



INFO EVENTO - REGOLAMENTO

ART 1. COMITATO ORGANIZZATORE

Sport PRO-MOTION A.S.D organizza il VIII Monterosa EST Himalayan Trail (di seguito MEHT) in programma il 01.08.2026.

Comitato Organizzatore (di seguito CO): Sport PRO-MOTION A.S.D. - Via Maurizio Muller, 37 - 28921 Verbania Intra (VB), Italia
MEHT@pro-motion.it - www.MEHT.it

ART 2. UFFICIO ISCRIZIONI

Iscrizioni a cura di EVODATA S.r.l., informazioni sulle iscrizioni: MEHT@evodata.it

ART 3. REQUISITI PARTECIPAZIONE - DOCUMENTAZIONE RICHIESTA

CERTIFICATO MEDICO: ogni partecipante deve, ad esclusione della distanza 13K, essere in possesso di certificato medico sportivo per l'attività agonistica "ATLETICA LEGGERA O CORSA IN MONTAGNA" (D.M. 18.02.1982 tab. B) in corso di validità alla data dell'evento.

Le gare parte del MEHT sono aperte a chiunque abbia compiuto 18 anni al 01.08.2026.

Per le gare 55K - 38K è consigliato aver partecipato ad almeno una gara di TRAIL RUNNING in ambiente Alpino/Montano di ca 35-40 Km con 2.500m D+.

Ogni partecipante deve essere cosciente della lunghezza del percorso scelto e della specificità dell'ambiente in cui si svolge la gara, essere adeguatamente preparato avendo acquisito, prima della gara stessa, una reale capacità di autonomia personale in ambiente Alpino/Montano ed in particolare:

- Saper affrontare condizioni climatiche che potrebbero diventare difficili essendo legate ad un ambiente dove le condizioni possono cambiare in maniera repentina diventando un fattore determinante che non può essere sottovalutato; essere quindi in grado di gestire problemi legati a condizioni meteo estreme come freddo/caldo intenso, neve o pioggia, vento forte etc.
- Essere in grado di gestire problemi fisico/psicologici dovuti ad una elevata stanchezza, problemi gastrointestinali, dolori muscolo-articolari, piccole ferite, senso di fame e/o sete etc.
- Essere cosciente che il ruolo del CO non è quello di aiutare il partecipante ad affrontare la propria gara.

ART 4. ACCETTAZIONE REGOLAMENTO - DICHIARAZIONE RESPONSABILITÀ

Il CO si riserva di modificare il presente regolamento in qualunque momento ai fini di garantire la sicurezza di partecipanti e spettatori pubblicando eventuali variazioni su www.MEHT.it.

Per potersi iscrivere alle distanze parte della manifestazione e quindi godere di copertura assicurativa RC, gli iscritti saranno automaticamente tesserati ad un ente di promozione sportiva per la sola giornata di SAB 01.08.2026.

Ogni partecipante, iscrivendosi ad una gara parte del MEHT, sottoscrive la seguente dichiarazione di responsabilità:

"Io sottoscritto, consapevole delle sanzioni penali previste in caso di dichiarazioni non veritiere e di falsità negli atti (art. 26 legge 15/68, art. 489 c.p., art. 2 legge 04/01/1968 n° 15 come modificato dall'art. 3 comma 10, legge 15/05/1997 n° 127) dichiaro di aver letto e di conseguenza conoscere, accettare e rispettare il regolamento del MEHT; di essere consapevole che la partecipazione a eventi sportivi, in particolare la corsa in ambiente Alpino/Montano (TRAIL RUNNING) è potenzialmente un'attività sportiva a rischio se non si è adeguatamente allenati, in condizioni fisiche idonee ed equipaggiati anche per condizioni morfologiche e meteorologiche tipiche dell'ambiente Alpino/Montano; di essere consapevole che per iscriversi è necessario un certificato medico sportivo per l'attività agonistica (D.M. 18.02.1982 tab. B) valido al 01.08.2026 e di aver compiuto 18 anni alla data dell'evento; di iscrivermi volontariamente e di assumermi tutti i rischi derivanti dalla mia partecipazione come cadute, contatto con veicoli o con altri partecipanti, spettatori o altro, condizioni meteo incluso caldo/freddo estremo e/o umido, condizioni del percorso e dei sentieri di montagna, ogni tipo di rischio ben conosciuto e da me valutato. Essendo a conoscenza di quanto sopra, io, per mio conto e nell'interesse di nessun altro, sollevo e libero il CO (Sport PRO-MOTION A.S.D.), i Comuni sul percorso e gli enti promotori, tutti gli sponsor dell'evento, i rispettivi rappresentanti, successori, funzionari, direttori, membri, agenti ed impiegati delle società sopra citate, da tutti i presenti e futuri reclami o responsabilità di ogni tipo, conosciuti o sconosciuti, derivati dalla mia partecipazione".

ART 5. INFORMATIVA PRIVACY - DIRITTO IMMAGINE

Con l'iscrizione alla manifestazione autorizzo espressamente il CO (Sport PRO-MOTION A.S.D.), unitamente ai soggetti giuridici con i quali intrattiene rapporti professionali e commerciali, all'acquisizione gratuita del diritto di utilizzare le immagini fisse o in movimento sulle quali potrà apparire acquisite in occasione della mia partecipazione alla gara su tutti i supporti visivi nonché sui materiali promozionali e/o pubblicitari prodotti e diffusi in tutto il mondo e per tutto il tempo massimo previsto dalle leggi, dai regolamenti, dai trattati in vigore, compresa la proroga eventuale che potrà essere apportata al periodo previsto. Dichiaro altresì di aver letto all'atto dell'iscrizione l'informativa privacy disponibile sul sito www.MEHT.it e di aver espresso il mio consenso al trattamento dei dati personali, nelle modalità previste. I dati forniti saranno trattati nel rispetto delle norme previste dal D. Lgs. 30.6.2003 n.196 ed utilizzati esclusivamente per le finalità previste nell'informativa pubblicata su www.MEHT.it (sezione "PRIVACY").

ART 6. SEMI AUTONOMIA - ASSISTENZA

Su qualsiasi tratto del percorso è vietato, pena squalifica immediata, farsi accompagnare o ricevere assistenza da un'altra persona non iscritta alla gara; questo ad eccezione dei tratti in prossimità dei punti ristoro (100m prima - 100m dopo).

Con semi-autonomia si intende la capacità di essere autosufficienti tra un punto ristoro e l'altro in termini di riserva idrica ed alimentare, di equipaggiamento e di sicurezza in modo tale da adattarsi ai problemi riscontrati in gara o non prevedibili come ad esempio brutto tempo, problemi fisici etc.

ART 7. VARIAZIONI PERCORSO - ANNULLAMENTO

In caso di cattivo tempo i percorsi potrebbero subire variazioni; in base alle condizioni di sicurezza verrà data la possibilità di gareggiare su percorsi alternativi.

Le gare parte del MEHT si sviluppano in ambiente Alpino/Montano alla base della parete EST del Monterosa. Allo scopo di garantire la sicurezza di partecipanti, addetti ai lavori e pubblico, in caso di condizioni meteo avverse o della mancanza delle condizioni di sicurezza su tutto o parte del percorso, il CO si riserva l'insindacabile diritto di modificare percorsi e cancelli orari anche senza preavviso e, in caso di condizioni meteo limite, di annullare l'evento. Eventuali modifiche/annullamento potranno avvenire prima della partenza oppure a gara in corso; i partecipanti saranno informati tempestivamente su ogni variazione del programma della manifestazione tramite e-mail, sito gara oppure direttamente dagli addetti presenti sul percorso.

ART 8. PROGRAMMA EVENTO

Sono possibili variazioni di orario dovute ad esigenze organizzative.

