

REGOLAMENTO TRAIL DELLA DUCHESSA

Art. 1 - Organizzazione

L'associazione UFENS AEQUATRIL, in collaborazione con UISP Rieti, organizza la decima edizione del Trail della Duchessa che si terrà il 13 settembre 2026 a Cartore (RI).

Art. 2 - Informazioni generali e gare

Le gare saranno due: il Trail della Duchessa e il Trail del Lago.

Il Trail della Duchessa si svolgerà a piedi lungo i sentieri che dal centro storico di Cartore portano al Lago della Duchessa, per uno sviluppo di 22,63 Km con un dislivello attivo di 1507mt, lungo il percorso l'organizzazione allestirà quattro posti ristoro (al 5°, 12°, 12° km e arrivo).

Il Trail del Lago, invece, avrà uno sviluppo di 11,8 Km con un dislivello attivo di 1020 mt.

Info dettagliate su www.ufens.it

Arrivo al paese da Roma Autostrada A24 uscita Valle del Salto; Da L'Aquila/Pescara A24 e A25 uscita Valle del Salto; da Rieti ss578 Rieti-Torano uscita Corvaro/Spedino.

La gara è valevole per punteggio Itra: 1 punto Itra per il completamento del Trail della Duchessa. Per ulteriori informazioni sul progetto Itra si rimanda al sito:

<https://itra.run/Races/RaceDetails/Trail.Della.Duchessa/28092/2026/0>

Art. 3 - Percorsi

I tracciati della gara percorrono sentieri di montagna, che richiedono attenzione e fermezza di passo, specie nei tratti di discesa tecnica. In generale, i percorsi sono caratterizzati da sentieri e viottoli di montagna, terreni irregolari, ostacoli naturali e tratti con acqua e saranno soggetti alle problematiche proprie di una corsa in ambiente naturale della montagna appenninica.

Non sono presenti passaggi che presentano difficoltà alpinistiche.

Nei punti di attraversamento che presentano maggiore difficoltà sarà presente personale dell'organizzazione. Il transito su strade aperte al traffico deve essere effettuato nel rispetto del codice della strada e con la dovuta attenzione da parte degli atleti.

L'intero percorso è segnato con bandierine, nastro bicolore e indicazioni sulla strada in vernice biodegradabile. Il tracciato, per esigenze di sicurezza o logistiche, potrà essere soggetto a modifiche rispetto a quanto indicato sul road-book. Le variazioni saranno comunque opportunamente segnalate in loco e/o durante il briefing pre-gara.

Art. 4 – Programma gare, orari e cancelli

A salvaguardia della propria incolumità verrà vietato il proseguimento della competizione a tutti gli atleti che transiteranno oltre l'orario limite. Gli atleti esclusi dalla gara potranno rientrare alla zona di partenza percorrendo il sentiero di discesa seguendo le indicazioni del personale di gara.

La partecipazione al briefing pre-gara, durante il quale verranno date indicazioni sul percorso e saranno fornite le necessarie indicazioni di sicurezza, è obbligatoria.

Briefing pre-gara ore 09:00 c/o nel luogo della partenza.

La partenza della gara è prevista per le ore 09:30.

Il tempo massimo di percorrenza è fissato in:

6 ore per il Trail della Duchessa,

3 ore per il Trail del Lago.

Sarà istituito un cancello orario a circa 1740m slm rifugi Gigi Panei, dopo 1 ora e 10 minuti dalla partenza che dista circa 5 Km per il Trail della Duchessa e 3 Km per il Trail del Lago.

Art. 5 - Requisiti di partecipazione

Per la partecipazione alla gara è necessario:

- aver compiuto i 18 anni d'età
- appartenere ad una società sportiva affiliata FIDAL (incluso tesseramento "Runcard" e "Trail and Mountain") o a EPS (Enti di Promozione Sportiva) riconosciuti dal CONI. Per i tesserati Runcard il limite minimo di età è 20 anni.
- essere in possesso di un Certificato Medico di idoneità alla pratica sportiva agonistica dell'ATLETICA LEGGERA in corso di validità (non saranno ammessi alla gara coloro in possesso di certificati per altre pratiche sportive)
- non fare uso di sostanze dopanti, né essere stati squalificati per uso di sostanze dopanti;

Occorre altresì:



- essere pienamente coscienti della lunghezza e della difficoltà della prova ed essere allenati per affrontarla;
- avere sicurezza di passo sui sentieri di montagna e abbigliamento adeguato;
- aver compreso ed accettare quanto riportato nel presente regolamento.

