

REGOLAMENTO ORIGINAL GRAM BLACK CAIMAN

QUANDO

L'evento si terrà a PortoVenere (SP) il 2 Aprile 2022, con partenza da Le Grazie in via Libertà. Più avanti sarà comunicato il programma completo.

REQUISITI PER LA PARTECIPAZIONE

Alla gara competitiva possono partecipare tutti coloro che abbiano compiuto 18 anni, di sesso maschile e femminile, di ogni nazionalità.

Alla gara non competitiva possono partecipare tutti coloro che abbiano compiuto 16 anni, di sesso maschile e femminile, di ogni nazionalità.

Per partecipare è necessario innanzitutto procedere all'iscrizione online e al pagamento della quota stabilità.

Bisognerà poi presentare, al momento dell' identificazione e della consegna del pettorale e del pacco gara, i seguenti documenti:

- Un documento di identità
- Il certificato medico sportivo per l'attività agonistica per la corsa competitiva
- Il certificato medico sportivo per attività sportiva non agonistica per la corsa non competitiva
- La liberatoria firmata (da un genitore per i minorenni partecipanti alla gara non competitiva)
- Mail di conferma dell'avvenuta iscrizione

PERCORSO

Il percorso sarà differenziato in base alla competizione a cui ci si è iscritti:

- Gara competitiva, batteria Pro e per Categoria d'età: percorso di oltre 14 km con più di 45 ostacoli artificiali fisici e tecnici, conosciuti e nuovi, e molteplici ostacoli naturali
- Gara non competitiva: percorso di oltre 10 km con più di 30 ostacoli artificiali fisici e tecnici, conosciuti e nuovi, e molteplici ostacoli naturali.

EQUIPAGGIAMENTO

Ogni atleta è libero di indossare l'abbigliamento preferito, ma non sono ammesse calzature chiodate o l'uso di catene e ramponi. L'equipaggiamento indossato alla partenza deve essere in possesso dell'atleta per tutta la durata della gara.

PARTENZE

Le partenze saranno scaglionate secondo le categorie di iscrizione e partiranno secondo il seguente ordine:

1. categoria Pro Femminile
2. categoria Pro Maschile

3. categorie d'età Maschile/femminile
4. chiuderanno le partenze gli atleti partecipanti alla competizione non competitiva

Tutte le partenze saranno effettuate in ottemperanza delle normative anti Covid in vigore nel periodo della manifestazione e comunque nel rispetto del distanziamento sociale e rispetto delle restrizioni eventuali in riferimento agli assembramenti..

REGOLAMENTO

Non competitivi:

- le partenze avvengono dopo quelle delle batterie competitive
- gli atleti non competitivi devono affrontare gli stessi ostacoli dei competitivi
- il superamento degli ostacoli non è obbligatorio, si consiglia comunque di fare almeno qualche tentativo serio di superamento
 - i giudici assegnati ai singoli ostacoli saranno presenti solo per la sicurezza dei corridori e per fornire loro indicazioni e assistenza
 - in caso di difficoltà lungo il percorso gli atleti potranno richiedere assistenza agli altri partecipanti, i quali dovranno fornire aiuto
- il percorso deve essere completato entro il limite massimo di 3 ore.

LA REGOLA PIÙ IMPORTANTE È DIVERTIRSI!

Competitivi:

- Gli atleti competitivi partiranno per primi in un gruppo a loro riservato e saranno dotati di un chip per il rilevamento del tempo di gara. I gruppi saranno divisi in batterie per facilitare lo scorrimento sugli ostacoli. La posizione nella batteria sarà decisa in base al risultato ottenuto nelle edizioni precedenti di Original Gram o altre gare rilevanti del panorama OCR indicate in fase di iscrizione; alla presenza di nuovi nel mondo Original Gram è consigliato fornire una lista di gare a cui si è partecipato ed eventuali risultati ottenuti.
- Dal momento che l'Original Gram si ritiene una OCR avanzata, si vuole replicare la difficoltà di gare quali europee e mondiali, quindi per il superamento degli ostacoli sarà utilizzato il sistema del singolo braccialetto o band.
- Ad ogni atleta viene fornito alla partenza un braccialetto da indossare al polso e mantenere ben visibile per tutta la durata della gara. Il braccialetto è personale e identificato attraverso un numero, quindi non può essere ceduto.
- Ogni ostacolo potrà essere tentato un numero illimitato di volte, tenendo conto comunque del tempo massimo stabilito come durata del percorso. Dopo il primo tentativo, l'atleta dovrà spostarsi nelle corsie di secondo tentativo per dare la precedenza ai concorrenti che provano a superare per la prima volta l'ostacolo.

- Al fallimento definitivo dell'ostacolo l'atleta dovrà recarsi al giudice assegnato all'ostacolo e farsi tagliare il braccialetto.

