



Lanaro granfondo

www.gruppovulkan.com - Società Alpina delle Giulie - Sezione di Trieste del CAI



REGOLAMENTO

LANAROGRAFONDO 2025 - 23ª EDIZIONE

9° MEMORIAL GLAVU

DOMENICA 19 GENNAIO 2025

PERCORSO "LGF CLASSIC" – 36 km + 990 m dislivello positivo

Partenza CICLISTI: 09:30

Partenza PODISTI: 09:45

PARTENZA: Piazzale antistante alla ex Stazione ferroviaria di S. Antonio - Moccò sulla pista ciclabile G. Cottur

ARRIVO: Sagrado (pendici Monte Lanaro/Volnik)

CONSEGNA ZAINI: Domenica 19/01 – c/o lo stand di partenza dalle ore 08:30 alle ore 09:30

PERCORSO "LGF SPRINT" dedicato ai soli podisti– 16 km + 410 m dislivello positivo

Partenza PODISTI: 09:30

PARTENZA: Località Ferneti zona sottopasso (in corrispondenza del punto ristoro – in fondo al regolamento maggiori informazioni)

ARRIVO: Sagrado (pendici Monte Lanaro/Volnik)

CONSEGNA ZAINI: Sabato 18/01 – c/o Cartoleria Diemme di via Cologna 71/1 stand ritiro pettorali dalle ore 16:30 alle ore 19:00

Domenica 19/01 – c/o lo stand di partenza LGF CLASSIC ex Stazione ferroviaria di S. Antonio – Moccò dalle ore 08:30 alle ore 09:00.



Lanaro granfondo

www.gruppovulkan.com - Società Alpina delle Giulie - Sezione di Trieste del CAI



INFORMAZIONI UTILI

- Punto acqua in località Gropada (km 13,0)
- Ristoro in zona Ferneti (km 20,0)
- **Cancello a Zolla (trattoria Furlan) ORE 12:45** (inizio strada per la rocca di Monrupino dietro al ristorante Furlan. Il cancello sarà comune sia ai ciclisti che ai podisti)
- Il percorso sarà segnalato con frecce nere su fondo giallo.
- Sarà predisposto un servizio di trasporto zaini dalla partenza alla zona stand di arrivo in piazzale a Sagrado.
- Il percorso è di tipo Point-to-Point, non è previsto un servizio di navetta per riportare gli atleti al punto di partenza.

Numero di telefono attivo durante la gara **PER EMERGENZE: +39 338.9428589**

RACCOMANDAZIONI

- **E' OBBLIGATORIO L'USO DEL CASCO PER I CICLISTI**
- Per partecipare alle gare ciclistica e podistica è necessario essere in possesso di **CERTIFICATO MEDICO PER ATTIVITA' AGONISTICA** in corso di validità il giorno della gara.
- Gli atleti provenienti dall'estero dovranno caricare in fase di iscrizione il proprio certificato medico e/o compilare la modulistica messa a disposizione dall'Organizzazione affinché venga esaminato con riserva di consentire o meno la partecipazione alla manifestazione.
- Atteggiamenti antisportivi (compreso l'abbandono di carte, involucri di merendine o bibite energetiche e quant'altro lungo il percorso) porteranno all'esclusione dalla classifica.
- Si raccomanda la stretta osservanza del codice della strada negli attraversamenti delle strade provinciali e statali.
- La manifestazione si svolge quasi totalmente lungo percorsi e sentieri segnati che non possono essere interdetti al transito. Si invitano pertanto gli atleti a **rispettare e prestare la massima attenzione ad eventuali escursionisti** che possono essere presenti lungo il percorso di gara.



