



DATA	31.03.2025
N° PROT.	771

REGOLAMENTO GENERALE EREMITICA

Art. 1.0 - Organizzazione

Asd 3 Santi Nave, con il patrocinio dei Comuni di Nave, Bovezzo, Caino, Concesio, Lumezzane e Comunità Montana della Valle Trompia, organizza **Domenica 6 aprile 2025** la dodicesima edizione della “**3 Santi Trail**”, corsa in montagna e le manifestazioni collaterali denominate “L’Eremitica”, “Sentiero delle Cascate” e “Avis Bimbo Run”.

Art. 1.1 - Informazioni generali

“L’Eremitica” è una manifestazione di corsa in montagna approvata da FIDAL, Comitato Regionale Lombardo e Provinciale di Brescia.

Distanza: 47 km

Dislivello: 2.900m D+/-

Tempo massimo: 11 ore.

Partenza: ore 8:00.

Art. 1.2 - Requisiti di partecipazione

Per la partecipazione alla corsa è necessaria esperienza di montagna, assenza di vertigini, ottimo allenamento, abbigliamento adeguato ad una temperatura che può andare da -5 a + 30 gradi.

L’atleta dovrà essere in regola con il tesseramento FIDAL, Fidal Runcard, Mountain & Trail Runcard ed Enti di Promozione Sportiva (disciplina Atletica Leggera) che hanno sottoscritto la convenzione con la FIDAL per l’anno 2025. In caso di non rinnovo di tale convenzione, l’atleta tesserato per un EPS dovrà provvedere autonomamente all’acquisto di una Runcard. In caso contrario non sarà possibile partecipare all’evento.

Atlete/i italiani e stranieri non tesserati per società affiliate alla Fidal possono partecipare “fuori classifica” solo su autorizzazione della Segreteria Federale, previa richiesta della propria Federazione di appartenenza e parere favorevole della Direzione Tecnica Federale.

Art. 1.3 - Iscrizione

Requisiti di iscrizione

Possono iscriversi gli atleti maggiorenni in possesso di certificato medico sportivo per l’attività agonistica (vedi Art. 1.4), valido almeno fino al 16 Aprile 2025 e che abbiano regolare tesseramento FIDAL come da Art 1.2. Non saranno accettati atleti che stanno scontando squalifiche per uso di sostanze dopanti.

Modalità di iscrizione

Le iscrizioni apriranno il 25 dicembre 2024 e chiuderanno il 3 aprile 2025.

Dove iscriversi

- online attraverso il link a Wedosport nella pagina delle ISCRIZIONI [<https://iscrizioni.wedosport.net/iscrizione.cfm?gara=54632>]
- presso Gialdini Sport Via Triumplina, 45 25123 Brescia Tel. 030 2002385 – www.gialdini.com [solo pagamento con Bancomat o Carta di Credito]

Quote di iscrizione

- tariffa unica dal 25 dicembre 2024 al 3 aprile 2025: € 35,00 euro



Modalità di pagamento

- Carta di Credito, Paypal, bonifico Mybank: al momento dell'iscrizione online sul sito Wedosport
- Bonifico bancario: intestato a: ASD 3SANTI NAVE
Causale: "L'Eremitica 2025 – Nome Cognome"
IBAN: IT 93 R 08692 54800 000000025533

Nota bene: Per completare l'iscrizione è obbligatorio caricare sul sito Wedosport la contabile dell'avvenuto pagamento che verrà richiesta durante la registrazione.

Liberatoria

Ogni iscritto dovrà compilare la liberatoria al momento del ritiro dei pettorali.

Nella quota di iscrizione è compreso:

- pacco gara (come già segnalato sui canali social della A.S.D. 3 Santi non sarà previsto alcun gadget)
- chip;
- eventuali premi;
- ristori;
- assistenza sul percorso.

Numero chiuso

il numero chiuso è di:

- 250 iscritti.

Chiusura iscrizioni

La chiusura delle iscrizioni seguirà le seguenti modalità:

- verranno chiuse il giorno giovedì 3 aprile 2025 alle ore 24:00
- le iscrizioni verranno chiuse preventivamente al raggiungimento dei numeri massimi ammessi.

In caso di interruzione o annullamento della gara per motivi atmosferici, o per qualsiasi altra ragione indipendente dall'Organizzazione, nessun rimborso sarà dovuto ai partecipanti ma sarà comunque garantito il ritiro del pacco gara.

