ABBRACCIAMOLI
ONLUS

8 Novembre 2026

ULTRAMARATONA

#10

REGOLE GARA

1. L'evento è organizzato da Abbracciamoli APS; la manifestazione ha carattere non competitivo, ma verrà comunque rilevato il tempo di percorrenza di ogni singolo partecipante per determinare una classifica.

2. La compilazione del modulo d'iscrizione (sull'App "Golee") e la sottoscrizione delle indicazioni in merito a: stato di buona salute, capacità natatorie, scarico di responsabilità, uso dell'immagine, dati personali, percorso alternativo, quota di iscrizione e firma, è obbligatoria. L'iscrizione si può effettuare solo al link: www.abbracciamoli.it

3. L'approvazione definitiva dell'iscrizione è esclusivamente a giudizio dell'organizzazione e sarà considerata valida solo dopo la ricezione della conferma via email. L'elenco di partenza sarà pubblicato su www.abbracciamoli.it.

4. Ai partecipanti è richiesto l'uso del gadget identificativo della propria squadra e della cuffia, è consigliato l'uso degli occhialini durante la gara. E' consentito nuotare in qualsiasi stile di nuoto ma non è ammesso l'uso di pinne, pull buoy, boccagli, palette, guanti palmati; eventuali necessità specifiche per l'utilizzo dovranno essere comunicate all'organizzazione.

5. I partecipanti sono tenuti ad essere nella zona di partenza di ciascuna gara 10 minuti prima dell'orario ufficiale di partenza.

6. Il personale dell'organizzazione controllerà il corretto svolgimento della nuotata. I partecipanti potranno essere in qualsiasi momento costretti all'abbandono della manifestazione ad insindacabile giudizio degli organizzatori o del medico, qualora le condizioni lo rendano opportuno o necessario. I partecipanti saranno tenuti a seguire ogni ulteriore misura di sicurezza predisposta dall'organizzazione.

7. Le iscrizioni si chiuderanno il 7 Novembre 2026 o al raggiungimento del numero di partecipanti previsti (accettati e in regola con il pagamento della quota).

8. Per motivi organizzativi e di sicurezza, la partecipazione sarà limitata a 64 staffette per l'ultramaratona, 20 iscritti per l'ultramaratona da singoli, 64 staffette per la mezza maratona e 10 Staffette per i Kids.

9. Età minima di partecipazione è di 6 anni per i Kids e 11 anni per la mezza maratona e ultramaratona.

10. Per i partecipanti sotto i 18 anni (compiuti) è fatto obbligo del consenso di uno dei genitori, con l'apposizione di due firme (partecipante ed esercente la patria potestà) specificando il numero e il tipo di un documento di riconoscimento del genitore a mezzo copia dello stesso.

11. Sarete invitati a scaricare l'app di Golee dove verranno inviate informazioni o nuove direttive sulla gara.

12. Accredito:
    - ❖ i partecipanti all'Ultra-Maratona dovranno presentarsi in piscina per l'accredito entro le ore 09:00 del giorno della manifestazione, la partenza è prevista alle ore 10:00. Le squadre già accreditate possono far arrivare i nuotatori all'orario previsto per la loro frazione.

- ❖ I partecipanti alla Mezza-Maratona dovranno presentarsi in piscina per l'accredito entro le ore 11:00 del giorno della manifestazione, la partenza è prevista alle ore 12:00. Le squadre già accreditate possono far arrivare i nuotatori all'orario previsto per la loro frazione.
- ❖ I partecipanti alla gara "Kids" dovranno presentarsi in piscina per l'accredito entro le ore 16:00 del giorno della manifestazione, la partenza è prevista alle ore 17:00.

13. Ogni nuotatore sarà identificato tramite un chip elettronico consegnato dall'organizzazione a fronte di una caparra di €10,00 che sarà restituita alla consegna dello stesso; il chip sarà lo strumento che identifica nuotatore e distanza percorsa. E' strettamente personale e non cedibile, deve essere riconsegnato al termine della propria performance. In caso di mancata restituzione dello stesso, sarà applicata una penale dell'importo di € 50,00.

