

English below

REGOLAMENTO 2020 KCR SOLIDALE

1. ORGANIZZAZIONE E INFORMAZIONI

L'Associazione Internazionale per la Comunicazione Ambientale (di seguito A.I.C.A.), in collaborazione con E.R.I.C.A. soc. coop., organizza da Venerdì 4 Settembre a Mercoledì 10 Settembre 2020, la 6^a edizione di Keep Clean And Run, quest'anno denominata Keep Clean And Run for Peace, da Cortina d'Ampezzo a Trieste, con Roberto Cavallo protagonista eco-runner.

Sarà possibile accompagnare Roberto Cavallo nella sua corsa, **dal 4 al 6 settembre** con la **prima edizione del "KCR solidale"** gara di corsa in autosufficienza idrica ed alimentare con percorso in ambiente libero.

Il "KCR solidale" avrà luogo in ambiente libero, senza restrizioni e deciso autonomamente da ogni singolo atleta senza limiti di distanze, orari e dislivelli, su ogni tipo di terreno. La manifestazione prevede obbligatoriamente la raccolta dei rifiuti trovati a terra durante la gara nei territori percorsi dagli atleti abbinando così l'attività di plogging alla competizione sportiva vera a propria.

2. REQUISITI DI PARTECIPAZIONE

La gara è aperta a tutti gli atleti, uomini e donne, che abbiano compiuto 18 anni di età alla data di svolgimento della gara.

Sono previste 3 diverse **discipline** sportive:

- a. Camminata non competitiva;
- b. Running (strada);
- c. Trailrunning in conformità con il regolamento IAFF¹.

¹ <https://www.trailrunning.it/2017/12/01/regolamento-iaaf-trailrunning-cosa-cambia/>

3. CATEGORIE PREVISTE

Sono previste le seguenti **categorie** di atleti:

- a. Femmine under 45 anni
- b. Femmine over 45 anni
- c. Maschi under 45 anni
- d. Maschi over 45 anni

Solo le gare di running e trailrunning origineranno la classifica. Ogni iscrizione varrà un pagamento e relativo pettorale con le seguenti colorazioni:

- a. Pettorale Blu: camminata
- b. Pettorale Rosso: running
- c. Pettorale Verde: trailrunning

La partecipazione alla categoria Trailrunning sarà valevole **per l'edizione ZERO del campionato del mondo di plogging!**

Il "KCR solidale" si svolgerà in conformità al presente Regolamento, ed alle eventuali modifiche e/o direttive adottate dall'organizzazione, anche all'ultimo minuto. Eventuali avvisi saranno resi disponibili sul sito internet <https://keepcleanandrun.com/> ed attraverso i canali "Social" dell'evento.

Partecipando alla gara l'atleta conferma di essere in condizioni fisiche e psichiche tali da poter affrontare la gara; di essersi documentato ed essere conscio dei rischi e delle difficoltà che il percorso che vorrà affrontare liberamente comporta; di aver preso atto della lunghezza del percorso da lui deciso; di non essere a conoscenza di alcuna condizione medica pregressa, o di lesioni che possano porlo a rischio nel corso dell'evento.

4. ORARI DI PARTENZA E ARRIVO

Le partenze sono previste scaglionate a discrezione dell'atleta a partire dalle ore 00.00 del giorno 4 settembre e ogni singolo atleta potrà decidere autonomamente quando partire sia in orario diurno che notturno senza limiti temporali. L'unica limitazione, come indicato al punto 2, sarà quella del tempo massimo 24 ore. La manifestazione terminerà alle ore 24.00 di domenica 6 settembre per cui non verranno conteggiati i km, i tempi percorsi e i rifiuti raccolti oltre tale orario.

5. MODALITÀ DI ADESIONE

Ogni singolo atleta iscritto potrà decidere autonomamente il percorso e il kilometraggio che dovrà affrontare durante l'intera manifestazione.

