



# FRANCIGENA TUSCANY MARATHON 2018

## Regolamento

### ORGANIZZAZIONE:

- **Associazione Amici della Via Francigena Pietrasanta:** Responsabile organizzativo Sig. Adriano Bigongiari mail: [a.bigongiari@gmail.com](mailto:a.bigongiari@gmail.com) Tel. 348 6001527 Facebook: Amici della Via Francigena Pietrasanta
- **Arciconfraternita Misericordia Lucca:** Responsabile organizzativo Sig. Sergio Mura mail: [segreteria@misericordialucca.org](mailto:segreteria@misericordialucca.org) Tel. 0583 409546
- **Progetto Lucca Ospitale:** Responsabile organizzativo Sig.ra Samantha Cesaretti mail: [samacesa@yahoo.it](mailto:samacesa@yahoo.it) Tel. 339 4830840

### TIPO DI MANIFESTAZIONE:

Camminata Ludico Motoria Non Competitiva in linea a passo libero aperta a tutti, omologata dalla Segreteria Nazionale FIASP con nota n. 0004/2018 del 29.03.18

### DATA DELL'EVENTO:

30 settembre 2018

### SITO WEB DELL'EVENTO:

[www.francigenatuscanymarathon.it](http://www.francigenatuscanymarathon.it)

### E-MAIL DELL'EVENTO:

[info@francigenatuscanymarathon.it](mailto:info@francigenatuscanymarathon.it)

### PERCORSI:

- **Marathon:** Pietrasanta – Lucca **Km 42,000**
- **Half Marathon:** Pietrasanta – Valpromaro **Km 22,000**
- **Family Marathon:** Pietrasanta – Camaiore **Km 11,000**
- **Family Marathon:** San Macario – Lucca **Km 10,000**

La traccia GPS del percorso è scaricabile dal sito web dell'evento così come le cartine stampabili.

Il percorso si svolgerà su sentieri e vie asfaltate. Esso seguirà per la maggior parte il percorso ufficiale della Via Francigena tra Pietrasanta e Lucca. L'organizzazione ha comunque inserito alcune varianti per una maggior sicurezza ed evitare strade ad alta percorrenza veicolare.

Si accumulerà, sul percorso completo, un dislivello positivo e negativo (D+ e D-) di circa 1000m.



Il percorso sarà segnalato da cartelli indicativi riportanti il logo dell'evento. Saranno inoltre presenti indicazioni ad ogni chilometro per dare una certezza della propria posizione e della distanza dall'arrivo.

### **PARTENZA:**

- **PIETRASANTA:** Piazza del Duomo ore 7:00
- **SAN MACARIO:** Piazza della Chiesa ore 12:00

### **ARRIVO:**

- **CAMAIORE:** Ostello del Pellegrino di Camaiore, previsto dalle ore 9:00 alle ore 12:00
- **VALPROMARO:** Casa del Pellegrino, previsto dalle ore 11:00 alle ore 13:00
- **LUCCA:** Villa Bottini, previsto dalle ore 15:00 alle ore 19:00

### **CONDIZIONI METEO:**

La manifestazione si svolgerà finché le condizioni atmosferiche non ledano l'incolumità dei partecipanti.

### **DIRITTO DI PARTECIPAZIONE:**

Aperta a tutti, uomini e donne che abbiano compiuto il 18° anno di età. I minorenni possono partecipare sotto la responsabilità dei propri genitori: si consigliano le Family Marathon.

### **ISCRIZIONI:**

Le iscrizioni potranno essere effettuate On Line dal **01 Aprile 2018** con le modalità previste sul sito web dell'evento. **Chiusura iscrizioni 10 settembre 2018 o al raggiungimento dei 2500 iscritti.**

### **TRASPORTO PARTECIPANTI:**

Sono previste navette per il rientro da Valpromaro e da Lucca previa prenotazione durante l'iscrizione. Verrà richiesto un contributo di 3€ per la compartecipazione alle spese.

Le navette saranno disponibili in precise fasce orarie e sarà cura del partecipante essere presente in suddetti periodi. Le navette partiranno solo quando saranno completamente cariche.

Non sono previsti trasporti di ritorno da Camaiore a Pietrasanta e da Lucca a San Macario.

### **CONTRIBUTO ISCRIZIONE:**

- € 15,00 Iscrizione
- € 3,00 Navetta ritorno, se richiesta

Tale contributo è comprensivo di Assicurazione, come da Polizza FIASP Infortuni, Riconoscimento Individuale, Servizio Assistenza lungo il percorso, Ristori, Pasta Party e Buffet.



I pagamenti permessi sono

- PayPal (1,00 € per spese operazione)
- Carta di Credito (1,00€ per spese operazione)
- Bonifico Bancario (da ricevere entro 15 gg pena la cancellazione dell'iscrizione)
- Contanti (presso esercizi abilitati previa stampa del modulo di iscrizione previsto nella apposita sezione)

### **RISTORI:**

**Si consiglia zainetto al seguito con cibo e acqua.** Saranno comunque presenti sul tracciato i seguenti ristori:

- km 11: Camaiore, Ostello del Pellegrino di Camaiore (cibo e bevande)
- km 16: Montemagno, Piazzetta (bevande)
- km 22: Valpromaro, Casa del Pellegrino (pasta party)
- km 26: Vecoli, Comunità (bevande)
- km 31: San Macario in Piano, Piazza della Chiesa (cibo e bevande)
- km 37: Lucca, Sede Misericordia (bevande)
- km 42: Lucca, Baluardo San Lorenzo (buffet)

### **RICONOSCIMENTO INDIVIDUALE:**

- **Maglietta tecnica** riprodotte il Logo Francigena Tuscany Marathon
- **Pettorale** Francigena Tuscany Marathon
- **Spilletta** con Logo Francigena Tuscany Marathon
- **Credenziale del pellegrino**

### **RITIRO RICONOSCIMENTO INDIVIDUALE:**

I riconoscimenti individuali potranno essere ritirati **da Sabato 29 Settembre** presso la Salita della Rocca di Pietrasanta dalle ore 10 alle ore 20 e **Domenica 30 Settembre**, stesso luogo, mezzora prima dell' inizio della camminata.

