

REGOLAMENTO TOLMEZZO COGLIANS 2026

Art. 1 ORGANIZZAZIONE

L'Asd PIANI DI VAS organizza il raduno denominato TOLMEZZO – COGLIANS TRAIL 2026.

Gli aspetti logistici e organizzativi vengono gestiti dal gruppo di volontari che seguiranno il raduno in tutti i suoi aspetti.

Art. 2 INFORMAZIONI GENERALI

La “TOLMEZZO – COGLIANS TRAIL” è una camminata ludico motoria a passo libero non competitiva in autosufficienza, che attraverso strade, piste forestali e sentieri, in ambiente alpino, va da Tolmezzo alla vetta del Monte Coglians (2780m).

La partenza è prevista da Tolmezzo il giorno sabato 29 Agosto 2026 alle ore 4.00 dalla Piazza Domenico da Tolmezzo.

Lo sviluppo del percorso è di ca 47 km con un dislivello positivo di 4400m ca. D+.

Il percorso si snoda su sentieri di montagna, tracce CAI, piste forestali e alcuni tratti di strada comunale.

Per l'equipaggiamento raccomandato si rimanda all'elenco indicato nell'art. 11 del presente regolamento.

E' previsto un punto di ristoro lungo il percorso, presso il Rif. Tamai. Al passaggio al Rif Marinelli sarà presente un punto di ristoro veloce.

E' previsto il trasporto di uno zaino, lo zaino potrà essere ritirato presso il ristorante “Staipo da Canobio”, in Via della Segheria a Collina di Forni Avoltri.

Il rientro a Tolmezzo è a carico di ciascun partecipante in autonomia.

L'eventuale pernottamento sarà possibile in tende messe a disposizione dall'organizzazione (2 posti), nelle vicinanze del ristorante “Staipo da Canobio” e deve essere prenotato da ciascun partecipante attraverso il modulo di iscrizione e confermato all'atto del versamento della quota.

Art. 3 REQUISITI DI PARTECIPAZIONE

Il raduno è aperto a uomini e donne che abbiano età minima di anni diciotto. I diciotto anni dovranno essere compiuti entro il giorno precedente l'inizio del raduno. Tutti i partecipanti hanno l'obbligo di essere in possesso di certificato medico per attività sportiva agonistica in corso di validità il giorno del raduno e di sottoscrivere la liberatoria compilata e firmata.

Per la partecipazione al raduno è necessaria esperienza di camminata e/o corsa su sentieri e piste in terreno battuto con tratti di ghiaia, assenza di vertigini, ottimo allenamento.

Il certificato medico viene richiesto per tutelare la salute dei partecipanti in quanto il percorso è impegnativo e richiede un ottimo allenamento e forma fisica.

Art. 4 ISCRIZIONI

Le iscrizioni devono essere effettuate esclusivamente on-line sul sito www.tolmezzocoglians.com, mediante compilazione dell'apposito form, tassativamente entro e non oltre **il 04 luglio 2025 (ore 14:00)**.

Eventuali iscrizioni entro il 16 agosto verranno accettate senza diritto a ricevere il gadget ricordo del raduno (maglietta).

Verranno accettate iscrizioni fino ad un massimo di 120. Vale in questo caso la data di iscrizione.

All'atto dell'iscrizione deve essere allegato e caricato obbligatoriamente il certificato medico per attività sportiva agonistica in corso di validità alla data del raduno.

All'atto dell'iscrizione deve essere indicata la taglia della maglietta che verrà consegnata come gadget contestualmente al versamento della quota di partecipazione.

Il versamento della quota di partecipazione si effettua successivamente in loco (Piazza Domenico da Tolmezzo) nelle giornate di:

- Mercoledì 26 agosto dalle 17:00 alle 21:00
- Giovedì 27 agosto dalle 17:00 alle 21:00

La quota di partecipazione è fissata in € 50,00 (essa rappresenta il rimborso a fronte delle spese sostenute dall'organizzazione per i servizi resi come da art. 7 del presente regolamento).

In caso di annullamento del raduno, così come in caso di mancata partecipazione per qualsiasi motivo allo stesso, la quota di partecipazione non verrà rimborsata.

Al momento del versamento della stessa, verrà firmata una liberatoria predisposta dall'organizzazione (scaricabile dal sito), con cui si sollevano gli organizzatori da qualsiasi responsabilità nei limiti di legge per i danni a persone e cose che possono verificarsi prima, durante e dopo il raduno.

L'iscrizione al raduno è strettamente personale e non è trasferibile a nessun altro.

