



Regolamento di gara

© Copyright X-tribe

1. Norme generali

1.1 Il regolamento di gara deve essere conosciuto dall'atleta, nella fase di iscrizione l'atleta accetta il regolamento e quindi non sono ammesse attenuanti al non rispetto dello stesso.

1.2 E' responsabilità dell'atleta mantenere una adeguata idratazione e alimentazione, a tal fine gli organizzatori forniranno punti di ristoro sul percorso *bike* e *run*

1.3 Taglio del percorso - Non è consentito tagliare il percorso, l'atleta è tenuto a rimanere sul percorso di gara il quale è contrassegnato con frecce e nastri e indicato da volontari. Il taglio del percorso da parte dell'atleta può portare ad una penalità o squalifica a discrezione dell'organizzatore/direzione di gara.

E' responsabilità del concorrente conoscere il percorso di gara, l'eventuale mancanza di nastro e/o barriera sul percorso non costituisce giustificazione per ridurre lo stesso percorso di gara, sarà cura dell'organizzatore fare un *briefing* pre-gara al quale l'atleta è obbligato a partecipare.

1.4 E' responsabilità dell'atleta mantenere un attento rispetto dell'ambiente evitando di gettare sul percorso di gara oggetti e rifiuti (bottigliette, bustine di gel ecc.). E' consentito lasciare oggetti e rifiuti solo in prossimità dei punti di ristoro.

1.5 Assistenza all'atleta - Non è ammessa nessuna assistenza esterna, ad eccezione dello staff organizzativo.

L'assistenza in forma limitata è consentita all'atleta concorrente solo da parte di un altro atleta concorrente, l'assistenza si limita alla fornitura di strumenti, camera d'aria o qualsiasi elemento necessario per la riparazione della bicicletta.

Non è permesso cambiare la mountain bike e neanche scambiarsi le bici tra atleti.

E' permessa tra concorrenti il passaggio di acqua e cibo, ovviamente oltre ad un primo soccorso.

1.6 Buona condotta - Non è consentito un comportamento antisportivo e un linguaggio irriverente ed offensivo. Tale comportamento comporta un richiamo ed eventuale retrocessione in classifica o squalifica.

1.7 Reclami - Ogni reclamo deve essere presentato dall'atleta in forma scritta entro un'ora dalla conclusione della propria gara.

Il reclamo deve essere firmato dall'atleta accusatore; dire che qualche altro atleta abbia tagliato il percorso non è sufficiente. Il reclamo deve essere motivato e descritto con la maggior accuratezza possibile.

Tutti i reclami verranno presi in considerazione.

Vista la natura di XTERRA non è sempre possibile accertare l'infrazione; XTERRA si svolge nei boschi a volte fuori dalla vista e dal controllo dei giudici di gara, presenti solo nei punti essenziali.

In ogni caso sarà necessario investigare sull'eventuale infrazione.

Gli organizzatori non daranno credito ad argomenti "per sentito dire".

1.8 Le sanzioni saranno determinate dalla gravità delle infrazione. La sanzione minima è di 2 minuti, la massima ammenda è la squalifica dalla gara e/o la perdita del relativo premio in denaro.

1.9 Tempi limite - Il tempo limite è dato dall'ingresso in T2 - transizione tra bici e corsa.

Tutti gli atleti devono accedere all'aria di transizione T2 entro 4,5 ore dall'inizio della gara.

In presenza di partenze a batterie il tempo verrà misurato dallo start dell'ultima batteria.

Tuttavia l'organizzatore ha la facoltà di modificare i tempi limite di svolgimento della gara.

2. Nuoto

2.1 L'utilizzo delle mute è consentito in base alla temperatura dell'acqua, che verrà misurata il giorno prima dell'evento e confermata il giorno della gara.

Allorquando la temperatura dell'acqua risultasse prossima ai valori limite, la decisione verrà presa un'ora prima della partenza.

2.1a Pro/Elite - L'utilizzo della muta è consentito agli atleti professionisti se la temperatura dell'acqua è inferiore ai 20°C

2.2b Age Group - L'utilizzo della muta è consentito per gli atleti Age Group se la temperatura dell'acqua è inferiore a 22°C

2.1c L'utilizzo delle mute è obbligatorio per tutte le categorie se la temperatura dell'acqua è inferiore o pari a 14°C

2.1d La muta non deve avere uno spessore maggiore di 5mm e deve essere indossata nella sua interezza.

2.2 Cuffie - Gli organizzatori forniscono le cuffie per la prova natatoria che devono essere indossate da tutti i partecipanti per motivi di sicurezza in acqua.

2.3 Boe - A ciascun atleta al quale sia comprovato il taglio di una boa verrà assegnata una penalità da 2 min in poi sotto valutazione della direzione di gara.

2.4 Non sono ammesse pinne o supporti ausiliari per agevolare la prova di nuoto.

3. Mountain Bike

3.1 Per lo svolgimento della gara sono ammesse solo le mountain bike con ruote di 26", 27.5", 29".

Biciclette della tipologia ciclocross non sono ammesse. Non sono ammesse barre aerodinamiche.

Manubri ricurvi non sono ammessi, estensione di barre o manopole non possono superare i 5" dal manubrio.

3.2 Casco - Il casco di protezione deve essere omologato e propriamente indossato per l'intera corsa in bici. Ambedue i piedi devono essere a terra prima di slacciare il casco.

La partecipazione verrà annullata qualora il casco sia danneggiato o insicuro.

Un richiamo comporterà 2 minuti di penalità, il rifiuto ad indossare il casco comporta la squalifica.

