



# Regolamento Hard Nature Race

I partecipanti alla Hard Nature Race devono avere compiuto il diciottesimo anno di età, oppure a partire dal sedicesimo anno di età ma col consenso di un genitore (in quest'ultimo caso la liberatoria dovrà avere la firma di un genitore), ed essere in regola con la certificazione medica. Tipo di certificato medico richiesto : certificato medico agonistico, non sono possibili deroghe su questo punto.

Alla gara possono partecipare persone di qualunque nazionalità, che siano tesserati o meno per federazioni sportive o Enti di Promozione Sportiva (EPS).

La categoria Hard sarà l'unica ad avere validità per quanto riguarda:

- Il Campionato Italiano Ocr 2020
- L'unica che dà la possibilità di qualificarsi ai Campionati Europei "Italia 2020"
- Valida per il campionato Regionale FIOCR 2020
- L'unica che qualifica alla Finale di Coppa Italia 2020

## PERCORSO & OSTACOLI

Tutto il percorso sarà disseminato di ostacoli naturali e artificiali. Nel ribadire il pieno spirito ludico e sportivo della manifestazione, l'attraversamento degli ostacoli deve essere fatto dagli atleti in piena sicurezza e rispetto reciproco, al fine di non incorrere in infortuni. Gli atleti saranno inoltre agevolati dalle indicazioni e dall'aiuto da parte dei giudici posizionati nei pressi degli ostacoli.

Tutti gli ostacoli devono essere superati con successo, nella categoria Hard Race non è prevista la possibilità di aggirare gli ostacoli.

Ogni ostacolo potrà essere tentato un numero infinito di volte, tenendo conto comunque del tempo massimo stabilito come durata del percorso.(Salvo decisioni diverse indicate dalla Federazione o dal Campionato Italiano). Dopo il **primo tentativo**, l'atleta dovrà spostarsi

nelle corsie a sinistra per dare la precedenza ai concorrenti che provano a superare per la prima volta l'ostacolo.

**Sarà espressamente vietata la prova degli ostacoli agli atleti iscritti alla gara competitiva. Detto divieto varrà sia il giorno della gara che i giorni precedenti.**

Ogni atleta sarà munito di 3 **braccialetti**. L'atleta deve indossarli tutti e tre nel polso opposto a quello su cui si indossa l'orologio. Devono essere visibili e non ricoperti da alcun altro oggetto o indumento. I braccialetti sono personali, non possono essere ceduti poiché abbinati al numero di pettorale gara.

- Ad ogni ostacolo fallito, verrà tagliato **un braccialetto**, e si registrerà la sanzione.
- Il **tempo limite** è di 2 ore e 15 minuti;  
Oltre questo tempo non sarà garantita la sicurezza nel percorso, la presenza di personale sanitario, punti ristoro, ecc..
- La Direzione di gara avrà la facoltà di prolungare o ridurre tale tempo massimo di percorrenza dando opportuna comunicazione agli atleti, anche durante la gara, tramite diffusione sonora o segnalazione ai giudici lungo il percorso in modo da avvisare gli atleti;
- La **classifica finale** sarà stilata sulla base del tempo di arrivo e del numero di braccialetti conservati.  
Maggiore sarà il numero di braccialetti conservati migliore sarà la propria posizione in classifica. Verranno quindi classificati prima quelli con tutti e tre i braccialetti, poi quelli con due e infine quelli con uno.  
Quelli con zero braccialetti potranno terminare la gara e verranno inseriti in una classifica a parte che non ha valore ai fini della classifica ufficiale, e non garantirà punti per il Campionato Italiano e per il Campionato regionale.

# Regolamento Easy Nature Race

I partecipanti alla Easy Nature Race devono avere compiuto il diciottesimo anno di età ed essere in regola con la certificazione medica, nel rispetto della normativa vigente (da inviare via Mail). Alla Easy Nature Race possono prendere parte anche i minori d'età, non inferiore ai 13 anni, per la cui partecipazione è necessario il consenso informato dei genitori.

Alla gara possono partecipare persone di qualunque nazionalità che siano tesserati o meno per federazioni sportive o Enti di Promozione Sportiva (EPS), essendo la gara non classificabile in nessuna federazione sportiva.

La Easy è dedicata a chi vuole correre la gara senza particolari obblighi o attenzioni e per divertirsi il più possibile con gli amici, oppure affrontare per la prima volta una corsa a ostacoli.

Quest'anno il percorso sarà unico tra Hard e Easy. Nella Easy non avrete alcun obbligo di affrontare gli ostacoli, non vi verrà inflitta alcuna penalità, e non sarà stilata alcuna classifica tra i partecipanti.

## **OSTACOLI**

Tutto il percorso sarà disseminato di ostacoli naturali e artificiali. Nel ribadire il pieno spirito ludico e sportivo della manifestazione, l'attraversamento degli ostacoli deve essere fatto dagli atleti in piena sicurezza e collaborazione reciproca, al fine di non incorrere in infortuni. Gli atleti saranno inoltre agevolati dalle indicazioni e dall'aiuto delle guide posizionate nei pressi degli ostacoli.

Tutti gli atleti possono sia dare, sia ricevere aiuti dagli altri atleti e dallo staff della manifestazione posto lungo il percorso, ed in particolare nei pressi degli ostacoli.