Potrà decidere quanto e quando correre in momenti diversi della stessa giornata per ogni singola categoria, a patto che vengano registrati i dati di percorso in un'unica sessione sulla app per SportWatch o Smartphone in possesso dell'atleta (a mero titolo di esempio STRAVA, Runtastic, Garmin, Polar, TwoNav, Suunto, Nike...) mettendo in pausa il programma installato sul dispositivo utilizzato.

Ai fini della classifica verrà tenuto in considerazione il tempo effettivo in movimento.

Al termine delle 24 ore di iscrizione a ciascuna disciplina, l'atleta dovrà inviare lo *screenshot* dell'app utilizzata all'indirizzo mail segreteria@envi.info, assicurandosi di dare evidenza dei seguenti parametri:

- Tempo effettivo (in movimento);
- Distanza (km);
- Dislivello positivo (m) (solo per trailrunning).

Le gare prevedono obbligatoriamente di raccogliere i rifiuti trovati a terra e fotografarli con accanto il pettorale di gara secondo questo esempio indicato di seguito, ovvero sistemando i rifiuti uno accanto all'altro in modo che sia riconoscibile la loro natura (vetro, plastica, alluminio, acciaio, carta, cartone per bevande tipo Tetra Pak, RAEE, ecc.), il numero e sia possibile la loro differenziazione a fine gara:



La comunicazione dei dati rilevati con App e la fotografia dei rifiuti raccolti dovranno essere inviati sottoforma di allegati in un'**unica** mail, che dovrà necessariamente riportare nel titolo i seguenti campi, in questo ordine: Nome_Cognome_pettorale_colorepettorale.

La classifica finale verrà redatta sulla base dei seguenti dati di gara, che saranno trasformati in una graduatoria a punti, per singola categoria e disciplina (esclusa la camminata non competitiva) grazie ad un algoritmo studiato appositamente dall'organizzazione:

1. 1 km percorso = 1 punto;
2. 10 metri D+ (dislivello positivo, solo per la disciplina trailrunning) = 1 punto;
3. Tempo effettivo di corsa, 1 minuto = 1 punto;
4. Rifiuti raccolti (il punteggio viene attribuito in base alla riduzione degli impatti ambientali, possibili grazie alla raccolta dei rifiuti abbandonati) 1 grammo CO2 equivalente = 1 punto.

NOTA BENE: un eventuale punteggio pari a 0 (Zero) di cui alla lettera (d) (ovvero nessun rifiuto raccolto) genera automaticamente un punteggio pari a 0 (zero) nella classifica finale.

6. ISCRIZIONE

Le iscrizioni sono aperte a tutti, previa sottoscrizione della liberatoria allegata. Non sono previsti accertamenti sullo stato di salute degli aderenti e assicurazioni a copertura di eventuali danni che gli iscritti potrebbero apportare a loro stessi o a terzi durante l'evento.

Il tetto massimo di iscritti per le discipline running e trailrunning è rispettivamente di 500 e 750 atleti, mentre non è previsto alcun limite di iscrizioni per la disciplina camminata non competitiva.

Non saranno accettate iscrizioni di atleti che stanno scontando squalifiche per uso di sostanze dopanti o squalificati in precedenti manifestazioni per abbandono di rifiuti.

Le iscrizioni verranno aperte il giorno 10 luglio 2020 e chiuderanno inderogabilmente alle ore 24.00 del giorno 30 agosto 2020.

Le iscrizioni potranno essere effettuate esclusivamente on-line seguendo le istruzioni che verranno pubblicate sul sito www.wedosport.net. L'inserimento del proprio indirizzo mail è necessario al fine di essere inseriti nella graduatoria running e trailrunning.

La partecipazione alla gara comporta, da parte degli atleti, l'accettazione senza riserve del presente regolamento in tutte le sue parti.

7. QUOTE DI ISCRIZIONE

Le quote di iscrizione alla gara, che saranno totalmente devolute in beneficenza, alle diverse distanze saranno a disposizione sul sito internet dell'evento e riassunte come segue:

- KCR Solidale competitiva sia running che trailrunning: con offerta libera a partire da un minimo di 5 euro.
- KCR Solidale non competitiva: con offerta libera a partire da un minimo di 3 euro.

