

Regolamento

MONTE RUFENO MARATHON

“Nel Triangolo Benedetto d’ Italia”

TREVINANO (VT)

A passo di **Trekking e Nordic Walking** nei sentieri dei Parchi Naturalistici di Monte Rufeno e Selva di Meana e nel territorio termale di San Casciano dei bagni.

Organizzata dalla **Pro Loco di Trevinano** e dall’Assessorato Sport Turismo e Ambiente del **Comune di Acquapendente** in collaborazione con la **Riserva Naturale Monte Rufeno, dal Comune di Alleronia (TR), il Comune di San Casciano dei Bagni (SI)** e varie altre Associazioni del territorio. La manifestazione è promossa a livello Nazionale Nazionale per permettere la visione di un ambiente dalle caratteristiche naturalistiche di rara bellezza e adatto soprattutto alla pratica del trekking e del Nordic Walking.

ORGANIZZAZIONE

PRO LOCO DI TREVINANO

Responsabile Sig Ceccarelli Alessandro Tel. 335 1234989

COMUNE DI ACQUAPENDENTE Assessorato Sport Turismo Ambiente

Responsabile Sig. Sergio Pieri.

email: turismo@comuneacquapendente.it; Tel. 0763 7309206 - 339 2680840

PATROCINIO

Riserva Naturale Regionale di Monte Rufeno

Comune di Alleronia (Tr)

Comune di San Casciano dei Bagni (Si)

PERCORSI E DISTANZE

La Manifestazione verrà effettuata con qualsiasi condizione atmosferica.

Maratona di Km 42

Percorso escursionistico di Km 16

PARTENZA

Piazza del Castello di Trevinano

Mercoledì 1 Maggio ore 8,00

ARRIVO

Centro Polivalente di Trevinano

TEMPO MASSIMO

Maratona: entro le ore 18

Km 16: entro le ore 13

DIRITTO E NORME DI PARTECIPAZIONE

Aperta a tutti, uomini e donne che abbiano compiuto il 18° anno di età per il percorso Maratona, età libera per il percorso escursionistico di Km 16.

Essendo una manifestazione non competitiva-ludico motoria non viene richiesto nessun certificato medico, ma una adeguata preparazione per quanto riguarda il percorso Maratona, che viste le caratteristiche morfologiche del territorio risulterà abbastanza impegnativo.

MEZZI AL SEGUITO

Lungo i tracciati previsti dall’ organizzazione potranno transitare solo mezzi autorizzati alla messa in sicurezza, ai servizi sanitari e ai ristoranti.

ABBIGLIAMENTO e ACCESSORI

Si consiglia zainetto al seguito

Scarpe da Trekking o Trail, soprattutto per il percorso Maratona. Indumenti di ricambio
Cerottini

Ed altro che uno ritiene opportuno

ISCRIZIONI

Le iscrizioni potranno essere effettuate ON-LINE dal 07 Febbraio 2019 con modalità di iscrizione sul sito.
Chiusura iscrizioni On-line 20 APRILE o al raggiungimento di 1500 pp.

CONTRIBUTO ISCRIZIONE

MARATONA DI KM 42 € 20,00

Percorso km 16 € 10,00

il contributo di iscrizione è comprensivo di Assicurazione (Polizza F.I.A.S.P infortuni copertura: caso di morte e invalidità permanente), maglietta tecnica, pettorale, ristori, buffet. Il pagamento va effettuato tramite bonifico bancario a favore di:

PRO LOCO DI TREVINANO

IBAN: **IT75J0760114500000072035132**

Indicando chiaramente sul bonifico: Cognome, nome o numero di iscrizione. Per più iscrizioni si può effettuare un unico bonifico.

Tutti coloro che si iscriveranno dovranno inviare copia del bonifico al seguente indirizzo di posta elettronica: **prolocotrevinano@tim.it**

NORME GENERALI

Non si accetteranno iscrizioni dopo la data del 20 di Aprile.

Il pettorale di partecipazione darà diritto ad usufruire dei ristori previsti durante la camminata e al buffet finale. L'omologazione della manifestazione e i vari aspetti assicurativi della manifestazione e dei partecipanti sono a cura della FIASP (Federazione Italiana Amatori Sport per Tutti).

E' obbligatorio mettere in evidenza il pettorale di partecipazione, chi ne fosse sprovvisto non verrà ammesso a transitare all' intero dell'area protetta. Chi fosse intenzionato a camminare all'interno del Parco senza prendere parte alla manifestazione può farlo nelle aree non coinvolte dalla Maratona.

In caso di assenza la quota iscrizione non verrà restituita.

