



Regolamento 9° En Mes Ai Ülif Trail

4ª prova Gran Prix di Montagna

DATA	04. 09. 2025
N° PROT.	1248

Art. 1 – Organizzazione

L' **A.S.D. Runners Salò** con il patrocinio del Comune di Toscolano Maderno e l'approvazione della FIDAL e Comitato Provinciale di Brescia, organizza domenica 28/09/2025 la IX edizione della **EN MES AI ÜLIF TRAIL** con un nuovo percorso di circa 17,5 km, gara di Trail in ambiente naturale di bassa e media montagna, a passo libero, in regime di semi-autosufficienza idrico-alimentare.

* La manifestazione è coperta da assicurazione per responsabilità civile (copia della stessa verrà resa disponibile sul sito).

Art. 2 Prove

La gara della **EN MES AI ÜLIF TRAIL** si disputa su un tracciato di circa 17,5 Km con un dislivello complessivo di circa 900 mt. Di seguito è descritto in sintesi il percorso gara:

La prima parte si svolge nella zona verso il lago del Comune di Toscolano Maderno, per poi addentrarsi nella Valle delle Cartiere.

Nella gara competitiva, percorso, molto suggestivo e panoramico, con partenza da dal piazzale della Cartiera, si scende sul lungolago e girando a destra (dopo un paio di km) si raggiunge il PIANTONE, girando ancora a destra si imbecca via U. Foscolo, proseguendo per via Promontorio svoltando a destra in via V. Bellini, subito dopo il ponte (di fronte alla MIGROSS) ci si immette sul fiume Toscolano, all'altezza di comune si gira a destra per passare da Maderno raggiungendo Monte Maderno e Sanico da dove si scende nella valle delle cartiere, passando dal ponte MILITARE, si sale lungo la salita detta LUSSETI e all'altezza della santella ci sarà il ristoro. Strade interessate a Gaiò: Via Camerate; via Castello; via Folino/Cabiana; via Montesuello; si scende a Pulciano e si raggiunge Piazza Caduti dove sarà situato l'arrivo.

Art. 3 Criteri di partecipazione

La gara è aperta a tutte le persone, uomini e donne, che abbiano compiuto 18 anni (millesimo di età) con i requisiti di partecipazione richiesti.

Non saranno accettate iscrizioni da parte di atleti che stanno scontando squalifiche per doping in qualunque disciplina o che hanno già scontato squalifiche per doping nei due anni precedenti.

La partecipazione alle gare richiede inoltre una discreta preparazione psico-fisica; è necessaria esperienza in ambiente montano ed idoneo equipaggiamento.

L'iscrizione alla prova competitiva "**EN MES AI ÜLIF TRAIL**" è riservata ad atleti in possesso di certificato medico sportivo per attività agonistica (atletica leggera) in corso di validità per tutto il giorno della manifestazione (28 settembre 2025).

Per la partecipazione alle gare non sono richieste gare qualificanti.

Alla gara possono partecipare:

- Atleti/e italiani/e stranieri/e tesserati/e per società affiliate alla FIDAL ed appartenenti alle categorie Juniores, Promesse, Seniores (da SF-SM a SF95-SM95 e oltre) m/f per l'anno 2025;
- Atleti/e italiani e stranieri tesserati/e per società di Ente di Promozione Sportiva disciplina Atletica Leggera), che hanno sottoscritto la convenzione con la Fidal, in possesso di Runcard EPS.

NB: dovranno presentare in originale copia del certificato medico agonistico con dicitura "Atletica leggera" una cui copia verrà lasciata agli organizzatori. Questi atleti/e verranno inseriti regolarmente nella classifica della gara, ma non potranno godere di rimborsi, bonus o altro genere di buono valore. Inoltre non possono accedere al montepremi.

- Possessori RUNCARD. Possono partecipare cittadini italiani e stranieri residenti in Italia, limitatamente alle persone da 20 anni (millesimale di età 2005) in poi, non tesserati né per una società affiliata alla Fidal, né per una Federazione straniera di Atletica Leggera affiliata alla WA, né per un ente di promozione sportiva (sez. Atletica), in possesso della "RUNCARD" in corso di validità (non scaduta), rilasciata direttamente dalla Fidal (info@runcard.com).

N.B. la tessera RUNCARD è rinnovabile, sulla tessera è riportata la scadenza della stessa. Se il giorno della manifestazione, durante il controllo tessera, viene rilevato che la stessa è scaduta l'atleta NON può partecipare salvo presentazione di ricevuta dell'avvenuto rinnovo online.