A questi importi saranno addizionate le spese di iscrizione previste dalla piattaforma wedosport.

Nella quota di iscrizione sono compresi:

- pettorale di gara (che sarà inviato via e-mail all'atleta regolarmente iscritto)
- premi come descritto in Art. 18.

8. RINUNCIA

In caso di impossibilità a partecipare, dovrà essere inviata una richiesta di annullamento a mezzo e-mail all'indirizzo segreteria@envi.info.

Visto il tipo di manifestazione e lo scopo benefico della stessa, non sono previsti rimborsi a seguito di rinuncia alla gara, proprio perché le quote saranno destinate in beneficenza.

9. CAMBIO GARA, TRASFERIMENTO ISCRIZIONE, TRASFERIMENTO PETTORALE

Non sono previsti, in nessun caso, trasferimenti di iscrizione da un'atleta ad un altro oppure il passaggio dell'iscrizione dalla manifestazione KCR competitiva a KCR non competitiva.

10. RITIRO PETTORALE

Il pettorale verrà inviato via e-mail agli atleti regolarmente iscritti. Sarà cura degli stessi atleti stamparlo e utilizzarlo per inviare i dati (tempi, km, rifiuti raccolti, dislivello) ma senza avere l'obbligo di indossarlo. Il pettorale andrà fotografato insieme ai rifiuti raccolti.

ATTENZIONE: la mancanza del pettorale dalla foto dei rifiuti raccolti determina automaticamente il non inserimento in classifica.

11. BRIEFING

Nei giorni precedenti la gara, ogni atleta riceverà una mail dall'organizzazione che ricorderà loro le modalità di adesione alla manifestazione KCR solidale, rimandando al sito dedicato <https://keepcleanandrun.com/>. Sarà anche l'occasione per aggiornare gli iscritti in merito ad eventuali comunicazioni legate alla manifestazione stessa.

12. PERCORSO

Non esiste un percorso definito in quanto, durante l'intera manifestazione, ogni singolo atleta potrà decidere dove correre, per quanti km e con quale dislivello, purché lo faccia per singola disciplina al giorno.

13. ANNULLAMENTO GARA

Nell'ipotesi che la gara debba essere annullata per motivi di ordine pubblico e/o sanitario o per imposizione delle autorità, la quota pagata verrà trasferita al destinatario della donazione, e nello specifico alla Caritas per l'istituzione di un "bando per giovani imprese green in crisi causa Covid19".

14. AMBIENTE

La corsa si svolge in qualunque ambiente che verrà deciso autonomamente dai concorrenti. I concorrenti dovranno adottare un comportamento rispettoso dell'ambiente, evitando di disperdere rifiuti, raccogliere fiori o molestare la fauna. Per ridurre l'impatto ambientale, ogni concorrente dovrà portare con sé una borraccia o un bicchiere riutilizzabile da riempire per evitare di produrre rifiuti.

15. MATERIALE CONSIGLIATO

Con l'iscrizione alla gara, nella distanza prescelta, si suggerisce ad ogni atleta di portare con sé per tutta la durata della corsa il materiale tecnico necessario che gli permetta di affrontare in tutta sicurezza la gara nella distanza e nei tempi che avrà deciso autonomamente, in particolare per la disciplina trailrunning si rimanda al regolamento IAAF citato.

16. TEMPO MASSIMO E CANCELLI ORARI:

Non sono previsti tempi massimi e cancelli orari nelle diverse distanze, se non il limite massimo di 24 ore di durata per singola disciplina.

17. RISTORI

Si corre in autosufficienza liquida e alimentare.

18. PREMI

Non sono previsti premi in denaro. Per conoscere l'entità dei premi consultare il sito <https://keepcleanandrun.com/>.

Saranno premiati i primi 3 assoluti delle seguenti categorie:

- Prime 3 donne “under 45” Running;
- Prime 3 donne “over 45” Running;
- Primi 3 uomini “under 45” Running;
- Primi 3 uomini “over 45” Running;
- Prime 3 donne “under 45” Trailrunning;
- Prime 3 donne “over 45” Trailrunning;
- Primi 3 uomini “under 45” Trailrunning;
- Primi 3 uomini “over 45” Trailrunning.