VEN 31.07	BRIEFING TECNICO	Kongresshaus - Fraz. Staffa;	16:00 Inglese - 17:00 Italiano		
SAB 01.08	PARTENZE	MEHT VILLAGE - Fraz. Staffa;	07:00	55K	(D+ 3.800)
			07:00	38K	(D+ 2.100)
			09:00	21K	(D+ 1.400)
			10:00	13K	(D+ 700)

ART 9. RISPETTO AMBIENTE

È severamente vietato gettare qualsiasi tipo di rifiuto lungo i percorsi, pena la squalifica immediata e l'applicazione delle ammende a norma di legge.

Ogni partecipante è tenuto a rispettare i magnifici ambienti incontaminati che ci ospitano preservando lo splendido paesaggio che fa da cornice al MEHT.

ART 10. PUNTI ITRA

Verranno assegnati i seguenti punti ITRA, consigliamo i partecipanti di consultare il sito di riferimento per maggiori informazioni (<https://itra.run>).

GARA/PUNTI:

55K/3 - 38K/2 - 21K/1 – 13K/0

ART 11. MATERIALE OBBLIGATORIO/CONSIGLIATO

La sicurezza prima di tutto! Come in tutte le gare di TRAIL RUNNING in ambiente Alpino/Montano le condizioni meteo, che possono cambiare in maniera repentina, sono un fattore determinante che non può essere sottovalutato. Quindi il CO, alla partenza e a gara in corso, effettuerà dei controlli a campione per verificare la conformità del materiale richiesto da regolamento; coloro non in regola con il materiale o che rifiuteranno i controlli saranno soggetti a squalifica immediata.

In caso di condizioni meteo favorevoli il materiale obbligatorio potrebbe essere rivisto e le variazioni saranno comunicate via e-mail, canali social e durante il Briefing Tecnico.

DESCRIZIONE MATERIALE	OBBLIGATORIO					CONSIGLIATO			
	55K	38K	21K	13K		55K	38K	21K	13K
GARA									
Documento di identità						X	X	X	X
Zaino o zaino + marsupio con capienza sufficiente per tutto il materiale obbligatorio richiesto	X	X	X						
Cintura elastica sportiva portaoggetti				X					
Orologio GPS o GPS portatile con traccia gara (download gratuito su www.MEHT.it)	X	X						X	X
Dispositivo GPS (fornito dal CO)	X	X							
Telefono cellulare: memorizzare i numeri di emergenza del CO indicati sul pettorale; telefono sempre acceso con il proprio numero non mascherato e batteria carica al 100%	X	X	X	X					
Scarpa da TRAIL RUNNING adatta a terreno alpino (ghiaia, sassi, placche)	X	X	X						
Scarpa da RUNNING O TRAIL RUNNING				X					
Bicchieri o contenitori in plastica con apertura larga adatto al consumo di liquidi/solidi (ai ristori non verranno forniti contenitori di nessun tipo)	X	X	X	X					
Borracce o sacche idriche tipo camel bag con minimo 1 lt di riserva idrica	X	X	X						X
Lampada frontale + set pile di ricambio, in alternativa due lampade frontali	X	X							
Telo termico di sopravvivenza (misure minime 2.0m X 1.40m)	X	X	X						X
Fischietto	X	X	X	X					
Benda elastica adesiva per fasciature o strapping (misure minime 100cm X 6cm)	X	X	X	X					
Riserva alimentare	X	X						X	X
Giacca impermeabile/antivento (tipo GORETEX) con cappuccio adatta a condizioni meteo avverse (temperature rigide, vento, pioggia, neve)	X	X	X						X
Pantaloni lunghi, oppure in alternativa pantaloni ¾ più calze lunghe a coprire tutta la gamba	X	X						X	X
Maglia a manica lunga	X	X						X	X
Cappellino, cuffia o bandana adatti a coprire tutto il capo	X	X						X	X
Guanti Impermeabili	X	X						X	X
Occhiali e crema solare da alta quota						X	X	X	X
Indumenti caldi di ricambio						X	X	X	X
Copri pantaloni impermeabili						X	X	X	X
Secondo strato caldo con maglia tecnica di microfibra a manica lunga						X	X	X	X
Bastoncini						X	X	X	X
Riserva economica nel caso di necessità di acquisti presso rifugi etc.						X	X	X	X
KIT pronto soccorso di base (auto-medicazione di piccole escoriazioni, vesciche etc.)						X	X	X	X

