



La Sporteventi SSDRL organizza il 1 e il 2 Aprile 2017, in collaborazione con il comune di Rapallo, la seconda edizione della manifestazione REA PALUS RACE.

Si tratta di una manifestazione di 2 giorni che racchiude numerosi eventi sportivi e non.

Qui di seguito saranno elencati i regolamenti degli eventi sportivi:

1. Rea Palus Warrior
2. Rea Palus Race

1. Rea Palus Warrior - sabato 01/04/2017

Dati generali

La REA PALUS WARRIOR (in seguito abbreviata RPW) è una manifestazione competitiva che prevede il superamento di ostacoli in un percorso strutturato in linea, con pochi metri di distanza tra un ostacolo e l'altro: la partecipazione è riservata ad atleti in possesso di certificazione medica agonistica in corso di validità al momento della gara.

La RPW è una gara nella quale i partecipanti sono chiamati a superare nel minor tempo possibile un percorso irto di ostacoli.

Alla RPW vi è una sola categoria: la categoria ELITE.

Requisiti per la partecipazione, iscrizione e accredito partecipanti.

L'iscrizione alla RPW può essere effettuata online sul sito www.reapalusrace.it fino al 28 marzo 2017 alle ore 22,00 oppure presso il RPR Village, il giorno dell'evento, sabato 1° aprile 2017 dalle ore 13.00 alle ore 14.00

Il costo di iscrizione online o il giorno dell'evento è di 10,00 euro

Alla RPW possono partecipare gratuitamente tutti coloro che si sono iscritti per la Rea Palus Race di domenica 1° aprile (200 posti disponibili) e coloro che si iscrivono a pagamento solo per la RPW (100 posti disponibili).

----solo per minorenni----

La RPW prevede la partecipazione di ragazzi e ragazze dai 16 anni di età, quindi per potersi iscrivere è necessario aver perlomeno conseguito il 16° anno di età il giorno dell'evento. Non si effettueranno deroghe in tal senso, nemmeno con la presenza dei genitori. I responsabili della zona ACCREDITI rifiuteranno l'iscrizione di atleti con meno di 16 anni compiuti e la eventuale quota di partecipazione versata anticipatamente non sarà rimborsata. I genitori degli atleti minorenni dovranno compilare la parte di manleva a loro dedicata, presentare il documento di identità al momento dell'accredito e inviarlo insieme all'altra documentazione richiesta.

Per prendere parte alla RPW è necessario essere in possesso di regolare **certificazione medica per attività sportiva agonistica in corso di validità**

Questa certificazione deve essere inviata DOPO L'ISCRIZIONE unitamente alla manleva compilata (<http://tinyurl.com/manleva2017>) e al documento di identità in corso di validità, tramite mail all'indirizzo:

iscrizioni@reapalusrace.it

I partecipanti dovranno mostrare poi al momento dell'accredito un documento in corso di validità.

IMPORTANTE: l'invio di documenti **leggibili**, renderà la procedura di conferma dell'iscrizione molto più rapida: tutte le pratiche con documentazione incompleta, verranno messe in coda.

Ricapitolando:

1. iscrizione online sul sito www.reapalusrace.it
2. invio tramite email di certificato medico richiesto, documento e manleva
3. accredito sul posto mostrando un documento in corso di validità

oppure:

1. iscrizione e accredito sul posto con consegna di tutti i documenti:
 1. certificato medico richiesto
 2. Manleva
 3. documento identità da visionare

Tutti i documenti presentati non saranno restituiti al termine della manifestazione.

I numeri di pettorale verranno consegnati in base all'accredito

Formula della manifestazione e ostacoli

La Rea Palus Warrior è una gara di abilità, destrezza, forza e velocità misurata a tempo nella fase eliminatoria e a scontro diretto ad eliminazione 1 contro 1 nella fase finale.

Gli ostacoli sono situati nella Spiaggia, antistante il RPR Village, tutti posizionati sulla sabbia.

