



GENERALITA'

A.S.D. "Runners Montelepre", con il patrocinio del comune di Montelepre promuove ed organizza nella giornata di Domenica 14 Settembre 2025, la sesta edizione della manifestazione sportiva di trail running denominata:

TRAIL "Montagna Longa" Prova del Campionato Trail Sicilia Challenge

ACCETTAZIONE DEL REGOLAMENTO DI GARA

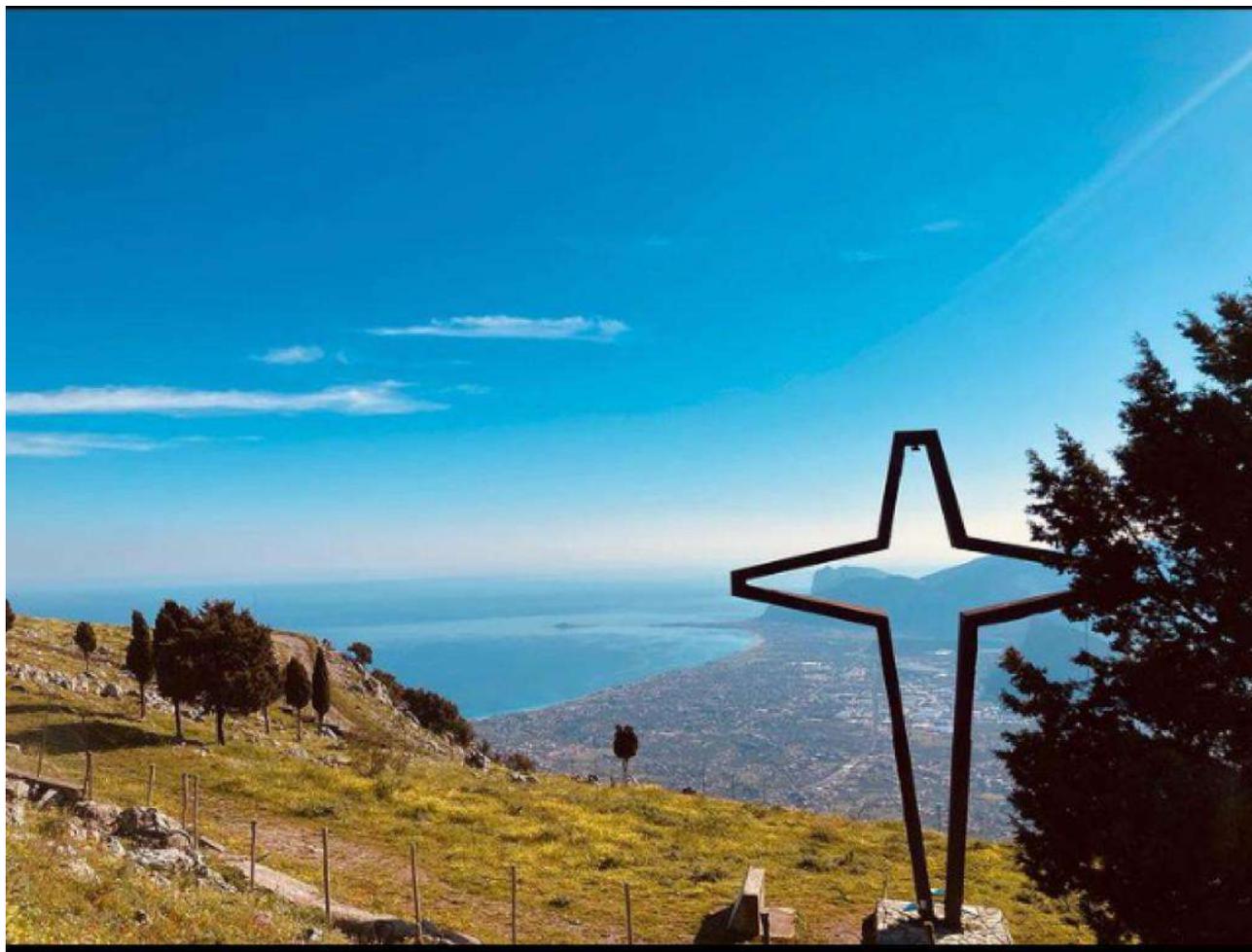
La partecipazione alla gara implica l'accettazione espressa e senza riserva del presente regolamento, dell'etica dell'evento e di tutte le istruzioni indirizzate ai partecipanti.

PERCORSI

Obiettivo del 6° Trail "MONTAGNA LONGA " non è solo corsa ma anche conoscenza di luoghi incontaminati della natura fino al cuore del bosco.

