

PREMI

Gara di 20,00 Km competitiva: Verranno premiati i primi 10 uomini e le prime 10 donne della classifica generale con premi tecnici o alimentari e medaglia AICS ai primi 3 classificati.

Gara di 10,00 Km competitiva (Trail Sprint): Verranno premiati i primi 5 uomini e le prime 5 donne della classifica generale con premi tecnici o alimentari e medaglia AICS alle prime 3 classificate.

CLASSIFICHE MIRANDA TRAIL 2022

ORDINE DI ARRIVO 2022 20 KM MASCHILE

1 ZIBETTI NICOLA.....	1.50.34
2 CAPOCCI MARCO.....	1.53.17
3 SACCANI PAOLO.....	1.55.46
4 MENICHETTI SERGIO.....	2.02.20
5 CRESTA TOMMASO.....	2.06.02
6 SQUADRONI ALESSIO.....	2.07.32
7 ZANONI SIMONE.....	2.15.55
8 CAROSI ARCANGELI EGIDIO.....	2.17.27
9 MARCHEGGIANI ANDREA.....	2.18.04
10 OTTAVIANI VALERIO.....	2.19.22



ORDINE DI ARRIVO 2022 10 KM MASCHILE

1 BRAUZI MARCO.....	52.51
2 GASPERONI LEANDRO.....	53.15
3 LUCARELLI LUCA.....	53.35
4 DE SANTIS MATTEO.....	55.15
5 SEBASTIANELLI DIEGO.....	56.17



ORDINE DI ARRIVO 2022 20 KM FEMMINILE

1 LIBERTI ANNALISA.....	2.50.49
2 CASCIANI LAURA.....	2.55.28
3 BAUCIO PAMELA.....	3.28.04
4 FABRI CRISTINA.....	3.28.05



ORDINE DI ARRIVO 2022 10 KM FEMMINILE

1 GISMONDI ROSANGELA.....	57.06
2 MOSCA MARTINA.....	58.40
3 BARBERINI MICHELA.....	1.00.09
4 PONZO SUSANNA.....	1.03.17
5 SABATINI CRISTINA.....	1.08.26








11 GIU 2023 MIRANDA TRAIL

VIII EDIZIONE

**COMITATO PROVINCIALE A.I.C.S.
CIRCUITO PODISTICO A.I.C.S. DEI BORGHI UMBRI 2023**

MIRANDA / CIMITELLE / MIRANDA
RITROVO ORE 7.30

**GARA COMPETITIVA
DI KM 20 E KM 10
PARTENZA ORE 9.30**

**A SEGUIRE
PASSEGGIATA ECOLOGICA DI KM 5**

**NOVITA' 2023:
ARRIVO DENTRO IL PAESE DI MIRANDA**

PER INFORMAZIONI E ISCRIZIONI: ASSOCIAZIONE MYRICA E, VIALE TRENTO, 39 - 05100 TERNI
WWW.ASSOCIAZIONEMYRICA E.IT - ASSOCIAZIONEMYRICA E@GMAIL.COM - TEL. / FAX 0744.285173 - CELL. 338.8376142
SIROTTI MARCO 347.7835516 - CECERA GIORGIO 339.2448401

Non mancate a questa festa di sport e amicali!












MIRANDA TRAIL 2023: I PERCORSI

10 KM: DISLIVELLO: +400 M
20 KM: DISLIVELLO: +900 M



REGOLAMENTO

8a EDIZIONE DELLA GARA COMPETITIVA E PASSEGGIATA ECOLOGICA "MIRANDA TRAIL"

- L'Associazione Myrica ODV di Terni in collaborazione con la Proloco di MIRANDA e con il Comitato Provinciale AICS di Terni, nell'ambito del patto di collaborazione Direzione Welfare del Comune di Terni, organizzano l'8ª edizione della gara competitiva di trail denominata "Miranda Trail" che avrà luogo a Miranda (TR) l'11 giugno 2023 con partenza alle ore 09:30. La gara è patrocinata dal Comune di Terni, dal Comitato Provinciale AICS, dall'Ufficio Regionale Scolastico e dal CONI Umbria.
- Tutti gli atleti partecipanti alla gara dovranno essere in possesso di tessera agonistica AICS o altri enti e di certificato medico agonistico in corso di validità. Lo stesso dovrà essere esibito al momento dell'iscrizione. In caso di cattive condizioni meteorologiche e per ragioni di sicurezza l'organizzazione si riserva il diritto di sospendere la gara in corso, di modificarne la durata o di deviare il transito della corsa su tratti asfaltati.
- Postazioni di soccorso con personale medico/sanitario, saranno presenti nei punti strategici del percorso e posti su mezzi fuoristrada, al fine di garantire un tempestivo intervento. Il personale medico/sanitario può a suo giudizio insindacabile sospendere il partecipante dalla corsa invalidando il pettorale. I partecipanti esonerano l'organizzazione da ogni e qualsiasi responsabilità per danni a persone o cose che possono avvenire durante la manifestazione. Il concorrente iscrivendosi, dichiara di conoscere ed accettare in ogni sua parte il regolamento dell'8ª edizione del Miranda Trail consultabile/scaricabile sul sito www.associazionemyrica.it.
- Gli organizzatori si riservano il diritto di apportare tutte quelle modifiche che si rendessero necessarie per il buon andamento della manifestazione e il diritto di sostituire i premi previsti con altri di pari valore. Ai sensi del D.Lgs. n° 196 del 30 Giugno 2003 (testo unico della privacy) s'informa che i dati personali raccolti saranno utilizzati soltanto per preparare l'elenco dei partecipanti, la classifica e l'archivio storico, per erogare i servizi dichiarati nel regolamento, per l'invio di materiale informativo.
- ASSICURAZIONE: L'organizzazione sottoscrive un'assicurazione a copertura della manifestazione. L'organizzazione consiglia comunque ad ogni partecipante di avere una propria assicurazione personale che copra la partecipazione a eventi come gare podistiche trail, con copertura infortunio, viaggio e costi d'evacuazione. NB: l'evacuazione con elicottero in Italia è a pagamento.
- DIRITTO D'IMMAGINE: Con l'iscrizione al Trail l'atleta autorizza espressamente l'organizzazione all'acquisizione gratuita del diritto, unitamente ai suoi partner, di utilizzare le immagini fisse o in movimento nelle quali potrà apparire, prese in occasione della sua partecipazione dell'evento, su tutti i supporti visivi nonché sui materiali promozionali e/o pubblicitari.
- Il pettorale deve essere portato davanti ed essere visibile sempre nella sua totalità, durante tutta la corsa. In caso di sviste o omissioni varie nel regolamento della corsa, la decisione spetta agli organizzatori della corsa così come il giudizio finale su tutte le parti.