3.3 Apparati audio-musica - nessun tipo di riproduttore sonoro/musicale è permesso durante la competizione. Per esempio: cuffiette, registratori, mp3 e radio 2 vie non possono essere indossati e utilizzati.

3.4 Unica bicicletta - i ciclisti devono completare la frazione con la stessa bicicletta con la quale è stata iniziata la competizione.

E' necessario riportare la propria bicicletta nella zona di transizione T2 bici-corsa prima di poter continuare la gara.

3.5 Taglio del percorso - Non è consentito tagliare il percorso; l'atleta è tenuto a rimanere sul percorso di gara il quale è contrassegnato con frecce e nastri e indicato da volontari.

Il taglio del percorso da parte dell'atleta può portare ad una penalità o squalifica a discrezione dell'organizzatore.

E' responsabilità del concorrente conoscere il percorso di gara, l'eventuale mancanza di nastro e/o barriera sul percorso non costituisce giustificazione per ridurre lo stesso percorso di gara, sarà cura dell'organizzatore fare un *briefing* pre-gara al quale l'atleta è obbligato a partecipare.

3.6 Sorpasso - Gli atleti soggetti a sorpasso devono agevolare il concorrente che si trova in fase di sorpasso. Il concorrente dovrà manifestare a voce i comandi "pista" o "alla tua sinistra" quando sorpassa un altro concorrente, il concorrente in vantaggio o più veloce dovrà, sotto la propria responsabilità, effettuare la manovra di sorpasso in tutta sicurezza. Il concorrente più lento deve agevolare l'avversario in vantaggio dopo aver ascoltato il primo comando.

Nel caso in cui i due concorrenti siano in disputa per la posizione, il concorrente leader può non agevolare la manovra al concorrente impegnato nel sorpasso. Tuttavia, il concorrente non può interferire con il corpo o impedire l'avanzamento di un altro concorrente.

3.7 Scia- Viaggiare in scia è permesso.

3.8 Numero - Il numero di partenza dovrà essere posizionato sul manubrio della mountain bike e rivolto in avanti. Non è permesso danneggiare e/o modificare il numero di partenza con adesivi degli sponsor.

Ci sarà un primo avvertimento nel caso non venga posizionato correttamente il numero sul manubrio della bicicletta; una seconda violazione sarà punita con una penalità di 2 minuti.

In caso di smarrimento del pettorale vengono attribuiti 2 minuti di penalità.

3.9 Non è necessario indossare il pettorale relativo alla frazione di trali run durante la frazione bike. I pettorali sulla mountain bike sono sufficientemente grandi per essere evidenti, quindi non è obbligatorio indossare il pettorale della trail run per lo scopo identificativo.

3.10 Non è permessa la guida della bici in zona di transizione.

4. Trail Run

4.1 Pettorale - Il numero di partenza devono essere indossati sulla parte anteriore del corpo. Non è permesso danneggiare o modificare il pettorale con adesivi degli sponsor. Ci sarà un primo avvertimento nel caso non venga posizionato correttamente il numero sulla parte anteriore del corpo; una seconda violazione sarà punita con una penalità di 2 minuti.

In caso di smarrimento del pettorale vengono attribuiti 2 minuti di penalità.

4.2 Apparati audio-musica - nessun tipo di riproduttore sonoro/musicale è permesso durante la competizione. Per esempio: cuffiette, registratori, mp3 e radio 2 vie non possono essere indossati e utilizzati.

4.3 Taglio del percorso - Non è consentito tagliare il percorso, l'atleta è tenuto a rimanere sul percorso di gara il quale è contrassegnato con frecce, nastri e/o indicato da volontari.

Il taglio del percorso da parte dell'atleta può portare ad una penalità o squalifica a discrezione dell'organizzatore.

E' responsabilità del concorrente conoscere il percorso di gara, l'eventuale mancanza di nastro, barriera sul percorso non costituisce giustificazione per ridurre lo stesso percorso di gara, sarà cura dell'organizzatore fare un *briefing* pre-gara al quale l'atleta è obbligato a partecipare.

5. Transizione

5.1 Non è permesso salire in bici prima dell'uscita dalla *transition area*. Bisogna scendere dalla bici prima di entrare nella *transition area*. In altre parole non si può andare in bici nella *transition area*. Andare in bici nella *transition area* comporterà 2 minuti di penalità.

5.2 Casco - Il casco dovrà essere propriamente indossato e allacciato prima di uscire dalla *transition area*, e bisogna tenere il casco chiuso quando ritorni in *transition area*. Si tratta di avere buon senso nell'indossare il proprio casco. Comporterà 2 minuti di penalità il non corretto uso del casco in prossimità della *transition area*.

5.3 Gli atleti o persone delegate dagli atleti dovranno presentare il proprio pettorale al personale della *transition area* per riprendere le bici e il proprio equipaggiamento di gara.

5.4 Le bici devono essere ricollocate nella medesima posizione sul portabiciclette (*bike rack*), le biciclette devono essere posizionate in modo sicuro sul *bike rack*, quindi le medesime non devono essere lasciate sul terreno.

6. Circostanze non disciplinate

Le norme e regolamenti pubblicati dalla Federazione Nazionale di ciascun paese sono da considerarsi legittimi fatta eccezione per quanto sopra citato nel regolamento XTERRA.

Nel caso in cui si verifichi la necessità di prendere una decisione non prevista sia dal regolamento XTERRA sia dal regolamento della Federazione Nazionale, tale decisione sarà demandata alla direzione di gara.