



# Karalis 10

corriamo insieme per vincere

contro il cancro, contro il dolore, per una vita migliore

L'Associazione di utilità sociale **Insieme Contro il Dolore ONLUS**, l'**A.S.D. G.S. Runners Cagliari** e l'**A.S.D. Nuova Atletica Sardegna** con il patrocinio del Comune di Cagliari e con l'approvazione della F.I.D.A.L. (Federazione Italiana di Atletica Leggera) organizzano a Cagliari il **15 settembre 2019** la quinta edizione della **Karalis 10**, gara di corsa su strada di livello regionale, sulla distanza di 9800 metri.

In contemporanea, sullo stesso percorso, con la collaborazione del Comitato Territoriale della UISP di Cagliari si disputerà la **staffetta 2x4,900 Km**, gara di corsa su strada a staffetta con squadre da due concorrenti che si alterneranno correndo i 4,900 chilometri ciascuno. La manifestazione verrà preceduta da una camminata ludico motoria di 4 km aperta alla partecipazione di tutti e di 3 km circa ricavato su parte dello stesso tracciato per la Karalis 10, con i cani al guinzaglio (Karalis Dog).

Dettagli su come iscriversi a queste manifestazioni su [www.karalis10.it](http://www.karalis10.it)

## PREMESSA

L'iniziativa nasce dall'esigenza di sensibilizzare l'opinione pubblica riguardo un problema di notevole rilevanza sia dal punto di vista sanitario che sociale:

### il dolore cronico e le malattie oncologiche.

L'evento mira a far conoscere attraverso la pratica sportiva un corretto stile di vita e a diffondere una campagna preventiva sulla salute.

**La manifestazione è aperta a tutti** e vedrà la partecipazione di diverse associazioni, pazienti e atleti. Molto suggestivo il circuito di gara che partendo dagli spazi della Fiera Campionaria di Cagliari (ingresso piazza Marco Polo) attraverserà il lungomare cittadino tramite la passeggiata a mare di "Su Siccu" ed i viali C. Colombo e A. Diaz.

**Non saranno previsti premi in denaro.** Le risorse economiche che dovessero risultare dalle donazioni saranno devolute alle associazioni organizzatrici per progetti di ricerca e assistenza.

## PROGRAMMA DELLA MANIFESTAZIONE

**Ore 08:00** - Ritrovo degli atleti all'interno degli spazi della Fiera Campionaria di Cagliari, ingresso piazza Marco Polo, dove sarà allestita la segreteria per ritiro pacchi gara ed iscrizioni alla camminata ludico motoria.

**Ore 09:00** - Chiusura segreteria e termine ultimo per iscriversi alla camminata ludico motoria;

**Ore 09:00** - Partenza Karalis Dog (camminata ludico motoria con cani al guinzaglio) di circa 3 Km;

**Ore 9.15** - Partenza camminata ludico motoria di 4,900 Km;

**Ore 10.00** - Partenza della Karalis 9,800 e contestualmente della staffetta 2x4,900 Km;

**Ore 11.30** - Scadenza tempo massimo per completare la gara;

**Ore 12.00** - Premiazioni

## REQUISITI DI PARTECIPAZIONE

In base a quanto previsto dalle Norme per l'Organizzazione delle Manifestazioni 2019, emanate dalla FIDAL, possono partecipare alla manifestazione agonistica **Karalis 10**, gli atleti:

- **italiani e stranieri residenti**, regolarmente **tesserati a società affiliate alla FIDAL** per l'anno 2019 che appartengano alle categorie Allievi, Juniores, Promesse e Seniores maschili e femminili;
- **italiani e stranieri residenti**, regolarmente **tesserati a società affiliate per un Ente di Promozione Sportiva convenzionato con la FIDAL** (sezione atletica leggera) per l'anno 2019, in possesso di **RUNCARD EPS** e certificato medico agonistico valido per la pratica dell'atletica leggera; Il requisito della regolarità della certificazione medica deve essere posseduto al momento della scadenza delle iscrizioni e avere validità almeno fino al giorno della gara
- **italiani e stranieri residenti non tesserati**, né per una società affiliata alla FIDAL, né per una Federazione straniera di atletica leggera affiliata alla IAAF, né per un Ente di Promozione Sportiva (sezione atletica), ma in possesso della **RUNCARD**, rilasciata direttamente dalla FIDAL. La loro partecipazione è comunque subordinata alla presentazione del certificato di idoneità all'attività sportiva agonistica valido per la pratica dell'atletica leggera.

