

## **REGOLAMENTO**

# **TRAIL DELLE CARBONAIE 2026 VIII ED.**

La gara è aperta a tutti gli atleti, assoluti ed amatori, uomini e donne, che alla data del 24 MAGGIO 2026 abbiano compiuto i 18 anni (millesimo di età) ed in regola per l'anno in corso, con il tesseramento FIDAL oppure con Enti di promozione sportiva, riconosciuti dal CONI. Possono inoltre partecipare cittadini italiani e stranieri in possesso della "RUNCARD", rilasciata direttamente dalla FIDAL e mediante la presentazione di un certificato medico d'idoneità agonistica specifico per l'atletica leggera in corso di validità in Italia, che dovrà essere esibito agli organizzatori.

L'organizzazione della gara è a cura della **Podistica Rocca di Papa**.

La lunghezza del tracciato si sviluppa sulla distanza di **15,500 km circa D+ 380 m**

Si svolgerà il **24 Maggio 2026** con ritrovo alle ore 07.30 presso Parco Comunale “ La Pompa “sito in Rocca di Papa in via Pozzo del Principe

La partenza avverrà alle ore **09.30**.

# PERCORSO

Si sviluppa Per Km 1,500 (andata e ritorno ) su asfalto e restante interamente su sentieri sterrati immersi nel bosco con ripetuti saliscendi con un + 380 circa di dislivello.

RISTORI

Come previsto dalla tipologia di gara, sul percorso è presente nr. 1 / 2 ristori di sola acqua. Non saranno presenti bicchieri di plastica, quindi si raccomanda ai partecipanti di munirsi di appositi contenitori per bere.

## ISCRIZIONE

La quota è di 13 €. E' possibile iscriversi il giorno della gara a 15 €

Le iscrizioni termineranno al raggiungimento di nr. 300 iscritti , pacco gara garantito ai primi 170 iscritti.

Chiusura delle iscrizioni entro le ore 19.00 del 22 Maggio 2026

Per iscriversi è necessario inviare i propri dati utilizzando i moduli per Iscrizione singoli e di società

**ISCRIZIONE SINGOLI** : inviando mail a [podisticaroccadipapa@gmail.com](mailto:podisticaroccadipapa@gmail.com) allegando tesserino, certificato medico in corso di validità e copia bonifico

ISCRIZIONE SOCIETA: inviando mail a [podisticaroccdipapa@gmail.com](mailto:podisticaroccdipapa@gmail.com) allegando lista atleti su carta intestata

- **I singoli** dovranno specificare Cognome, nome, anno di nascita e società di appartenenza allegare, tesserino FIDAL o di ente promozione sportivo , Certificato medico agonistico in corso di validità per RUN CARD e EPS e copia Bonifco
  - **Le società** dovranno inviare la lista degli atleti completa di dichiarazione di regolarità sanitaria e tesseramento per l'anno in corso, di timbro e firma del Presidente,copia bonifco effettuato.

Il mo-

**PAGAMENTO:** Tramite bonifico bancario: - IBAN: IT30J0306909606100000139935, INTESA SAN PAOLO, intestato a Podistica Rocca di Papa. Nella causale bisogna specificare:

- Per i singoli: nome, cognome, anno di nascita e società di appartenenza
  - Per le società: nr. degli atleti e nome della Società.

*Per essere regolare l'iscrizione è necessario inviare la copia del bonifico e per i singoli anche la copia del certificato medico valido nell'anno in corso se apparteneti a enti di Promozione sportiva e Run Card*

In tutti i casi, dovrà essere presentato il tesserino di affiliazione (Fidal, Uisp, Csi ecc) valido per l'anno in corso. Per le iscrizioni cumulative di società è valida una lettera di responsabilità sottoscritta dal presidente della Società stessa.

## RITIRO PETTORALI

## La mattina della Gara

# RESPONSABILITÀ

La partecipazione alla gara comporta l'accettazione senza riserve del presente regolamento. Il percorso è segnato con strisciole Rosse e Bianche ed è vietato effettuare scorciatoie.

## EQUIPAGGIAMENTO

Si consiglia l'uso di scarpe da Trail, bastoncini telescopici per chi li usa, giacca anti pioggia (in caso di tempo piovoso) e recipiente per bere.

## CLASSIFICHE E PREMI

Verrà redatta una classifica generale e di categoria uomini e donne.