Art. 6 – Certificazione medica

Per gli atleti italiani, è obbligatorio consegnare una copia del certificato medico agonistico in corso di validità per attività di “atletica leggera”, allegandolo durante il processo di iscrizione o inviandolo in allegato alla mail duchessa@evodata.it

Gli atleti stranieri dovranno far compilare, timbrare e firmare da un medico il proprio certificato.

Art. 7 - Iscrizioni

ONLINE: Le iscrizioni devono essere effettuate online attraverso il sito web www.endu.it seguendo le apposite indicazioni.

OFFLINE: Le Società possono scaricare il modulo messo a disposizione dal comitato organizzatore e inviarlo in allegato alla mail duchessa@evodata.it. Deve essere inviata anche la ricevuta di pagamento cumulativa con bonifico bancario utilizzando le seguenti coordinate:

IBAN: IT40G0306973710100000001964

Intestato a: ASD UFENS-AEQUATRIL

Causale: ISCRIZIONE TRAIL DELLA DUCHESSA 2026

la contabile del bonifico deve essere allegata all'atto dell'iscrizione.

Le quote di iscrizione per la gara Trail Della Duchessa sono:

- 12€ fino alle 23:59 del 30 giugno,
- 15€ fino alle 23:59 del 31 agosto,
- 20€ fino alle 23:59 del 10 settembre (chiusura iscrizioni online),
- 25€ la mattina della gara

Sarà possibile effettuare iscrizioni il giorno della gara in caso di disponibilità di pettorali.

Le quote di iscrizione per la gara Trail Del Lago sono:

- 15€ fino alle 23:59 del 10 settembre (chiusura iscrizioni online),
- 20€ la mattina della gara

Sarà possibile effettuare iscrizioni il giorno della gara in caso di disponibilità di pettorali.

Il numero massimo di atleti partecipanti è di 300.

È possibile effettuare la cessione del pettorale ad altro atleta idoneo previo il pagamento di 10,00 euro per diritti di segreteria. La richiesta va inviata a duchessa@evodata.it

Non sono previste modalità di rimborso, ma sarà possibile spostare la quota già versata all'edizione del 2027, dandone comunicazione tramite e-mail agli organizzatori entro la data di scadenza delle iscrizioni e previo il pagamento di 10,00 euro per diritti di segreteria. La richiesta va inviata a duchessa@evodata.it

In caso di interruzione o annullamento della gara per motivi atmosferici o per qualsiasi altra ragione indipendente dall'Organizzazione, nessun rimborso sarà dovuto ai partecipanti salvo comma precedente o programmazione nuova data.

Donazione

In fase di iscrizione è possibile devolvere una somma aggiuntiva destinata ai volontari che saranno presenti lungo il percorso a supporto degli atleti.

Art. 8 - Pettorale di gara

Il pettorale viene consegnato personalmente ad ogni atleta, previa esibizione di documento di riconoscimento e a seguito del controllo materiali.

Può essere consegnato in modo collettivo solo agli appartenenti alla stessa società previa esibizione di delega scritta e firmata da ogni singolo atleta delegante.

Il pettorale è personale e non trasferibile, per nessun motivo può essere modificato o piegato e deve essere indossato in modo visibile per tutta la durata della gara.

Gli iscritti possono ritirare il proprio pettorale il giorno della gara dalle ore 07:30 alle ore 09:00.



Art. 9 - Regime di semi-autosufficienza e assistenza in gara.

La gara si svolge in regime di semi-autosufficienza.

Ogni atleta dovrà portare con sé, fin dalla partenza, tutto ciò che gli occorre per essere autosufficiente. Il ristoro va consumato nell'area delimitata dello stesso.

Al fine di limitare la produzione di rifiuti, ai ristori non sono presenti bicchieri di plastica né bottiglie, è quindi fortemente raccomandato che ogni concorrente abbia con sé un recipiente per bere. È assolutamente vietato, pena squalifica, l'abbandono di rifiuti di qualsivoglia natura lungo il percorso.

La gara si svolge anche su strade aperte al traffico. Sebbene sia prevista la presenza di addetti negli incroci pericolosi e nei bivi principali, si raccomanda la dovuta prudenza.

L'assistenza agli atleti da parte dei familiari o dei team, qualora consentita dalla normativa vigente di contrasto alla diffusione del Covid-19, è possibile soltanto nei punti di ristoro, nelle zone adibite allo scopo e su indicazione del responsabile del ristoro. È vietato l'accompagnamento in gara.

Art. 10 - Equipaggiamento, materiale obbligatorio e facoltativo

È importante sapere che in caso di necessità di soccorso, la morfologia del territorio o le condizioni meteo del momento potrebbero far aspettare i soccorsi per un tempo lungo. In questo scenario la sicurezza dipende dal materiale che si ha nello zaino.

