



FEDERAZIONE ITALIANA ESCURSIONISMO

ATTIVITA'
2023

MARCIA ALPINA
di REGOLARITA'





Guida pratica per spiegare la MARCIA ALPINA DI REGOLARITÀ



Cos'è la Marcia Alpina di Regolarità?

È una **disciplina sportiva** che nasce in F.I.E. nel 1950 e trae le sue origini dalle esercitazioni di marcia praticate dagli allievi ufficiali e sottufficiali nella Scuola Militare del Corpo Alpini.



È uno sport **semplice e salutare** perché consiste, di fatto, nel semplice **camminare** (non si corre!) di tutti i giorni e si pratica **all'aperto**, in prevalenza su sentiero o sterrato, principalmente in ambiente di montagna, ma si può praticare anche in collina o pianura.

È una pratica **aperta a tutti**, dai più giovani ai meno giovani, perché marciare è un'attività **naturale** per l'essere umano, e ognuno può scegliere in ogni occasione la modalità migliore per praticarla in sintonia con le proprie condizioni fisiche, le gradazioni del terreno, le condizioni ambientali e atmosferiche.



Si parla di **regolarità** perché lo scopo (oltre a divertirsi!) è quello di camminare in modo **costante**, cercando cioè di mantenere la **stessa lunghezza di passo, contando i propri passi ogni minuto per mantenere la stessa velocità** - che nella marcia alpina di regolarità chiamiamo **media oraria** - su un percorso suddiviso in **settori**.

La Tabella Passi

È una tabella creata per tutti i marciatori, dove sono indicati il **numero di passi da fare** al minuto, in base alla propria lunghezza di passo espressa in centimetri (cm), **per ogni media oraria**, misurata in metri all'ora (m/h).

Ecco un esempio: per un passo di 73 cm dovremmo contare 66 passi ogni minuto per rispettare una media oraria di 2900 m/h

TABELLA PASSI (da cm 65 a cm 82) L/P = lunghezza passo in cm m/h = metri all'ora

L/P	65	66	67	68	69	70	71	72	73	74	75	76	77	78	79	80	81	82	L/P	metri in 10 min	tempo (min, sec) per 500 m
m/h	n° passi al minuto																		m/h		
2000	51	51	50	49	48	48	47	46	46	45	44	44	43	43	42	42	41	41	2000	333,33	15' 00"
2100	54	53	52	51	51	50	49	49	48	47	47	46	45	45	44	44	43	43	2100	350,00	14' 17"
2200	56	56	55	54	53	52	52	51	50	50	49	48	48	47	46	46	45	45	2200	366,67	13' 38"
2300	59	58	57	56	56	55	54	53	53	52	51	50	50	49	49	48	47	47	2300	383,33	13' 03"
2400	62	61	60	59	58	57	56	56	55	54	53	53	52	51	51	50	49	49	2400	400,00	12' 30"
2500	64	63	62	61	60	60	59	58	57	56	56	55	54	53	53	52	51	51	2500	416,67	12' 00"
2600	67	66	65	64	63	62	61	60	59	59	58	57	56	56	55	54	53	53	2600	433,33	11' 32"
2700	69	68	67	66	65	64	63	63	62	61	60	59	58	58	57	56	56	55	2700	450,00	11' 07"
2800	72	71	70	69	68	67	66	65	64	63	62	61	61	60	59	58	58	57	2800	466,67	10' 43"
2900	74	73	72	71	70	69	68	67	66	65	64	64	63	62	61	60	60	59	2900	483,33	10' 21"
3000	77	76	75	74	72	71	70	69	68	68	67	66	65	64	63	63	62	61	3000	500,00	10' 00"
3100	79	78	77	76	75	74	73	72	71	70	69	68	67	66	65	64	63	63	3100	516,67	9' 41"

Per **misurare ogni minuto** il marciatore può utilizzare un **cronometro** oppure un **orologio** digitale o analogico. L'importante è avere a disposizione uno strumento che consenta di **monitorare i secondi** trascorsi.

La Gara

Ad ogni atleta viene assegnato un **pettorale** con un numero che rappresenta il suo **ordine di partenza**: visto che l'obiettivo di una gara di marcia di regolarità non è quello di stabilire chi percorre più velocemente il tracciato, i concorrenti partono **uno alla volta** a distanza di un minuto/un minuto e mezzo l'uno dall'altro. Questo consente di monitorare correttamente il transito di ogni concorrente ai punti di controllo (leggendo di seguito questo aspetto sarà più chiaro).