ART 12. PERCORSI - PUNTI CONTROLLO

Nei tratti di percorrenza di strade a traffico veicolare dei centri abitati tutti i partecipanti sono tenuti a rispettare il codice stradale in quanto considerati come pedoni (es: correre a lato strada, utilizzare attraversamenti pedonali etc.). Nel caso non venga visualizzata nessuna indicazione dei percorsi "MEHT" entro 300m siete sul sentiero sbagliato, tornate indietro! Nel pieno rispetto dello spirito MEHT è fatto divieto assoluto di uscire dai sentieri tracciati per evitare l'erosione degli splendidi luoghi che ci ospitano.

Le gare parte del MEHT si sviluppano in ambiente Alpino/Montano alla base della parete EST del Monterosa; tracciati su sentieri di montagna o strade sterrate con alcuni tratti di percorrenza su asfalto. Non sono previsti tratti esposti o passaggi attrezzati con corde fisse, tranne alcuni tratti attrezzati con corde/catene temporanee. Ogni partecipante ha l'obbligo di seguire rigorosamente il proprio percorso segnalato con cartelli, nastro e bandelle di tipo catarifrangente visibili con l'uso della lampada frontale nelle ore notturne. È assolutamente vietato seguire percorsi diversi da quelli di gara pena la squalifica immediata. Punti di controllo a sorpresa saranno presenti sui percorsi dove gli addetti verificheranno il passaggio degli atleti e la conformità del materiale obbligatorio, gli atleti che rifiuteranno i controlli saranno soggetti a squalifica immediata.

ART 13. ISCRIZIONE - N° MAX PARTECIPANTI

Le iscrizioni verranno chiuse al raggiungimento del n° MAX di iscritti di ogni distanza o ad insindacabile giudizio del CO.

QUOTE ISCRIZIONE - N° MAX PARTECIPANTI

DISTANZA	N° MAX	SLOT 1 (1-50)	SLOT 2 (51-100)	SLOT 3 (101-200)	VILLAGE (salvo chiusura iscrizioni)
55K	200	€ 70	€ 80	€ 90	€ 100
DISTANZA	N° MAX	SLOT 1 (1-50)	SLOT 2 (51-100)	SLOT 3 (101-200)	VILLAGE (salvo chiusura iscrizioni)
38K	200	€ 50	€ 60	€ 70	€ 80
DISTANZA	N° MAX	SLOT 1 (1-50)	SLOT 2 (51-150)	SLOT 3 (151-300)	VILLAGE (salvo chiusura iscrizioni)
21K	300	€ 30	€ 40	€ 50	€ 60
DISTANZA	N° MAX	SLOT 1 (1-50)	SLOT 2 (51-100)	SLOT 3 (101-200)	VILLAGE (salvo chiusura iscrizioni)
13K	200	€ 20	€ 30	€ 40	€ 50

SERVIZI COMPRESI NELL'ISCRIZIONE

GPS Tracker (55K/38K)	Pettorale	Chip Monouso	Docce	Assistenza Medica
Gadget Ufficiale	Medaglia FINISHER	Spogliatoi	Diploma Partecipazione	Assicurazione RC
Deposito Sacca Indumenti	Briefing Tecnico	Biglietto Impianti Risalita	Ristori	Rilevazioni Cronometriche
WC	Sacca Indumenti	Traccia GPS	Sconto Impianti Accompagnatori	

MODALITA' ISCRIZIONE

ON-LINE Entro MER 29.07.2026 alle ore 23:59
Direttamente sul sito www.MEHT.it con sistema facile, veloce e sicuro.
Iscrizione con pagamento tramite carta di credito o PAYPAL (il servizio prevede l'applicazione di commissioni).