Lanaro granfondo

www.gruppovulkan.com - Società Alpina delle Giulie - Sezione di Trieste del CAI



ISCRIZIONI E PAGAMENTO QUOTA

Le iscrizioni saranno aperte il giorno 15/11/2024 e verranno chiuse inderogabilmente il giorno 16/01/2025. Potranno iscriversi tutti gli atleti che abbiano compiuto 14 anni alla data della manifestazione. Tutti i minorenni dovranno far pervenire all'Organizzazione via e-mail a lgf@gruppovulkan.it un nulla osta alla partecipazione redatto e firmato da un genitore o da chi ne fa le veci unitamente a un documento di identità di chi rende la dichiarazione.

Per tutte le categorie le iscrizioni si effettuano esclusivamente sul sito WEDOSPORT.NET, inserendo i dati nella pagina apposita contraddistinta dal nome Lanaro Granfondo

IMPORTANTE: PER PARTECIPARE ALLE GARE CICLISTICA E PODISTICA E' NECESSARIO ESSERE IN POSSESSO DI CERTIFICATO MEDICO PER ATTIVITA' AGONISTICA IN CORSO DI VALIDITA' IL GIORNO DELLA GARA. IL CERTIFICATO DOVRA' ESSERE CARICATO SUL SITO WEDOSPORT.NET PER COMPLETARE L'ISCRIZIONE.

Per gli atleti provenienti dall'estero sarà necessario caricare in fase di iscrizione il proprio certificato medico e/o compilare la modulistica messa a disposizione dall'Organizzazione affinché venga esaminato con riserva di consentire o meno la partecipazione alla manifestazione. La modulistica è scaricabile nella pagina "REGOLAMENTO" del sito www.gruppovulkan.it.

TERMINE ISCRIZIONI: GIOVEDI' 16 GENNAIO 2025

**QUOTA D'ISCRIZIONE: DAL 15/11/2024 AL 06/01/2025: 25,00 €
DAL 07/01/2025 AL 16/01/2025: 30,00 €**

IL PAGAMENTO DOVRÀ ESSERE EFFETTUATO ESCLUSIVAMENTE IN FORMA ELETTRONICA (CARTA DI CREDITO, BANCOMATPAY, SATISPAY, PAYPAL) SUL SITO WWW.WEDOSPORT.NET E DOVRÀ AVVENIRE CONTESTUALMENTE ALL'ISCRIZIONE DELL'ATLETA.

- Non saranno accettate altre modalità di pagamento.
- Non saranno accettate in alcun modo iscrizioni dopo il termine stabilito né il giorno della gara.
- Il numero limite di iscritti è fissato in 500 PARTECIPANTI complessivi per entrambi i percorsi e per tutte le specialità e categorie di gara.
- Le commissioni legate alla gestione delle iscrizioni e alle diverse modalità di pagamento sono a carico dell'atleta.
- In caso di interruzione o annullamento della manifestazione per motivi indipendenti dall'Organizzazione la quota di iscrizione non verrà rimborsata.
- Se la manifestazione avrà luogo la quota di iscrizione non verrà rimborsata in nessun caso per la mancata partecipazione individuale.



Lanaro granfondo

www.gruppovulkan.com - Società Alpina delle Giulie - Sezione di Trieste del CAI



Con la volontaria iscrizione il partecipante attesta di:

- Essere in possesso dei requisiti di idoneità alla pratica sportiva agonistica per ciclismo o podismo in caso di partecipazione alla gara competitiva.
- Aver letto attentamente ed approvato il presente regolamento ed ogni eventuale modifica o integrazione.
- Accettare il trattamento dei propri dati personali in accordo con la normativa sulla privacy presente sul sito dell'Organizzazione.
- Autorizzare l'Organizzazione all'utilizzo gratuito e senza limiti territoriali e di tempo delle immagini fisse o in movimento che lo ritraggono in occasione della partecipazione alla manifestazione.
- Sollevare da qualsiasi responsabilità la Società Organizzatrice per eventuali danni materiali e non materiali e/o spese (ivi incluse le spese legali), che dovessero derivargli a seguito della partecipazione all'evento sportivo, anche in conseguenza del proprio comportamento e si assume ogni responsabilità che possa derivare dall'esercizio dell'attività sportiva in questione, sollevando gli organizzatori da ogni responsabilità civile e penale, anche oggettiva, in conseguenza di infortuni cagionati a sé o a terzi ed a malori verificatisi durante l'intera durata dell'evento, o conseguenti all'utilizzo delle infrastrutture, nonché solleva gli organizzatori da ogni responsabilità legata a furti e/o danneggiamenti di qualsiasi oggetto personale