Una tabella di un cartellino da gara con colonne per tempo, settore e altre informazioni. Il titolo è "A. E. COHEN - St. Marco".

Settore	Tempo	Settore	Tempo
1		2	
3		4	
5		6	
7		8	
9		10	
11		12	
13		14	
15		16	
17		18	
19		20	
21		22	
23		24	
25		26	
27		28	
29		30	
31		32	
33		34	
35		36	
37		38	
39		40	
41		42	
43		44	
45		46	
47		48	
49		50	
51		52	
53		54	
55		56	
57		58	
59		60	

Al concorrente viene inoltre consegnato un **cartellino** con una tabella dove trascrivere le **medie orarie** assegnate **per ogni settore**: ogni concorrente alla partenza potrà scegliere tra due o tre tipologie di medie orarie in base alla velocità, e quindi all'impegno fisico, con cui vuole affrontare il percorso (solitamente troviamo tre tipologie di medie orarie: alta = più veloce, media = velocità intermedia e bassa = meno veloce).

Il percorso, come anticipato, viene suddiviso in **settori**. Il numero di settori può variare a seconda del tipo di gara (di solito tra 4 e 6 settori). Per ogni tipologia di medie orarie, sono stabiliti i **tempi esatti** di percorrenza dei settori corrispondenti alle medie predisposte.



La **lunghezza** di ogni settore viene **misurata** dagli organizzatori **con una ruota** che viene spinta sul terreno dell'intero percorso. Questo strumento di misurazione garantisce il massimo della precisione possibile.



I settori sono inclusi tra due **controlli orari** dove viene rilevata, da parte di un **cronometrista** ufficiale, l'ora di transito in ore, minuti, secondi al passaggio del concorrente sulla linea che rappresenta la fine del settore precedente e l'inizio del settore successivo. I settori, infatti, sono "concatenati" e l'orario di transito al controllo orario vale contemporaneamente come orario di inizio per il settore successivo.

IMPORTANTE: il percorso di gara, le misure di ogni settore, i punti di controllo e i tempi teorici di percorrenza sono **segreti** e conosciuti solo dagli organizzatori.

Al concorrente viene attribuita una **penalità** per ogni **secondo di anticipo o ritardo** acquisito rispetto al tempo esatto di percorrenza. Che siano di anticipo o di ritardo, le penalità hanno lo stesso valore rispetto alla vicinanza al tempo esatto, quindi 10 penalità/secondi di anticipo o 10 penalità/secondi di ritardo, valgono sempre 10.



I tempi di percorrenza di ogni settore vengono esposti e resi noti solo a fine gara, quindi solo allora ogni partecipante saprà se ha percorso il settore nel tempo corretto, o quanto si sia avvicinato.



La classifica viene stabilita sommando tutte le penalità totalizzate nei vari settori: **vince l'atleta che avrà il minor numero di penalità** e cioè che si avvicina di più al tempo esatto calcolato dagli organizzatori.

