

REGOLAMENTO

Picerno Urban Trail 2023, è una manifestazione non competitiva di Trekking (Walking o Nordic Walking) su un percorso misto urbano e rurale opportunamente segnalato, promossa dalla ASD Picerno Run, con la collaborazione del gruppo "Pass'Pass': sentieri accessibili e inclusivi"

Camminando o correndo nel borgo di Picerno e lungo il suggestivo argine del torrente Ontrato, i partecipanti troveranno la bellezza incontaminata e una molteplicità di colori.

Il tracciato sarà opportunamente fettucciato, e avrà una distanza complessiva pari a circa 6 km e un dislivello positivo pari a circa 230 D+ .

L'andatura è libera, ogni marciatore potrà seguire il tracciato al passo a lui più congeniale, è vietata la corsa.

La partenza della manifestazione è la seguente:

- domenica 4 giugno 2023, ore 10.00 da Piazza del Plebiscito a Picerno

PARTECIPAZIONE

Questa manifestazione è aperta a tutte le persone, uomini e donne, e bambini accompagnati da un adulto maggiorenne. I partecipanti dovranno essere in buona salute e forma psicofisica adeguata, per affrontare la lunghezza e i dislivelli che il percorso presenta.

Per garantire le coperture assicurative del caso, sarà prevista la compilazione di un modulo di iscrizione obbligatorio, riportante i dati anagrafici . Il modulo sarà scaricabile sul sito www.ultralifoj.it nella sezione Picerno Urban Trail, e andrà compilato e spedito entro e non oltre il 27 maggio 2023 all' indirizzo mail asdpicernorun@gmail.com.

Non si prevede una quota di partecipazione, ma alla partenza della manifestazione sarà presente un banchetto per raccogliere donazioni spontanee da devolvere all' AIRC attraverso Run4Hope.

DOTAZIONE OBBLIGATORIA

Abbigliamento adeguato al periodo e al meteo di giornata.

1. Riserva d'acqua minimo 0.5 litri
3. Scorta alimentare (spuntino e/o barrette energetiche).
4. Giacca impermeabile o simile, adatta a sopportare condizioni di brutto tempo.
5. Telefono cellulare sempre acceso (inserire il numero di soccorso dell'organizzazione).

Il partecipante correttamente iscritto, dichiara di conoscere e rispettare il Regolamento, ed è a conoscenza che qualunque attività di outdoor è astrattamente e potenzialmente un'attività a rischio. La partecipazione all' evento avviene nella piena consapevolezza di ognuno ed esonera l' organizzatore da ogni responsabilità.