PUNTI ISCRIZIONE SPORTWAY Entro DOM 19.07.2026 (solo pagamento in contanti)
Consegnando: Scheda iscrizione firmata e compilata
Certificato Medico Agonistico (vedi art. 3)

VILLAGE: 31.07/01.08.2026 (solo pagamento in contanti)
Consegnando: Scheda iscrizione firmata e compilata
Certificato Medico Agonistico (vedi art. 3)

ART 14. RITIRO PETTORALE/PACCO GARA - DELEGA

GIO 30.07.2026 ogni partecipante riceverà via e-mail la "LETTERA CONFERMA ISCRIZIONE"; la stessa dovrà essere salvata sul proprio dispositivo mobile e presentata in formato digitale al ritiro del pettorale assieme ad un documento di identità.

Il pettorale è il lascia-passare necessario per accedere a tutti i servizi per i partecipanti; il partecipante dovrà indicare sul retro il nominativo/telefono cellulare della persona da contattare in caso di necessità e memorizzare sul proprio cellulare il numero di emergenza stampato sul pettorale stesso. Il pettorale di gara è strettamente personale e quindi non cedibile a terzi; è responsabilità del singolo atleta indossarlo sul petto/stomaco in maniera visibile ed è assolutamente vietato effettuare modifiche. I partecipanti sorpresi senza pettorale, con il pettorale modificato o ceduto ad altra persona, saranno soggetti a squalifica immediata e denunciati alle autorità competenti in ambito penale e sportivo.

DISTRIBUZIONE PETTORALI

MEHT VILLAGE - c/o Kongresshaus - Macugnaga, Fraz. Staffa (VB)

VEN 31.07 10:00 - 19:00
SAB 01.08 06:00 - 09:45

DELEGA

Solo per la giornata di VEN 31.07.2026 si potrà delegare al ritiro un'altra persona che dovrà presentare la seguente documentazione:

- Lettera Conferma stampata/firmata in originale dall'iscritto delegante + Delega (allegata alla lettera conferma)
- Copia Documento Identità dell'iscritto delegante

ART 15. RIMBORSO - TRASFERIMENTO ISCRIZIONE - CAMBIO DISTANZA/NOMINATIVO

Non sono previsti rimborsi della quota iscrizione. In caso di annullamento della manifestazione per cause di forza maggiore il CO non rimborserà le quote di iscrizione, ma verificherà la possibilità di trasferimento all'edizione successiva.

TRASFERIMENTO ISCRIZIONE

All'atleta impossibilitato alla partecipazione verrà data la possibilità di "Trasferimento Quota Iscrizione" al MEHT 2027 sulla stessa distanza scelta al MEHT 2026.

La richiesta dovrà essere inviata via e-mail all'indirizzo MEHT@pro-motion.it entro il 12.07.2026 allegando la ricevuta del pagamento di € 10,00 per diritti di segreteria (nella causale specificare ad es. "Trasferimento Paolo Rossi MEHT 2027/38K").

I richiedenti saranno tenuti a ripresentare scheda iscrizione e documentazione integrativa richiesta per il MEHT 2027 entro 30gg prima dell'evento.

Bonifico Bancario (spese transazione a carico dell'ordinante) su conto intestato a Sport PRO-MOTION A.S.D. - Banca Intesa Sanpaolo ag. Stresa (VB)

IBAN: IT 40 P030 6945 6801 0000 0009 349 – SWIFT/BIC: BCITITMMXXX

CAMBIO DISTANZA / NOMINATIVO

Verrà data la possibilità di "Cambio Distanza / Nominativo" con richiesta da inviare via e-mail all'indirizzo MEHT@pro-motion.it entro il 12.07.2026 allegando la ricevuta del pagamento di € 10,00 per diritti di segreteria (nella causale specificare ad es. "Cambio Distanza / Cambio Nominativo").