Alla partenza della gara e alla partenza da ogni punto di ristoro è obbligatorio avere con sé il seguente materiale:

- pettorale di gara con numero ben visibile
- almeno mezzo litro di liquidi
- abbigliamento idoneo alla montagna (scarpe da trail, abbigliamento tecnico)
- telefono cellulare con registrati i numeri dell'organizzazione
- coperta termica
- fischietto di emergenza
- giacca antivento/antipioggia

Alla partenza e lungo il percorso saranno eseguiti dei controlli a campione sul materiale obbligatorio.

In caso di condizioni meteo particolari l'Organizzazione può variare il materiale obbligatorio, in tal caso verrà data adeguata comunicazione ai concorrenti.

È prevista la squalifica in caso di rifiuto di sottoporsi al controllo.

È prevista la squalifica in caso di mancanza del materiale obbligatorio di sicurezza.

È fortemente consigliato partire portando con sé anche il seguente materiale:

- riserva alimentare
- ecotazza/bicchiere
- guanti

È consentito l'uso dei bastoncini alla condizione che si devono tenere dal momento della partenza fino all'arrivo.

È vietato farseli portare o abbandonarli lungo il percorso.

È vietato l'uso di mezzi di trasporto.

È obbligatorio seguire i percorsi segnalati senza effettuare tagli.

Fortemente consigliato l'uso della traccia gpx, scaricabile dal sito www.ufens.it

Art. 11 - Sicurezza e controllo

Sul percorso sono presenti addetti dell'organizzazione, il Soccorso Alpino e volontari della Protezione Civile, tutti in costante contatto con la base.

Per tutta la durata della manifestazione in zona arrivo e all'occorrenza ai ristori sono presenti ambulanze con medico a bordo e personale paramedico. Altri mezzi di soccorso sono dislocati in apposite zone prossime al percorso.

Lungo il tracciato sono istituiti dei punti di controllo, dove addetti dell'organizzazione monitorano il passaggio degli atleti. Pertanto, il pettorale va sempre ben visibile posto o sulla gamba o sul petto.

In caso di infortunio, il corridore ferito o in difficoltà può chiedere il soccorso dell'organizzazione:

- presentandosi ad un punto di controllo ufficiale
- chiamando un numero dell'organizzazione
- chiedendo ad un altro corridore di avvisare i soccorsi

È doveroso e obbligatorio prestare assistenza a tutte le persone in difficoltà e se necessario avvisare i soccorsi. Nel caso in cui un concorrente abbia perso del tempo per soccorrere un altro concorrente ferito o in difficoltà, può richiedere alla Giuria di Gara la riduzione del tempo impiegato sulla classifica ufficiale.

A salvaguardia della propria incolumità, sarà vietato il proseguimento della competizione a tutti gli atleti ritenuti in condizioni psico-fisiche non idonee.

L'organizzazione si riserva il diritto di effettuare controlli in qualsiasi punto senza preavviso.



Art. 12 - Abbandono

Salvo in caso di ferite gravi, un concorrente deve ritirarsi esclusivamente presso uno dei punti presidiati indicati nel road-book. In qualsiasi caso il concorrente dovrà immediatamente riconsegnare il pettorale all'organizzazione. Se necessario, un mezzo dell'organizzazione provvederà a riportare il concorrente alla zona arrivo a Cartore. A seconda delle condizioni della corsa e del punto del percorso in cui avviene il ritiro, i tempi di trasporto potranno essere anche molto lunghi. Il corridore ritirato non è più sotto il controllo dell'organizzazione. In caso di mancata comunicazione di un ritiro e del conseguente avvio delle ricerche del corridore, ogni spesa derivante verrà addebitata al corridore stesso.

Nel caso in cui si rendesse necessaria l'attivazione del 118, compreso l'eventuale uso di elicottero, le spese derivanti per l'intervento di strutture esterne a quelle dell'organizzazione, sia prima, durante e dopo la manifestazione non potranno essere imputate all'organizzazione stessa.

Art. 13 - Premi e servizi

Ogni concorrente regolarmente iscritto alla gara ha diritto al pacco gara.

Inoltre, l'iscrizione alla gara dà diritto a:

- Pettorale di gara
- Cronometraggio
- Ristori durante la corsa
- Pappatoia finale

Non sono previsti premi in denaro.

Saranno premiati i primi tre arrivati assoluti per le categorie Maschile e Femminile, i primi tre arrivati per le categorie di età.

Al mancato raggiungimento di tutte le categorie si accorperanno le stesse.