14. L'organizzazione nominerà un "giudice" che sarà tenuto a far rispettare il regolamento. Il giudice provvederà a comunicare eventuali infrazioni avvisando. Il reiterare di comportamenti scorretti può generare la sospensione dalla manifestazione. L'organizzazione può riservarsi di squalificare per comportamento antisportivo.

15. Alle squadre e ai singoli sarà assegnato uno spazio natatorio; l'affollamento massimo contemporaneo è fissato in n° 8 nuotatori per corsia, da 50 mt. Nel caso delle squadre sarà data libertà assoluta nei cambi (con le regole della staffette); ogni componente della squadra potrà nuotare il tempo desiderato, con una distanza NON INFERIORE AI 200 METRI. Sono ammesse soste nelle 8 ore.

16. Non è necessario nuotare per 8 ore. Potrai nuotare per il tempo che desideri dando così il contributo alla tua squadra per la classifica finale.

17. Le squadre di agonisti e quelle di master/amatori avranno corsie definite e separate.

18. Nei locali del centro sportivo saranno presenti monitor che daranno l'aggiornamento continuo delle vasche nuotate, per singoli e per squadra. Al termine sarà stilata la classifica della manifestazione "Ultramaratona Abbracciamoli".

LA GARA

La manifestazione si compone di 3 specialità che sarà possibile fare collettivamente o singolarmente.

- **Ultra Maratona (8 ore)**

L'Ultramaratona è una gara che si svolgerà in **8 ore, dalle 10:00 alle 18:00.**
E' possibile farla sia singolarmente sia di squadra.
Ogni squadra deve essere composta da un minimo di 4 persone a un massimo di 8 persone, che si alterneranno a modo di staffetta.
Ogni nuotatore organizzerà i propri rifornimenti. Sarà possibile bere (acqua/integratori/ecc) senza uscire dalla vasca e senza disturbare gli altri concorrenti ma non sarà possibile mangiare. Per mangiare (barrette/frutta secca/ecc) bisognerà uscire dall'acqua ed alimentarsi sugli spalti o nelle zone consentite avendo, la cura di non disseminare residui di cibo o involucri plastici o di altro tipo sul piano vasca.

- **Mezza Maratona (4 ore)**

L'Ultramaratona è una gara che si svolgerà in **4 ore, dalle 12:00 alle 16:00.**
E' possibile farla sia singolarmente sia di squadra.

Ogni squadra deve essere composta da un minimo di 4 persone a un massimo di 8 persone, che si alterneranno a modo di staffetta.
Ogni nuotatore organizzerà i propri rifornimenti. Sarà possibile bere (acqua/integratori/ecc) senza uscire dalla vasca e senza disturbare gli altri concorrenti ma non sarà possibile mangiare. Per mangiare (barrette/frutta secca/ecc) bisognerà uscire dall'acqua ed alimentarsi sugli spalti o nelle zone consentite, avendo la cura di non disseminare residui di cibo o involucri plastici o di altro tipo sul piano vasca.

- **AbbracciaKids (1 ora)**

La gara "Kids" si svolgerà in **1 ora, dalle 17:00 alle 18:00.**
Ogni squadra deve essere composta da un minimo di 4 persone a un massimo di 8 persone, che si alterneranno a modo di staffetta.

PER TUTTE LE PERCORRENZE

E' consentito nuotare in qualsiasi stile di nuoto ma non è ammesso l'uso di pinne, pull buoy, boccagli, palette, guanti palmati.

ISCRIZIONI GARA

Le iscrizioni avvengono tramite l'app di Golee, con l'apposito link che si trova sul sito di Abbracciamoli, e possono essere effettuate fino il 7 Novembre 2026.
A seguito del versamento della quota, essa non sarà restituita.
La partecipazione a qualsiasi distanza e a qualsiasi evento tra quelli previsti, presuppone l'essere in possesso di un certificato medico in corso di validità sulla base di quanto di seguito dichiarato nel presente Regolamento.
Sottoscrivendo il modulo di iscrizione si dichiara:

- Di avere preso visione del regolamento e di accettarlo integralmente.
- Di aver preso visione dei Termini e Condizioni.
- Di avere i requisiti regolamentari.