### **EQUIPAGGIAMENTO:**

- **OBBLIGATORIO:**
  1. Scarpe o scarponcini da trekking leggero
  2. Giacca impermeabile o poncho adatta a sopportare condizioni di brutto tempo
  3. Luce frontale o piccola torcia elettrica
  4. Riserva d'acqua minimo 1 lt.
  5. Riserva alimentare in base alle proprie esigenze
  6. Sacchetto porta rifiuti
  7. Documento d'identità in corso di validità
  8. Tessera Sanitaria
  9. Telefono cellulare



• **RACCOMANDATO:**

1. Maglia di ricambio
2. Felpa di ricambio
3. Cappello o bandana
4. Occhiali da sole
5. Crema solare
6. Qualche cerotto
7. Bastoncini telescopici

**ANIMALI:**

Gli animali sono ammessi sul percorso sotto la diretta responsabilità dei proprietari che dovranno garantire la sicurezza dei partecipanti tenendo gli animali al guinzaglio e dotati di museruola.

**SERVIZI ASSISTENZA:**

Il percorso sarà sotto il controllo della UOEI di Pietrasanta, degli Amici della Montagna di Camaiore e di altre Associazioni che saranno presenti sull'intero tracciato. Polizia locale, Forze dell'ordine, Pro Loco e volontari controlleranno i passaggi nei punti più critici e nei centri abitati.

Gli ospitali presenti sul percorso: Ostello del Pellegrino di Camaiore, Casa del Pellegrino di Valpromaro e Accoglienza della Misericordia di Lucca daranno un importante supporto nella gestione dei punti di ristoro.

Il servizio assistenza sanitario sarà coordinato e curato dalla Arciconfraternita della Misericordia di Lucca in collaborazione con le Misericordie Provinciali.

**PRENOTAZIONI ALBERGHIERE:**

Tutte le ricettività alberghiere ed extralberghiere saranno presenti sul sito web dell'evento. Si consiglia di effettuare la prenotazione prima possibile. L'organizzazione è a Vostra disposizione per eventuali difficoltà di locazione.

**NORME GENERALI E COMUNICAZIONI AI PARTECIPANTI:**

L'omologazione della manifestazione denominata Francigena Tuscany Marathon e i vari aspetti assicurativi della manifestazione e dei partecipanti sono a cura della FIASP (Federazione Italiana Amatori Sport per Tutti) alla quale l'Associazione Amici della Via Francigena Pietrasanta è affiliata per l'organizzazione di Camminate Ludico Motorie.

La Manifestazione "Ludico Motoria" non competitiva è omologata dalla Segreteria Nazionale FIASP con nota n. 0004/2018 del 29.03.2018. Per quanto non citato vige regolamento FIASP IVV.

**Non si accetteranno iscrizioni il giorno della manifestazione.**

Il cartellino di partecipazione darà diritto ad usufruire dei punti di ristoro durante la camminata, al Pasta Party a Valpromaro e al Buffet all'arrivo a Villa Bottini Lucca.



Il partecipante si impegna ad attenersi scrupolosamente alle indicazioni scritte o verbali che l'organizzazione riterrà opportune per un regolare e sicuro svolgimento dell'attività, pena l'allontanamento dalla manifestazione.

La partecipazione alla manifestazione implica l'aver letto e compreso il presente Regolamento pubblicato sul sito: [www.francigenatuscanymarathon.it](http://www.francigenatuscanymarathon.it) e l'osservanza dello stesso.

Il partecipante si impegna inoltre all'osservanza delle seguenti regole:

- a) Essere a conoscenza delle caratteristiche del percorso scelto, le difficoltà, la durata e le condizioni meteorologiche.
- b) Partecipare alla manifestazione solo se si è in buone condizioni fisiche e psicofisiche e se in possesso della preparazione fisica e tecnica necessaria ad affrontarne il grado di difficoltà del percorso scelto.
- c) Prendere atto che la partecipazione alla manifestazione può comportare l'esposizione a rischi.
- d) Avere con sé l'equipaggiamento e l'attrezzatura necessari e controllarne l'efficienza prima della partenza. Qualora se ne abbia la necessità consultare gli organizzatori.
- e) Durante lo svolgimento delle escursioni è obbligatorio attenersi scrupolosamente alle disposizioni impartite dagli organizzatori, soprattutto in caso di imprevisti o emergenza.
- f) Usare la massima prudenza, evitando di compiere gesti o azioni che possano mettere a rischio l'incolumità propria e altrui.
- g) In caso di attraversamenti o tratti su strade carrabili, attenersi alle norme del Nuovo Codice della Strada.
- h) Essendo una manifestazione assolutamente non competitiva, mantenere un passo commisurato alle proprie capacità ed al proprio allenamento.
- i) Contribuire a minimizzare l'impatto ambientale e sociale della manifestazione.
- j) Improntare sempre il proprio comportamento allo spirito di collaborazione, solidarietà e mutuo soccorso anche con gli altri partecipanti.

**Si ribadisce che essendo la Manifestazione definita come 'Camminata Ludico Motoria non Competitiva' tutti partecipanti sono soggetti al rispetto delle norme definite dal Nuovo Codice della Strada.**

**Per quanto non citato vige regolamento FIASP IVV.**