Luogo di partenza sarà il piazzale "Portella della Ginestra" , si proseguirà per le vie Paolo Marchese, via Regia Carini, via Librino, fino all'ingresso del Bosco Santa Venera per proseguire verso l'area attrezzata , si procederà poi per sentieri , che faranno scoprire paesaggi e manufatti di vita agreste.

Tappa obbligatoria sarà l'imponente Croce di Montagna Longa in memoria delle vittime dell'incidente aereo del 05-05-1972.



RACE TRAIL

PERCORSO: 23,00 km

QUOTA MIN: 385 m

QUOTA MAX: 1017

DISLIVELLO: 1100 mt D +/-

DIFFICOLTA': medio bassa, con tratti tecnici, sia in salita che in discesa

ELEMENTI TECNICI: single track,

TRACCIATURA PERCORSO: Il tracciato è indicato con nastro blu con scritta CSI, le deviazioni con frecce.

Il nastro giallo indica percorso errato.





TRAIL CORTO COMPETITIVO

PERCORSO: 12,00 km

QUOTA MIN: 385 m

QUOTA MAX: 740

DISLIVELLO: 565 mt D +/-

DIFFICOLTA': media, con tratti mediamente tecnici ed impegnativi

ELEMENTI TECNICI: single track,





PROGRAMMA EVENTO

- 08:00 | Ritrovo dei Partecipanti – Parco urbano (presso parcheggio del piazzale Portella della Ginestra)
- 08:30 | Consegna Pettorali e Ritiro Pacchi Gara
- 09:15 | Breafing Trail
- 09:30 | Partenza Trail
- 13:00 | Premiazioni e Ringraziamenti
- 13:30 | Ristoro finale

TEMPO MASSIMO E CANCELLI ORARI:

Il tempo massimo per raggiungere il traguardo è: • Trail lungo cancello orario posto a 12 km: 2,30 ore • Trail corto tempo limite: 3.30 ore. L'orario limite di partenza (cancelli orari) dai checkpoint sono definiti e comunicati sul nostro sito internet. I cancelli orari sono calcolati per permettere a tutti i concorrenti, di raggiungere, nei tempi massimi previsti, il traguardo pur effettuando eventuali soste. Per potere proseguire la gara, i concorrenti devono ripartire dai checkpoint entro il tempo limite fissato (qualunque sia l'ora di arrivo al posto stesso).

TRACCIATURA PERCORSO

Il tracciato è indicato con nastro blu con la scritta CSI, le deviazioni con frecce.
Il nastro giallo indica percorso errato.



QUOTA D'ISCRIZIONE

	Trail tutti gli atleti da M/F35 in poi		Trail atleti M/F max 34 anni	
	<i>corto</i>	<i>lungo</i>	<i>corto</i>	<i>lungo</i>
Entro le 24.00 del mercoledì precedente la gara.	18,00€	20,00€	15,00€	15,00€
fino alle 24.00 del venerdì precedente la gara.	20,00€	22,00€	20,00€	22,00€
NON E' POSSIBILE ISCRIVERSI IL SABATO PRECEDENTE LA GARA E NEMMENO IL GIORNO DELLA GARA.				

In entrambe le modalità sono compresi:

- pettorale di gara;
- servizio cronometraggio e stesura classifica;
- pasta party open;
- assistenza sanitaria sul percorso;
- servizio foto e video sul percorso;
- ristori sul percorso;

MODALITÀ DI PARTECIPAZIONE E CONDIZIONI DI ISCRIZIONE

Possono iscriversi alle gare:

- Gli atleti regolarmente tesserati per l'anno 2025 alla FIDAL (è obbligatorio inserire nella scheda di iscrizione il numero di tessere);
- Atleti in possesso della Runcard Fidal inviando copia del certificato medico d'idoneità alla pratica agonistica dell'atletica leggera (no altre diciture) e della Runcard;

Possono partecipare anche i tesserati per il CSI, inviando una copia della tessera e del certificato medico di idoneità alla pratica agonistica dell'atletica leggera (no altre diciture);



Per convalidare l'iscrizione, il corridore deve:

- Fornire un certificato medico;
- Pagare la quota d'iscrizione.

In mancanza di certificato medico l'iscrizione verrà annullata senza nessun rimborso.

Nessun pettorale verrà consegnato in assenza del certificato medico e se non saranno espletate tutte le azioni complementari necessarie all'iscrizione.