CONSEGNA DEI PETTORALI & PACCHI GARA

I pettorali ed i pacchi gara verranno distribuiti:

- **Il giorno Sabato 18 Gennaio 2025 dalle ore 16:30 alle ore 19:00 c/o la Cartoleria DM in Via Cologna 71/1 (si consiglia vivamente di ritirare il pacco gara il sabato pomeriggio).**
- Domenica 19 gennaio 2025 c/o lo stand in partenza con i seguenti orari:
 - o Ciclisti: dalle ore 8.30 alle ore 9:15
 - o Podisti: dalle ore 8.30 alle ore 9.30 percorso LGF CLASSIC
 - o Podisti: dalle ore 8.30 alle ore 9:00 percorso LGF SPRINT

Il pacco gara sarà composto da pettorale, dal gadget della manifestazione e da un sacco nero con numero (identico al rispettivo pettorale) in cui inserire lo zaino/borsa con il ricambio per il trasporto presso gli stand di arrivo nel piazzale di Sagrado.

CONSEGNA ZAINI

I partecipanti al percorso LGF CLASSIC dovranno consegnare gli zaini il giorno della gara c/o lo stand di partenza ENTRO E NON OLTRE i seguenti orari:

- o Ciclisti: dalle ore 8.30 alle ore 9:15
- o Podisti: dalle ore 8.30 alle ore 9.30



Lanaro granfondo

www.gruppovulkan.com - Società Alpina delle Giulie - Sezione di Trieste del CAI



I partecipanti al percorso LGF SPRINT dovranno consegnare gli zaini con le seguenti modalità ed ENTRO E NON OLTRE gli orari sotto indicati

o Podisti: sabato 18/01 dalle ore 16:30 alle ore 19:00 c/o Cartoleria Diemme di Via Cologna 71/1 contestualmente al ritiro pettorale

o Podisti: domenica 19/01 dalle ore 8.30 alle ore 9:00 c/o lo stand di partenza LGF CLASSIC ex Stazione Ferroviaria S. Antonio - Moccò

CRONOMETRAGGIO

Verrà garantito il servizio di cronometraggio. Il pettorale che verrà consegnato assieme al pacco gara all'atleta dovrà essere apposto sulla bicicletta (ciclisti) od appuntato sugli indumenti in maniera visibile (podisti) in modo da poter essere facilmente leggibile all'arrivo dai cronometristi.

PUNTI DI RISTORO

E' previsto un punto acqua in località Gropada dopo circa 13 km dalla partenza ed un punto di ristoro in zona Ferneti dopo circa 20 km. Gli involucri non devono essere gettati lungo il percorso pena la squalifica, ma dovranno essere portati con sé fino all'arrivo. E' previsto un ristoro finale dopo l'arrivo.

CATEGORIE

Donne: JUNIOR (14-18); ELITE (19-29); W1 (30-40); W2 (40->).

Uomini: JUNIOR (14-18); ELITE (19-29); M1 (30-34); M2 (35-39); M3 (40-44); M4 (45-49); M5 (50-54); M6 (55-59); M7/8 (60->).

CLASSIFICHE E PREMIAZIONI

Per entrambi i percorsi saranno premiati solo i **PRIMI 3 CLASSIFICATI ASSOLUTI** delle categorie Uomini e Donne nelle specialità ciclismo e podismo.

Le classifiche ufficiali saranno rese disponibili nei giorni successivi alla manifestazione sul sito www.gruppovulkan.it.