COSTI DI ISCRIZIONE

	Ultra Maratona	**Mezza Maratona**	**Kids**
Costo (a persona)	25,00 €	20,00 €	15,00 €

La quota Comprende: Pacco Gara, Assistenza in acqua, Sicurezza e Assicurazione.

METODI DI PAGAMENTO

I metodi di pagamento accettati sono: Paypal, Carta di Credito e Bonifico.
Per il Bonifico indicare nella causale:
Nome Cognome (del partecipante) - Distanza Percorsa
Mario Rossi - Ultra Maratona (nome della staffetta se necessario)

CHIUSURA ISCRIZIONI

Le iscrizioni chiuderanno il 7 Novembre 2026.
L'organizzatore si riserva di chiudere le iscrizioni se si raggiungono il numero massimo di partecipanti.

PREMIAZIONI

Saranno premiati:

- La donna che ha fatto più chilometri nell'ultramaratona
- L'uomo che ha fatto più chilometri nell'ultramaratona
- La donna che ha fatto più chilometri nella mezza maratona
- L'uomo che ha fatto più chilometri nella mezza maratona
- 1° Squadra dell'ultra-maratona che ha percorso più kilometri
- 2° Squadra dell'ultra-maratona che ha percorso più kilometri
- 3° Squadra dell'ultra-maratona che ha percorso più kilometri
- 1° Squadra della mezza-maratona che ha percorso più kilometri
- 2° Squadra della mezza maratona che ha percorso più kilometri
- 3° Squadra della mezza maratona che ha percorso più kilometri
- 1° Squadra dell' AbbracciaKids che ha percorso più kilometri
- 2° Squadra dell' AbbracciaKids che ha percorso più kilometri
- 3° Squadra dell' AbbracciaKids che ha percorso più kilometri

REQUISITI DI PARTECIPAZIONE

I requisiti di partecipazione a questa competizione sono:

- Conoscere le caratteristiche della manifestazione ed essere in condizioni psicofisiche adeguate alla partecipazione.
- Non è necessario essere tesserati né esibire certificato medico. La prova è classificata "non competitiva" e la spontanea partecipazione prevede che ogni partecipante sia conscio delle proprie capacità e dei propri limiti. L'organizzazione non si assume responsabilità in tal senso. Con l'iscrizione il partecipante accetta questa condizione.
- Età minima 6 anni per i Kids e 12 anni per l'ultra maratona e mezza maratona.
- Per gli atleti minori (6-18 anni): si deve essere in possesso della dichiarazione di assunzione di responsabilità da parte dei genitori (il modulo verrà fornito dopo l'iscrizione alla gara), che poi dovrà essere consegnato al momento del ritiro pacco gara.
- Di volersi adeguare al regolamento, alle indicazioni della Direzione di gara e del personale addetto all'organizzazione.
- Di consentire l'utilizzo dei propri dati da parte dei soggetti coinvolti nell'organizzazione della manifestazione nel rispetto del GDPR Reg. 2016/679/UE.
- Di consentire l'utilizzo di fotografie, immagini filmate, registrazioni, derivanti dalla propria partecipazione alla manifestazione per ogni legittimo scopo, anche pubblicitario.

MINORENNI

L'Età minima di partecipazione: 6 anni per i "Kids" e 12 anni per l'Ultra-Maratona e Mezza-Maratona
Per i partecipanti sotto i 18 anni (compiuti) è fatto obbligo del consenso di uno dei genitori, con l'apposizione di due firme (partecipante ed esercente la patria potestà) specificando il numero e il tipo di un documento di riconoscimento del genitore a mezzo copia dello stesso.

ACCREDITO/DISTRIBUZIONE PACCO GARA

L'accredito è obbligatorio per tutti gli atleti prima di partecipare alla gara, in caso contrario non verrà rivelato il tempo di percorrenza della tratta effettuata.
Gli accrediti e il ritiro del pacco gara avverranno all'ingresso della piscina a partire dalle ore 8:30 fino alle ore 16:00.

MANCATA PARTECIPAZIONE

In caso di mancata partecipazione la quota di iscrizione non sarà restituita.

SOSTITUZIONI ATLETI E CAMBI DISTANZA

Le sostituzioni o i cambi di distanza vanno effettuati entro e non oltre il 7 Novembre 2026.