Non è consentito ricevere o fornire aiuto nel superamento di un ostacolo.

- Vicino alla zona di uscita di ciascun ostacolo sarà posizionato un giudice, che è tenuto ad osservare attentamente la prova e ad applicare rigidamente le regole sul suo superamento. L'atleta dovrà accettare la decisione del giudice senza dar luogo a proteste e diverbi. Potrà esporre eventuali reclami alla direzione di gara alla fine della prova.
- Il tempo limite è di 3 ore. Oltre questo tempo l'organizzazione non garantirà più la sicurezza del percorso e la prosecuzione del cronometraggio, e la gara sarà considerata "non completata".
- La classifica finale sarà stilata sulla base del tempo di arrivo e della presenza sulla linea di fine del braccialetto o meno. Al traguardo ci saranno due linee in cui dividersi, una per chi finisce con il bracciale, una per chi non lo possiede. Questo serve per facilitare le operazioni della classifica. Oltre il tempo limite stabilito per la corsa non si viene conteggiati in classifica. Il servizio Scopa che raggiunge gli atleti li elimina dalla competizione.

RISPETTO DELL'ETICA SPORTIVA

Ogni corridore è invitato a comportarsi in maniera leale e educata, nel pieno rispetto delle regole e degli altri concorrenti. La gara comporta una certa percentuale di rischio; è facile cadere, inciampare, causare danni a sé o agli altri. E' necessario quindi procedere sul percorso con prudenza e buon senso, soprattutto in prossimità degli ostacoli, dove bisogna seguire scrupolosamente le indicazioni del personale preposto. In caso di comportamento non regolamentare e antisportivo, i concorrenti potranno essere segnalati all'organizzazione e squalificati.

RISPETTO DELL'AMBIENTE

Durante la gare è severamente vietato gettare lungo il percorso rifiuti di ogni genere, abbandonare oggetti personali o danneggiare in qualsiasi modo l'ambiente. Saranno predisposti contenitori specifici per la raccolta differenziata nei pressi dei punti di ristoro e tutti i partecipanti sono invitati a collaborare attivamente al decoro della location. I giudici presenti sul posto sanzioneranno le violazioni con la squalifica immediata.

REGOLE GENERALI

L'Original Gram si riconosce completamente nei principi individuati nella Carta etica per lo sport piemontese. Ci sembra utile riportarne qui di seguito in particolare gli articoli 2,4 e 5 e invitare gli atleti della nostra disciplina a condividerne appieno lo spirito.

Art. 2 - Sport e Legalità

I sottoscrittori si impegnano a diffondere il valore della regola e del rispetto della stessa quale fondamento della convivenza e del vivere positivamente nella collettività. Si impegnano inoltre a contrastare qualsiasi comportamento che possa produrre violenza in occasione di manifestazioni sportive. La partecipazione e la pratica sportiva sono un mezzo per promuovere i principi dell'osservanza delle regole del

gioco, del rispetto degli altri e delle diversità, della lealtà, della solidarietà, dell'integrazione sociale, dei valori di responsabilità individuale e del rigore nel perseguire un risultato.

Art. 4 - Sport ed Educazione

Lo sport deve produrre educazione, sviluppare la conoscenza e la motivazione degli individui e dei gruppi, promuovendo modelli positivi e concreti benefici per lo stile di vita e la salute.

I talenti nello sport devono essere valorizzati e sostenuti in quanto portatori non solo del risultato agonistico ma anche di un atteggiamento costruttivo, onesto e rigoroso nell'impegno sportivo, e che contempli sempre il senso del limite nella prestazione sportiva e il valore della sconfitta.

Lo sport educa alla gestione costruttiva dei conflitti, a superare le logiche di prevaricazione e permette di indirizzare positivamente e consapevolmente l'aggressività, in contrasto alle forme di bullismo che talvolta minacciano la vita sociale nelle scuole e nelle comunità.

Art. 5 - Sport e Salute

I sottoscrittori si impegnano a diffondere una maggiore consapevolezza del valore dello stile di vita attivo, attraverso azioni di informazione e sensibilizzazione sul ruolo dello sport come strumento di benessere psicofisico in tutte le fasi della vita dei cittadini. Si impegnano inoltre a favorire la diffusione di una maggiore consapevolezza del valore dello stile di vita attivo, offrendo soprattutto alle famiglie e ai cittadini strumenti di informazione e orientamento che permettano di decifrare rischi di specializzazione precoce e altre distorsioni dello sport, dal culto dissennato della prestazione all'uso di sostanze dopanti.

PREZZI D'ISCRIZIONE

PRO E CATEGORIA D'ETÀ: 75 €

NON COMPETITIVI: 55 €