

## REGOLAMENTO MOT 4X40K

Il MOT 4x40 – VALLE MAIRA OCCITANTRAIL è una gara di trail running che si svolge in 4 tappe di circa 45 km ciascuna per un totale di 180 km e percorre l'intero periplo della Valle Maira sita in provincia di Cuneo.

La gara si svolge in ambiente di montagna su single track o strade sterrate. Benché non ci siano passaggi impegnativi si tratta comunque di percorsi in natura suscettibili di tutte le variazioni climatiche tipiche dell'ambiente montano delle alpi occidentali del mese di ottobre.

Pertanto si richiede una preparazione psico-fisica idonea ad affrontare questo tipo di percorso, nonché la capacità di muoversi in autonomia in ambiente montano.

## L'ORGANIZZAZIONE

Le competizioni OCCITANTRAIL sono organizzate e gestite da ASD SPORTIFICATION ([www.sportification.it](http://www.sportification.it)), società sportiva dilettantistica a responsabilità limitata, su mandato del CONSORZIO TURISTICO VALLE MAIRA ([www.vallemaira.org](http://www.vallemaira.org)).

## ACCETTAZIONE DEL REGOLAMENTO

Il concorrente si impegna ad accettare in modo insindacabile il presente regolamento in tutte le sue parti.

## IL PERCORSO

Il MOT4x40 percorre indicativamente il conosciuto tracciato dei Percorsi Occitani ([www.percorsioccitani.com](http://www.percorsioccitani.com)) ed è suddiviso in 4 tappe di circa 45km ciascuna così riassunte:

- ❖ 1° tappa – Villar San Costanzo, Roccabruna, Pagliero, Camoglieres, Stroppo.
- ❖ 2° tappa – Stroppo, Elva, Colle Bicocca, bivacco Bonfante, Campiglione, Porta di Roma, Lausetto, Chiappera.
- ❖ 3° tappa – Chiappera, colle Ciarbonet, colle Gardetta, colle del Preit, colle del Mulo, Marmora.
- ❖ 4° tappa – Marmora, Palent, Celle Macra, colle Margherita, Cartignano, Dronero.

Non si esclude che per cause di forza maggiore il percorso possa subire delle modifiche anche nell'immediatezza della gara.

## RISTORI E CANCELLI ORARI

TAPPA	KM	RISTORO	CANCELLO	PENALITA'
1	0	Villar San Costanzo		
1	12	Roccabruna		
1	20	Pagliero		
1	31	Camoglieres	8h	+15'

1	43	Stropo Paschero	11h	+15'
2	0	Stropo Paschero		
2	10	Elva		
2	34	Campiglione	8h	+15'
2	41	Lausetto	10h	+15'
2	55	Chiappera	12h	+15'
3	0	Chiappera		
3	11	Viviere		
3	19	Colle Preit	6h	+15'
3	28	Gias Valanghe	8h	+15'
3	38	Marmora	10h	+15'
4	0	Marmora		
4	10	Palent		
4	20	Celle B.ta Chiesa	6h	+15'
4	31	Colle S.ta Margherita		
4	40	Cartignano		
4	47	Dronero	11h	+15'

Il mancato rispetto dei cancelli orari comporta l'impossibilità di proseguire la competizione della tappa, ma non l'esclusione dalle tappe successive. Ovvero, ad esempio, chi non rientra in un cancello della tappa 1 viene accompagnato dal servizio gara alla località di arrivo, ma potrà regolarmente prendere il via le tappe successive con l'aggiunta della penalità al tempo massimo di tappa.

Chi non rientra nel cancello orario, ma vuole lo stesso proseguire lungo il percorso di gara lo potrà fare assumendosene ogni responsabilità e uscirà dalla tutela degli organizzatori della competizione.

### **CONDIZIONI PER L'ISCRIZIONE**

Il termine delle iscrizioni sarà il 25 settembre 2022 o all'esaurimento dei 200 posti disponibili.

Per aver accesso alle iscrizioni occorre:

- a) Aver compiuto 18 anni di età al momento della gara.
- b) Disporre di certificato medico valido per la disciplina atletica leggera, podismo e corsa in montagna.

- c) Presentare la liberatoria firmata con la presa visione del regolamento.
- d) Presentare la dichiarazione COVID firmata (se necessaria) e/o il green pass (se necessario).

Quote di iscrizione alla gara:

- 175,00€ fino al 30/06/2022
- 205,00€ fino al 15/09/2022
- 230,00€ fino al 30/09/2022

Nei mesi di maggio e giugno 2022 verranno attivati i **pacchetti turistici** legati alla gara che includeranno: **pettorale, soggiorno** in sistemazione mezza pensione e **trasporto in navetta** da e verso i punti di partenza e arrivo delle singole tappe del trail. Per informazioni e approfondimento inviare un'e-mail a: [valentina.scigliano@vallemaira.org](mailto:valentina.scigliano@vallemaira.org)

In caso di annullamento dell'iscrizione da parte di un concorrente non è previsto nessun rimborso.

In caso di annullamento della gara per causa restrizioni governative per emergenza COVID verrà rimborsata l'intera cifra.

## **L'ISCRIZIONE ALLA GARA COMPRENDE**

Il pagamento della quota di iscrizione dà diritto a:

1. Pacco gara
2. Pettorale personalizzato con microchip
3. L'accesso ai ristori
4. Premio finisher
5. Buono per party finale (salvo norme COVID stringenti)
6. Docce all'arrivo (salvo norme COVID stringenti)
7. Traker per geolocalizzazione.

## **LOGISTICA**

La logistica riguardo agli spostamenti degli atleti per il raggiungimento della partenza della tappa e a fine tappa per il rientro nella località di soggiorno, qualora non venga gestita in modo autonomo (accompagnatori), verrà effettuata a mezzo navette.