Calendario gare 2023

<i>data</i>	<i>C.R.</i>	<i>denominazione</i>	<i>organizzazione</i>	<i>località</i>	<i>competitiva</i>	<i>Ludica-ricreativa</i>	<i>altra attività</i>
5 marzo	Lombardia	28° trofeo Rifugio Alpino	AS CAILINESE - Gr. Alpini Concesio 338 268 3160 ana.concesio@gmail.com	CONCESIO (BS)	Coppie NC	Coppie	
19 marzo	Lombardia	36° trofeo a.m. Renato Malossini	ANA MAZZANO 335 708 5974 – 347 966 0097 alpinidimazzano@tiscali.it	MAZZANO (BS)	Individuale regionale	Coppie	
26 marzo	Piemonte	Quattro passi in Baraggia	ASD LA PERO COSSATO 334 899 65768 enricocossato@gmail.com	CANDELO (BI)		Individuale e coppie	
2 aprile	Veneto	Trofeo Colle d'Ezzelino	GSDS S. ZENONE 338 532 6178 gsds.sanzenone@libero.it	SAN ZENONE DEGLI EZZELINI (TV)	Individuale regionale	Individuale	
2 aprile	Piemonte	Trofeo Comune di Villardora	APDG Villardorese 331 906 8780 anto.daniele@alice.it	VILLARDORA (TO)	Individuale regionale	Individuale	Coppie ANA
16 aprile	Veneto	2° Trofeo Pietro Dal Broi	GSA POSSAGNO 338 121 2863 antonello.andreatta@alice.it	POSSAGNO (TV)	Individuale regionale		
23 aprile	Piemonte	Trofeo Comune di Postua	GE LESSONA 349 097 1889 tiziano.revolon@virgilio.it	POSTUA (VC)	Individuale regionale	Coppie	
23 aprile	Veneto	1° trofeo Gruppo Alpini Basson	GRUPPO ALPINI BASSON 333 687 0201 marcobasson59@gmail.com	CUSTOZA di SOMMACAMPAGNA (VR)	Individuale regionale	Coppie e individuale	
25 aprile	Lombardia	Trofeo AS Cailinese	AS CAILINESE 351 841 3438 bolpagnidamiano@libero.it	CAILINA VILLA CARCINA (BS)	Individuale regionale	Coppie	
30 aprile	Lombardia	XVIIª Coppa Città di Albino I° trofeo "Berghem de Sass"	GS MARINELLI ASD 339 896 4508 gs.marinelli@tiscali.it	COMENDUNO di ALBINO (BG)	Coppie regionale		Coppia ANA
30 aprile	Piemonte	Campionato sociale	GS GENZIANELLA 338 930 4664 mauoperino68@gmail.com	VIERA – Via Piana 13 (BI)		Coppie e individuale	

1° maggio	Lombardia	31° trofeo Pietro Rivetta	SPAC PAITONE - Gr. Alpini GAVARDO 349 513 4513	GAVARDO (BS)	Individuale NC	Coppie	Coppie ANA
6 maggio	Lombardia	Millepiedi – Mazzano	ANA MAZZANO ISTITUTO COMPRESIVO di MAZZANO	MAZZANO (BS)		Coppie studenti	
7 maggio	Lombardia	23° trofeo Federico Maccarinelli 2° trofeo Ugo Podavini	SPAC PAITONE ASD 339 886 6504 ragnorob@virgilio.it	PAITONE (BS)	Individuale regionale	Coppie	
13 maggio	Lombardia	La lepre e la tartaruga	GSA SAN GIOVANNI ISTITUTO COMPRESIVO di OME	POLAVENO (BS)		Coppie studenti	
19 maggio	Lombardia	Millepiedi – Rezzato	GSA REZZATO ISTITUTO COMPRESIVO di REZZATO	REZZATO (BS)		Coppie student	
20 maggio	Lombardia	Millepiedi – Botticino	GAM ANA BIONE ISTITUTO COMPRESIVO di BOTTICINO	BOTTICINO MATTINA (BS)		Coppie studenti	
21 maggio	Lombardia	5° trofeo a.m. Daniela Ghislanzoni	GEF DINAMO 388 935 3612 simona.ferr@libero.it	ROSSINO di CALOLZIOCORTE (LC)	Individuale regionale		
27 maggio	Piemonte	Camminata per i boschi a Villardora (gara serale)	APDG Villardorese 331 906 8780 anto.daniele@alice.it	VILLARDORA (TO)		Coppie	
28 maggio	Lombardia	47° Trofeo Monte Prealpa	GAM ANA BIONE asd 338 594 9716 francozanotti@libero.it	BIONE (BS)	Individuale regionale	Coppie	
4 giugno	Veneto	Campionato Nazionale ANA	Sezione TREVISO	MASER (TV)			Pattuglie ANA
11 giugno	Piemonte	Anniversario Gruppo Alpini Sagliano Micca	APD PIETRO MICCA Biella 340 920 7069 nalin.oliviero@gmail.com	SAGLIANO MICCA (BI)	Individuale biellese		Individuale ANA biellese
11 giugno	Veneto	43^ marcia sulle terre dei Cimbri	APSS ABAZIA 349 135 8797 apss-abazia@libero.it	BADIA CALAVENA (VR)	Coppie regionale		