ISCRIZIONI e MODALITA' DI PAGAMENTO

E' possibile iscriversi alla gara:

a) ONLINE (fino alle 24:00 di giovedì 11 Settembre)

secondo il Menù "Iscrizioni" del sito www.trailsiciliachallenge.it

e pagando la/e quote di iscrizione:

con Bonifico Bancario anticipato: *Intestato a: CANDELA IRENE*

Codice Iban: IT24H3608105138235470135477

Causale: Trail Montagna Longa + Nome/i degli atleti per cui si esegue pagamento

b) A VISTA (fino alle 20:00 di mercoledì 10 Settembre)

- presso il negozio Percorrere di Via Croce Rossa, 167 a Palermo
- presso lo studio tecnico del geom. Antonino Aiello, via Francesco Purpura, 21 –
Montelepre cell 3284189628 – aiello.geom@gmail.com e pagando la quota di iscrizione direttamente al titolare, ma l'iscrizione v'è sempre finalizzata nel sito www.trailsiciliachallenge.it

Non sarà possibile in nessun modo iscriversi in tempi e modalità diverse da quelli sopra indicati. L'iscrizione è da intendersi completata solo a pagamento effettuato. Non sono ammessi scambi di pettorali e/o sostituzione di nominativi. In caso di mancata partecipazione non sarà effettuato alcun rimborso delle somme pagate.

PACCO GARA

Il pacco gara ufficiale dell'evento sarà garantito ai primi 180 atleti iscritti.



CATEGORIE

Le categorie ammesse sono tutte quelle stabilite e previste nel regolamento del Trail Sicilia Challenge disponibile e consultabili sul sito: www.trailsiciliachallenge.it.

PETTORALE e NORME COMPORTAMENTALI

Il pettorale deve essere indossato in modo tale da essere sempre ed interamente visibile nella sua totalità durante tutta la corsa (previa squalifica), quindi posizionato sopra tutti gli indumenti, al fine di facilitare i controlli.

Pena esclusione diretta dalla classifica, è d'obbligo:

- rispettare i punti di controllo previsti lungo il percorso;
- E' VIETATO abbandonare rifiuti lungo il percorso, pena squalifica;

DIRITTI DI IMMAGINE

Tutti i corridori rinunciano espressamente ad avvalersi dei propri diritti di immagine durante le gare, così come rinunciano a qualunque tipo di ricorso nei confronti dell'Organizzazione e dei suoi partner in caso di utilizzo della propria immagine. Solo l'Organizzazione può concedere i diritti di immagine ai media e unicamente mediante documenti idonei. Tutte le comunicazioni sulla manifestazione o l'utilizzo di immagini della stessa dovranno essere fatte nel rispetto del nome della manifestazione, dei marchi depositati e con il consenso ufficiale dell'Organizzazione.

REQUISITI DI PARTECIPAZIONE

Per partecipare alla gara è necessario:

- Essere assolutamente coscienti della lunghezza e specificità della gara e avere un ottimo allenamento;
- Avere acquisito, prima della gara, una reale capacità d'autonomia personale in montagna che permetta di gestire eventuali problemi inerenti a questo tipo di gara ed in particolare:
- Essere in grado di affrontare da soli, senza aiuto esterno, condizioni climatiche che



possono essere molto difficili a causa dell'altitudine;

- Essere in grado di gestire, anche se si è soli, complicazioni fisiche o mentali causate da una profonda stanchezza, disturbi gastrointestinali, dolori muscolari o articolari, piccoli infortuni, ecc...
- Essere perfettamente coscienti che il ruolo dell'Organizzazione non è di aiutare i corridori a gestire i loro problemi;
- Essere perfettamente coscienti che per un'attività in montagna, la sicurezza dipende innanzitutto dalla capacità del concorrente di adattarsi agli eventuali problemi incontrati o prevedibili.

AUTOSUFFICIENZA

È fondamentale rispettare il principio di una gara individuale in autosufficienza. La gara si svolge in una sola tappa percorrendo un percorso e a velocità libera. La autosufficienza è definita come la capacità ad essere autonomi, tanto sul piano alimentare quanto su quello dell'equipaggiamento e della sicurezza ed essere in grado di adattarsi in caso di eventuali problemi incontrati o prevedibili (condizioni climatiche avverse, disturbi fisici, infortuni...)

Questo principio implica le regole seguenti:

1. Il concorrente deve avere con sé la totalità del materiale obbligatorio durante tutta la durata della gara (vedi paragrafo EQUIPAGGIAMENTO). Questo materiale deve essere trasportato nello zaino e non può essere scambiato sul percorso. In ogni momento, i Commissari di gara possono controllare lo zaino e il suo contenuto. Il concorrente è obbligato a sottoporsi a questi controlli, con cordialità, su pena di espulsione dalla gara.
2. L'Organizzazione fornisce solo acqua o bevande energetiche per le borracce e camelbak.
3. È vietato farsi accompagnare o accettare di farsi accompagnare da qualsiasi persona non iscritta alla gara, su un tratto o su tutta la gara.