La **traccia del percorso** può essere scaricata dal sito: www.tolmezzocoglians.com. Con l'iscrizione il partecipante dichiara di essere a conoscenza del percorso e di essere consapevole che lo stesso verrà fatto in completa autonomia senza assistenza da parte dell'organizzazione.

Art. 5 ACCETTAZIONE REGOLAMENTO

La TOLMEZZO – COGLIANS TRAIL si svolgerà in conformità al presente regolamento. Con l'iscrizione, sottoscrivendo il relativo modulo, ogni concorrente accetta il suddetto regolamento, si impegna a rispettarlo in toto, esonerando gli organizzatori da ogni responsabilità, sia civile che penale, per qualsiasi eventuale incidente, e per danni a persone e/o cose da lui causati o a lui derivati, che possano verificarsi prima, durante e dopo il raduno. Inoltre il partecipante certifica d'essere in condizioni fisiche e psichiche tali da poter affrontare il percorso, e riconosce d'essersi documentato in merito ai rischi ed alle difficoltà che comporta, dichiarando altresì di non essere a conoscenza di alcuna condizione medica pregressa, o di lesioni che possano porlo a rischio nel corso del raduno. Per partecipare è indispensabile prendere atto della lunghezza del percorso e delle difficoltà che questo comporta. Sono imprescindibili un buono stato di efficienza fisica e un adeguato allenamento.

E' inoltre necessario aver acquisito una reale capacità d'autonomia personale che permetta di gestire i problemi derivanti da questo tipo di prova ed in particolare:

- saper affrontare, senza aiuto esterno, condizioni climatiche che potrebbero diventare difficili (vento, freddo, pioggia o neve)
- saper gestire i problemi fisici o mentali derivanti dalla fatica, i problemi digestivi, i dolori muscolari o articolari, le piccole ferite ecc.
- essere pienamente coscienti che il ruolo dell'organizzazione non è aiutare i partecipanti a gestire questi problemi
- essere pienamente coscienti che per percorsi di lunga durata in ambiente naturale, la sicurezza dipende soprattutto dalla capacità del partecipante di adattarsi ai problemi riscontrati o prevedibili.

Art. 6 PERCORSO

Il percorso della “TOLMEZZO – COGLIANS TRAIL” richiede la capacità di muoversi su terreni particolari, sentieri impervi, talora esposti o parzialmente segnalati. I partecipanti avranno a disposizione la **traccia del percorso** che sarà disponibile sul sito www.tolmezzocoglians.com. Nei tratti urbani e di viabilità ordinaria è obbligatorio rispettare il Codice della strada vigente, senza alcun tipo di precedenza per i partecipanti al raduno, che sono tenuti a prestare la massima attenzione.

La descrizione dettagliata del percorso è consultabile sul sito www.tolmezzocoglians.com. Il percorso, ad eccezione di alcuni rari punti, non presenta tracciature o indicazioni particolari o specifiche. Pur percorrendo per la sua quasi totalità sentieri con segnavia CAI, è quindi carico di ogni partecipante verificarlo in caso di dubbi in modo autonomo, utilizzando i mezzi a sua disposizione, carta topografica, tracciati gpx, applicazioni gps, ecc...

Sebbene minimi, sono presenti tratti di sentiero esposto, dove è richiesto passo fermo e sicuro, assenza di vertigini e capacità di orientamento per poter scegliere e seguire il percorso migliore: nei sentieri affrontati non sono previsti tratti con difficoltà alpinistiche, tuttavia alcuni tratti del percorso vedono sentieri che rientrano nella nomenclatura CAI per “escursionisti esperti” (EE). Nessun punto del percorso sarà attrezzato o facilitato in alcun modo e l'unico tratto che presenta delle attrezzature fisse

è quello che da Forcella Monumentz permette, in traverso, di entrare nel vallone del M.te Coglians.

In caso di sopravvenute condizioni, atmosferiche o ambientali, tali da costituire pericolo per i partecipanti, o per altre circostanze non contemplate nel presente regolamento, l'organizzazione si riserva a suo giudizio insindacabile di interrompere il raduno in qualsiasi momento, o altresì di rinviarlo o annullarlo.

Art. 7 SERVIZI FORNITI

In seguito all'iscrizione e al versamento della quota di partecipazione verrà fornito:

- gadget ricordo (maglietta)
- braccialetto distintivo (o buono) per il punto ristoro
- sali e/o integratori
- ristoro dolce/salato presso Rif. Tamai
- ristoro in prossimità del Rif. Marinelli (Forcella Moraret)
- pastasciuttata presso il ristorante "Staipo da Canobio" a fine raduno. Altri tipi di consumazione prima della fine raduno sono a carico del partecipante.
- trasporto sacche concorrenti

L'organizzazione ha stipulato apposita assicurazione per la responsabilità civile verso terzi per rischi derivanti dall'organizzazione del raduno.