## QUOTE DI PARTECIPAZIONE

Il contributo di partecipazione per la corsa competitiva Karalis 10 è fissato in:

- **euro 20,00** dal 16/08/2019 all' 11/09/2019

## SERVIZI COMPRESI NELLA QUOTA DI PARTECIPAZIONE

La quota di partecipazione include:

- pettorale di gara;
- noleggio del chip di cronometraggio, con rilevamento dei vari intertempi a cura di TDS (Timing Data Service);
- assicurazione e assistenza medica;
- ristoranti e spugnaggi lungo il percorso ed all'arrivo;
- pacco gara;
- ristoro finale.

## MODALITA' DI PAGAMENTO

È possibile iscriversi alla Karalis 10 entro e **non oltre l'11 settembre 2019**. Il pagamento della quota di iscrizione potrà essere effettuato:

1. mediante la procedura **online** attraverso [www.karalis10.it](http://www.karalis10.it);
2. presso l'esercizio commerciale Deriu Sport, centro Commerciale I Mulini via Piero della Francesca – Su Planu, Selargius, dal lunedì al sabato 9.00-13.30 / 17.00-20.30

## 3. MODALITA' DI ISCRIZIONE

, inoltre, **entro le ore 21.00 dell'11 settembre 2019**:

- gli atleti **affiliati FIDAL** dovranno completare la propria iscrizione mediante la procedura online sul sito [www.fidal.it](http://www.fidal.it), servizi online-affiliazione e tesseramento-iscrizione gare online;

- gli atleti tesserati a società **affiliate ad Enti di Promozione Sportiva possessori di RUNCARD EPS** ed i possessori di **RUNCARD** dovranno inviare, via e-mail all'indirizzo [info@karalis10.it](mailto:info@karalis10.it), copia della RUNCARD e del certificato di idoneità all'attività sportiva agonistica valido alla data del 15/09/2019 per la pratica dell'atletica leggera.

## **CHIUSURA DELLE ISCRIZIONI**

Le iscrizioni chiuderanno improrogabilmente alle **ore 21.00 dell'11 settembre 2019**.

## **RIMBORSO DELLE QUOTE DI PARTECIPAZIONE**

Non è previsto il rimborso delle quote di partecipazione in nessun caso, a meno che la manifestazione venga annullata.

## **PACCO GARA, PETTORALE E CHIP CRONOMETRAGGIO**

La consegna dei pettorali con allegato chip di cronometraggio della Karalis 10 avverrà, individualmente o ad un responsabile delegato dalla società, nella giornata di **sabato 14/09/2019 (ore 15.00-19.00)** presso lo stand allestito all'interno della Fiera Campionaria di Cagliari, ingresso piazza Marco Polo, e **domenica 15/09/2019 (ore 08.00-09.00)**, nello stesso luogo con presentazione della ricevuta di pagamento.

## **PREMIAZIONI**

**Non sono previsti premi in denaro.**

Verranno premiati i **primi tre** atleti maschili e femminili arrivati in base alla classifica generale assoluta. Verranno inoltre premiati i primi tre classificati delle seguenti categorie escludendo quanti già rientrati nelle premiazioni assolute:

AM/JM/PM/SM, SM35, SM40, SM45, SM50, SM55, SM60, SM65, SM70, SM75, SM80 e oltre;

AF/JF/PF/SF, SF35, SF40, SF45, SF50, SF55, SF60, SF65, SF70, SF75, SF80 e oltre.

Le categorie allievi, junior, promesse e senior verranno premiate come unica categoria.