Gli ostacoli sono ravvicinati e la fase di corsa tra un ostacolo e l'altro è davvero minima.

Gli ostacoli saranno in parte gli stessi della Rea Palus Race e in parte saranno ostacoli nuovi, studiati apposta per la RPW

Gli atleti che parteciperanno alla RPW dovranno superare in totale 6/8 ostacoli.

Il percorso è delimitato da una fettuccia di plastica e/o segnalato da frecce.

È vietato tagliare il percorso, pena la squalifica immediata.

Aggirare gli ostacoli è considerato al pari di tagliare il percorso.

Gli ostacoli sono presidiati dal RPR STAFF (formato da personale tecnico con funzioni anche di giudici di gara) e si occupa di:

1. garantire la corretta esecuzione degli ostacoli
2. prevenire eventuali situazioni di pericolo
3. ammonire eventuali partecipanti che non dovessero comportarsi secondo il presente regolamento con sanzioni fino alla squalifica immediata.

Il primo atleta partirà alle 14.00

La partenza dei partecipanti avviene singolarmente a distanza di 30 secondi uno dall'altro.

Ogni atleta viene cronometrato e il suo tempo per completare il percorso viene registrato, formando una classifica.

Gli ostacoli non sono facoltativi: il partecipante che non riuscisse a superare uno degli ostacoli dopo 1 tentativo fallito, subirà l'eliminazione. (Gli ostacoli non sono difficili da affrontare: non superare gli ostacoli è una eventualità piuttosto remota, essendoci anche una seconda possibilità!)

Se un atleta dovesse essere raggiunto dall'atleta successivo, l'atleta raggiunto dovrà cercare di lasciare strada all'atleta in arrivo ed agevolargli il sorpasso.

gli atleti con i 32 migliori tempi parteciperanno alla fase finale della RPW.

In questa fase gli atleti si scontreranno in una manche 1 contro 1, sullo stesso percorso: la manche non sarà più a tempo, ma ad eliminazione diretta, infatti l'atleta che arriverà secondo sarà eliminato, mentre il vincente potrà passare allo scontro successivo, contro il vincente dello scontro diretto corrispondente.

Con questa formula si arriverà alla finale della RPW dove il vincente sarà il primo campione RPW.

Gli accoppiamenti per la prima manche delle finali sarà determinata con il seguente sistema: l'atleta con il miglior tempo delle qualifiche contro l'atleta con il 32° tempo, l'atleta con il 2° tempo contro il 31°, il 3° contro il 30° e così via.

Durante gli scontri 1 contro 1 gli atleti non possono interferire l'avversario, pena l'immediata squalifica.

Il concorrente che arriva secondo deve lasciare immediatamente il percorso di gara.

Nella fase finale, si può provare a superare un ostacolo anche più di una volta. (perlomeno fino a che l'avversario non taglia il traguardo)

La partenza, l'eventuale eliminazione di un concorrente e il superamento del traguardo per il primo atleta vengono sanciti dal Direttore di Gara con un segnale acustico.

Categorie e Premiazioni

Alla RPW c'è solo la categoria ELITE.

Verranno premiati solo il vincitore della finale con il trofeo RPW e la Donna con il miglior piazzamento in classifica (di tempo o di fase di finale raggiunta)

2. Rea Palus Race - domenica 02/04/2017

Dati generali

La REA PALUS RACE (in seguito abbreviata RPR) è una manifestazione podistica che si svolge nel territorio comunale di Rapallo lungo un percorso che è strutturato ad anello. La lunghezza del percorso è di 9300 metri circa. La partenza è situata in Rotonda Marconi, il punto di svolta (il punto più alto del percorso) è presso il Santuario di Montallegro a 612 metri di altitudine sul livello del mare e l'arrivo è in prossimità della partenza. Il percorso si snoda su diversi tipi di terreno: sabbia, asfalto, gradini in cemento e/o pietra, selciato, terra, mulattiera in genere.