Non è consentito il posticipo della quota di iscrizione all'anno successivo.

Qualsiasi atleta che venisse sorpreso, anche post gara, con il pettorale di un'altra persona, sarà squalificato.

Art. 1.4 - Certificazione medica

Gli atleti che parteciperanno alle gare dovranno essere in possesso del certificato di idoneità alla pratica sportiva agonistica in corso di validità riportante la dicitura "atletica leggera".

Con la loro iscrizione, i concorrenti certificano d'essere in condizioni fisiche e psichiche tali da poter affrontare la gara e riconoscono d'essersi documentati dei rischi e delle difficoltà del percorso; verrà richiesto al momento del ritiro del pettorale la compilazione e la sottoscrizione dell'autocertificazione.

Gli atleti devono essere in regola con il tesseramento alla Fidal o ad un ente di promozione sportiva riconosciuto dal Coni oppure in possesso della Run Card o Trail Card.

La mancata consegna del certificato, comporterà l'impossibilità assoluta da parte dell'organizzazione a far partire l'atleta.

Il certificato medico deve essere consegnato esclusivamente attraverso una delle seguenti modalità:

- sul portale web di Wedosport al momento dell'iscrizione online;
- al ritiro del pettorale esclusivamente per chi si è iscritto da Gialdini Sport.



Art. 1.5 - Ritiro pettorale e pacco gara

Le operazioni di ritiro pettorale e pacco gara avverranno:

- **Sabato 5 aprile 2025 dalle 10:00 alle 12:30 e dalle 15:00 alle 19:00 presso il negozio Gialdini di Brescia in via Triumplina n. 45;**
- **Domenica 6 aprile 2025 dalle 6:30 alle 7:45 presso nel luogo della partenza**

Per il ritiro del pettorale di gara è obbligatorio esibire un documento di identità valido.

Al momento del ritiro pettorale è obbligatorio compilare e firmare la liberatoria che verrà consegnata contestualmente.

Art. 1.6 - Materiale consigliato

È consigliato avere con sé il seguente materiale:

- zaino;
- acqua;
- calzature da trail;
- abbigliamento adeguato;
- barrette energetiche o alimenti solidi;
- telefono;
- telo termico;
- bandana elastica;
- fischietto;
- lampada frontale (obbligatoria);
- giacca impermeabile;
- pantaloni lunghi o che coprano almeno il ginocchio;
- bicchiere personale o borraccia a bocca larga;

È consentito l'uso dei bastoncini.

Eventuali materiali aggiuntivi che potrebbero essere inseriti in elenco, verranno resi noti attraverso i canali ufficiali online.

Art. 1.7 - Tempo massimo, cancelli orari, ritiri

Tempo massimo

Il tempo massimo per giungere all'arrivo è di 11 ore.

Cancelli

Sono previsti 2 cancelli orari:

- **Val di Bertone al 15,00 km – ore 11.30**
- **Località Cocca al 27,50 km – ore 15.00**

Ritiri

A tutela della salute dei partecipanti, il personale medico presente lungo il percorso è abilitato a fermare il concorrente che non sarà giudicato idoneo al proseguimento della gara. In questo caso il concorrente dovrà seguire le indicazioni del personale medico, pena l'immediata squalifica.

In caso di ritiro il concorrente dovrà obbligatoriamente e al più presto avvertire il personale dell'organizzazione.



La segnalazione del proprio ritiro è fondamentale per evitare che vengano allertati i mezzi di soccorso in caso di mancato arrivo degli atleti.

È obbligatorio che gli atleti che abbiano deciso di ritirarsi lo facciano in corrispondenza dei punti di controllo o ristoro dove verrà ritirato il pettorale.

Art. 1.8 - Ristori

ATTENZIONE: ai ristori non saranno presenti i bicchieri. Sono previsti 6 ristori lungo il percorso:

- Chiesetta di S. Antonio al 4,50 km (solo liquidi);
- Val di Bertone al 15,00 km;
- Passo del Cavallo al 20,00 km;
- Santuario della Madonna della Misericordia di Conche al 26,0 km;
- Monte Palosso al 32,0 km;
- Sant'Onofrio al km 41.

I cibi e le bevande del ristoro devono essere consumati sul posto.

È vietato bere direttamente dalle bottiglie dei ristori.