## **RISULTATI E CLASSIFICHE**

Le classifiche finali saranno pubblicate su: [www.fidalsardegna.it](http://www.fidalsardegna.it), [www.tds-live.com](http://www.tds-live.com), [www.gsrunters.it](http://www.gsrunters.it) e [www.karalis10.it](http://www.karalis10.it)

## **PERCORSO**

Il percorso della Karalis 10 si sviluppa all'interno della città di Cagliari su un circuito di 4,900 Km da ripetere due volte che, partendo dall'interno della Fiera Campionaria di Cagliari (accesso dalla piazza Marco Polo), percorre una parte dei viali Armando Diaz e Cristoforo Colombo per poi rientrare dal molo Ichnusa al lungomare di Su Siccu (la Calata dei Mercedari) per transitare nel intermedio della gara all'interno degli spazi suggestivi della Fiera Campionaria. Il percorso è totalmente piatto e molto scorrevole, ideale per mettersi alla prova cronometrica sulla distanza. Mappa dettagliata e profilo altimetrico del percorso sono disponibili all'interno del sito [www.karalis10.it](http://www.karalis10.it)



**Partenza, intermedio ed arrivo:** Fiera Campionaria di Cagliari, ingresso piazza Marco Polo.

## CRONOMETRAGGIO

La misurazione dei tempi e l'elaborazione delle classifiche, a cura della Timing Data Service, e che le classifiche saranno convalidate dal Delegato Tecnico o Giudice d'Appello sarà effettuata per mezzo di un sistema basato su un transponder attivo (chip) che verrà consegnato al momento del ritiro del pettorale, inserito direttamente sul retro di questo. Il chip va lasciato nella posizione in cui si trova attaccato al pettorale. E' vietato manomettere il chip ed il supporto che lo blocca al pettorale. Gli atleti che in qualsiasi modo staccano e/o danneggiano il chip non verranno cronometrati e non risulteranno nelle classifiche. Si ricorda che il pettorale di gara ed il corrispondente chip di cronometraggio è strettamente personale e non è cedibile ad alcuno, pena la squalifica. Transitare lungo i controlli del percorso con indosso il chip di un altro concorrente comporta la squalifica dalla gara. Il chip al termine della gara dovrà essere riconsegnato agli addetti preposti in zona d'arrivo, anche da parte degli atleti ritirati o non partiti. Il chip è utilizzabile soltanto per la manifestazione Karalis 10 per la quale è stato programmato. La mancata riconsegna del chip comporterà un debito di € 20 con l'Organizzazione, che si riserverà di addebitarlo all'iscrizione dell'anno successivo oppure avrà diritto di rivalersi nei confronti dell'iscritto o della società sportiva di appartenenza.

## TEMPO LIMITE

Il tempo limite per portare a termine la gara è fissato in 1h30'. Dopo tali limiti l'organizzazione non sarà più in grado di garantire la messa in sicurezza del percorso e declina ogni responsabilità per gli atleti che si troveranno ancora a transitare sullo stesso, che sono tenuti a rispettare il codice della strada.

## RISTORI E SPUGNAGGI

L'organizzazione ha previsto i seguenti punti di ristoro:

Km 2,5 – Km 5 – Km 7,5 – Km 10



## **SERVIZIO SANITARIO**

Il Comitato Organizzatore appronterà un adeguato servizio di assistenza medica con personale specializzato ed ambulanza lungo tutto il percorso e nel punto di partenza ed arrivo.

## **RECLAMI**

Eventuali reclami dovranno essere presentati entro 30' dall'esposizione delle classifiche in prima istanza verbalmente al Giudice d'arrivo e in seconda istanza per iscritto al Giudice d'Appello, accompagnati dalla tassa di 100,00 euro, che verrà restituita nel caso il reclamo venga accolto. Per tutto quanto non previsto espressamente dal presente regolamento si rimanda ai regolamenti generali della FIDAL. Il Gruppo Giudici di Gara potrà squalificare gli atleti che non transiteranno nei punti di rilevamento dislocati lungo il percorso, coloro che saranno personalmente seguiti in gara da ciclisti o da chiunque non sia regolarmente in gara.

## **DIRITTO DI IMMAGINE**

Con l'iscrizione alla Karalis 10, l'atleta autorizza espressamente l'Organizzazione, unitamente a sponsor e media partner, all'acquisizione del diritto di utilizzare le immagini fisse o in movimento che lo ritraggono durante la propria partecipazione all'evento, su tutti i supporti, compresi i materiali promozionali e/o pubblicitari, in tutto il mondo e per il tempo massimo previsto dalle leggi, dai regolamenti e dai trattati in vigore, compresa eventuale proroga che potrà essere apportata al periodo previsto.

