



**DOMENICA 29 OTTOBRE 2023**

## **MINORI (SA) CITTA' DEL GUSTO – LEMON TRAIL 3° EDIZIONE GARA DI TRAIL RUNNING Km.15**

### **3<sup>A</sup> EDIZIONE**

#### **REGOLAMENTO**

L' ASD AMICI DELLA MONTAGNA con il patrocinio del comune di Minori – Ravello – Maiori Organizza il 29 Ottobre 2023 la terza edizione del “**LEMON TRAIL**”

La manifestazione di rilevanza nazionale fa parte del circuito TRAIL CAMPANIA e IT RUN AICS . Il suddetto regolamento è comprensivo delle regole che prevencono la diffusione del COVID approvate dalla direzione nazionale A.I.C.S.

#### **PARTECIPAZIONE**

La partecipazione è consentita ai maggiorenni in possesso dei requisiti medici per l'attività sportiva agonistica tesserati presso gli Enti di Promozione Sportiva ai Cittadini Italiani ed extracomunitari purchè in regola con il permesso di soggiorno. in Italia. **Il contributo organizzativo è di euro 15,00. Per gli atleti che effettuano il pagamento al momento della richiesta d'iscrizione entro venerdì 27 ottobre 2023.**

**Per gli atleti che non effettuano il pagamento all'atto della richiesta , il contributo è di euro 20,00 e va versato al momento del ritiro del pettorale.**

#### **ISCRIZIONI**

Le iscrizioni, va effettuata online presso il sito web : [www.trailcampania.it](http://www.trailcampania.it) . Le stesse si chiuderanno il 27 ottobre 2023 o al raggiungimento dei 200 concorrenti.

#### **RITIRO PETTORALI**

I pettorali si possono ritirare dalle 7:30 alle 8:30 il giorno della gara presso la partenza.

#### **CONVENZIONI**

Sarà stipulata una convenzione con alcuni parcheggi della zona a tariffa speciale e con alcune strutture alberghiere.

#### **PARTENZA**

La partenza è prevista alle 9:00 dal lungomare califonia

#### **PERCORSO**

Lunghezza di km 16 (15,87) con un dislivello positivo di circa Mt. 850 percorribile in strade, sentieri, scale, salite e discese ripide.

#### **RISTORI**

La gara sarà in parziale autosufficienza alimentare, previsto piccolo ristoro idrico zona convento San Nicola In gara è consigliato l'uso del camel bag o del porta borraccia con adeguata riserva idrica. All'arrivo ogni partecipante potrà usufruire di un ristoro completo .

## **PREMIAZIONE**

La premiazione non è cumulabile. Saranno premiati i primi 03 arrivati della classifica generale, i primi 3 delle categorie maschili assegnate e le prime 10 donne giunte regolarmente al traguardo

I premi saranno costituiti da prodotti di enogastronomia ed abbigliamento sportivo.

### **SI RENDE NOTO CHE**

Il partecipante, con la volontaria iscrizione, accetta il presente regolamento ed esonera l'organizzazione da ogni responsabilità per danni subiti o causati a persone e/o cose. Viene assicurata l'assistenza medica come prevista dalle leggi vigenti.

### **INFORMAZIONI**

Responsabile : **Michele Fortezza**- cell. **324/5492616**-

STAFF: ANTONIO IULIANO 333/6444712 - PISANI SERGIO 366/3882098 –

AMATO - MASSIMILIANO 347/1226561 – LAMBERTI FILIPPO 339/7927824

Web: [www.trailcampania.it](http://www.trailcampania.it) –  
[www.lemontrail.it](http://www.lemontrail.it)

Mail: [info@trailcampania.it](mailto:info@trailcampania.it) –  
[info.lemontrail@gmail.com](mailto:info.lemontrail@gmail.com)