18 giugno	Lombardia	10 [^] ed. Marciabile (Diversamente abili e amici)	C.R.Lombardia FIE - GAM ANA BIONE 338 594 9716 – francozanotti@libero.it	BIONE (BS)			Camminata libera
18 giugno	Piemonte	Trofeo GS Ermenegildo Zegna	GS ERMENEGILDO ZEGNA 340 588 1617 e.crestani76@gmail.com	PONZONE VALDILANA (BI)	Individuale regionale		
25 giugno	Lombardia	Trofeo Pressytal	GSA S. GIOVANNI – G.O. S. GIOVANNI 339 272 6311 mauropanelli@libero.it	SAN GIOVANNI POLAVENO (BS)	Pattuglie nazionale		
2 luglio	Piemonte	A spasso per la Bürsch	APD PIETRO MICCA Biella 328 214 2651 pv8fla@yahoo.it	CAMPIGLIA CERVO (BI)	Individuale regionale	Coppie	
9 luglio	Lombardia	25° trofeo GAM Vallio Terme	GAM VALLIO TERME 347 599 4779 giannivai@gmail.com	VALLIO TERME (BS)	Individuale regionale	Coppie	
16 luglio	Lombardia	48° Trofeo Caduti Alpini Bresciani Trofeo a.m. Carlo Arnaboldi	C.R. Lombardia – Sez. ANA BRESCIA 030 200 3976 – brescia@ana.it	IRMA (BS)	Pattuglie NC Coppie NC		Pattuglie ANA Coppie ANA
16 luglio	Veneto	Ricordando “Pippo” (Filippo Meggiolaro)	ANA ARZIGNANO – Gr. Alpini Gambellara - 335 682 1952 panda1949@gmail.com	GAMBELLARA (VI)	Individuale regionale		
23 luglio	Lombardia	Trofeo Corna Blacca	PRO-LOCO COLLIO V.T . 348 052 8128 roberto.moleta@libero.it	COLLIO V.T.	Individuale regionale	Coppie	
23 luglio	Piemonte	Quattro passi nel Roero	CRONOTEAM ASD 339 308 6005 silvio.rizzetto@libero.it	MONTÀ d’ALBA (CN)	Individuale regionale	Individuale	Coppie ANA
30 luglio	Veneto	Trofeo ANA Valdobbiadene	ANA VALDOBBIADENE 347 083 7430 cinzia-73@libero.it	MILIES di SEGUSINO (TV)	Individuale Regionale		
27 agosto	Lombardia	Camminata in Valvestino	GAM ANA BIONE asd 338 594 9716 - francozanotti@libero.it	VALVESTINO (BS)	Individuale NC	Coppie	
2 settembre	Veneto	Campionato Nazionale Coppie	Comitato Regionale Veneto Commissione Tecnica Federale	PIEVE del GRAPPA (TV)	Coppie nazionale		

3 settembre	Veneto	Campionato Nazionale Individuale	Comitato Regionale Veneto Commissione Tecnica Federale	PIEVE del GRAPPA (TV)	Individuale nazionale		
10 settembre	Piemonte	Trofeo a.m. Mario e Pierquinto Zona	ASD LA PERO COSSATO 334 899 65768 enricocossato@gmail.com	COSSATO Loc. PIANETTA (BI)	Individuale regionale	Individuale e Coppie	
17 settembre	Veneto	9° Memorial Bortolo Busnardo	GSA MG BASSANO 393 918 7264 info@gsabassano.it	SAN MICHELE di BASSANO del GRAPPA (VI)	Individuale regionale		
24 settembre	Lombardia	Trofeo Chiesetta degli Alpini	GSA REZZATO – Gr. Alpini Rezzato 328 732 1925 bseve77@gmail.com	REZZATO (BS)	Individuale regionale	Coppie	
24 settembre	Piemonte	Trofeo GS Moncenisio	GS MONCENISIO 347 695 4442 claudiadaniele25@gmail.com	NOVARETTO - CAPRIE (TO)	Coppie regionale	Coppie	Coppie ANA
8 ottobre	Veneto	3° memorial Bressan – Cenedese Campionato Triveneto ANA	C.R. Veneto – Sez. ANA Conegliano mariagraziadebortoli@gmail.com	OGLIANO (TV)	Coppie NC		Coppie ANA
15 ottobre	Veneto	49^ Coppa ANA Arzignano	ANA ARZIGNANO 349 7355631 – vittorino.dalla.barba@alice.it	RESTENA di ARZIGNANO (VI)	Individuale regionale	Coppie	
22 ottobre	Piemonte	Trofeo a.m. Mario e Pierquinto Zona	ASD LA PERO COSSATO 334 899 65768 enricocossato@gmail.com	COSSATO Loc. PIANETTA (BI)	Coppie biellese	Individuale	Coppie ANA biellese
22 ottobre	Veneto	Trofeo Enea Biscaro	ANA VALDOBBIADENE 339 844 6468 valdobbiadene@ana.it	SAN PIETRO di BARBOZZA (TV)		Coppie	
29 ottobre	Piemonte	Trofeo memorial Ennio e Claudio	GS GENZIANELLA 338 930 4664 mauoperino68@gmail.com	VIERA – Via Piana 13 (BI)	Individuale regionale		
12 novembre	Piemonte	Sociale GS E. Zegna – Simposio FIE 023	GS ERMENEGILDO ZEGNA 340 588 1617 e.crestani76@gmail.com	CROCEMOSSO VALDILANA (BI)		Individuale e coppie	