Nel caso di richiesta di variazione distanza con aumento della distanza l'iscritto dovrà integrare la differenza di quota valida al momento della richiesta; viceversa nel caso di riduzione della distanza non è previsto alcun rimborso.

Bonifico Bancario (spese transazione a carico dell'ordinante) su conto intestato a Sport PRO-MOTION A.S.D. - Banca Intesa Sanpaolo ag. Stresa (VB)

IBAN: IT 40 P030 6945 6801 0000 0009 349 – SWIFT/BIC: BCITITMMXXX

ART 16. TIMING - TRACKER GPS - CHIP

Il tracker GPS (55K/38K) ed il CHIP, obbligatori per le gare parte del MEHT, vengono utilizzati per stabilire i tempi cronometrici oltre che per motivi legati alla sicurezza dei partecipanti monitorando il loro passaggio sui vari punti del percorso. Per il tracker GPS, servizio incluso nell'iscrizione per le gare 55K - 38K, verrà richiesta una cauzione di € 50,00 (contanti) restituita al partecipante una volta riconsegnato il dispositivo a fine gara.

Cronometraggio effettuato tramite tecnologia CHIP con rilevazione del tempo di gara e dei tempi intermedi; gli atleti che non risulteranno transitati da uno dei punti controllo saranno soggetti a squalifica immediata. Il CHIP per il timing, fissato al pettorale di gara, così come il tracker GPS sono strettamente personali e non cedibili a terzi; è responsabilità del singolo atleta utilizzare il tracker GPS correttamente come indicato nelle istruzioni. Gli atleti che correranno senza CHIP, o con CHIP ceduto ad altre persone, saranno soggetti a squalifica immediata e denunciati alle autorità competenti.

ART 17. CANCELLI ORARI - TEMPO MAX

I partecipanti che transiteranno ai "Cancelli Orari" oltre i tempi massimi previsti da regolamento saranno ufficialmente fuori gara e di fatto non più sotto la responsabilità del CO. In caso di cattive condizioni meteorologiche e/o per ragioni di sicurezza il CO si riserva il diritto di modificare i cancelli orari anche a gara in corso. I cancelli orari di ogni gara possono essere visualizzati sui rispettivi "ROAD BOOK" presenti sul sito www.MEHT.it.

Questi cancelli orari considerano condizioni del terreno e dislivello per permettere al CO di monitorare il passaggio dei partecipanti per motivi legati alla sicurezza e sono pianificati tenendo conto delle soste per raggiungere l'arrivo nei tempi massimi di gara:

55K	MAX	17:00 h
38K	MAX	12:30 h
21K	MAX	07:30 h
13K	MAX	05:00 h

ART 18. SQUALIFICA

Il personale addetto presente sul percorso è autorizzato a verificare il rispetto del regolamento ed in caso di infrazioni potrà squalificare il partecipante. Saranno prese in considerazione anche le irregolarità accertate post-gara a mezzo di immagini e/o video pervenute al CO. In seguito alla comunicazione delle irregolarità esaminate dal Direttore Gara, il personale addetto potrà applicare la squalifica immediata prevista per le seguenti infrazioni:

Materiale obbligatorio irregolare
Rifiuto a sottoporsi al controllo
Omissione soccorso/assistenza ad altro partecipante
Mancata ottemperanza ad ordine del Direttore Gara, addetto o medico/soccorritore
Abbandono di rifiuti da parte del partecipante/accompagnatore
Mancato raggiungimento Cancelli Orari nei tempi richiesti
Mancato passaggio da un punto di controllo
Comportamento scorretto nei confronti di membro del CO, volontario o altro atleta
Accompagnamento da parte di terzi non iscritti
Utilizzo di mezzo di trasporto o impianti di risalita
Assistenza ricevuta al di fuori dei 100m prima/dopo nei punti ristoro
Scambio con altra persona di: pettorale/CHIP/Tracker GPS