INFORMAZIONI GENERALI

- Tutte le comunicazioni e le richieste di informazioni riguardanti la manifestazione e le classifiche dovranno pervenire esclusivamente all'indirizzo e-mail **lgf@gruppovulkan.it**.
- L'organizzazione non si assume alcuna responsabilità per eventuali incidenti durante lo svolgimento della manifestazione e si riserva di apporre modifiche al regolamento se necessario al corretto svolgimento della manifestazione.
- Per ulteriori informazioni sul Gruppo Vulkan e sull'attività svolta è possibile consultare il sito: **www.gruppovulkan.it**.

Il Gruppo Vulkan

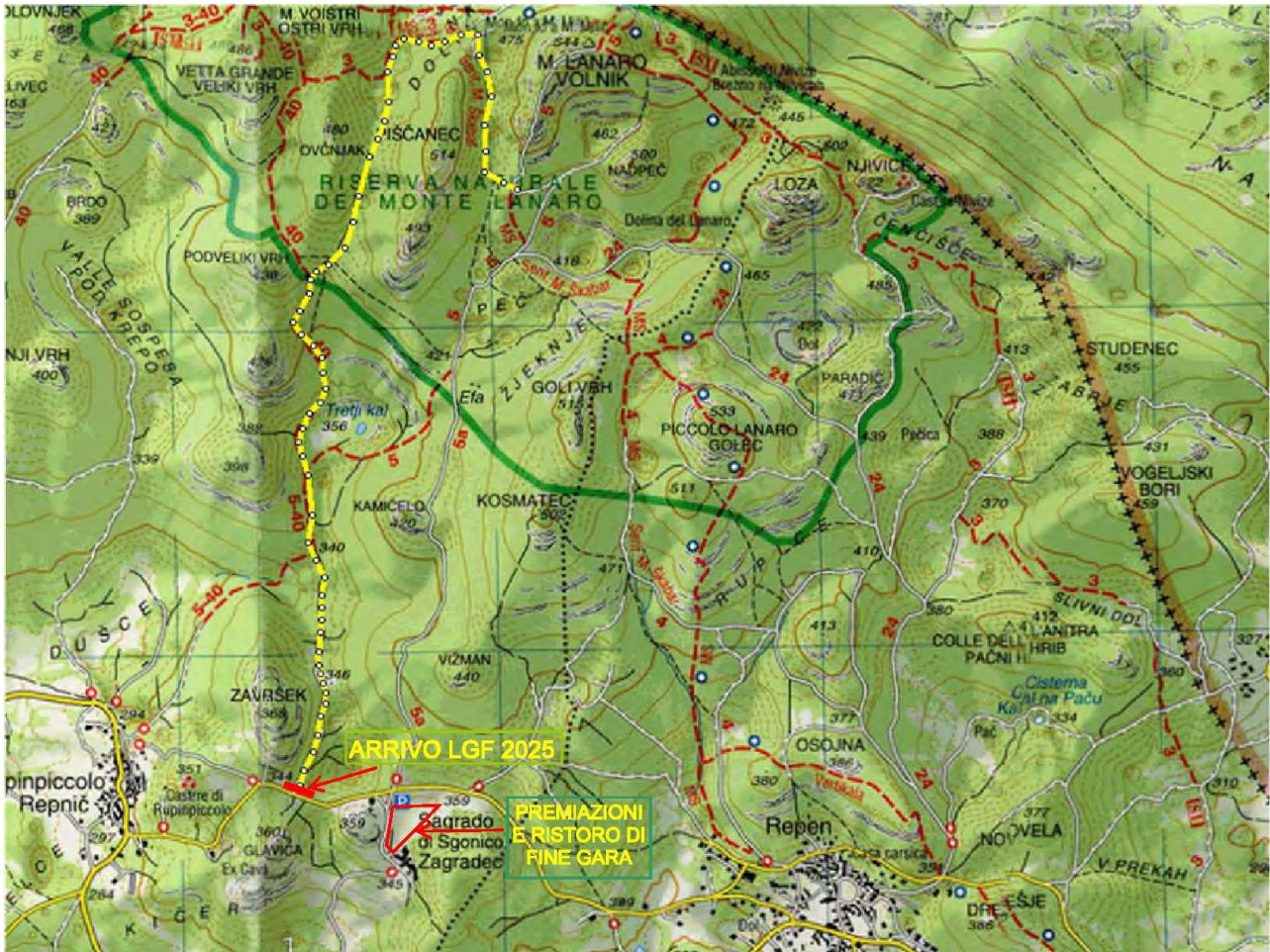


Lanaro granfondo



www.gruppovulkan.com - Società Alpina delle Giulie - Sezione di Trieste del CAI

NUOVA VARIANTE DI PERCORSO E ZONA STAND DI ARRIVO LANARO GRANFONDO 2025

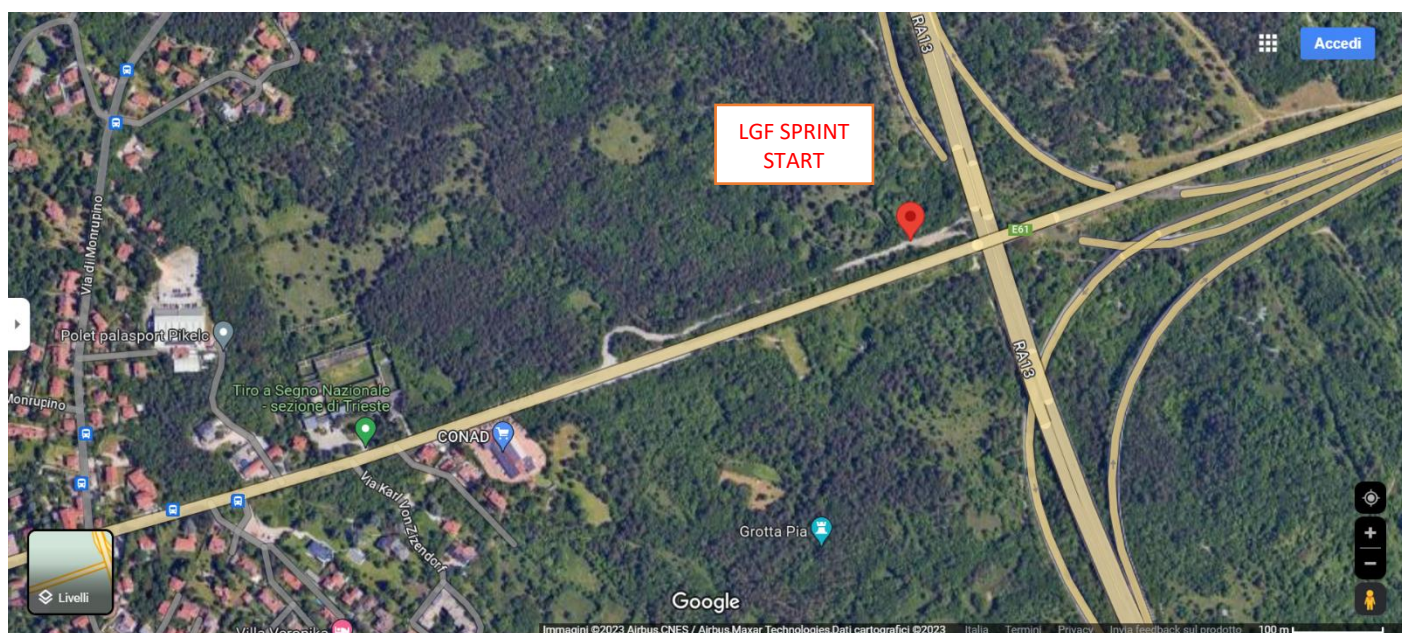




INDICAZIONI PER RAGGIUNGERE LA PARTENZA DEL PERCORSO "LGF SPRINT" dedicato ai soli podisti- 16 km + 410 m dislivello positivo