## **DICHIARAZIONE DI RESPONSABILITA'**

"Dichiaro di conoscere e rispettare il regolamento della Karalis 10 pubblicato sul sito Internet [www.karalis10.it](http://www.karalis10.it), secondo le normative vigenti Fidal; dichiaro di essere in possesso del certificato medico di idoneità sportiva agonistica alla pratica dell'atletica leggera in corso di validità al 15 settembre 2019. So che partecipare alla Karalis 10 e/o agli eventi sportivi in generale è potenzialmente un'attività a rischio. Dichiaro, inoltre, di iscrivermi volontariamente e mi assumo tutti i rischi derivanti dalla mia partecipazione all'evento: cadute, contatti con veicoli, con altri partecipanti, spettatori o altro, condizione di tempo, incluso caldo torrido, freddo estremo e/o umido, traffico e condizioni della strada, ogni tipo di rischio ben conosciuto e da me valutato. Essendo a conoscenza di quanto sopra, considerando l'accettazione della mia iscrizione, io, per mio conto e nell'interesse di nessun altro, sollevo e libero il Comitato Organizzatore della Karalis 10, l'A.S.D. G.S. Runners Cagliari, l'A.S.D. Nuova Atletica Sardegna, l'associazione di utilità sociale Insieme contro il dolore, gli enti promotori, l'Amministrazione comunale di Cagliari, l'Autorità Portuale di Cagliari, la Fidal, il G.G.G., tutti gli Sponsor dell'evento, i rispettivi rappresentanti, successori, funzionari, direttori, membri, agenti ed impiegati delle Società sopra citate, di tutti i presenti e futuri reclami o responsabilità di ogni tipo, conosciuti o sconosciuti, derivati dalla mia partecipazione all'evento. Una volta accettata l'iscrizione alla Karalis 10, l'eventuale quota di partecipazione non è rimborsabile, anche in caso di disdetta. Concedo inoltre la mia autorizzazione a tutti gli enti sopra elencati ad utilizzare fotografie, nastri, video, immagini all'interno di sito web e qualsiasi cosa relativa alla mia partecipazione all'evento per qualsiasi legittimo utilizzo senza remunerazione". Tale dichiarazione si deve intendere come letta, accettata e sottoscritta dall'atleta al momento della sua domanda di iscrizione, che presuppone l'attenta lettura e successiva approvazione del regolamento.

## **NORMATIVA TRATTAMENTO DATI**

Ai sensi dell'articolo 13 del D.L.vo 30 giugno 2003, n.196 e del GDPR (Regolamento UE 2016/679) si informa: a) che i dati contenuti nella scheda di iscrizione sono richiesti per l'iscrizione, per preparare l'elenco dei partecipanti, la classifica, l'archivio storico, per espletare i servizi dichiarati nel regolamento e per l'invio di materiale informativo della Karalis 10 o dei suoi partner; b) che le conseguenze del mancato conferimento dei dati o delle informazioni di cui sopra consistono nella non ammissione alla manifestazione; c) che i diritti dell'interessato in relazione al trattamento di dati personali sono elencati all'articolo 7 del citato D.L.vo n. 196/03". In qualsiasi momento l'interessato potrà consultare, modificare, cancellare gratuitamente i propri dati scrivendo a [info@karalis10.it](mailto:info@karalis10.it)

## **AVVERTENZE FINALI**

Il Comitato Organizzatore si riserva di modificare, in qualunque momento, ogni clausola del presente regolamento per motivi che riterrà opportuni per una migliore organizzazione della gara. Eventuali modifiche a servizi, luoghi e orari saranno tempestivamente comunicate agli atleti tramite il sito internet [www.karalis10.it](http://www.karalis10.it)

Per quanto non previsto dal presente regolamento, valgono le norme tecnico statutarie della FIDAL e del GGG.

## **INFORMAZIONI**

email [info@karalis10.it](mailto:info@karalis10.it), [info@gsrunners.it](mailto:info@gsrunners.it)

Sito internet: [www.karalis10.it](http://www.karalis10.it), [www.gsrunchers.it](http://www.gsrunchers.it).

Telefoni: 3477209255 (Sergio), 3208588574 (Silvio), 3474261647 (Andrea)

Presidente  
ASD GS RUNNERS CAGLIARI  
Silvio Soddu