CRONOMETRAGGIO

La manifestazione ha un carattere non competitivo, ma verrà comunque rilevato il tempo di percorrenza manuale di ogni singolo partecipante per determinare una classifica.

RESPONSABILITA' NUOTATORI

Il nuotatore (o suo genitore / tutore) si assume la piena responsabilità per la propria partecipazione. Gli organizzatori non saranno responsabili per furto, rotture o incidenti prima, durante e dopo l'evento, sia nella zona del villaggio sia nelle aree parcheggio.
L'organizzazione non è responsabile per incidenti durante la gara causati da altri partecipanti o conseguenti dalle condizioni meteo marine e dalla conformazione della costa (rocce superficiali ecc.).
L'organizzazione garantisce che tutte le attrezzature siano realizzate e montate a norma di legge e che le misure di sicurezza siano state correttamente adottate. Non si assume tuttavia alcuna responsabilità per eventuali infrazioni alle normative nazionali e regionali acquatiche o costiere commesse dai partecipanti o dai loro accompagnatori. Inoltre, né l'organizzazione né i suoi sponsor e collaboratori rispondono di azioni compiute dai nuotatori o dai loro accompagnatori che possano dar luogo a reclami o azioni legali da parte di terzi.

CANCELLAZIONE E/O RINVIO GARA

E' possibile che una traversata regolarmente programmata e autorizzata, non possa svolgersi nella data prevista per "cause di forza maggiore", quali ad esempio: ordine da parte del responsabile della piscina per motivi di sicurezza o qualsiasi altra causa non prevedibile al momento dell'autorizzazione e indipendente dalla volontà di Abbracciamoli.
Nei suddetti casi, l'organizzatore si impegnerà, ove possibile, a ripianificare un'alternativa per data e orario, senza che ciò comporti ulteriori costi per i partecipanti.
Qualora un partecipante decida di non usufruire di tale possibilità, non potrà richiedere alcun rimborso in quanto il servizio si intende comunque offerto.
La quota di partecipazione non verrà restituita in caso di mancata partecipazione

ASSISTENZA SANITARIA

È previsto l'impiego di autoambulanze con personale adeguatamente formato, punto fisso di Pronto Soccorso permanente in piscina, servizio di salvamento professionale e con personale specializzato, un medico e una ambulanza.

NORME

Gli atleti con l'invio della domanda di iscrizione "Nuotiamo nell'oasi - Trieste 20252, dichiarano di conoscere e di accettare il presente regolamento.

Trattamento dei dati personali: La partecipazione all'evento comporta il trattamento dei dati personali dei partecipanti per le finalità e con le modalità descritte nell'informativa Privacy sul sito di abbracciamoli.

Riprese video-fotografiche: Le modalità di svolgimento dell'Evento prevedono la realizzazione di riprese video-fotografiche allo scopo di documentare la manifestazione.
Le riprese video-fotografiche interesseranno indifferentemente tutti i partecipanti e saranno pubblicate e messe a disposizione sui siti e sui social, su altro materiale pubblicitario e informativo e sul sito di abbracciamoli per consentirne la visione e la condivisione da parte dei partecipanti e dei soggetti da questi autorizzati.
Il partecipante prende atto e accetta che, in considerazione della natura pubblica dell'Evento, dell'oggetto dei servizi di diffusione e commercializzazione delle riprese video-fotografiche dell'Evento nonché dell'impossibilità di limitare selettivamente le riprese video-fotografiche, per iscriversi e partecipare all'Evento è necessario autorizzare la ripresa e l'utilizzo della propria immagine con le modalità e per le finalità indicate nel presente Regolamento, nonché nella Liberatoria e nell'Informativa Privacy.

INFORMAZIONI

L'organizzazione si riserva di modificare il regolamento ed il programma in qualunque momento, ai fini di garantire una migliore organizzazione della gara. Eventuali modifiche a servizi, luoghi ed orari saranno opportunamente comunicate agli atleti iscritti tramite e-mail o sistema alternativo e saranno pubblicate sul sito ufficiale della gara.

Email: info@abbracciamoli.it

Sito Web: www.abbracciamoli.it

Instagram: Abbracciamoli

Facebook: Abbracciamoli