EQUIPAGGIAMENTO

Per motivi di sicurezza e per il buono svolgimento di ogni gara, i concorrenti devono avere a loro disposizione la lista completa del materiale obbligatorio elencata qui di seguito.

I partecipanti devono presentare il materiale obbligatorio con il kit richiesto



dall'organizzazione, per potere recuperare il pettorale, impegnandosi a conservarlo e renderlo visibile durante tutta la durata della gara.

È importante sapere che il materiale imposto dall'organizzazione è il minimo vitale e che ogni trail runner deve adattarlo alle proprie capacità.

Materiale obbligatorio trail Km 23/12

Kit di base

- Zaino di gara per trasportare il materiale obbligatorio
- Telefono cellulare (uno smartphone è consigliato): il corridore deve essere raggiungibile in qualsiasi momento prima, durante e dopo la gara:
- Riserva Bicchiere di 15 cl minimo (sono autorizzati borracce a bocca larga)
- Riserva d'acqua di almeno 1 litro

•Telo di sopravvivenza di minimo 1,40 m x 2 m

•Fischietto

•Riserva alimentare

Materiale consigliato

•Bastoncini.

•Orologio GPS

Se il concorrente decide di prendere i bastoncini, deve tenerli per tutta la durata della gara. Non può partire senza e recuperarli sul percorso.

PREMIAZIONI e CLASSIFICHE

La premiazione verrà effettuata alle ore 13:00 nei pressi dell'arrivo, secondo quanto previsto dal regolamento del Trail Sicilia Challenge disponibile e consultabili sul sito:

www.trailsiciliachallenge.it

Le classifiche verranno stilate in funzione dei rilevamenti manuali dei giudici di gara, sulla base dell'ordine di arrivo degli atleti. Saranno disponibili a fine gara, sul sito

www.trailsiciliachallenge.it.

ASSISTENZA MEDICA



L'assistenza medica sarà garantita ed effettuata con Ambulanza Medica con a bordo Medico e Paramedico.

MODIFICHE E COMUNICAZIONI

Trail "MONTAGNA LONGA" - Montelepre

Programma e Regolamento di Gara

Le modifiche al regolamento, percorso e profilo altimetrico sono riservate alla Società Organizzatrice, che si riserva in qualsiasi momento la facoltà di variazione. Tutte le informazioni verranno rese note attraverso il sito internet che è l'organo ufficiale di comunicazione della manifestazione o tramite l'evento Facebook, al fine di assicurare la massima diffusione delle eventuali novità.

ANNULLAMENTO DELLA MANIFESTAZIONE

La manifestazione si svolgerà con qualsiasi condizione meteorologica. In caso di avverse condizioni meteo l'organizzazione può decidere la riduzione del percorso. Se, per cause di forza maggiore, la manifestazione non dovesse svolgersi l'importo di partecipazione,

non verrà né rimborsato né trasferito all'anno successivo.

RECLAMI

Qualsiasi reclamo derivante dall'iscrizione del corridore al Trail Montagna Longa deve essere inviato per iscritto al seguente indirizzo: runnersmontelepre@gmail.com

AVVERTENZE FINALI

L'Organizzazione si riserva il diritto di modificare il presente regolamento in qualunque momento ai fini di garantire una migliore organizzazione della gara; la versione del regolamento in vigore, sarà in qualsiasi momento quella disponibile e scaricabile

COME ARRIVARE



DA PALERMO:

- Procedere lungo l'autostrada A29 in direzione Mazara del Vallo fino all'uscita per Montelepre – Zucco. Attraversare l'abitato di Giardinello e procedere per Montelepre, fino al piazzale "Portella della Ginestra" nella zona parcheggio, proprio a ridosso della partenza.
- Dalla Provinciale SP1, direzione "Bellolampo" seguendo la segnaletica per Montelepre fino al piazzale "Portella della Ginestra" nella zona parcheggio, proprio a ridosso della partenza.

DA AGRIGENTO

- Procedere lungo l'autostrada A29 in direzione Palermo fino all'uscita per Montelepre – Zucco. Attraversare l'abitato di Giardinello e procedere per Montelepre. fino al piazzale "Portella della Ginestra" nella zona parcheggio, proprio a ridosso della partenza.

DOVE PARCHEGGIARE

Pregiamo i partecipanti di parcheggiare in zona partenza, nella maniera più ordinata possibile

CONTATTI

A.S.D. Runners Montelepre 3201624316

Presidente loco Vincenzo 3292973570