

Domenica 26 Maggio 2024 a Gosaldo

Don-Pian Lonch *seconda edizione*

DISTANZA 5000m. Dis.+ 600 m. - Arrivo a quota 1730 m.s.l.m.

1. Domenica 26 Maggio 2024 avrà luogo la seconda edizione della – Don-Pian Lonch -sulla distanza di 5000 metri con 600 m. di dislivello positivo; partenza dalla località Don di Gosaldo (sede comunale) (BL) m.s.l.m. 1140 e arrivo in località PianLonch nei pressi del Bivacco Menegazzi m.s.l.m. 1730, a 5' dal Rifugio di Malga Cavallera.

Manifestazione Sportiva di sola salita su strade silvo pastorali mulattiere e sentieri che porterà i partecipanti in uno degli angoli più suggestivi delle Dolomiti meridionali nel Gruppo della Pale di San Martino.

REGOLAMENTO

1. Il Gruppo Alpini di Gosaldo in collaborazione con un gruppo di amici con la passione per la corsa, organizzano per Domenica 26 Maggio 2024 la seconda edizione della Don - Pian Lonch, su un percorso di sola salita, un mini vertical della lunghezza di 5 chilometri con 600 metri di dislivello positivo.

2. La partenza alle ore 10.15 dalla località Don di Gosaldo domenica 26 Maggio 2024.

3. ISCRIZIONE. On-line. Sarà possibile iscriversi on-line a : DonPianlonch@gmail.com o scansionando il QR Code presente sul volantino **Sul Posto** . Sarà possibile iscriversi il giorno dell'evento presso la zona partenza in località Don di Gosaldo dalle ore 08:00 alle ore 09:45 al costo di Euro 10 che comprende pettorale, servizio trasporto cambio, ristoro, panino imbottito acqua, tè.

Possono iscriversi giovani minori di 18 anni accompagnati e sotto la responsabilità di chi esercita la patria potestà, previo compilazione e consegna di apposita liberatoria.

3.1 Per coloro che presentano certificato medico per atletica leggera o tessera equivalente (FIDAL o CSI), come previsto dal D.M. del 24 aprile 2013 verrà stilata relativa classifica con ordine d'arrivo.

3.2 E' possibile partecipare in forma ludico-motoria senza certificato medico ma in questo caso verrà solo rilevato il tempo di percorrenza ma non si potrà accedere alla classifica nè essere premiati in base all'ordine d'arrivo.

3.3 Tempo massimo previsto in due ore dalla partenza.

4. TRASPORTO BORSE EFFETTI PERSONALI. Ogni concorrente riceverà una fascetta con il numero di iscrizione che dovrà essere applicata al sacco-borsa personale e consegnato agli addetti al trasporto in zona partenza entro le ore 9.40.

L'organizzazione raccomanda di non inserire effetti di valore e pur adoperandosi con la massima scrupolosità nel trasporto non si ritiene responsabile per la mancanza di qualsiasi oggetto od effetto personale. Nulla vieta di portarsi per proprio conto il cambio necessario.

5. TRASPORTO atleti e parcheggi. Ogni atleta dovrà provvedere al ritorno in autonomia, non sono previsti trasporti tra la zona di arrivo e quella di partenza. Sarà possibile scendere dal sentiero gara, oppure da altro sentiero segnalato. In zona partenza sarà possibile parcheggiare l'auto in appositi spazi segnalati e gratuiti.

6. COMPORTAMENTO DEL CORRIDORE. Il partecipante deve seguire il tracciato regolarmente segnalato. I concorrenti non possono abbandonare di propria iniziativa il percorso di gara. In caso di incidenti gli atleti sono obbligati a prestare soccorso ai loro colleghi in difficoltà e allertare l'organizzazione. Agli atleti è chiesto un comportamento ecologico e di non abbandonare rifiuti durante l'intero percorso gara e di portarli con se fino alla zona di arrivo dove ci saranno punti per la raccolta.

7. PERCORSO. Il percorso si snoda su piste e sentieri di montagna, è richiesta quindi esperienza nel muoversi su fondi a volte sconnessi, capacità di orientamento e abbigliamento idoneo, tipo calzature da trail e capi antipioggia nonché ricambio idoneo considerato l'arrivo in quota dove sovente può non esserci una temperatura confortevole.

Il percorso della Don a Pian Lonch è visibile nella pagina percorsi e su apposite mappe che verranno poste in zona partenza.

8. RISTORO per i partecipanti : allestito in zona arrivo .

9. PREMI. premiazioni dei primi Maschili e Femminile, altri premi a discrezione dell'organizzazione.

10. PRIVACY E DIRITTI DI IMMAGINE. Con l'iscrizione, i partecipanti accettano la pubblicazione di nome, cognome, anno di nascita, luogo di residenza, nazionalità, numero di pettorale, squadra, tempo di gara e piazzamento nelle liste di partenza e nelle classifiche della manifestazione. Questo consenso è valido per la pubblicazione in internet, su carta stampata, in TV o canali social, negli annunci degli speaker e per l'affissione di liste di partenza o di classifica durante la manifestazione. Autorizzano inoltre l'organizzazione all'utilizzo gratuito, senza limiti territoriali e di tempo, di immagini fisse e in movimento che li ritraggano in occasione della partecipazione alla Don a Pian Lonch.

11. RESPONSABILITÀ ASSICURAZIONE e INFORTUNI. Sarebbe opportuno che ognuno sia munito di propria assicurazione per incidenti che gli possano capitare prima durante e successivamente alla manifestazione. Il partecipante,

consapevole della responsabilità per dichiarazioni mendaci, riconosce e conferma di aver preso visione diretta del percorso di gara e di averlo, nel pieno delle proprie facoltà, ritenuto pienamente confacente al proprio livello tecnico.

11.1 Il Partecipante DICHIARA a tutti gli effetti la propria idoneità fisica per la partecipazione alla manifestazione sportiva secondo quanto stabilito dalle norme di legge, di esonerare espressamente gli organizzatori e tutte le persone volontari e istituzioni coinvolte nell'organizzazione da ogni responsabilità per colpa non grave relativamente ad eventuale sinistro di cui l'atleta medesimo sia vittima e da ogni responsabilità, sia civile sia penale, per danni a persone e/o cose da lui causati. In particolare, è esclusa qualsiasi responsabilità per il bagaglio trasportato dall'organizzazione. L'organizzazione respinge inoltre ogni responsabilità verso spettatori o terzi per danni di qualsiasi tipo.

12. PRIORITÀ REGOLAMENTO. Il presente regolamento ha validità assoluta su ogni altra informazione errata, incompleta o diversa che possa trovarsi sui siti o social media legati in qualche modo alla presente manifestazione. Questo regolamento è da considerarsi PROVVISORIO e potrà essere implementato e/o modificato ove l'organizzazione lo ritenga opportuno per il migliore svolgimento della manifestazione. Dato il carattere non competitivo della manifestazione non si accetteranno reclami di alcun genere.

Gli organizzatori