I rifiuti dovranno essere gettati negli appositi contenitori, la mancata osservanza comporterà alla squalifica immediata dalla gara.

All'arrivo potrete usufruire del pasta party (pasta e birra) compreso nella quota di iscrizione.

Art. 1.9 - Servizi aggiuntivi e accoglienza

C'è la possibilità di utilizzare bagni al servizio della palestra.

Promozione HB Brescia Hotels Group (Codice Promo: 3santitrail)

1) Hotel Vittoria *****

Via X Giornate, 20, 25121 Brescia BS

030 7687200

www.hotelvittoria.com

2) Hotel Master ****

Via Luigi Apollonio, 72, 25124 Brescia BS

030 399037

www.hotelmaster.net

3) Hotel Igea ****

Viale della Stazione, 15, 25128, Brescia BS

030 444221

www.hoteligea.net

4) Hotel Regal ***

Viale Europa, 2B – 25124 Brescia

030 2008506

www.regalhotel.it



ISTRUZIONI:

Cari ospiti,

ecco le istruzioni per prenotare il vostro soggiorno utilizzando il codice promozionale. Vai al sito web dell'hotel dove vuoi soggiornare, clicca su "prenota ora".

Scegliete le date di soggiorno e cliccate su "codice promo".

Inserite il codice promozionale e effettuate la Vs ricerca, ora scegliete la camera che volete con lo speciale sconto applicato.

Art. 1.10 - Punzonatura, controlli e pettorale

Verrà effettuata la punzonatura 30 minuti prima della partenza, inoltre sul percorso saranno presenti dei punti di controllo per verificare il corretto passaggio degli atleti.

Il pettorale va appuntato in modo che sia ben visibile e accessibile in quanto contiene il chip per il rilievo dei tempi.

Il pettorale è strettamente personale, non è cedibile a terzi, non può essere manomesso e dovrà essere applicato nella sua grandezza.

La mancata osservanza di queste disposizioni comporterà la squalifica dell'atleta.

Art. 1.11 - Deposito borse

Sarà disponibile il deposito borse in zona partenza.

Art. 1.12 - Partenza

I concorrenti dovranno presentarsi in **Via Don Bartolomeo Giacomini in Nave BS, Domenica 6 aprile 2025**, con almeno 1 ora d'anticipo sull'orario di partenza.

Art. 1.13 - Percorso

Si percorre il primo chilometro e mezzo di tracciato su strada asfaltata pianeggiante in preparazione della prima vera salita che si imbecca in Via Dernago e che attraversando il bosco ci conduce al "Sentiero delle Miniere". Dopo un primo tratto di salita abbastanza ripida si prosegue in falso piano fino a sbucare in località "Cuchèt" e da lì si arriva al primo Santo del nostro Trail, la chiesetta di S. Antonio. Superato il prato e la chiesetta, la mulattiera prosegue fino alla "Merolta Bassa".

Imbocchiamo il sentiero a destra della cascina che ci conduce rapidamente ai piedi della cresta che porta al Monte Forche e al Monte Faet che percorriamo fino a congiungerci al sentiero 111 che collega Conche a S. Giorgio. Percorso un breve tratto in direzione San Giorgio scendiamo a destra per il sentiero che conduce a Caino in località Madonna delle Fontane. Scesi per qualche centinaio di metri imbocchiamo il "Sentiero dei Papi" con segnavia per la chiesetta di "San Rocco". Proseguiamo per alcuni bivi e sentieri senza particolari difficoltà tecniche o altimetriche e ci inseriamo sulla mulattiera della "Val di Bertone". Superato il cancello di val di Bertone si devia a sinistra su un ripido sentiero che ci porta in zona "Gabbie", da lì proseguiamo per il "Passo del Cavallo" a Lumezzane dove andremo ad affrontare la salita più impegnativa del percorso che ci condurrà quasi alla cima del "Monte Doppo" seguendo i segni biancoazzurri del Sentiero 3V che ci accompagneranno fino in Conche attraversando anche l'Eremo di San Giorgio. Arriviamo così al più famoso dei Santi, l'Eremo della Madonna di Conche fondato da S. Costanzo. Superata la conca che ospita il santuario, ci aspetta un breve ma ripido strappo fino in vetta al Monte Conche. Da qui si scende fino in località "Cocca", per poi proseguire su carrareccia e sentieri al Dosso Vallero.