L'attività ludico ricreativa nel 2023

Come attività occasionale, sono organizzate gare per tesserati e non tesserati F.I.E., a partecipazione individuale, in coppia o gruppi famiglia o amici (massimo quattro persone).

Una proposta ricreativa e promozionale per soci di associazioni federate o occasionali marciatori, una semplice attività motoria, aggregante e facilmente praticabile di livello escursionistico E.

Per la preparazione del tracciato e per le medie orarie da assegnare si fa riferimento alle categorie competitive ragazzi/cadetti, quindi un percorso agibile per tutti dagli 8 agli 80 anni.

La gara può essere organizzata con le modalità della gara competitiva, con controlli orari di settore affidati a cronometristi, oppure in autogestione dove ogni concorrente registra i propri tempi su apposita tabella passaggi e troverà poi assistenza all'arrivo per calcolare tempi impiegati e penalità conseguite.

L'attività competitiva organizzata nel 2023

Sono organizzate gare nazionali e regionali nelle specialità: **individuale, coppie e pattuglie**, per le seguenti categorie competitive (con certificato medico di idoneità alla pratica sportiva non agonistica – allegato D del DM 24/4/2013 per attività di particolare ed elevato impegno cardiovascolare o tipo B per attività agonistica riconosciuta dal CONI):

INDIVIDUALI	- età -	- anni di nascita -
S - Senior unica maschile e femminile	19 e oltre	(2004 e precedenti)
M – Master unica maschile e femminile	19 e oltre	(2004 e precedenti)
A – Amatori unica maschile e femminile	19 e oltre	(2004 e precedenti)
J – Junior unica maschile e femminile	16-17-18	(2007- '06 - '05)
C – Cadetti unica maschile e femminile	13-14-15	(2010 -'09 -'08)
R – Ragazzi unica maschile e femminile	10-11-12	(2013 -'12 - '11)
COPPIE e PATTUGLIE		
Open – uniche maschili femminili e miste	19 e oltre	(2004 e precedenti)
Junior – uniche maschili femminili e miste	16-17-18	(2007 -'06 - '05)
Cad/Rag - uniche maschili femminili e miste	da 10 a 15	(2013-'12-'11-'10-'09-08)

Il nominativo, il numero tessera FIE e la categoria individuale, valevole per l'intero anno sportivo, devono essere registrati dall'associazione di appartenenza nella banca dati tesserati sul sito www.marciaregolarita.it in data anteriore all'inizio dell'attività.

La categoria è peculiarità per l'opzione/assegnazione delle medie orarie nelle gare competitive divise per categorie.

La richiesta e conservazione del certificato medico di idoneità all'attività sportiva è responsabilità dell'associazione di appartenenza del marciatore. Oltre al certificato non agonistico, previsto per la marcia di regolarità FIE, sono ritenuti validi i certificati agonistici (B1 e B2) ottenuti per le attività delle Federazioni, Enti di promozione sportiva e Discipline associate, riconosciuti dal CONI.

