

# REGOLAMENTO

## **La MARCIA MANNARA,**

è una manifestazione non competitiva di Trekking (Walking o Nordic Walking) in notturna su antichi cammini, tracce e sentieri di monte Castiglion Maggio e Altoviti; alla ricerca dei lupi che vivono nei burroni di Cavadenti.

Il percorso, opportunamente guidato, avrà una lunghezza totale prevista di circa 10 chilometri e un dislivello di circa 450 D+.

La marcia, si svolgerà Sabato 28 gennaio 2023, con ritrovo e partenza in autocolonna alle ore 17,00 presso il Palasport "Fabrizio Meoni" di Castiglion Fiorentino (AR); per raggiungere il valico della foce (strada provinciale asfaltata).

Da lì si procederà a piedi fino a colle Altoviti, dove le giude, cercheranno di coinvolgere i lupi della zona per stabilire un contatto, utilizzando opportuni richiami.

Il tempo previsto per completare il percorso è di circa 4 ore.

## **TASSATIVO...**

**Non è possibile in nessun caso, abbandonare gli apripista; questo per ovvi motivi di sicurezza dei partecipanti iscritti**

## **PARTECIPAZIONE**

Questa manifestazione è aperta a tutte le persone, uomini e donne, che abbiano compiuto 18 anni, 16 per minori accompagnati, entro il giorno previsto per la camminata.

I partecipanti dovranno essere in buona salute e forma psicofisica adeguata, per affrontare i dislivelli che il percorso presenta.

Eventuali e particolari patologie, dovranno essere comunicate formalmente, a mezzo email, all'organizzazione al momento dell'iscrizione.

## **DOTAZIONE OBBLIGATORIA**

### **Abbigliamento adeguato al periodo e al meteo di giornata.**

1. Riserva d'acqua minimo 1/2 litro, borraccia o Camelbag.
2. Scorta alimentare (spuntino e/o barrette energetiche).
3. Giacca impermeabile o simile, adatta a sopportare condizioni di brutto tempo.
4. Maglia termica a maniche lunghe (addosso o nello zaino).
5. Telefono cellulare sempre acceso (inserire il numero di soccorso dell'organizzazione).
6. Scarpe da trail running o scarponcini da trekking.
7. Coperta termica.
8. Lampada frontale o torcia.

### **E' consentito l'utilizzo dei bastoncini.**

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.

## **ISCRIZIONI E CONTRIBUTO ORGANIZZATIVO**

le iscrizioni possono essere fatte direttamente presso:

– CASTELLANI SPORT -Corso Italia, 24 - 52043 Castiglion F. (AR) 0575 658883, fino a domenica 22 gennaio 2023.

– Sabato 28 gennaio dalle ore 15,00 alle ore 16,30 - presso il tavolo segreteria della RONDA GHIBELLINA EVENTI, all'interno del palasport "Fabrizio Meoni".

Il contributo d'iscrizione richiesto, per la MARCIA MANNARA, è di **10/15 Euro** e il numero massimo, degli iscritti accettati, sarà di **100 partecipanti** (oltre tale numero l'organizzazione si riserva di poter accettare ulteriori iscritti).

Con l'iscrizione si ha diritto a:

- Organizzazione.
- Conduzione con **Guida Ambientale Escursionistica** abilitata..
- Servizio d'assistenza sul percorso.
- Pettorale.
- Ristoro finale.
- Gadget dedicato

**La Manifestazione verrà effettuata con qualsiasi condizione atmosferica.**