Nel primi 1000 metri circa del percorso sono concentrati i 20 ostacoli artificiali e naturali, che caratterizzano la manifestazione.

la RPR vuole essere una grande festa dello sport dove il Fairplay deve essere sempre presente e i valori di unità e senso di appartenenza al gruppo sono consolidati dal raggiungimento dell'obiettivo comune.

La presenza di ostacoli artificiali, la lunghezza del percorso, il dislivello da compiere, il fondo naturale della RPR, rendono la partecipazione alla manifestazione una prova di resistenza piuttosto intensa e con un impegno fisico e coordinativo rilevante.

Gli ostacoli sono studiati per essere sicuri dal punto di vista strutturale e non sono particolarmente difficili da superare: ogni partecipante tenga però conto della intrinseca pericolosità dei movimenti richiesti per superare gli ostacoli vista anche la possibilità di presenza di eventuali fasi concitate della corsa: i partecipanti diano sì il massimo impegno nella performance sportiva, ma restino sempre lucidi e concentrati per minimizzare il rischio di infortuni per se e gli altri in tutte le fasi della manifestazione e in particolare nel superamento degli ostacoli.

I luoghi della RPR

1. zona ACCREDITI-GUARDAROBA-SPOGLIATOI: Casa della Gioventù, via Muzio 14 <https://goo.gl/maps/Cz6Hv1qABvo> (in seguito abbreviata PALESTRA)
2. zona PARTENZA-ARRIVO-RPR Village: Rotonda Marconi <https://goo.gl/maps/ezzDGkt6S7p>
3. santuario di Montallegro <https://goo.gl/maps/z3SnL98FdP12>

Requisiti per la partecipazione, iscrizione e accredito partecipanti.

L'iscrizione alla RPR può essere effettuata online sul sito www.reapalusrace.it fino al 28 marzo 2017 alle ore

22,00 oppure presso il RPR Village, sabato 1° aprile 2017 dalle ore 14.00 alle ore 20.00 o il giorno dell'evento, domenica 2 aprile 2017 dalle ore 8.00. Nel caso in cui l'iscrizione venga effettuata il giorno della manifestazione, il costo dell'iscrizione subirà un aumento fissato in € 15,00.

Si informa coloro i quali decidessero di iscriversi il giorno della manifestazione che potrebbero dover attendere a lungo le pratiche di iscrizione, si consiglia vivamente quindi la formula della iscrizione online o sul posto il giorno prima (senza la maggiorazione di 15€)

Per chi si iscrive sul posto, non è garantita la disponibilità del RPR KIT (il pacco gara) con la maglietta tecnica omaggio e altri Gadget.

Le iscrizioni verranno chiuse al raggiungimento dei 1000 partecipanti.

----solo per minorenni----

La RPW prevede la partecipazione di ragazzi e ragazze dai 16 anni di età, quindi per potersi iscrivere è necessario aver perlomeno conseguito il 16° anno di età il giorno dell'evento. Non si effettueranno deroghe in tal senso, nemmeno con la presenza dei genitori. I responsabili della zona ACCREDITI rifiuteranno l'iscrizione di atleti con meno di 16 anni compiuti e la eventuale quota di partecipazione versata anticipatamente non sarà rimborsata. I genitori degli atleti minorenni dovranno compilare la parte di manleva a loro dedicata, presentare il documento di identità al momento dell'accredito e inviarlo insieme all'altra documentazione richiesta.

Per prendere parte alla RPR è necessario essere in possesso di regolare **certificazione medica per attività sportiva in corso di validità, non agonistica per l'iscrizione nelle categorie AMATORI ed AMATORI TEAM, agonistica per l'iscrizione nelle categorie ELITE ed ELITE TEAM.**

Questa certificazione deve essere inviata DOPO L'ISCRIZIONE unitamente alla manleva compilata (<http://tinyurl.com/manleva2017>) e al documento di identità in corso di validità, tramite mail all'indirizzo:

iscrizioni@reapalusrace.it

I partecipanti dovranno mostrare poi al momento dell'accredito un documento in corso di validità.

