



Città di Caserta



ProLoco Casertantica
Quartiere di Casertavecchia



CONI



Federazione Italiana
di Atletica Leggera

Regolamento VII Trail Città di Caserta - 16/06/2019

La Podistica Caserta con il patrocinio del Comune di Caserta, della ProLocoCasertantica e della Fidal, organizza la settima edizione del **TRAIL CITTA' DI CASERTA**, gara di corsa in montagna.

PARTECIPAZIONE

Alla gara possono partecipare tutti gli atleti che abbiano compiuto il 18° anno di età entro il giorno della gara e che abbiano uno dei seguenti requisiti:

- atleti tesserati con le Società affiliate alla F.I.D.A.L. o ad altri Enti di promozione sportiva riconosciuti dal C.O.N.I. appartenenti alle categorie Assoluti, Amatori, Senior e Master M/F, in regola con il tesseramento per l'anno 2019 e con le norme sulla tutela dell'attività sportiva agonistica;
- atleti in possesso della Runcard in regola con il tesseramento per l'anno 2019 e con le norme sulla tutela dell'attività sportiva agonistica.

ISCRIZIONI/RITIRO PETTORALI

Le iscrizioni devono pervenire tramite il sito "www.cronometrogara.it", i pettorali si possono ritirare il giorno della gara dalle ore 7.30 alle 8.30 presso il parcheggio San Rocco in Casertavecchia - Chiusura iscrizioni a **n. 200 atleti**. La quota d'iscrizione è di **€ 8,00** ed è comprensiva di un pacco gara.

RITROVO/PARTENZA

Il ritrovo pre gara è presso il parcheggio San Rocco in Casertavecchia, con uno spazio gratuito per gli atleti da liberare entro le ore 12.30, da lì, a piedi si raggiungerà la zona di partenza. **La partenza è prevista per le ore 9.00** del 16 Giugno 2019 in piazza TRIVIO in Casola (CE) ed arrivo nella piazza antistante il Duomo di San Michele Arcangelo nel Borgo di Casertavecchia, tempo massimo 3 ore.

Per quelli che arrivano dall'autostrada, uscita consigliata è Santa Maria Capua Vetere, prendere la superstrada Capua-Maddaloni ed uscire a "Caserta Ospedale", proseguire poi per Casertavecchia.

PERCORSO

Percorso misto di circa **15 km**, tra sentieri, asfalto, salite, discese ripide e guadi nello splendido paesaggio dei Monti Tifatini con arrivo nel Borgo di Casertavecchia.

Data la conformazione del percorso altamente impegnativo, è consigliabile l'uso di un abbigliamento adeguato e di scarpe protettive nonché di un buon senso di orientamento.

Il percorso sarà segnalato da bandierine colorate e frecce, nei punti più critici vi sarà un volontario che indicherà la giusta direzione. Verranno indicati anche i tratti dove la pericolosità del percorso è più accentuata. L'assistenza sanitaria sarà garantita da 2 ambulanze, l'assistenza lungo il percorso sarà assicurata dal gruppo quod di Caserta I TASSELLATI.

La gara, per rispettare lo spirito trail è in autosufficienza alimentare e idrica, quindi bisogna munirsi di apposite borracce con sali ed acqua e tutto ciò che serve per un primo soccorso, al km 9 c'è una sorgente dove ci si può approvvigionare di acqua. All'arrivo, ad ogni atleta, sarà garantito un ristoro per rigenerarsi.

PREMIAZIONI

- **Per i primi tre uomini e le prime tre donne giunti al traguardo**, i seguenti premi:
1° premio - un paio di scarpe **HOKA ONE**
2° premio - abbigliamento sportivo o premio in natura
3° premio - abbigliamento sportivo o premio in natura
- **Per tutte le donne giunte al traguardo**, premi in natura con prodotti alimentari;
- **Per i primi tre uomini di ogni categoria**, premi in natura con prodotti alimentari;

Si rende noto che il partecipante, con la volontaria iscrizione alla gara, accetta il presente regolamento ed esonera l'organizzazione da ogni responsabilità per danni subiti o causati a persone e/o cose.

Informazioni: sig. **Ciro Pascarella** - cell. **328/3659245** - info@podisticacaserta.it



www.podisticacaserta.it