## **SICUREZZA E ASSISTENZA**

Lungo il percorso sono predisposti 3 ristori a tappa con cibi solidi e liquidi. Inoltre, nei punti strategici del percorso sono presenti dei volontari e/o del personale dedicato alla sicurezza dei partecipanti.

Si ricorda che il concorrente deve essere cosciente di gareggiare in ambiente montano, di essere abituato a gestire in autonomia i momenti di crisi derivanti dalle possibili condizioni meteo avverse, dalla stanchezza, da piccoli problemi fisici e dall'eventualità di trovarsi da solo in alcuni tratti del percorso.

Inoltre si rammenta che il tracciato percorre sentieri di montagna, strade sterrate e solo in minima parte brevi tratti di asfalto, pertanto il concorrente si troverà a correre su terreno sconnesso, con l'eventuale presenza di ostacoli naturali (buche, rami, radici affioranti, pietre, ...) o artificiali (scalini, canaline di scolo, tombini, ...).

Trattandosi di una manifestazione in ambiente naturale non sono da escludere eventuali incontri con animali domestici o selvatici tipici della fauna di montagna, alcuni di essi potenzialmente pericolosi (insetti e rettili, ...).

La percorrenza di seppur brevi tratti di strade soggette al transito di veicoli o l'attraversamento delle stesse non sono soggette a vigilanza, pertanto ogni atleta è responsabile della propria condotta.

### **CRONOMETRAGGIO ORDINE DI PARTENZA E CLASSIFICHE**

Sono previste due classifiche assolute, maschile e femminile.

Il cronometraggio è affidato a cronometristi certificati.

### **PACCO GARA E PREMIAZIONI**

È previsto un pacco gara costituito da materiale tecnico e da prodotti del territorio.

Al termine della gara verrà premiato dal 1° al 5° classificato assoluto per ciascuna delle due categorie maschile e femminile.

### **ESCLUSIONE DALLA COMPETIZIONE**

A insindacabile giudizio della direzione di gara l'atleta potrà essere escluso definitivamente dalla competizione e dalla graduatoria in caso di:

- a) Comportamento scorretto nei confronti degli altri partecipanti, del personale dello staff, dei volontari o altre persone che si trovano lungo il percorso.
- b) Danni intenzionali provocati a persone, animali o cose.
- c) Uso di sostanze illecite.
- d) Abbandono di rifiuti o di materiale personale.
- e) Omissione di soccorso.
- f) Mancanza del materiale obbligatorio.
- g) Scambio del pettorale.
- h) Percorso alternativo a quello ufficiale.
- i) Mancato passaggio dal punto di controllo.

### **MATERIALE OBBLIGATORIO**

1. Sistema GPS con caricata la traccia delle 4 tappe.
2. Berretto o bandana.
3. Giacca a vento con cappuccio.
4. Coperta termica di soccorso.

5. Bicchieri personale.
6. Borraccia almeno ½ litro.
7. Fischietto.
8. Scarpe da trail running.
9. Riserva alimentare minima.
10. Telefono cellulare.
11. Guanti, maglia termica e sovrappantaloni in caso tempo brutto (nel briefing pre-gara l'organizzazione comunicherà l'obbligatorietà di tali indumenti).

L'ambiente montano può essere soggetto a repentini cambi di condizioni climatiche per cui è bene che ogni concorrente valuti l'inserimento di indumenti idonei a fronteggiare tali imprevisti nel proprio set da gara.

## **PETTORALI**

Il pettorale è personale, nominativo e non cedibile. Parte integrante del pettorale è il chip necessario per i rilevamenti cronometrici.

Il pettorale dovrà essere sempre indossato in modo visibile durante la gara e permetterà l'accesso all'area atleti nei ristori.

Il ritiro dei pettorali avverrà il mercoledì 5 ottobre 2022 in orario e luogo che verranno successivamente comunicati.

## **ASSICURAZIONE**

L'organizzazione sottoscrive una polizza assicurativa di responsabilità civile che riguarda il paddoc di partenza, il percorso ufficiale della gara e la zona di arrivo.

Ciò nonostante, benché l'organizzazione curi ogni dettaglio della manifestazione, è implicito che trattandosi di una competizione di trail-running ogni iscritto deve essere responsabile delle proprie azioni come qualunque altra persona che va in montagna.

## **RISPETTO DELL'AMBIENTE**

L'ambiente merita sempre rispetto, tanto più quello delicato della montagna. Inoltre la valle Maira è sempre più intenzionata ad andare in direzione di uno sfruttamento ambientale sostenibile promuovendo un turismo eco-friendly. Invitiamo tutti i partecipanti alla manifestazione ad avere la massima attenzione al rispetto di quelle norme che dovrebbero essere alla base del comune vivere civile, come il non abbandono dei rifiuti. Ricordiamo inoltre che la montagna non è solo un terreno di svago per i turisti, ma è anche un ambiente su cui si sviluppano attività lavorative che contribuiscono all'equilibrio dell'ecosistema, come l'allevamento del bestiame e delle api, pertanto si invitano i frequentatori della montagna a non disturbare questo tipo di attività.

In ogni caso è previsto un servizio di eco-scopa che prevede il recupero di tutti gli avanzi e il materiale che dovesse essere abbandonato lungo il percorso.

## **DIRITTI DI IMMAGINE**

Le immagini ufficiali della manifestazione sono di proprietà dell'organizzazione, pertanto ogni partecipante e/o aggregato rinuncia ad avvalersi dei diritti di tali immagini; rinuncia altresì a qualsiasi ricorso contro l'organizzazione e gli sponsor ufficiali per l'utilizzo di dette immagini.