La loro partecipazione è comunque subordinata alla presentazione di un certificato medico di idoneità agonistica specifico per l'atletica leggera in corso di validità in Italia, che dovrà essere esibito agli organizzatori in originale e conservato, in copia, agli atti della società organizzatrice di ciascuna manifestazione alla quale l'atleta in possesso della "RUNCARD" partecipa.

Questi atleti verranno inseriti regolarmente nella classifica della gara, ma non potranno godere di rimborsi, bonus o altro genere di buono valore. Inoltre non possono accedere al montepremi.

- Possessori RUNCARD. Possono partecipare cittadini italiani e stranieri residenti all'estero, limitatamente alle persone da 20 anni (millesimale di età 2005) in poi, non tesserati né per una società affiliata alla Fidal, né per una Federazione straniera di Atletica Leggera affiliata alla WA, né per un ente di promozione sportiva (sez. Atletica), in possesso della "RUNCARD" in corso di validità (non scaduta), rilasciata direttamente dalla Fidal (info@runcard.com).

N.B. la tessera RUNCARD è rinnovabile, sulla tessera è riportata la scadenza della stessa. Se il giorno della manifestazione, durante il controllo tessera, viene rilevato che la stessa è scaduta l'atleta NON può partecipare salvo presentazione di ricevuta dell'avvenuto rinnovo online.

La loro partecipazione è comunque subordinata alla presentazione di un certificato medico di idoneità agonistica per Atletica Leggera valido in Italia. Possono inoltre presentare un certificato medico emesso nel proprio paese, ma conforme agli esami diagnostici previsti dalla normativa italiana per poter svolgere attività agonistica, che andrà esibito in originale, lasciandone copia, agli Organizzatori.

Conformemente ai dettami di legge vigenti (D.M. 18/02/1982) coloro che praticano attività sportiva agonistica devono sottoporsi preventivamente e periodicamente al controllo dell'idoneità specifica allo sport. La normativa italiana richiede che i soggetti interessati devono sottoporsi ai seguenti accertamenti sanitari:

- Visita Medica
- Esame completo delle urine
- Elettrocardiogramma a riposo e dopo sforzo
- Spirografia

Tutte le dichiarazioni e i referti degli esami devono essere autentici o conformi agli originali. Copia del certificato medico andrà conservata agli atti della Società Organizzatrice di ciascuna manifestazione alla quale l'atleta in possesso di RUNCARD partecipa. **Queste/i atleta/i verranno inseriti regolarmente nella classifica della gara, ma non potranno godere di rimborsi, bonus e accedere al montepremi in denaro e/o generici buoni valore**

NON possono partecipare:

- Atleti/e tesserati/e per altre Federazioni (es. Triathlon) non possono partecipare;
- Atleti/e tesserati/e per Società di Enti di promozione Sportiva riconosciuti dal CONI ma non convenzionati con la FIDAL non possono partecipare, salvo se possessori la RUNCARD.



- Certificati medici di idoneità agonistica riportanti diciture quali corsa, podismo, marcia, maratona, triathlon, mezza maratona ecc. non sono validi ai fini della partecipazione.
- Certificati medici di idoneità agonistica per altri sport non sono validi.
- Atleti/e stranieri tesserati per Federazioni straniere affiliate alla WA.

Art. 4 – Quota d'iscrizione

Quota d'iscrizione: € 20,00. (comprensiva del pacco gara)

PETTORALI DISPONIBILI n. 250 (con pacco gara) dopodiché iscrizioni senza pacco gara a 10,00 euro

Art. 5 – Modalità di pagamento

Si potrà effettuare il pagamento della quota di iscrizione, pari a € 20,00, mediante bonifico bancario, da versare su c/c intestato a ASD RUNNERS SALÒ – iban: **IT97P 05116 55180 0000000 25805** con la seguente causale: " VII edizione En Mes Ai ULIF Trail 2023 – Nome/i, Cognome/i, n°. tessera FIDAL dell'atleta/i iscritto/i".

Art. 6 Modalità di iscrizione

Le iscrizioni si potranno effettuare tramite il sito <http://tessonline.fidal.it/login.php> oppure inviando email a federico.danesi@fidal-lombardia.it, info@runnersalo.org.
dal momento dell'apertura il giorno 01/08/2025.

Le quote di iscrizione comprendono:

- pacco gara e numero pettorale
- ristoro in località Sanico, località Santuario di Gaino e ristoro presso l'arrivo
- servizio spogliatoi nei pressi del campo sportivo di Toscolano Maderno BS
- assistenza e ristori lungo il percorso;
- servizio cronometraggio di gara by FIDAL CRL;
- gadget finisher.

