



INTERAS TRAIL – 2° Ed. 2026

REGOLAMENTO

LIVE YOUR MOUNTAIN è lieta di accoglierti in Abruzzo, a Pianola (AQ) offrendoti la possibilità di ammirare, attraverso l'amore per il trail running e la montagna i luoghi più suggestivi dell'appennino centrale.

Se hai scelto di partecipare al nostro evento vivrai luoghi unici.

Pertanto è necessario che i partecipanti, con l'intenzione di preservarne l'incolumità, leggano il presente Regolamento che, con la regolarizzazione dell'iscrizione, lo si ritiene accettato.

COSA E' INTERAS TRAIL

INTERAS Trail è un evento di natura ludico-sportivo-naturalistico consistente, a titolo esemplificativo e non esaustivo, in:

- una competizione sportiva di tipo trail;
- una passeggiata non competitiva;
- attività ludico-musicali ed enogastronomiche connesse.

L'evento è promosso da INTERAS AGENZIA SRL e INTERAS BROKER SRL che ne hanno affidato l'organizzazione alla ditta LIVE YOUR MOUNTAIN ed alla ASSOCIAZIONE RICREATIVA CULTURALE SOLE VERDE.

L'evento si svolgerà il giorno 13 settembre 2026 presso la frazione di Pianola (Comune dell'Aquila)

ISCRIZIONI

La gara è aperta a tutti coloro che abbiano compiuto i 18 anni e siano in possesso di certificato medico agonistico in corso di validità.

La camminata non competitiva è aperta a tutti (minori di 18 anni accompagnati da un adulto esercente la responsabilità genitoriale).

Le iscrizioni, sia per la gara che per la camminata non competitiva, si effettueranno su <https://liveyourmountain.com> dove si troveranno tutti i dettagli qui non riportati.

L'organizzatore, previo benestare del promotore, si riserva di annullare l'iscrizione, insindacabilmente, di quei soggetti che nelle precedenti edizioni abbiano avuto un comportamento non corretto o consono (a titolo esemplificativo e non esaustivo: persone che hanno effettuato l'iscrizione senza poi presentarsi il giorno dell'evento senza dare alcun preavviso).

QUOTE DI ISCRIZIONE

L'iscrizione alla gara ed alla camminata non competitiva è gratuita, pertanto la si ritiene regolarizzata al momento della registrazione on line e, limitatamente alla gara, dall'invio della documentazione obbligatoria richiesta.

CERTIFICAZIONE MEDICA (solo per la gara)

Per i partecipanti alla gara è obbligatorio inviare via mail a info@liveyourmountain.com una copia del certificato medico agonistico in corso di validità senza il quale non sarà possibile ritirare il pettorale. La tessera di iscrizione ad un ente di promozione sportiva non è assolutamente sostitutiva della certificazione medico agonistica pena la esclusione dalla gara stessa. **Il mancato invio della certificazione suddetta entro le ore 24 del giorno 08 settembre 2026 comporterà l'automatica cancellazione dell'iscrizione.**

RITIRO PETTORALE (solo per la gara)

Le operazioni di ritiro pettorale avverranno il giorno 13 settembre 2026 dalle ore 8,00 alle ore 9,30 presso il RACE OFFICE situato nella piazza di Pianola (AQ) che sarà anche punto di partenza ed arrivo della manifestazione.

ASSISTENZA SUL TRACCIATO

Il tracciato della gara ha una lunghezza di ca. 15 km con dislivello di ca. 950 m.

In considerazione che il tracciato si interseca al Km 3 (andata) ed al km 11 (ritorno), sarà lì presente un unico punto ristoro usufruibile all'andata e al ritorno.

Vale in ogni caso il principio della corsa individuale in autosufficienza, pertanto i partecipanti dovranno svolgere una puntuale analisi del proprio stato di forma e del proprio consumo idrico ed energetico al fine di integrare tale supporto in maniera autonoma secondo il personale fabbisogno, portando con essi liquidi ed alimenti sufficienti allo svolgimento della gara.

Per i partecipanti alla camminata non competitiva sarà presente uno o più accompagnatori in dipendenza del numero dei partecipanti stessi.

PARTENZA

Ritrovo atleti dalle ore 09 presso la Piazza di Pianola dove sarà previsto un breve briefing tecnico alle 9:30.

La partenza della gara avverrà in gruppo. Il via sarà dato alle 10:00.

La partenza della camminata non competitiva è prevista alle ore 09:30.

