REGOLAMENTO 49^ “MEZZA VALLE INTRASCA”

Corsa in Montagna a Coppie

Domenica 1 giugno 2025

- 1) La “Mezza Valle Intrasca” è una gara di corsa in montagna a squadre di due persone; è ammessa la sostituzione di un componente della coppia di caso di impedimento, previa comunicazione all’organizzazione fino al giorno prima della gara.
- 2) L’organizzazione è affidata dal Cai Sezione Verbano a Valle Intrasca A.S.D. , Associazione Sportiva Dilettantistica, con sede in Vicolo del Moretto 7 a Verbania, affiliata alla Fisky, Federazione Italiana Skyrunning. La partecipazione alla gara è subordinata al rispetto del presente regolamento e delle normative della Federazione, nonché al tesseramento degli atleti alla stessa Fisky, che può avvenire tramite la propria Associazione Sportiva oppure con tesseramento giornaliero da effettuarsi direttamente all’atto dell’iscrizione, al costo di 5 euro. Il tesseramento annuale con Valle Intrasca A.S.D. può essere effettuato previa richiesta via mail a segreteria@maratonavalleintrasca.it, al costo di 30 euro, compreso capo tecnico.
- 3) La corsa è aperta ad atleti che abbiano compiuto i 16 anni e che siano in possesso del certificato medico di idoneità agli sport agonistici valido alla data della gara (certificati categorie da B1 a B6, che prevedano ECG sotto sforzo).

- 4)La partecipazione è a coppie maschili, femminili e miste. Ogni coppia deve transitare insieme ai posti di controllo, durante tutto il percorso tenere una distanza tra i due componenti della squadra non superiore a 50 metri e arrivare insieme al traguardo, pena la squalifica.
- 5)La gara si svolge lungo un percorso di 17,3 km, con dislivello di 475 metri; è obbligatorio seguire la traccia segnata dalla apposita segnaletica e transitare ai posti di controllo predisposti, pena la squalifica.
- 6)La gara si svolge prevalentemente su sentieri di montagna, lungo un percorso impegnativo con salite e discese, per il quale sono richiesti adeguata preparazione fisica e allenamento specifico. In parte si svolge anche su strade asfaltate e aperte al traffico, seppur regolato: è richiesta quindi la massima attenzione al flusso veicolare e il rispetto delle indicazioni degli addetti alla sicurezza disposti sul percorso.
- 7)Sono previsti punti di ristoro lungo il percorso (vedi planimetria) allestiti con materiali biodegradabili e riciclabili. È vietato abbandonare rifiuti al di fuori di tali postazioni, nel rispetto dell'ambiente e nello spirito della manifestazione. In considerazione della lunghezza e complessità del percorso gli atleti sono tenuti ad una adeguata idratazione ed alimentazione.
- 8)In considerazione dell'ambiente montano gli atleti sono tenuti ad indossare un abbigliamento idoneo, tenendo anche conto delle condizioni meteorologiche del giorno della gara.
- 9) Il pettorale, personale e non cedibile, non è intercambiabile

tra i componenti della coppia e deve essere esposto ben visibile durante lo svolgimento della corsa.

- 10) L'eventuale ritiro dalla gara deve essere comunicato agli organizzatori al primo posto di controllo disponibile.
- 11) In caso di incidenti gli atleti sono tenuti a collaborare, segnalando immediatamente la situazione al più vicino posto di controllo.
- 12) Il ritrovo è previsto alle ore 7.00 in Piazza Ranzoni a Verbania Intra. La partenza in linea è prevista per le ore 8.20, con inizio appello degli atleti dalle ore 8.00
- 13) Tempo massimo: 3h.
- 14) Le premiazioni si svolgeranno alle ore 15.00 in Piazza Ranzoni a Verbania Intra. Verranno premiate le prime 5 coppie maschili, femminili e miste.
- 15) La quota di iscrizione è fissata in euro 40 a persona, compresa la quota Fisky di 5 euro, per le iscrizioni e relativi versamenti effettuati entro il 30 aprile 2025; euro 45 a persona compresa la quota Fisky oltre a tale data e fino alla chiusura delle iscrizioni (ore 7.15) del giorno della gara. Nel caso in cui l'atleta fosse già tesserato Fisky la quota verrà scontata di 5 euro. Il costo dell'iscrizione comprende: medaglia di partecipazione, capo tecnico (garantito per le prime 130 coppie), buffet all'arrivo, pranzo, assicurazione. In caso di annullamento della gara gli atleti potranno fare richiesta di rimborso della quota di iscrizione, oppure trattenere la quota in acconto sull'iscrizione dell'anno successivo.
- 16) L'iscrizione potrà essere effettuata: a) sul sito

www.maratonavalleintrasca.it , con pagamento della quota tramite bonifico bancario e inserimento della copia del certificato medico agonistico, che potrà avvenire anche in un secondo momento; b) presso la sede del Cai sezione Verbania in Vicolo del Moretto 7 a Verbania, ogni venerdì dalle ore 21.15 alle 22.30; c) presso il Centro Fisioterapico Iphysio in via xxv Aprile 20 a Verbania; d) in Piazza Ranzoni a Verbania Intra sabato 30 maggio dalle 17 alle 19 o domenica mattina 1 giugno fino alle 7.15. Nei casi b) c) e d) oltre al versamento della quota e alla compilazione dell'apposito modulo occorrerà consegnare copia del certificato medico agonistico valido. Con il modulo di iscrizione l'atleta rilascerà il consenso al trattamento dei dati personali ai sensi della normativa sulla Privacy e all'utilizzo delle immagini durante la manifestazione.

17) Il ritiro dei pettorali potrà essere effettuato sabato 30 maggio dalle 17 alle 19 o domenica 1° giugno dalle 6.30 alle 7.30 in Piazza Ranzoni a Verbania Intra.

18) Valle Intrasca A.S.D. organizza la manifestazione del rispetto delle normative di legge, ottenute tutte le autorizzazioni richieste e con piani di sicurezza e sanitari adeguati e comunicati alle Autorità competenti. Si avvale della collaborazione degli Enti Territoriali, del Soccorso Alpino, di personale medico specializzato, di una rete di collegamenti radio e di posti di controllo gestiti da volontari formati. Tutto ciò al fine di minimizzare i rischi comunque presenti per sua natura, in una attività come la corsa in ambiente montano. Non si assume quindi responsabilità per infortuni o inconvenienti imprevedibili o inevitabili, o dovuti a imprudenza, negligenza

o imperizia, o a violazioni di norme di legge e del presente regolamento da parte dei concorrenti.