PETTORALI

Pettorali **DISTINTI** per ogni singolo percorso **RIPRODUCENTI** IL Logo ufficiale della Monte Rufeno Marathon.
Ed il chilometraggio scelto dai camminatori (42 o 16)

RITIRO PETTORALI

Presso la sede della Pro Loco di Trevinano:

Martedì 30 Aprile dalle ore 12 alle ore 19

Mercoledì 1 Maggio dalle ore 7,00 alle ore 8,00

SERVIZI ASSISTENZA

Il percorso sarà sotto il controllo delle varie protezioni civili interessate all'evento, dai Guardiaparco e dalle Forze dell'Ordine.

Il servizio assistenza sanitario sarà coordinato e curato dalle CRI e Misericordie Dei paesi interessati dall'evento.

RISTORI

Si consiglia zainetto al seguito con cibo e acqua. Saranno comunque presenti sul tracciato ristori ogni 7/8 Km. a base di acqua, frutta e altro cibo e bevande e cibo caldo nei tratti notturni.

SERVIZIO DOCCE

Presso il Campo Sportivo di Trevinano

PRENOTAZIONI ALBERGHIERE

Tutte le ricettività alberghiere ed extralberghiere saranno presenti sul sito ufficiale.

Si consiglia di effettuare la prenotazione prima possibile.

L'organizzazione è a Vostra disposizione per eventuali difficoltà di locazione.

Sul sito www.monterufenomarathon.it verranno pubblicati i vari eventi collaterali organizzati a sostegno della manifestazione.

FESTA DI BENVENUTO

Alla Vigilia della Monte Rufeno Marathon, la Pro loco di Trevinano organizzerà una festa di benvenuto con Musica e piatti tipici del territorio.

Seguirà programma dettagliato.

Monte Rufeno Marathon - Km 42

Il percorso, uno dei più suggestivi del Lazio per il suo meraviglioso territorio ricco di bellezze naturalistiche e per i suoi percorsi adatti per la pratica del Trekking e del Nordic walking, si svolgerà all'interno della Riserva Naturale di Monte Rufeno e nei boschi dei territori confinanti di Umbria e Toscana dove sorgono i caratteristici Borghi di Allerona e San Casciano dei Bagni.

Si partirà dal Borgo di Trevinano (602 slm) immettendoci, dopo un piccolo tratto asfaltato, all'interno di stradine ondulate di campagna che ci portano in poco tempo all'interno del Parco regionale di Monte Rufeno in direzione casale Monaldesca. La salita di Poggio spino ci condurrà al punto confine delle tre Regioni (810 slm) per scendere in picchiata al Borgo di San Pietro aquaeortus immerso completamente nel verde. Il percorso si addentrerà nel percorso escursionistico "Rivarcale" costeggiando il Parco di Villaba, siamo nel Comune Umbro di Allerona, nel parco naturalistico Monte Peglia e Selva di Meana.

Resteremo in Umbria ancora per alcuni chilometri incontrando sulla nostra strada Villa cahen, un bellissimo esempio di Villa Liberty di proprietà del Ministero delle politiche agricole. Dopo aver attraversato il ponte di fosso altro si rientra nella Riserva naturale di Monte Rufeno salendo in località Marzapalo, antichissimo Monastero riedificato a rifugio nel bosco.

La discesa della "macchia bruciata" farà da preludio all'ascesa del tratto che porterà alla sommità di Monte Rufeno, dove l'omonimo casale è sede dell'osservatorio astronomico (737 slm). Stradine e sentieri con vari saliscendi ci riporteranno a Trevinano sede di arrivo della 42.

N.B. Il percorso tracciato si addice moltissimo alla pratica del trekking, ma soprattutto a quella del Nordic Walking.

Percorso escursionistico di Km 16

Tracciato che per alcuni chilometri accompagnerà i camminatori della 42 nel tratto Monaldesca, Poggio Spino, Rivarcale, parco di Villaba.

All'ingresso del Parco i due percorsi si divideranno, il sentiero della 16 rientrerà in Trevinano continuando il proprio cammino nei boschi di Monte Rufeno.

N.B. Il percorso tracciato si addice moltissimo alla pratica del trekking, ma soprattutto a quella del Nordic Walking.

Contatti

Monterufeno Marathon

“Nel Triangolo Benedetto d’ Italia”

TREVINANO (VT)

PRO LOCO DI TREVINANO

Responsabile organizzativo

Ceccarelli Alessandro

Tel. **335 1234989**

Email: prolocotrevinano@tim.it

Comune di Acquapendente Assessorato Sport e Turismo

Responsabile organizzativo

Sergio Pieri

Email: turismo@comuneacquapendente.it

Tel. **0763 7309206** – 73091 Fax: **0763 711215** Cell. **339 2680840**

www.comuneacquapendente.it

Con la collaborazione di: **Riserva Naturale Monte Rufeno, Comune di Allerona (TR), Comune di San Casciano dei Bagni (SI)**