Art. 14 - Penalità – squalifica

I commissari di corsa presenti sul percorso ed i “capi posto” dei punti di controllo e ristoro sono obbligati a far rispettare il regolamento e, in caso di mancata osservanza, ad applicare una penalità o la squalifica. In ogni caso le decisioni saranno prese in accordo con la giuria di gara. La giuria è composta:

- dal Direttore della corsa;
- dal Coordinatore responsabile della sicurezza;
- dal Responsabile dello staff sanitario;
- dai Responsabili dei posti di controllo;

La giuria è abilitata a deliberare in un tempo compatibile con gli obblighi della corsa su tutti i reclami o squalifiche avvenuti durante la corsa. Le decisioni prese sono senza appello.

Art. 15 - Reclami

Tutti i reclami dovranno essere formulati per iscritto alla Giuria di Gara, allegando un deposito cauzionale di € 50,00 (euro cinquanta/00), non restituibili se il reclamo non verrà accettato, entro il tempo massimo di un'ora dal termine della gara.

Qualora il reclamo venisse rigettato, l'atleta potrà adire al Giudice Sportivo Nazionale.

Art. 16 - Assicurazione

L'organizzazione sottoscrive un'assicurazione di responsabilità civile per tutto il periodo della manifestazione. Il tesseramento all'UISP comprende una polizza assicurativa personale di base.

Considerando che la copertura assicurativa di base non comprende ad esempio la diaria da ricovero o le spese mediche a seguito di infortunio, si consiglia ad ogni partecipante di ampliare la propria copertura assicurativa sottoscrivendo una delle polizze integrative previste dagli enti di appartenenza, o in alternativa di dotarsi di una propria assicurazione personale che copra ad esempio la partecipazione a eventi con copertura incidente, viaggio e costi d'evacuazione.

N.B.: l'evacuazione con elicottero in Italia è a pagamento.

Art. 17 - Ambiente

I concorrenti devono tenere un comportamento rispettoso dell'ambiente, evitando in particolare di disperdere rifiuti, raccogliere fiori e molestare la fauna.

È prevista la squalifica in caso di abbandono volontario di rifiuti lungo il percorso.

La montagna è la nostra casa e madre, rispettiamo.



Art. 18 - Modifiche del percorso e delle barriere orarie – annullamento della corsa

L'organizzazione si riserva il diritto di modificare in ogni momento il percorso o la posizione dei punti di soccorso e di ristoro senza preavviso. In caso di condizioni meteorologiche sfavorevoli, che mettano a repentaglio la sicurezza dei partecipanti, la partenza può essere posticipata o annullata; l'organizzazione, in caso di maltempo, si riserva altresì il diritto di sospendere la gara in corso o di modificarne le barriere orarie. In ogni caso la quota d'iscrizione non sarà restituita. Ogni decisione in merito sarà insindacabile e presa dalla giuria di gara.

Art. 19 - Diritti all'immagine

Le immagini ottenute durante la gara potranno essere utilizzate dall'Organizzazione e dalle aziende sponsor per fini di diffusione e pubblicità dell'evento e/o di prodotti associati allo stesso.

Ciascun concorrente autorizza l'utilizzo delle proprie immagini nel rispetto della vigente normativa sulla Privacy, con la sola iscrizione alla gara.

Art. 20 - Sponsor

Gli atleti con sponsor personali possono esporre i loghi degli sponsor solamente sull'abbigliamento ed il materiale personale usato durante la corsa. È proibito esporre ogni altro accessorio pubblicitario (bandiere, striscioni...) in qualsiasi punto del percorso.

Art. 21 - Accettazione del regolamento e dell'etica della corsa

La partecipazione al Trail della Duchessa comporta l'accettazione senza riserve del presente regolamento e dell'etica adottati dall'organizzazione.

In particolare, il concorrente dichiara di:

- essere in condizioni fisiche idonee alla gara ed aver eseguito i controlli medici necessari;
- conoscere le caratteristiche del percorso e la sua geografia;
- essere consapevole dei rischi che implica l'attività;
- conoscere le difficoltà di eseguire operazioni da parte dei soccorritori in alcuni tratti del percorso;
- sapere che vi sono luoghi ai quali è impossibile accedere con automezzi, in cui l'assistenza immediata è fortemente limitata;
- conoscere le caratteristiche del terreno ed i rischi possibili come distorsioni, strappi e fratture, e che per ragioni di sicurezza sarà data priorità al soccorso ed evacuazione delle emergenze ed urgenze mediche.
- di assumersi ogni responsabilità in caso di incidenti o infortuni.

Art. 22 – Modifiche al regolamento

L'organizzazione si riserva la facoltà di fare modifiche al presente regolamento, dandone comunicazione sul proprio sito www.ufens.it e pagine social.