Art. 7 Riassegnazione, rimborso delle quote di partecipazione

Nel caso di infortunio di un atleta già regolarmente iscritto, comunicato entro il 20/09/2025, si riterrà valida l'iscrizione per l'edizione successiva, dietro presentazione di adeguata documentazione medica inviata all'indirizzo e-mail info@runnersalo.org.

Non verranno effettuati rimborsi delle quote già versate, salvo in caso di annullamento della manifestazione deciso dall'organizzazione per **gravi motivi meteorologici o cause di forza maggiore** ove si provvederà al rimborso entro il **70% max della quota versata**.

Art. 8 Materiale obbligatorio

Con l'iscrizione ogni corridore sottoscrive l'impegno a portare con sé tutto il materiale obbligatorio sotto-elencato durante tutta la corsa, pena la squalifica o penalizzazione.

Controlli verranno predisposti a campione lungo il percorso e all'arrivo.

- Cellulare con inserito numero di emergenza;
- Zainetto o cintura con almeno una borraccia / soft-flask piena di acqua;
- Scarpe da corsa o trail (non sono ammesse le "A2").

Art. 9 Materiale Consigliato

Date le condizioni ambientali e le possibili avversità meteorologiche sono fortemente consigliati:

- guanti
- riserva alimentare (gel, barrette, etc.)
- giacca a manica lunga tipo Kway

L'organizzazione si riserva di richiedere il materiale consigliato come obbligatorio in caso di manifeste avverse condizioni meteo, dandone tempestiva comunicazione tramite mail/social/news del sito.

Art. 10 – Verifica della propria iscrizione

Lo stato della propria iscrizione sarà verificabile al seguente link:



<http://enmesaiuliftrail.fidalservizi.it>

Art. 11 – Controllo tesseramento il giorno della gara

I giudici potranno controllare il tesseramento e l'identità dell'atleta.

Art. 12 – Orari

Ritrovo presso lo stadio di Toscolano Maderno, in via Religione dalle ore 07:30 alle ore 09:00.

Inizio gare alle ore 09:15.

***** Il ritiro pettorali avverrà negli orari e con le modalità indicate nel programma della gara.

Gli atleti dovranno gareggiare con il chip e il pettorale fornito dagli organizzatori

ART. 13 Piano di Gestione emergenza

L'Organizzazione provvederà a redigere un piano di "Gestione Emergenza" che sarà disponibile nei giorni antecedenti la manifestazione, scaricabile dal sito e da consultare con attenzione.

Ogni Atleta, con l'iscrizione e partecipazione alla gara, si impegna a rispettare le decisioni prese dall'Organizzazione e dai Soccorritori durante la gestione di una qualsiasi forma di emergenza che dovesse presentarsi nel corso della manifestazione.

Art. 14 Tempo massimo di gara – Cancelli – Orari – Ritiri

Il tempo massimo di gara è di 3h.

L'unico cancello orario è posto in località Ponte Militare dopo 1h.30'.

Al fine di salvaguardare la sicurezza degli atleti in gara e del personale di servizio, i concorrenti che transiteranno "in uscita" dai controlli oltre gli orari sopra indicati verranno squalificati, con contestuale ritiro del pettorale e posti conseguentemente fuori gara.

Sempre con finalità di sicurezza, il personale dell'organizzazione di gara è autorizzato a fermare il concorrente giudicato non più idoneo a proseguire la prova lo stesso, dovendo osservare strettamente le indicazioni del personale medico.

Art. 15 Ristori

Come detto le gare si svolgono in regime di semi-autonomia idrico-alimentare, visto il materiale obbligatorio e consigliato. L'organizzazione provvederà a predisporre sul tracciato i seguenti punti ristoro ricordando che ai ristori non saranno disponibili sali ed integratori, pertanto ogni atleta dovrà provvedere del caso alla propria personale dotazione.

*****ristoro in località Sanico, località Santuario di Gaiò*****

Art. 16 Rispetto dell'Ambiente

Le gare si svolgono per larghissima parte in ambiente naturale, pertanto i concorrenti dovranno osservare un comportamento assolutamente rispettoso del delicato ecosistema, evitando in particolare di disperdere i propri rifiuti lungo il tracciato e comunque al di fuori dei punti di raccolta attrezzati, massimo divieto di asportare la flora o molestare in alcun modo la fauna locale. Chiunque verrà sorpreso a contravvenire ai suddetti precetti verrà immediatamente squalificato. Al fine di contenere l'impatto ambientale e segnatamente la produzione di rifiuti, presso i punti ristoro non verranno forniti bicchieri dovendo gli atleti utilizzare il recipiente a dotazione personale imposto come materiale obbligatorio.