IMPORTANTE: l'invio di documenti leggibili, renderà la procedura di conferma dell'iscrizione molto più rapida: tutte le pratiche con documentazione incompleta, verranno messe in coda.

Ricapitolando:

1. iscrizione online sul sito www.reapalusrace.it
2. invio tramite email di certificato medico richiesto, documento e manleva
3. accredito sul posto mostrando un documento in corso di validità

oppure:

1. iscrizione e accredito sul posto con consegna di tutti i documenti:
 1. certificato medico richiesto
 2. Manleva
 3. documento identità da visionare

Tutti i documenti presentati non saranno restituiti al termine della manifestazione.

Lungo il percorso della manifestazione sono presenti 3 ristori, a disposizione degli iscritti, il primo dopo il 20° ostacolo, il secondo in corrispondenza del GPM (Santuario di Montallegro), il terzo subito dopo all'arrivo, presso il RPR Village

Materiale consegnato a ogni partecipante

Dopo l'accredito, verrà consegnato a ogni partecipante:

1. il pettorale RPR (da fissare agli indumenti sul petto - deve essere sempre ben visibile durante la corsa)
2. il Chip per rilevamento tempi (da indossare alla caviglia e da consegnare dopo l'arrivo al personale per il ritiro del pacco gara) (ricordiamo che il RPR KIT è garantito solo per chi si iscrive online entro il 28/03/2017)

Subito dopo il traguardo verrà consegnata il braccialetto RPR (viene quindi consegnato solo a chi finisce la gara!)



Al termine della gara, consegnando il Chip rilevamento tempi presso il gazebo ORGANIZZAZIONE situato di fianco al palco centrale, nella zona RPR VILLAGE, il partecipante riceverà il KIT RPR contenente:

1. Buono per birra o bibita presso gli stand gastronomici
2. Prodotti omaggio Sponsor
3. Zainetto RPR
4. T-Shirt tecnica RPR (taglia scelta in fase di iscrizione)

La non consegna del Chip non permetterà il ritiro del KIT RPR.

Nel caso in cui il Chip fosse smarrito, l'atleta è tenuto a versare 10€ a copertura del costo del Chip e in seguito può ritirare il RPR Kit

Guardaroba

Subito dopo l'accredito il partecipante può lasciare gratuitamente il suo cambio e i suoi effetti personali nel GUARDAROBA, situato all'interno della palestra.

Il riferimento numerico per il guardaroba è il numero di gara.

Formula della manifestazione e ostacoli

I numeri di pettorale verranno consegnati in base all'accredito

Si tenga presente che l'unico modo certo per avere la partenza insieme agli amici è formare un TEAM.

La prima batteria parte alle ore 11.00

La partenza dei partecipanti avviene a batterie di massimo 50 persone per volta. La partenza è sancita da uno sparo: una volta partiti i partecipanti si dirigono lungo il percorso incontrando in seguito i primi ostacoli.

Gli ostacoli sono presidiati dal RPR STAFF (formato da personale tecnico con funzioni anche di giudici di gara) e si occupa di:

4. garantire la corretta esecuzione degli ostacoli
5. prevenire eventuali situazioni di pericolo
6. ammonire eventuali partecipanti che non dovessero comportarsi secondo il presente regolamento con sanzioni fino alla squalifica immediata.

Gli ostacoli non sono facoltativi: il partecipante che non si sentisse di provare a superare l'ostacolo o non riuscisse a superarlo dopo 3 tentativi falliti, per poter continuare il percorso dovrà effettuare 20 movimenti completi di "BURPEES", contati dal RPR STAFF.