Si ricorda che la disciplina trailrunning sarà valevole per l'edizione zero del campionato del Mondo di plogging, quindi la vincitrice e il vincitore potranno proclamarsi campioni del mondo di plogging 2020.

Verrà consegnato un riconoscimento anche a:

- ✓ La donna (iscritta alle discipline running o trailrunning) che avrà raccolto la maggior quantità di rifiuti stimata dall'organizzazione in base alla fotografia trasmessa;
- ✓ L'uomo (iscritto alle discipline running o trailrunning) che avrà raccolto la maggior quantità di rifiuti stimata dall'organizzazione in base alla fotografia trasmessa.

19. RECLAMI

Visto lo scopo benefico dell'iniziativa, non saranno accettati eventuali reclami.

20. DIRITTI DI IMMAGINE

Con l'iscrizione, i concorrenti 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 al "KCR Solidale" che gli stessi atleti hanno condiviso via social o che hanno inviato all'organizzazione.

21. DICHIARAZIONE DI RESPONSABILITA'

L'iscrizione al "KCR Solidale" e la conseguente partecipazione alla corsa comportano l'accettazione del presente regolamento e delle modifiche eventualmente apportate. L'iscrizione del partecipante esonera gli organizzatori da ogni responsabilità, sia civile sia penale, per danni a persone e/o cose da lei/lui causati o a lei/lui derivati.

RULE BOOK 2020 KCR FOR CHARITY

1. ORGANIZATION AND INFORMATIONS

The Associazione Internazionale per la Comunicazione Ambientale (in the sequel A.I.C.A.), in collaboration with E.R.I.C.A. soc. coop., organizes from Friday 4th September to Wednesday 10th September 2020, the 6th edition di Keep Clean and Run, for thin year named Keep Clean And Run for Peace, from Cortina d'Ampezzo to Trieste, with Roberto Cavallo as a protagonist eco-runner.

It will be possible to accompany Roberto Cavallo during his run, **from 4th to 6th September** in the **first edition of “KCR for charity”**, a running race in self water and food sufficiency, with running path in free environment.

The “KCR for charity” will take place in free environment, with no restrictions, independently decided by any single athlete, without any kind of limit of distance, time, elevation gain and ground type.

The event mandatorily requires picking up from the ground the waste founded during the race, inside the territories traveled by athletes, matching the plogging activities with the real sport competition.

2. PARTICIPATION REQUIREMENTS

The race is open to every athlete, males and females, that would be at least 18 in the day of the event.

3 different **disciplines** are foreseen:

- d. Non-competitive walk;
- e. Running (street);
- f. Trailrunning in accordance with IAFF² regulation.

When registering, you can choose in which discipline to take part in the event. It is possible to enroll in only one of the above disciplines.

²https://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=&cad=rja&uact=8&ved=2ahUKewjl_uOgs73qAhX6VBUIHduKD4UQFjAAegQIARAB&url=https%3A%2F%2Fwww.worldathletics.org%2Fdownload%2Fdownload%3Ffilename%3D0400178d-ce56-43ff-aa9c-6b4433aafcea.pdf%26urlslug%3DCompetition%2520%2526%2520Technical%2520Rules%2520%25E2%2580%2593%25202020%2520Edition&usg=AOvVaw1jx6cGSjnv6YKWThxGGNgI

3. CATEGORIES

The following **categories** are foreseen:

- e. Females under 45 years old;
- f. Females over 45 years old;
- g. Males under 45 years old;
- h. Males over 45 years old.

Each athlete can choose to run in one discipline, for a maximum duration of 24 hours, provided that it is within the day of subscription.

Only running e trailrunning races will have rankings. Each subscription is linked with one fee payment and is associated with one race bib:

- d. Blue bib: walk;
- e. Red bib: running;
- f. Green bib: trailrunning.