Art. 17 Squalifiche e penalità

Fatte salve le squalifiche e penalità sopra indicate è inoltre prevista la squalifica immediata nelle seguenti fattispecie:

- mancato passaggio da un punto di controllo;
- taglio del percorso di gara;
- insulti o minacce a concorrenti, volontari o organizzatori;
- utilizzo mezzi di trasporto in gara;
- rifiuto di sottoporsi al controllo sanitario sul percorso.

Art. 18 Premiazioni

Non sono previsti premi in denaro.

Verranno premiati con premi in natura i primi 3 classificati uomini e le prime le 3 classificate donne per ogni gara.



Ad ogni concorrente giunto al traguardo entro il tempo limite previsto verrà riconosciuto un gadget "finisher".

Le premiazioni verranno effettuate nei tempi e luoghi di cui al programma. In ogni caso non verrà disposta la spedizione dei premi né la consegna anticipata degli stessi.

Art. 19 Reclami

Eventuali reclami andranno presentati entro 30 minuti dall'esposizione delle classifiche della categoria interessata.

In prima istanza verbalmente al giudice d'arrivo.

In seconda istanza per iscritto alla giuria d'appello accompagnati dalla tassa reclamo di € 100,00 restituibile in caso di accoglimento. Per tutto quello non previsto dal regolamento valgono le norme FIDAL.

Art. 20 Cronometraggio

Il cronometraggio verrà effettuato dal comitato FIDAL CRL mediante chip fornito dalla FIDAL che assicura il rilevamento del tempo di tutti gli atleti partecipanti alla gara competitiva. Rilevamento GUN TIME (allo sparo).

Art. 21 Parcheggio

Ampi parcheggi saranno a disposizione nei pressi dello stadio e presso piazza Nassirya

Art. 22 Ulteriori informazioni

Per ottenere ulteriori informazioni in merito alla competizione (come iscriversi, come raggiungerci, ecc.) potete scrivere a: info@runnersalo.org. Responsabili: Pino +39 3290028673

Raffaello +39 3479584936.

Art. 23 Diritti di immagine e Privacy (leggi 31/12/96 nr. 675, 318/99 e GDPR 679/16)

Ogni concorrente rinuncia espressamente ad avvalersi dei diritti all'immagine durante la prova così come rinuncia a qualsiasi ricorso contro l'organizzazione ed i suoi partners abilitati, per l'utilizzo fatto della sua immagine.

Ogni concorrente autorizza al trattamento dei dati personali per la redazione di classifiche, per la gestione delle iscrizioni, per le comunicazioni e le news attinenti la gara e per la promozione del trail running.

La volontaria iscrizione e la conseguente partecipazione alla corsa indicano piena ed espressa accettazione del presente regolamento e delle modifiche eventualmente apportate.

Con l'iscrizione il partecipante esonera l'organizzazione di gara da ogni responsabilità civile e/o penale per danni a persone e/o cose dallo stesso causati ovvero a lui derivati.

N.B.: La manifestazione verrà comunque organizzata nel rispetto delle norme e direttive antiCovid in vigore al momento.

Le stesse, essendo in continua evoluzione, verranno rese note attraverso il sito: www.runnersalo.org, la pagina Facebook www.facebook.com/runnersalo, ed appositi comunicati. I giudici potranno controllare il tesseramento e l'identità dell'atleta.

Art. 24 – Dichiarazione di responsabilità

Con la firma sul modulo d'iscrizione, della "IX edizione "En Mes Ai Ülif Trail", pubblicato in data 30/07/20235 l'atleta dichiara di essere in regola con le norme sulla tutela sanitaria in atletica leggera, come previsto dal D.M. del 18/02/82 (G.U. 05/03/82) ed integrativo D.M. del 28/02/83 (G.U. 15/03/83) e di avere compiuto 18 anni alla data del 28/09/2025 (Per atleti/e tesserati per società Fidal vale l'anno di nascita).

Dichiara inoltre espressamente sotto la propria responsabilità, non solo di aver dichiarato la verità (art. 2 legge 04/01/1968 n°15 come modificato dall'art.3 comma 10 legge 15/05/1997 n°127), ma di esonerare gli organizzatori, la Fidal, i g.g.g., le amministrazioni da responsabilità, sia civile che penale, per danni a persone e/o cose da lui causati o a lui derivati. Ai sensi del D.LGS n°196 del 30/03/2003 ("testo unico della privacy") si 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 o pubblicitario della "En Mes Al Ulif".

[Art. 25 – Normativa privacy](#)

[Scarica qui l'informativa Privacy](#)