ART 19. RECLAMI

Verranno accettati solamente reclami scritti a firma del partecipante e presentati al CO entro le ore 12:00 di DOM 02.08.2026 accompagnati da una cauzione di € 200,00 che non verrà restituita qualora il reclamo non venisse accolto. La giuria preposta ad esaminare i reclami ed infliggere eventuali squalifiche è composta da: Direttore Gara - Responsabile Soccorso Alpino - Addetti Percorso. La giuria delibererà, senza diritto di appello, previa le dovute verifiche del caso che potranno avvenire anche nei giorni successivi alla manifestazione esaminando immagini fisse e/o in movimento.

ART 20. RITIRO

Il partecipante ritirato dovrà togliere il pettorale di gara. Il braccialetto fungerà da lascia-passare necessario per accedere a tutti i servizi gara, incluso il trasporto gratuito per i partecipanti ritirati tramite gli impianti di risalita oppure utilizzando i "BUS RITIRATI" presenti in alcuni punti del percorso.

In caso di ritiro il partecipante è obbligato a recarsi al più vicino punto di ristoro/controllo, comunicando il proprio ritiro al CO che annullerà il pettorale di gara e lo assisterà con indicazioni circa la via più breve per raggiungere Macugnaga in autonomia. Il partecipante che si ritira senza dare tempestivo avviso al CO dovrà farsi carico di tutte le spese inerenti al procurato allarme e per l'eventuale attivazione del protocollo di ricerca del soccorso alpino.

ART 21. SICUREZZA - ASSISTENZA MEDICA

Lungo il percorso saranno predisposti punti di soccorso con mezzi e personale addetto collegato con la direzione di gara; nei punti di controllo saranno monitorate le condizioni fisico-sanitarie dei concorrenti e nel caso queste ultime non siano ritenute idonee saranno possibili sospensioni dalla gara a carattere temporaneo o definitivo senza possibilità di appello.

Il personale sanitario dislocato lungo il percorso di gara garantisce l'assistenza solo in caso di problemi medico-sanitari di rilievo; consigliamo ad ogni partecipante di avere con sé il materiale necessario all'automedicazione per piccole escoriazioni o vesciche che non necessitano l'intervento di un medico. Gli atleti infortunati potranno allertare i soccorsi presso un punto ristoro/controllo, chiamando i numeri riportati sul pettorale di gara, oppure chiedendo aiuto ad un altro partecipante; è sottinteso quindi che ogni atleta in gara ha l'obbligo di prestare assistenza a chi in difficoltà, pena la squalifica immediata.

Qualora venga valutata la necessità, solo ed esclusivamente a giudizio del CO, verrà allertato il soccorso alpino che coordinerà le operazioni di soccorso utilizzando i mezzi ritenuti necessari compreso l'eventuale utilizzo dell'elicottero. In caso di intervento con elicottero e se ritenuto opportuno dal personale addetto ai soccorsi, alcune o la totalità delle spese derivanti dall'intervento saranno a carico del partecipante secondo le norme vigenti in Regione Piemonte e in territorio Svizzero.

ART 22. ASSICURAZIONE MEDICA PERSONALE

Il CO sottoscrive un'assicurazione di responsabilità civile per tutto il periodo dell'evento; è comunque fortemente consigliato ai partecipanti il possesso di un'assicurazione sanitaria individuale che copra le spese di ricerca/soccorso in Italia/Svizzera e l'eventuale intervento del soccorso alpino tramite l'utilizzo di elicottero.

Il CO consiglia ai partecipanti la stipula di una copertura assicurativa che ITRA (International Trail Running Association - <https://itra.run>) offre ai propri affiliati.