L'Organizzazione non provvederà a trasportare a valle (zona partenza) nessun materiale che gli atleti dovessero lasciare in quota.

PERCORSO

Il percorso sarà interamente segnalato da bandierine colorate. È fatto obbligo per ogni partecipante di seguire fedelmente il percorso tracciato pena la squalifica. Lungo il percorso sarà presente personale atto al controllo per il corretto svolgimento della competizione

SICUREZZA E CONTROLLO

Sul percorso saranno presenti addetti dell'organizzazione in costante contatto con la base.

In zona partenza sarà presente un'ambulanza. Nel caso in cui si rendesse necessaria l'attivazione del 118, compreso l'eventuale uso di elicottero, le spese derivanti per l'intervento di strutture esterne a quelle dell'organizzazione, sia prima, durante e dopo, saranno a carico dell'atleta e non potranno essere imputate all'organizzazione stessa. Ricordiamo che in Abruzzo il soccorso in quota in caso di sinistro è gratuito.

Si raccomanda, con particolare riferimento ai partecipanti alla camminata non competitiva, l'utilizzo di abbigliamento consono per l'attività svolta (a titolo esemplificativo e non esaustivo scarpe da trekking, racchette ecc.), e di portare con sé eventuale acqua per consumo durante il percorso.

Relativamente alla camminata non competitiva, la partecipazione da parte di bambini è consigliata dai 6 anni in su e previa predisposizione/abitudine del bambino a camminare su tracciati/sentieri di montagna con simili distanze (5 km circa) e dislivelli (300 mt circa).

AMBIENTE

I partecipanti dovranno tenere un comportamento rispettoso dell'ambiente, evitando in particolare di disperdere rifiuti, e/o arrecare danno alla flora ed alla fauna. I partecipanti che violeranno tale disposizione saranno squalificati dalla gara, allontanati da tutte le attività e incorreranno nelle eventuali sanzioni previste dalle normative vigenti.

METEO

L'organizzazione si riserva di effettuare anche all'ultimo minuto 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 o dei soccorritori. In tale caso non spetta ai partecipanti alcun indennizzo/risarcimento.

TEMPO MASSIMO E CANCELLI ORARI (solo per la gara)

Il tempo massimo per giungere all'arrivo è di 4 ore dall'orario di partenza. Sono posti due cancelli orari, uno al km 3 (1 ora massimo) e uno al km 11 (3 ore massimo). Chi non dovesse superarli consegnerà il pettorale al personale di assistenza che gli indicherà la via più breve per il rientro a valle

PREMI (solo per la gara)

Per i partecipanti alla gara saranno assegnati premi alle prime 3 donne ed ai primi 3 uomini, in base all'ordine di arrivo al termine del tracciato.

Nello specifico saranno assegnati buoni acquisto spendibili presso un'attività specializzata nella vendita di abbigliamento/attrezzatura sportivi, individuata dall'organizzatore, come di seguito:

CATEGORIA			
Femminile		Maschile	
1° classificata	Buono acquisto valore 300 €	1° classificato	Buono acquisto valore 300 €
2° classificata	Buono acquisto valore 200 €	2° classificato	Buono acquisto valore 200 €
3° classificata	Buono acquisto valore 100 €	3° classificato	Buono acquisto valore 100 €

Inoltre, i primi classificati delle due categorie (maschile e femminile) acquisiranno il diritto a partecipare gratuitamente all'evento **"MOVE- Monte Ocre Vertical Event"** che si terrà a San Felice d'Ocre (AQ).

L'eventuale annullamento dell'evento **"MOVE- Monte Ocre Vertical Event"**, derivante da qualunque causa, non darà diritto ad alcun indennizzo/risarcimento.

DIRITTI DI IMMAGINE E CONSENSO PRIVACY

Con l'iscrizione, i partecipanti 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 all'evento e all'utilizzo dei dati personali forniti in sede di iscrizione alle attività.

DICHIARAZIONE DI COGNIZIONE

La volontaria iscrizione e la conseguente partecipazione alla corsa indicano la piena consapevolezza dell'ambiente montano di svolgimento dell'evento, con tutti i rischi oggettivi ed ineliminabili che lo caratterizzano nonché l'accettazione del presente regolamento e delle modifiche eventualmente apportate. Con l'iscrizione, il partecipante esonera l'organizzatore ed il promotore da ogni responsabilità, sia civile che penale, per danni a persone e/o cose da lui causati o a lui derivati.