Concomitante alle gare competitive o con diversa iniziativa occasionale viene organizzata l'attività ludico-ricreativa, a partecipazione individuale, per coppie o gruppi (3 o 4 componenti), considerata attività escursionistica di base per la quale è sufficiente la tessera annuale FIE o la copertura assicurativa con Polizza Infortunistica Temporanea.

Sono anche previste gare riservate ai tesserati A.N.A., organizzate da associazioni F.I.E. in collaborazione con Gruppi Alpini locali o Sezioni A.N.A. territoriali.

Occasionalmente, sul percorso della gara di marcia competitiva potrà essere organizzato un Rally di regolarità, dedicato prevalentemente ai runner tesserati FIE, di Federazioni CONI o EPS.

Per quanto non specificato vale il [Regolamento tecnico per gare di marcia alpina di regolarità ed. 2023](#) scaricabile nel formato pdf dai siti "www.marciaregolarita.it" e "www.fieitalia.it".

Campionati Italiani Assoluti 2023

La FIE conferisce per l'anno 2023 i titoli di Campione Nazionale F.I.E. per le seguenti categorie competitive nelle specialità individuale, coppie e pattuglie.

<i>specialità</i>	<i>Categoria</i>
INDIVIDUALE	S – unica Senior
	M – unica Master
	A – unica Amatori
	J – unica Junior
	C – unica Cadetti e Ragazzi
COPPIE	OPEN – unica Senior/Amatori/Master
	J – unica Junior
	C – unica Cadetti/Ragazzi
PATTUGLIE	OPEN – unica Senior/Master/Amatori/Junior

L'assegnazione dei titoli avviene con prove uniche per tutte le specialità, alle quali sono ammessi i soli tesserati FIE delle categorie competitive.

Le modalità e le tasse di iscrizione ai campionati saranno comunicati con i programmi delle singole prove.

Campionati Regionali 2023

Per l'anno 2023 sono organizzate gare con formule: Open adulti, Junior, Cadetti/Ragazzi.

<i>Specialità</i>	<i>Categorie</i>	<i>Lombardia</i>	<i>Piemonte</i>	<i>Veneto</i>
INDIVIDUALE	OPEN – unica Senior/Master/Amatori	8	8	6
	J – unica Junior	8	8	6
	C – unica Cadetti/Ragazzi	8	8	6
COPPIE	OPEN – unica Senior/Master/Amatori	1	2	2
	J – unica Junior	1	2	2
	C – unica Cadetti/Ragazzi	1	2	2

Alle gare regionali è ammessa la partecipazione di atleti non tesserati F.I.E. purché in possesso del certificato medico per attività non agonistica (all. D del DM 24/4/2013) o agonistica, da esibire a richiesta del Giudice Arbitro. Nelle gare individuali i non tesserati sono inseriti nella classifica assoluta ma non partecipano all'assegnazione del punteggio nella classifica per associazioni.

Nelle gare per coppie sono ammessi i non tesserati purché abbinati con un tesserato F.I.E. e la coppia ha validità per l'assegnazione del punteggio per la classifica associazioni nonché per la classifica del campionato regionale. In tutti i casi hanno diritto al premio previsto per la posizione di classifica di ogni singola gara. Nelle gare regionali sono ammesse le coppie composte da marciatori di due diverse associazioni, della regione o no, con il diritto di classifica e relativi premi però escluse dalle classifiche per associazioni e del campionato regionale.

Ogni C.T.R.M. ha facoltà di assegnare i titoli regionali con un numero di prove valide rispetto al numero di gare organizzate.

Le iscrizioni devono essere inoltrate per via informatica agli organizzatori delle gare tramite le Associazioni affiliate e non dai singoli atleti.

Le iscrizioni dovranno essere accompagnate dalla relativa quota che verrà stabilita dai singoli C.R. e versate entro il limite temporale stabilito dagli stessi.

42° Campionato Italiano Associazioni

Pieve del Grappa (Treviso) 2-3 settembre 2023

- ISCRIZIONI

Il numero di concorrenti è libero per tutte le categorie e specialità. Sono ammessi alle gare tutti i tesserati F.I.E. in possesso del certificato medico di idoneità per attività sportiva non agonistica (all. D del DM 24/4/2013 o agonistica tab B – CONI). I nominativi dei componenti le coppie devono essere indicati nell'iscrizione.