ART 23. ROAD BOOK - MAPPE PERCORSO - TRACCE GPS

Road Book, mappe percorso, altimetrie e tracce GPS sono consultabili e scaricabili gratuitamente dal sito www.MEHT.it.

ART 24. RISTORI

Per la collocazione esatta dei ristori vedi dettaglio "Road Book" www.MEHT.it.

Per ridurre l'impatto ambientale ai ristori non verranno forniti contenitori di nessun tipo, quindi ogni partecipante dovrà munirsi di bicchiere richiudibile o contenitore con apertura larga adatto al consumo di liquidi/solidi; il CO fornisce solo i liquidi per il riempimento di bicchieri, borracce, o camel bag. Sono previsti due tipi di prodotti disponibili ai ristori:

Bevande: acqua naturale/gasata, the caldo, sali minerali, coca cola e brodo caldo.

Cibi: frutta fresca (es: angurie, banane, arance, mele) frutta secca (es: albicocche, uva sultanina), biscotti, cioccolato, salatini, formaggio, insaccati e pane.

ART 25. SPOGLIATOI - DOCCE - WC

Il CO non risponderà per eventuali furti o smarrimenti di oggetti personali. Si consiglia pertanto di non lasciare oggetti di valore nelle sacche indumenti o all'interno degli spogliatoi.

Spogliatoi/Docce/WC saranno disponibili presso il centro benessere (Fraz. Staffa). WC saranno presenti anche in alcuni punti sul percorso (vedi dettaglio "Road Book" su www.MEHT.it).

ART 26. DEPOSITO SACCA INDUMENTI

Ogni partecipante riceverà insieme al pettorale una sacca indumenti e un adesivo da applicare alla stessa.

Presso il MEHT VILLAGE sarà predisposto un deposito sacche indumenti dove i partecipanti potranno consegnarle e ritirarle a gara ultimata.

ART 27. PREMIAZIONI - CLASSIFICHE - DIPLOMI

Non verranno consegnati o spediti premi al di fuori degli orari indicati di seguito.

Classifiche e diplomi di partecipazione saranno disponibili sul sito www.MEHT.it.

Il programma delle cerimonie di premiazione con prodotti e trofei, che si terranno nell'Area Partenza/Arrivo (MEHT VILLAGE) avrà i seguenti orari:

SAB 01.08	15:00	21K - Classifica Assoluta	Primi 5 Uomini/Donne
		13K - Classifica Assoluta	Primi 3 Uomini/Donne
		38K - Classifica Assoluta	Primi 5 Uomini/Donne
	19:00	55K - Classifica Assoluta	Primi 10 Uomini/Donne

ART 28. POSTEGGIO

Per il periodo 31.7-02.08.2026 il CO metterà a disposizione un'area posteggio gratuita fino ad esaurimento posti.

I parcheggi di Macugnaga sono normati da regolamento comunale.

ART 29. SOGGIORNO

Sul sito www.MEHT.it sono presenti le opzioni di ospitalità.

ART 30. SERVIZIO FOTO

I partecipanti potranno visualizzare ed acquistare le loro fotografie sul sito www.MEHT.it.

ART 31. COME RAGGIUNGERCI

AEREO: Aeroporto Milano Malpensa a 100 Km ca.
www.sea-aeroportimilano.it

BUS: Navette BUS da/per Aeroporto Milano Malpensa e Bergamo Orio Al Serio (su prenotazione)
www.comazzialibus.com
www.safduemila.com
BUS di linea Domodossola – Macugnaga
www.comazzibus.com/linee_orari.php

AUTO: Autostrada A8 dei Laghi con collegamento alla A26/E62 direzione Sempione uscita "PIEDIMULERA/MACUGNAGA"
www.autostrade.it

TRENO: Collegamento ferroviario diretto con Milano, Torino, Ginevra e Zurigo, stazione di Domodossola.
www.fsitaliane.it
BUS di linea Domodossola Stazione FS – Macugnaga
www.comazzibus.com/linee_orari.php