Vi invitiamo a provare a superare tutti gli ostacoli: se però non vi sentiste tranquilli nel affrontarli, (ci saranno anche situazioni ed elementi un po' particolari) non vi preoccupate... 20 burpees ben fatti (e il nostro RPR STAFF sarà lì a contarli e gridare "NO REP" nel caso in cui una ripetizione non fosse correttamente effettuata) sono più che sufficienti a fugare ogni dubbio sul vostro impegno nella performance sportiva!

Qui sotto è indicato graficamente come si effettua 1 singolo movimento completo di questo esercizio:

In pratica da in piedi ci si sdraia **TOCCANDO CON IL PETTO TERRA**; poi ci si alza in piedi e si fa un salto con le braccia in alto, il tutto per 20 volte.

Il percorso è delimitato da una fettuccia di plastica e/o segnalato da frecce.

È vietato tagliare il percorso, pena la squalifica immediata.

Aggirare gli ostacoli è considerato al pari di tagliare il percorso.

Non effettuare i 20 BURPEES di penalità è considerato al pari di tagliare il percorso.

Il numero del partecipante squalificato verrà segnalato ai cronometristi che elimineranno il nominativo dalla classifica finale.

Lungo il percorso possono essere presenti solo il RPR STAFF e i partecipanti dotati di pettorale. Qualsiasi altra persona presente sarà allontanata immediatamente.

È assolutamente consentito e incentivato aiutare fisicamente, supportare, incitare gli altri partecipanti, soprattutto nel superamento degli ostacoli, in tutte quattro le categorie.

Per completare il percorso il partecipante ha a disposizione 2 ore di tempo. Oltre questo tempo limite il partecipante non sarà inserito nell'elenco dei tempi.

Categorie e Premiazioni

Alla RPR ci sono quattro categorie:

1. ELITE
2. ELITE TEAM
3. AMATORI
4. AMATORI TEAM

Durante la fase di iscrizione è il partecipante a scegliere liberamente la categoria preferita in base alla sua attitudine personale, gusti e preferenze.

La categoria ELITE ha le seguenti caratteristiche:

1. massimo 100 partecipanti ammessi alla manifestazione
2. riferimento cronometrico
3. precedenza di partenza rispetto agli altri partecipanti
4. batterie meno numerose per garantire un minor affollamento sugli ostacoli
5. Trofei, premi in materiale tecnico e iscrizioni gratuite per l'edizione 2018 della RPR per i partecipanti con i 3 tempi migliori uomini e con i 3 tempi migliori donne
6. premio in denaro di euro 100 per il primo Atleta ELITE UOMO classificato
7. premio in denaro di euro 100 per la prima Atleta ELITE DONNA classificata
8. KIT RPR

La categoria ELITE TEAM ha le seguenti caratteristiche:

1. massimo 200 partecipanti ammessi alla manifestazione
2. riferimento cronometrico
3. precedenza di partenza rispetto agli altri partecipanti
4. batterie meno numerose per garantire un minor affollamento sugli ostacoli
5. Trofei, premi in materiale tecnico e iscrizioni gratuite per l'edizione 2018 della RPR per i partecipanti con i 3 tempi migliori
6. premio in denaro di euro 300 per la prima squadra ELITE TEAM classificata
7. KIT RPR per ogni membro del TEAM

la categoria AMATORI ha le seguenti caratteristiche:

1. riferimento cronometrico
2. in questa categoria, a carattere non competitivo, non vi è una vera e propria classifica, il riferimento cronometrico è utile a conoscere la propria performance, anche in vista della edizione 2018: coloro i quali avessero velleità agonistiche sono invitati a iscriversi nella categoria ELITE.
3. KIT RPR

la categoria AMATORI TEAM ha le seguenti caratteristiche:

1. riferimento cronometrico
2. In questa categoria, a carattere non competitivo, non vi è una vera e propria classifica, il riferimento cronometrico è utile a conoscere la propria performance, anche in vista della edizione 2018: coloro i quali avessero velleità agonistiche sono invitati a iscriversi nella categoria ELITE TEAM.