La premiazione per le categorie avverrà secondo il cosiddetto metodo ad imbuto e immediatamente subito dopo l'arrivo. Mentre per gli assoluti uomini e donne le premiazioni verranno effettuate sul palco.

Saranno premiati:

ASSOLUTI - Primi 3 Uomini e donne con generi alimentari o materiale tecnico;

CATEGORIA - Primi 3 delle seguenti categorie con generi alimentari:

- A. SM/SF
  - B. SM/SF30;
  - C. SM/SF35;
  - D. SM/SF40;
  - E. SM/SF45;
  - F. SM/SF50;
  - G. SM/SF55;
  - H. SM/SF60;
  - I. SM/SF65;
  - L. SM/SF70 IN POI

## <<<<<<<<<CAMMINATA NON COMPETITIVA<<<<<<<<<

La Camminata è aperta a tutti uomini e donne che alla data del 24 MAGGIO 2026 abbiano compiuto 18 anni ( millesimo di età ) scaricando il modulo “scarico responsabilità “ dal sito

La partenza avverrà alle ore **09:30**

# PERCORSO

Si sviluppa interamente su sentieri sterrati e scorci di bosco con ripetuti saliscendi per un totale di km 8 con un + 200 circa di dislivello.

**ISCRIZIONE :** mandando su [podisticaroccadipapa@gmail.com](mailto:podisticaroccadipapa@gmail.com) nome cognome data di nascita e copia bonifico

La quota è di 7 € . E' possibile iscriversi il giorno della camminata a 10 €

La quota comprende un ricco ristoro finale

Chiusura delle iscrizioni entro le ore 19.00 del 22 maggio 2026

**PAGAMENTO:** Tramite bonifico bancario: - IBAN: **IT30J0306909606100000139935**, INTESA SAN PAOLO, intestato a Podistica Rocca di Papa. Nella causale bisogna specificare:  
Camminata non competitiva Trail delle Carbonaie 2024

### **SICUREZZA E ASSISTENZA MEDICA**

Gli Atleti durante lo svolgimento della gara/camminata saranno assistiti da un servizio medico in ambulanza con defibrillatore e medico.

Lungo il percorso sarà presente personale della Protezione Civile e Assistenza Medica a chiamata . L'ambulanza con personale medico resta a disposizione per tutta la durata della gara e a premiazioni concluse sul punto di partenza non avendo la possibilità di andare sui sentieri del percorso. Ogni atleta che si trovasse in caso di bisogno allertereà gli atleti in gara e l'atleta della società organizzatrice che segue l'ultimo atleta in gara che potrà allertare i soccorsi .

Ogni corridore deve prestare assistenza minima a chi ne ha bisogno durante la gara e chiamare il soccorso.

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

### **ASSICURAZIONE**

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 in seguito alla gara./camminata

Assicurazione personale: è consigliata per ogni concorrente la stipula di un'assicurazione personale, incidenti e infortuni, che copra eventuali spese di ricerca e di evacuazione. L'assicurazione può essere sottoscritta presso un organismo a scelta del corridore.

### **RECLAMI**

Eventuali reclami dovranno essere presentati nel rispetto delle norme della FIDAL e del R.T.I.

### **IMPORTANTE**

Tutti gli atleti dovranno:

- Prendere visione del suddetto regolamento;
- Non abbandonare eventuali rifiuti sul percorso di gara, eventuali rifiuti potranno essere depositati in prossimità dei ristori situati lungo il percorso
- Avvisare l'organizzazione al numero di telefono fornito in caso di abbandono,
- Non uscire fuori dal percorso tracciato;
- Prestare assistenza e/o allertare i soccorsi qualora vengano superati concorrenti che si trovino in difficoltà e richiedono aiuto;
- Non indossare cuffiette per l'ascolto di musica durante la gara perché le stesse non permettono di percepire eventuali pericoli e richieste di soccorso;
- Limite massimo del tempo è di 2h e 30m.

### **AVVERTENZE FINALI**

Il Comitato Organizzatore si riserva di modificare il presente regolamento in qualunque momento per motivi che riterrà opportuni per una migliore organizzazione della gara, dopo averne dato comunicazione e ottenuto approvazione dalla FIDAL. Per quanto non previsto dal presente regolamento, valgono le norme tecnico statutarie della FIDAL e del G.G.G.

**Con l'iscrizione alla gara l'atleta dichiara di aver letto e accettato il presente regolamento in ogni sua parte.**

**CONTATTI :**

Vito Carnevali cell. **3343283346** Gatta Lorena cell **3342789361**