Participation in the Trailrunning category will be valid for the **Plogging World Championship, ZERO edition!**

The "KCR for charity" will take place in accordance with these Regulations, and any changes and / or directives adopted by the organization, even at the last minute. Any notices will be made available on the website <https://keepcleanandrun.com/> and through the "Social" channels of the event.

By participating in the race, the athlete confirms that she/he is in physical and mental condition and that she/he can face the race; to have documented and be aware of the risks and difficulties that the path she/he will want to face freely entails; to have taken note of the length of the route decided by him; not to be aware of any previous medical condition, or injuries that could put her/him at risk during the event.

4. DEPARTURE AND ARRIVAL TIMES

Departures are expected to be staggered at the athlete's discretion starting from 00.00 on 4th September and each individual athlete can decide independently when to start both during the day and at night without time limits. The only limitation, as indicated in point 2, will be the maximum time of 24 hours as long as on the same day. The event will end at 24.00 on Sunday 6th September so the distances, running times and waste collected after this moment will not be considered.

5. HOW TO JOIN THE KCR

Each single registered athlete can independently decide the route and the mileage he will have to travel during the entire event.

You can decide how much and when to run at different times of the same day for each individual category, provided that the course data are recorded in a single session on the app for SportWatch or Smartphone in the possession of the athlete (by example, STRAVA, Runtastic, Garmin, Polar, TwoNav, Suunto, Nike...) by pausing the program installed on the device used.

For the purposes of the ranking, the actual moving time will be taken into consideration.

At the end of the enrollment day, the athlete must send the screenshot of the app used to the email address segreteria@envi.info, making sure to highlight the following parameters:

- Actual time (in motion);
- Distance (km);
- Positive height difference (m) (only for trail running).

The races require to collect the waste found on the ground and photograph it with the race bib next to it according to this example shown below, or placing the waste next to each other so that their nature is recognizable (glass, plastic, aluminum, steel, paper, cardboard for drinks such as Tetra Pak, WEEE, etc.), the number and their differentiation at the end of the tender is possible:



The communication of the data detected with the App and the picture of the collected waste must be recorded in the form of attachments in a communication email, which must include the following fields in the title, in this order: Name_Surname_bibnumber_bibcolor

The final ranking will be drawn up on the basis of the following race data, which will be transformed into points ranking, by individual category and discipline (excluding non-competitive walking) through to an algorithm specifically designed by the organization:

1. 1 km covered = 1 point;
2. 10 meters D + (positive altitude difference, only for trail running) = 1 point;
3. Effective running time, 1 minute = 1 point;
4. Collected waste (the score is attributed on the basis of the reduction of environmental impacts, possible thanks to the collection of abandoned waste) 1 gram CO₂ equivalent = 1 point.

PLEASE NOTE: any score equal to 0 (Zero) referred to in letter (d) (i.e. no refusal collected) automatically generates a score equal to 0 (zero) in the final ranking.

6. EVENT REGISTRATION

Registrations are open to all, upon signing the attached release form. There are no assessments on the state of health of members and insurance to cover any damage that members may cause to themselves or to third parties during the event.

The maximum number of members for the running and trailrunning disciplines is 500 and 750 athletes respectively, while there is no registration limit for the non-competitive walking discipline.

Registration of athletes who are serving disqualifications for the use of doping substances or disqualified in previous events for abandonment of waste will not be accepted.

Registration will open on 10th July 2020 and will close without fail at 24.00 on 30th August 2020.

Registrations can only be made online following the instructions that will be published on the website www.wedosport.net. Entering your email address is necessary in order to be included in the running and trail running ranking. It is possible to enroll in only one discipline, in only one of the 3 available dates.

Participation in the race implies, by athletes, the unreserved acceptance of this regulation in all its parts.

7. REGISTRATION FEES

The registration fees for the race, which will be totally donated to charity, at different distances will be available on the event website and summarized as follows:

- KCR Solidarity both running and trail running: with free offer starting from a minimum of 5 Euros.
- KCR Solidarity non-competitive: with free offer starting from a minimum of 3 Euros.

The registration fees provided by the wedosport platform will be added to these amounts.