Le quote d'iscrizione, stabilite in € 6,00 per ogni nome iscritto a ogni singola gara - individuale e coppie - devono essere versate al ritiro dei pettorali della prima gara in programma.

- PROGRAMMA

Sabato 2 settembre > Gare per coppie categorie: Open, Junior, Cadetti/Ragazzi

Domenica 3 settembre > Gare individuali categorie: Senior, Master, Amatori, Junior, Cadetti/Ragazzi

- PERCORSI

Come da Regolamento Marcia di regolarità per le categorie ammesse al Campionato.

- CLASSIFICHE premiazioni

Saranno stilate otto classifiche di categoria:

- | | | |
|-----------------------|--------------------------------|---------------------------|
| 1) individuale SENIOR | 2) individuale MASTER | 3) individuale AMATORI |
| 4) individuale JUNIOR | 5) individuale CADETTI/RAGAZZI | |
| 6) coppie OPEN | 7) coppie JUNIOR | 8) coppie CADETTI/RAGAZZI |

A comporre le coppie OPEN sono ammessi i tesserati Junior (uno per coppia), nelle coppie Junior è ammesso un Cadetto con uno Junior.

- PUNTEGGI classifiche ASSOCIAZIONI

Saranno redatte tre classifiche per le categorie individuali: adulti assoluta (S,M,A), junior, cadetti/ragazzi; tre per le coppie: Open adulti, junior, cadetti/ragazzi.

Nelle gare individuali per ogni classifica prevista si assegna al primo classificato un punteggio prodotto dalla formula:

$$(Tc + 60) \text{ Totale classificati più 60 punti;}$$

per ogni posizione a seguire il punteggio a scalare generato dalla formula:

$$((Tc + 60) : Tc) \times (Tc - Pc + 1) \text{ dove } Pc \text{ è la posizione di classifica}$$

Nelle gare per coppie il punteggio assegnato alla prima classificata è prodotto dalla formula:

$$(4 \times Tc + 120) \text{ valore fisso 4 per Totale classificati più 120 punti;}$$

per ogni posizione a seguire il punteggio a scalare generato dalla formula:

$$((4 \times Tc + 120) : Tc) \times (Tc - Pc + 1).$$

- CLASSIFICA FINALE ASSOCIAZIONI

La posizione in classifica finale sarà determinata dalla somma dei migliori punteggi, per ogni associazione e in ognuna delle sei classifiche previste, nel numero massimo fissato dalla formula

$$(Tc : Ta) \text{ Totale classificati diviso Totale associazioni - arrotondato per eccesso-}$$

Campionato interregionale 2023

La C.T.F.M. organizza un campionato interregionale nella specialità individuale categoria Open, utilizzando le penalizzazioni di tutte le gare dei campionati regionali.

Per determinare la classifica finale si sommano: i due migliori risultati conseguiti nelle gare della propria regione e uno ottenuto in ogni altra regione.

Per la stagione sportiva 2023 sono quindi un minimo di quattro risultati – due in regione e uno + uno nelle altre regioni -.

T.Md.2 – CATEGORIE E COMPOSIZIONE TRA SPECIALITÀ

Specialità	categorie		genere	Medie assegnabili
INDIVIDUALE	S	Senior	Unica M/F	A, B
	M	Master		C, D, E
	A	Amatori		G, H, I
	NC e OPEN	Unica Senior/Master/Amatori		A, D, G, I
	J	Junior		D, G, I
	C	Cadetti		M, N
	R	Ragazzi		N
COPPIE	S	Senior		A, B
	NC e Open	Unica Senior/Master/Amatori		A, D, G, I
	OPEN S	Unica Senior/Master		A, C, E
	OPEN A	Unica Master/Amatori		D, G, I
	J	Junior		D, G, I
	C	Cadetti, Ragazzi		M, N
PATTUGLIE	S	Senior		A, B
	OPEN	Unica Senior/Master/Amatori	A, D, G, I	
RALLY	OPEN	Unica	maschile	A, D
	OPEN	Unica	femminile	D, G

T.Md.1 Rapporto medie orarie tra categorie

▲	medie orarie assegnabili		minima	massima
	A	B	3000	7000
0	C <i>media di riferimento</i>		2900	6900
- 100	↕	D	2800	6800
- 200	↕	E	2700	6700
- 300	↕	G	2600	6600
- 400	↕	H	2500	6500
- 500		I	2400	6400
- 600		M	2300	6300
- 700		N	2200	6200
- 800			2100	6100
- 900			2000	6000