Coordinate GPS: 45.692248, 13.806804

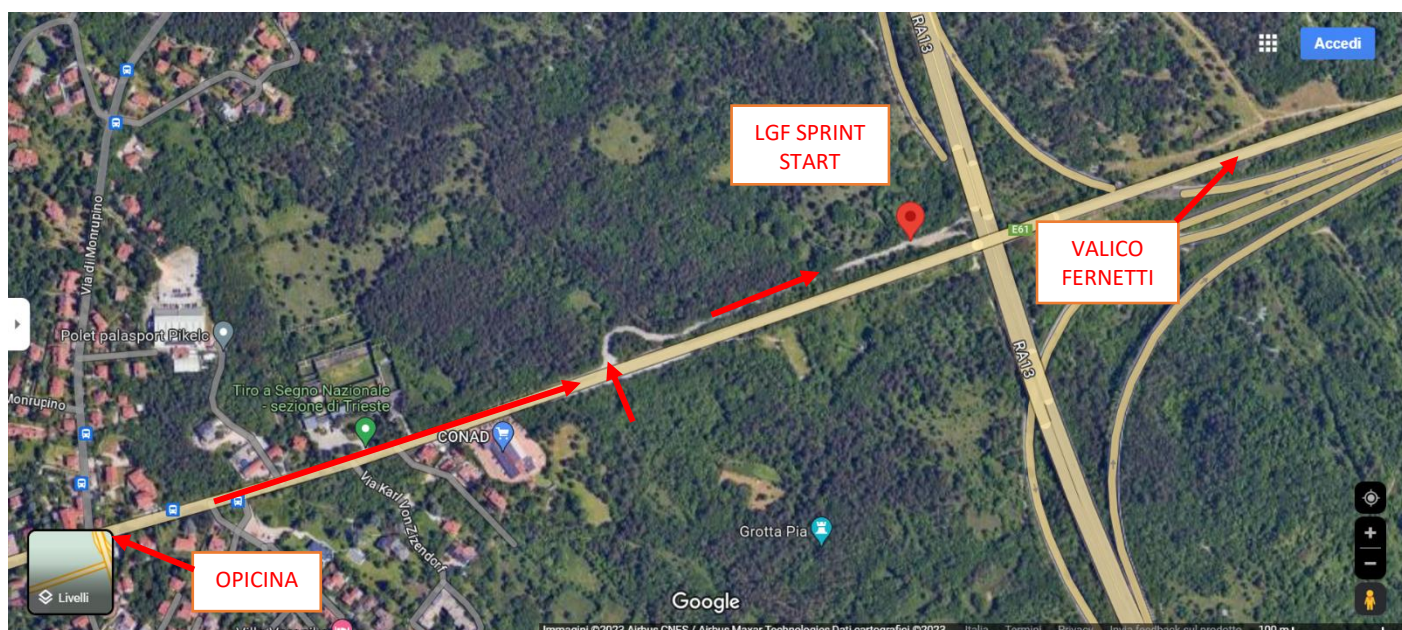
Link Google Maps: <https://maps.app.goo.gl/mn8MS9RkLZZmtJpv8>



INDICAZIONI STRADALI:

Proveniendo da Opicina:

Imboccare la Strada per Vienna SR58 in direzione del Valico di Ferneti, quindi superare il poligono di tiro sulla sinistra e il supermercato Conad sulla destra, quindi svoltare a sinistra e proseguire sulla strada asfaltata parallela alla SR58 fino a giungere nei pressi del sottovia autostradale del RA13.





Lanaro granfondo



www.gruppovulkan.com - Società Alpina delle Giulie - Sezione di Trieste del CAI

INDICAZIONI STRADALI:

Proveniendo dall'autostrada (uscita Ferneti):

Dirigersi verso Opicina imboccando la Strada per Vienna SR58, superare il calvalcavia sopra il raccordo autostradale RA13, dopo circa 250 m svoltare a destra e proseguire sulla strada asfaltata parallela alla SR58 tornando nella direzione del valico fino a giungere nei pressi del sottovia autostradale del RA13.