Le iscrizioni saranno aperte a partire dal giorno 20 Maggio 2023 e si chiuderanno il giorno 10 Giugno 2023 alle ore 12.00. Il costo dell'iscrizione alle gare competitive Km 20 e Km 10 è di € 15,00 e chiuderanno sabato 10 alle ore 12.00. Per i non competitivi l'iscrizione è pari a 10,00 euro (solo 5 e 10 km) fino a mezz'ora prima della partenza. Le iscrizioni potranno essere effettuate presso la Sede dell'Associazione MYRICA in viale Trento, 39 Terni contattando i seguenti numeri di telefono cellulare 338.8376142 (presidente Giuseppe BORTONE) e 348.2113001 (Patrizia PARIS); tramite e-mail all'indirizzo: associazionemyrica@gmail.com, corredate da copia dell'avvenuto versamento della quota di iscrizione a mezzo Bonifico Bancario IBAN: IT42 F032 9601 6010 0006 6398 231 Banca Fideuram, intestato ad Associazione Myrica Terni con causale: Iscrizione gara 8ª edizione Miranda Trail dell'11 Giugno 2023 di Km. 20 o di Km. 10 o passeggiata ecologica non competitiva; dati anagrafici completi; solo per i competitivi è necessario allegare una copia del certificato medico agonistico in corso di validità con numero e copia della tessera sportiva della società di appartenenza o altri enti. Materiale obbligatorio: 1. Abbigliamento idoneo alle condizioni climatiche. 2. Scarpe trail running. 3. Telefono cellulare carico.

- Sarà possibile ritirare i pettorali al momento dell'iscrizione presso la Sede dell'Associazione MYRICA in viale Trento, 39 Terni e comunque fino a sabato 10 Giugno 2023 alle ore 13.00; per società e/o atleti provenienti fuori dalla provincia di Terni è possibile il ritiro domenica 11 giugno dalle ore 8.00 alle ore 9.00 direttamente sul posto della gara.
- Ritrovo a Miranda fissato per le ore 7.30 al fine di effettuare le ultime iscrizioni non competitive e per il successivo briefing informativo. La gara competitiva partirà alle ore 9.30 del giorno 11 Giugno 2023 dalla p.zza Largo Battaglione Manni - Miranda e terminerà con l'arrivo dell'ultimo concorrente nella stessa piazza. Tempo massimo ore 13.30. I partecipanti non competitivi partiranno in coda ai competitivi.
- Per le gare competitive di Km. 10 "Trail Sprint" e di 20 km Le superfici di corsa comprendono un tratto d'asfalto iniziale di circa 450 mt, con il restante diviso tra: sentieri, bosco, strade bianche e secondarie, sono previsti attraversamenti di ss.pp. e incroci con sentieri che verranno indicati e presidiati. Saranno forniti servizi di ristoro durante il percorso al km 5 al km 10 e al km 15 circa. La gara rimane comunque un trail in autosufficienza idrica e alimentare. In caso di ritiro il concorrente dovrà riconsegnare il pettorale ai responsabili dell'Organizzazione. Il concorrente ritirato sarà accompagnato all'arrivo con mezzo dell'organizzazione. Al termine delle gare ogni partecipante competitivo e non competitivo riceverà come pacco ristoro la consumazione sul posto di un panino con la porchetta e birra/acqua.
- ETICA TRAIL: L'Atleta deve: non fare uso di sostanze dopanti per partecipare alla manifestazione; aiutare qualsiasi partecipante in situazione di apparente difficoltà lungo il percorso e avvertire immediatamente il personale medico; non gettare a terra alcun tipo di rifiuto e segnalare la presenza di prodotti inquinanti lungo il percorso; avere atteggiamenti responsabili nel pieno rispetto del codice della strada e dell'ambiente circostante; non uscire dal tracciato o abbandonare la manifestazione senza segnalarlo all'organizzazione; non oltrepassare aree private se non espressamente autorizzato.
- BALISAGGIO: sarà segnalato con opportune nastrature che saranno mostrate durante il briefing di presentazione. Le nastrature saranno poste all'incirca ogni 100/150 mt per cui se dopo aver percorso un tratto superiore ai 200 mt il concorrente non trovasse altra nastratura sarà opportuno ritornare sui propri passi fino all'ultima base incontrata. Saranno posti opportuni cartelli indicatori lungo tutto il percorso.