NB: sono rapporti variabili da un minimo ad un massimo applicabili alle categorie
SENIOR (A - B)
MASTER (C - D - E)
AMATORI (G - H - I)
JUNIOR (D - G - I)
CADETTI (M - N)
RAGAZZI (N)

Tabella T2 - SPECIALITA', CATEGORIE, PERCORSI, MEDIE

ATTIVITA' COMPETITIVA (NON AGONISTICA)

SPECIALITA'	CATEGORIE	LUNGHEZZA TRACCIATO MAX KM	NUMERO SETTORI		DISLIVELLI MAX (METRI)			MEDIE ASSEGNABILI (METRI/ORA)	
			MAX	MIN	TOTALE SALITA	SINGOLA SALITA	SINGOLA DISCESA	minima	massima
INDIVIDUALE	SENIOR	13	6	4	800	450	600	3000	7000
	MASTER							2500	6900
	AMATORI							2200	6600
	JUNIOR							2200	6800
	NC e OPEN							2200	7000
	CADETTI	10	5	3	600	350	400	2000	6400
	RAGAZZI							2000	6200
COPPIE	NC e OPEN	16	6	5	1000	550	750	2200	7000
	OPEN S							2500	7000
	OPEN A							2200	6800
	JUNIOR							2200	6800
	CADETTI/RAGAZZI	10	5	3	600	350	400	2000	6400
PATTUGLIE	SENIOR	20	6	5	1200	650	850	3000	7000
	OPEN	16			1000	550	750	2200	7000
RALLY	Maschile	20	6	5	1200	650	850	3000	7000
	Femminile							2500	6500

ATTIVITA' LUDICO RICREATIVA (Promozionale)

INDIVIDUALE - COPPIE - GRUPPI	età minima 8 anni	10	5	3	600	350	400	2000	6400
-------------------------------------	----------------------	----	---	---	-----	-----	-----	------	------

Federazione Italiana Escursionismo



FIE Comitato Nazionale

Via Imperiale, 14 – 16143 Genova

Tel. 010 3515736 – fax 010 9750620 – e-mail: info@fieitalia.it

www.fieitalia.com  Federazione Italiana escursionismo

Assicurazione e copertura rischi

Il tesseramento alla FIE, tramite una Associazione affiliata, garantisce al singolo Socio una assicurazione per infortunio personale e per Responsabilità Civile (R.C.T.) valida per l'intero anno solare (365 gg) per l'attività svolta anche singolarmente, relativa alle specialità comprese nello statuto della FIE (escursionismo, ciaspole, sci nordico e alpino, marcia alpina, manutenzione sentieri e rifugi, ecc.) ad eccezione degli sport estremi (alpinismo fino al 3° grado, sci alpinismo, parapendio, ecc.). Per maggiori dettagli visitare il sito www.fieitalia.com.

A titolo esemplificativo e non esaustivo, i massimali e coperture previsti:

- > massimale evento: € 2.500.000,00
- > massimale morte: € 50.000,00
- > massimale invalidità permanente: € 50.000,00 – franchigia 3% (10% per over 80)
 - franchigia 5% per attività di marcia alpina di regolarità, sci escursionismo, rally escursionistico, trekking, Trail running e mountain bike escursionistico
 - franchigia 10% per sci alpino
 - per invalidità permanente superiore al 60% viene riconosciuto il 100%
- > copertura spese mediche: € 2.500,00 massimale
 - franchigia 20% con un minimo di € 150
 - trasporto aereo fino al 60% del massimale
- > diaria giornaliera di ricovero: € 30,00/giorno dal 7° giorno (massimale di 120 gg per evento e per anno assicurativo)
- > diaria giornaliera ingessatura: € 30,00/giorno dal 7° giorno (massimale di 60 gg per evento e per anno assicurativo)
- > età massima assicurato: 85 anni

Regolamento marcia alpina di regolarità, calendario attività 2023, altre notizie e informazioni, pubblicati in versione scaricabile pdf sui siti F.I.E.:

www.fieitalia.it

www.marciaregolarita.it