3. KIT RPR per ogni membro del TEAM

caratteristiche comuni alle categorie ELITE TEAM e AMATORI TEAM:

1. i TEAM devono essere formati da 5 persone.
2. L'iscrizione del team deve essere in contemporanea per tutti i membri del team.
3. I membri del TEAM, come qualsiasi altro partecipante, possono aiutarsi tra loro.
4. la penalità dei 20 BURPEES è gestibile da tutto il TEAM, non importa chi li fa del gruppo, l'importante è farli! Nel caso che più partecipanti del TEAM prendano la penalità dei 20 BURPEES nello stesso ostacolo, il numero totale di burpees a carico del TEAM è di 20 moltiplicato per il numero di persone ad aver conseguito la penalità.
5. Il riferimento cronometrico del TEAM viene definito dall'ultimo membro del TEAM che supera il traguardo.
6. Se un membro del TEAM viene squalificato, tutto il TEAM viene squalificato.

Ulteriori Premiazioni

Oltre alle premiazioni già citate verrà premiato con un prestigioso trofeo l'atleta delle sole categorie ELITE che otterrà il miglior tempo nella sessione ostacoli: questa speciale premiazione prende il nome di **GPO "Gran Premio dell'Ostacolo"**.

Un ulteriore premio sarà destinato a chi completa la sessione ostacoli più la salita al santuario di Montallegro nel minor tempo: questo trofeo prende il nome di **GPM "Gran Premio della Montagna"**

Tra tutti i partecipanti AMATORI verranno anche effettuate le seguenti premiazioni:

1. miglior costume da PIRATA
2. miglior costume da PIRATA TEAM
3. distanza di provenienza
4. anzianità
5. fair play
6. team più pesante
7. team più leggero
8. aficionados (gli atleti che hanno partecipato a tutte le gare Sporteventi nel 2016) (RPR2016 e le due tappe [SEA2SKY](#))
9. estrazione numerosi premi speciali materiali tecnici sponsor tra tutti i partecipanti
- 10.

Prezzi di iscrizione

i prezzi di iscrizione e modalità di pagamento sono definiti dalla seguente tabella:

	Modalità di pagamento disponibile	ELITE	AMATORI	ELITE TEAM prezzo a partecipante	AMATORI TEAM prezzo a partecipante
Entro il 01/01/2017	Bonifico, Paypal o carta di credito	€ 35.00	€ 30.00	€ 35.00	€ 25.00
Entro il 01/02/2017	Bonifico, Paypal o carta di credito	€ 40.00	€ 35.00	€ 40.00	€ 30.00
Entro il 01/03/2017	Bonifico, Paypal o carta di credito	€ 45.00	€ 40.00	€ 45.00	€ 35.00
Entro il 28/03/2017	Paypal o carta di credito	€ 50.00	€ 45.00	€ 50.00	€ 40.00

Il giorno della manifestazione le quote subiranno un aumento di € 15,00.

informazioni logistiche: prima e dopo la corsa

come raggiungere la manifestazione:

TRENO: stazione di Rapallo
dalla stazione si raggiunge a piedi la PALESTRA (150 metri) <https://goo.gl/maps/mm7ja3i9xn22>

AUTO: uscita Autostradale di Rapallo

Posteggio Auto: [work in progress]

dopo l'accredito:

i partecipanti raggiungono a piedi la zona di partenza: <https://goo.gl/maps/Yx51WMbpv3o> approfittando del transito sul lungomare per visionare i 20 ostacoli: è assolutamente vietato salire sugli ostacoli e/o provarli.

informazioni varie

Si consiglia un abbigliamento tecnico per la corsa fuoristrada e vestiti piuttosto aderenti per evitare impigliamenti negli ostacoli.

ATTENZIONE: non ci sarà una prova di nuoto, ma occorre saper nuotare in quanto alcuni ostacoli sono sul mare.

modifiche e cambiamenti

L'organizzazione si riserva il diritto di modificare il presente regolamento e di pubblicarne aggiornamenti sul sito www.reapalusrace.it