Dopo una breve discesa e un tratto di facile sentiero in falsopiano ci si avvicina alla salita che senza grandi pendenze ci porta in vetta al Monte Palosso, superato il quale ci si prepara per l'ultima salita percorrendo un lungo sentiero ondulato sottobosco.

Superati anche gli ultimi metri di dislivello ci troviamo sulla cresta di Sant'Onofrio dove una vista panoramica a 360° ci lancia nella discesa finale fino all'arrivo.

L'allontanamento dal percorso ufficiale, oltre a comportare la squalifica dall'ordine di arrivo, avverrà ad esclusivo rischio e pericolo del concorrente.

L'organizzazione si riserva il diritto di variare il percorso di gara; ogni modifica verrà comunicata direttamente sul sito.

Art. 1.14 - Assicurazione

La manifestazione è coperta da assicurazione per la responsabilità civile.

Art. 1.15 - Sicurezza e controllo

Sul percorso saranno presenti addetti dell'organizzazione e personale della protezione civile in costante contatto con la base. Ambulanze, soccorso alpino, personale medico e paramedico stazioneranno in diversi punti del percorso, nonché alla partenza e all'arrivo, dove sarà presente anche un team medico e un PMA (posto medico avanzato). Lungo il tracciato saranno istituiti dei punti di controllo, dove addetti dell'organizzazione monitoreranno il passaggio degli atleti.

Art. 1.16 - Ambiente

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 sarà squalificato dalla gara e incorrerà nelle eventuali sanzioni previste dai regolamenti comunali.

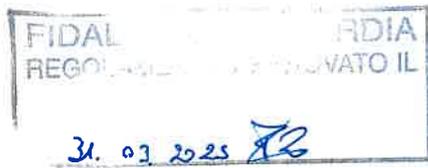
Art. 1.17 - Meteo

In caso di fenomeni meteo importanti (nebbia fitta, bufere di neve, forti temporali), l'organizzazione a suo esclusivo giudizio, si riserva di effettuare, anche all'ultimo minuto o durante lo svolgimento della gara, variazioni di percorso in modo da eliminare potenziali pericoli o condizioni di forte disagio per i partecipanti. Le eventuali variazioni saranno comunicate ai partecipanti e segnalate dagli addetti. L'organizzazione si riserva inoltre di sospendere o annullare la gara nel caso in cui le condizioni meteorologiche mettessero a rischio l'incolumità dei partecipanti, dei volontari o dei soccorritori.

Art. 1.18 - Squalifiche, penalità e ricorsi

È prevista l'immediata squalifica, con ritiro del pettorale di gara, per le seguenti infrazioni:

- mancato passaggio da un punto di controllo;
- taglio del percorso di gara;
- abbandono di rifiuti sul percorso;
- mancato soccorso ad un concorrente in difficoltà;
- insulti o minacce ad atleti, organizzatori o volontari;
- utilizzo di mezzi di trasporto in gara;
- scambio dei pettorali;



- utilizzo di sostanze dopanti;
- rispetto dell'intero regolamento;
- partire anticipatamente.

La penalizzazione potrà essere applicata immediatamente, nel punto dove sarà accertata l'eventuale infrazione, oppure a fine gara.

Il personale di soccorso può eventualmente consigliare agli atleti che ritengono fisicamente o psicologicamente inadatti a continuare il percorso di non proseguire la gara fino a quando non sottoposti a controllo da parte del medico di gara.

Contro la squalifica è ammesso il ricorso da parte del concorrente, da presentare in forma scritta alla direzione gara entro 30 minuti dalla pubblicazione dei risultati di gara. La direzione gara valuterà il ricorso e darà risposta nei tempi necessari; la decisione della direzione gara è definitiva e inappellabile.

Art. 1.19 - Premi

Saranno assegnati:

- premi ai primi 5 uomini e alle prime 5 donne che porteranno a termine la prova.

Non sono previsti premi in denaro.

Art. 1.20 - Antidoping

È data facoltà agli organizzatori di eseguire controlli a propria discrezione, con l'intento di smascherare l'utilizzo di sostanze dopanti. Il mancato assenso a tali controlli, verrà considerata come prova dell'utilizzo di sostanze proibite, tradotta quindi in squalifica.

Art. 1.21 - 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 3 Santi Trail.