



**LA RISERVA NATURALE
MONTAGNE DELLA DUCHESSA
& LA PODISTICA AVEZZANO
ORGANIZZANO IL**

**1° TRAIL
RISERVA DELLA
DUCHESSA
DI KM 15**

CARTORE DI BORGOROSE (RI)

21 GIUGNO 2009

ore 09:45

PROGRAMMA

- Ritrovo ore 8,00
- Partenza ore 9,45 dalla località Cartore di Borgorose
- Iscrizioni: la quota di partecipazione è di euro 8,00
- Le iscrizioni per i gruppi e per i singoli si ricevono fino a Sabato 20 Giugno alle ore 22,00 tramite e-mail: remo.deangelis@virgilio.it - tel e fax 0863-21592 - Riserva Naturale Montagne della Duchessa: tel e fax 0746-306493 eccezionalmente domenica fino a trenta minuti prima della partenza, all'atto dell'iscrizione o del ritiro del pettorale l'atleta dovrà mostrare il tesserino o il certificato medico agonistico.

Premiazioni

Primi tre uomini assoluti B V	€ 100,00	€ 70,00	€ 50,00
Prime tre donne assolute B V	€ 80,00	€ 60,00	€ 40,00
Primi tre di categoria maschile con	€ 30,00	€ 20,00	€ 10,00
Prime tre della categoria femminile con	€ 30,00	€ 20,00	€ 10,00

CATEGORIE MASCHILI:

anni 18-34 35-39 40-44 45-49 50-54 55-59 60-64 65-69 70 e oltre

CATEGORIE FEMMINILI:

anni 19-29 30-39 40 e oltre

Premi per le società: prima classificata € 150,00; seconda € 100,00; terza € 50,00

A tutti gli iscritti sarà consegnato il pacco gara. Alla fine della manifestazione "Pasta Party".

Regolamento

- Gli atleti Amatori M/F verranno classificati insieme alle categorie Seniores M/F
- Per le iscrizioni di gruppi societari si devono presentare elenchi su carta intestata, debitamente firmata dal Presidente, comprendenti: cognome, nome, data di nascita, sesso, tipo tessera, (es. FIDAL, ecc.) e numero tessera dove si dichiara che ogni atleta è in regola con le norme relative alla tutela sanitaria della pratica agonistica per l'Atletica leggera.
- Per le iscrizioni singole al percorso competitivo gli atleti Italiani e stranieri devono presentare, al momento della consegna del pettorale, la tessera FIDAL e/o di Enti di promozione sportiva convenzionati con la FIDAL/CONI ed in regola con il tesseramento 2009.
- Non sono ammessi gli atleti cosiddetti "Liberi" con iscrizioni tramite certificato medico agonistico.
- Per quanto non contemplato in questo opuscolo vige il regolamento FIDAL.
- Il pagamento della quota d'iscrizione potrà essere effettuato anche al momento del ritiro del pettorale sul posto il giorno della gara.
- Per il percorso amatoriale tutti i partecipanti con l'iscrizione certificano la loro idoneità fisica secondo la normativa di legge prevista dal D.M. 28/2/83 in materia di tutela sanitaria.
- Per il percorso amatoriale i ragazzi sotto i 15 anni dovranno essere accompagnati dai genitori o da persona adulta
- Con l'iscrizione i partecipanti dichiarano di conoscere e di accettare il presente regolamento
GENERALE: La manifestazione avrà luogo con qualsiasi condizione atmosferica.

RESPONSABILITÀ: L'organizzazione, pur avendo cura della buona riuscita della manifestazione, declina ogni responsabilità per eventuali danni a cose o persone prima, durante e dopo la manifestazione.

VARIE: Gli organizzatori hanno la facoltà di apportare al presente regolamento tutte le modifiche che si dovessero rendere necessarie per il migliore svolgimento della Manifestazione, inoltre si riservano la facoltà di apportare variazioni al percorso e al programma per cause di forza maggiore.

Come raggiungerci:

Autostrada dei Parchi A 24 uscita Valle del Salto

È garantita l'assistenza medica.

Logistica ed assistenza "Podistica Avezzano", Gruppo Alpini di Borgorose, Gruppo Alpini Torano, Gruppo Alpini Corvaro.

Info: 348 8023552 - 335 535991 0863 21592

Riserva Naturale Montagne della Duchessa: 0746 306493

La Riserva

La Riserva Naturale Montagne della Duchessa è stata istituita con legge regionale n.70 del 7 giugno 1990. Il paesaggio dei Monti della Duchessa è tipico dell'Appennino, con elevati rilievi calcarei incisi da valli profonde, fitti boschi di faggio ed estese praterie d'alta quota, arricchite qui dai poderosi bastioni rocciosi del Murolungo, del Morrone e del Costone e dal bellissimo Lago della Duchessa, situato a 1788 m slm, in una vasta conca di origine glaciale circondata da pascoli. Estesa 3543 ettari, la Riserva è ricca di biodiversità: la vegetazione annovera circa 600 specie vegetali, di cui una trentina endemiche dell'Appennino centrale; per la fauna, frequentano l'area rapaci come il grifone, facilmente avvistabile, e l'aquila reale e lo sparviero, altrove scomparsi, mammiferi quali l'istrice, il gatto selvatico e l'arvicola delle nevi, il cervo, il capriolo ed anche il lupo e l'orso che qui trovano quei "corridoi ecologici" vitali per la loro sopravvivenza.

Da:

www.riservaduchessa.it