The registration fee includes:

- Race bib (which will be sent by e-mail to the regularly registered athlete);
- prizes for the first 3 classified of the different categories (only for competitive disciplines or Running and trailrunning).

8. WITHDRAWAL

In case of inability to participate, a cancellation request must be sent by e-mail to the address segreteria@envi.info.

Given the type of event and the beneficial purpose of the event, there will be no refunds following the renunciation of the race, precisely because the shares will be allocated to charity.

9. RACE CHANGE, REGISTRATION TRANSFER, PECTORAL TRANSFER

Under no circumstances are there any transfers of registration from one athlete to another or the transfer of registration from the competitive KCR event to a non-competitive KCR.

10. RACE BIB DELIVERY

The bib will be sent by e-mail to the regularly registered athletes. The athletes themselves will print it and use it to send the data (times, km, collected waste, difference in altitude) but without having to wear an obligation. The bib will be photographed together with the collected waste.



ATTENTION: the lack of the bib from the photo of the collected waste automatically determines the non-inclusion in the ranking.

11. BRIEFING

In the days preceding the race, each athlete will receive an email from the organization that will remind them of how to join the KCR solidarity event, by referring to the dedicated website <https://keepcleanandrun.com/>. It will also be an opportunity to update members on any communications related to the event itself.

12. PATH

There is no defined path as, during the entire event, each individual athlete will be able to decide where to run, for how many km and with what altitude difference, provided he does it for each discipline per day.

13. RACE CANCELLATION

In case of the event must be canceled for reasons of public order and / or health or for taxation by the authorities, the paid portion will be transferred to the recipient of the donation, and specifically to Caritas for the institution of a "call for young businesses greens in crisis due to Covid19".

14. ENVIRONMENT

The race takes place in any environment that will be decided independently by the competitors. Competitors must follow an environmentally friendly behavior, avoid dispersing waste, collecting flowers or harassing fauna. To reduce environmental problems, each competitor must bring a reusable water bottle or glass to fill to avoid producing waste.



15. ADVICES

By registering for the race, in the chosen discipline, it is suggested to each athlete to bring along for the entire duration of the race the necessary technical material that allows her/him to do the race in complete safety in the distance and time that she/he decided independently, especially for the trailrunning discipline, see the aforementioned IAAF regulation.

16. TIME LIMITS:

There are no maximum times and time gates in the various distances, if not the maximum limit of 24 hours of duration for each discipline.

17. RISTORI

Self- Water and food sufficiency event.

18. AWARDS

There are no cash prizes. To find out the type of awards, visit <https://keepcleanandrun.com/>.

The first 3 athletes in the following categories will be awarded:

- Top 3 women under 45 running;
- Top 3 women over 45 running;
- Top 3 men "under 45" Running;
- Top 3 men "over 45" Running;
- Top 3 women "under 45" Trailrunning;
- Top 3 women "over 45" Trailrunning;
- Top 3 men "under 45" Trailrunning;
- Top 3 men "over 45" Trailrunning.

Please note that the trailrunning discipline will be valid for the **zero edition of the Plogging World Championship**, so the winner and the winner will be able to proclaim themselves the 2020 plogging World champions.

A recognition will also be given to:

- The woman (enrolled in the running or trailrunning disciplines) who will have collected the largest amount of waste estimated by the organization based on the transmitted pictures;
- The man (enrolled in the running or trailrunning disciplines) who will have collected the largest amount of waste estimated by the organization based on the transmitted pictures.

19. COMPLAINTS

Given the beneficial purpose of the initiative, any complaints will not be accepted.

20. IMAGE RIGHTS

By registering, competitors authorize the organization to use free of charge, without territorial and time limits, still and moving images that portray them while of participation in the "KCR for charity" that the same athletes shared via social or that they sent to the organization.

21. DECLARATION OF RESPONSIBILITY

Enrollment in the "KCR for charity" and the consequent participation in the race implies acceptance of these regulations and any changes made. The registration of the participant exonerates the organizers from any liability, both civil and criminal, for damage to people and/or things caused by him or her.