Art. 8 SICUREZZA E CONTROLLO

Trattandosi di una camminata in autosufficienza ogni partecipante deve essere pienamente consapevole che in qualsiasi caso di difficoltà si rivolgerà direttamente ai numeri internazionali di emergenza, 112, come farebbe per un'escursione autonoma.

Non saranno predisposti punti di controllo lungo il percorso e nemmeno cancelli orari.

Art. 9 AMBIENTE

La corsa si svolge in zone naturalistiche ed ecosistemi protetti. I concorrenti dovranno tenere un comportamento rispettoso dell'ambiente, evitando di disperdere rifiuti, raccogliere fiori o molestare la fauna. Chiunque sarà sorpreso ad abbandonare rifiuti lungo il percorso incorrerà

nelle eventuali sanzioni previste dai regolamenti comunali o altra normativa di settore.

Art. 10 METEO

I giorni precedenti il raduno l'organizzazione si riserva di potere annullare lo stesso a causa di maltempo, fenomeni naturali e per qualsiasi altro motivo che metta a rischio l'incolumità dei partecipanti, previa comunicazione sul sito ufficiale oltre che comunicazione via whatsapp al numero indicato all'atto dell'iscrizione.

Art. 11 MATERIALE RACCOMANDATO

- zaino;
- carta d'identità;
- pantalone lungo almeno fino a sotto il ginocchio,
- maglia a maniche lunghe,
- borraccia o camel bag;
- riserva alimentare e idrica (l. 1,5 lt.);
- telo termico;
- giacca impermeabile adatta a sopportare condizioni di brutto tempo in alta quota;
- lampada frontale con pile di ricambio;
- fischietto;
- piccolo kit pronto soccorso
- telefono cellulare acceso, power bank;
- benda elastica adesiva adatta per fare una fasciatura;
- Bastoncini
- Piumino
- occhiali da sole
- crema solare
- guanti
- cambio intimo
- cartina escursionistica della zona

Art. 12 SQUALIFICHE E PENALITA'

Trattandosi di un raduno non competitivo non sono previste né squalifiche né penalità.

Art. 13 RECLAMI

Per lo stesso motivo citato all'art. 12 non saranno ammessi reclami di nessun genere.

Art. 14 TEMPO MASSIMO, CANCELLI ORARI, RITIRI

Non è previsto un tempo massimo per giungere all'arrivo e non sono previsti cancelli orari lungo il percorso.

Tuttavia per motivi logistici e di sicurezza la conclusione del raduno è fissata per le ore 19.00 presso la Stipo da Canobio. Pertanto è fortemente consigliabile non proseguire per la cima del Monte Coglians per coloro i quali raggiungeranno il Rif. Marinelli oltre le ore 17:00.

Art. 15 RISTORI

E' previsto un ristoro lungo il percorso presso il Rif. Tamai e in prossimità del Rif. Marinelli (forcella Moraret) .

Hanno diritto di accesso per la consumazione al punto di ristoro esclusivamente i partecipanti che esibiranno il braccialetto distintivo (o buono) del raduno, fornito dall'organizzazione.

I rifiuti dovranno essere gettati negli appositi contenitori presenti nell'area ristoro.

Art. 16 CLASSIFICHE E PREMIAZIONI

Trattandosi di raduno, non sarà redatta alcuna classifica e non ci sarà nessun rilevamento cronometrico.

Non ci sarà nessuna premiazione.

Art. 17 DIRITTI DI IMMAGINE

Con l'iscrizione, i concorrenti autorizzano l'organizzazione all'utilizzo gratuito, senza limiti territoriali e di tempo, di immagini fisse e in movimento che li ritraggano in occasione della partecipazione alla "TOLMEZZO – COGLIANS TRAIL".

Art. 18 DICHIARAZIONE DI RESPONSABILITA'

La volontaria iscrizione e la conseguente partecipazione alla corsa indicano la piena accettazione del presente regolamento e delle modifiche eventualmente apportate. Con l'iscrizione, il partecipante esonera gli

organizzatori da ogni responsabilità, sia civile sia penale, per danni a persone e/o cose da lui causati o a lui derivati.

Art. 19 VARIE

L'organizzazione non è responsabile di eventuali incidenti o danni che un partecipante potrebbe subire o che potrebbe causare a terzi durante il raduno.