

# swiss masters running

---

## Regolamento

per i partecipanti al

## SMRUN Masters Running Cup

### Indice dei contenuti

1. Obiettivo.....	2
2. Validità.....	2
3. Responsabilità.....	2
4. Condizioni generali.....	2
5. Categorie .....	3
6. Calcolo dei punti .....	3
7. Punteggio.....	4
8. Premi .....	4
9. Pubblicazione.....	5
10. Iscrizioni alle gare.....	5
11. RegISTRAZIONI di nuovi membri .....	5
12. Protezione dei dati.....	5
13. Vantaggi dell'adesione.....	6
14. Persona di contatto per domande sulla coppa di corsa .....	7
15. Persona di contatto per domande sulla valutazione della corsa .....	7

Il vostro referente presso smrun:

✉ swiss masters running - smrun

Willi Guggisberg

Responsabile della Coppa Masters Running

☎ +41 31 922 35 10 / +41 79 910 70 88

✉ laufcup@smrun.ch

🌐 [www.smrunch](http://www.smrunch)

Aggiornamenti:

- Nuova edizione del regolamento approvata nella riunione del Consiglio di amministrazione del  
30.09.2022

# Coppa di corsa Masters

## 1. OBIETTIVO

SMRUN organizza ogni anno la Smrun Masters Running Cup. Grazie all'organizzazione della stessa, SMRUN vuole rinforzare e sviluppare ulteriormente il quadro podistico svizzero, nonché offrire ai master (podisti e podista dai 35 anni in su) una prospettiva sportiva per il futuro, cosicché costoro possano continuare a gareggiare con i loro coetanei e quindi praticare lo sport anche in età avanzata. SMRUN punta a una situazione win-win con gli organizzatori delle gare e vuole rafforzare la collaborazione

## 2. VALIDITÀ

Il presente regolamento è valido per tutti gli eventi a partire dal 01.01.2023.

## 3. RESPONSABILITÀ

Il consiglio di smrun [VS] è responsabile della stesura e dell'approvazione dei regolamenti. Il VS si avvale della consulenza di membri attivi con esperienza di campionati podistici e di rappresentanti degli organizzatori di campionati di corsa Masters. Il VS nomina una commissione di corsa [LK], che effettua la selezione. Il responsabile della Running Cup di gestione guida la commissione e ne assicura una composizione equilibrata. Il numero massimo di membri di questo comitato è di 9 persone.

## 4. CONDIZIONI QUADRO

- 4.1. La Masters Running Cup è aperta a tutti i soci SMRUN. Oltre alla quota associativa, per la Smrun Running Cup non è prevista alcuna quota di partecipazione aggiuntiva e non è necessaria l'iscrizione.
- 4.2. La Masters Running Cup comprende di solito un totale di 18 eventi podistici in Svizzera<sup>1</sup>. Si tiene ogni anno solare. Le corse di dicembre non possono essere prese in considerazione per la Running Cup dell'anno in corso a causa di attriti con la data di pubblicazione del nostro giornale. Tuttavia, una gara che si svolge a dicembre può essere selezionata come prima gara per la Running Cup dell'anno successivo.
- 4.3. Per rinvigorire la partecipazione alla Running Cup e semplificare il raggiungimento di almeno 4 corse conteggiate e quindi l'inserimento nella classifica, tutti i partecipanti possono registrare due cosiddette corse jolly per anno solare via e-mail

---

<sup>1</sup> incluso il Principato del Liechtenstein

(indicando evento, data, cognome, nome, categoria, tempo) al responsabile della stesura della classifica (e-mail: [Laufauswertung@smrun.ch](mailto:Laufauswertung@smrun.ch) ). L'ultima iscrizione è il 31 ottobre. Le corse jolly possono essere corse su strada, montagna, trail, pista, triathlon, duathlon o ultra. Saranno assegnati 850 punti per ogni corsa Jolly, indipendentemente dal tempo e dalla classifica di gara. Il Responsabile di cui sopra effettuerà il controllo al riguardo.

- 4.4. I campionati svizzeri di atletica leggera sui 10 km, la mezza maratona, la maratona e la corsa in montagna, nonché la corsa evento dell'assemblea generale e, di norma, anche le tre corse con il maggior numero di partecipanti, secondo le statistiche a lungo termine SMRUN, sono considerate come teste di serie per la Masters Running Cup. Per aumentare il valore della partecipazione ai campionati svizzeri, europei o mondiali per i nostri corridori dilettanti, a tutti i partecipanti saranno concessi 200 punti aggiuntivi per ogni campionato. Se si partecipa a un campionato europeo o mondiale non accompagnato ufficialmente da SMRUN, si prega di inviare un'e-mail a [laufauswertung@smrun.ch](mailto:laufauswertung@smrun.ch) indicando cognome, nome, categoria, tempo di percorrenza, evento e data. L'iscrizione deve pervenire entro il 31 ottobre per poter essere inclusa nei risultati dell'anno in corso.
- 4.5. SMRUN rispetta le date per evitare collisioni tra gli eventi podistici da un lato e le vacanze podistiche SMRUN e i Campionati Europei e Mondiali Master dall'altro.
- 4.6. Di norma, per la Running Cup vengono selezionate le gare che pagano a Swiss Athletics la tassa sugli sport di base.
- 4.7. Gli organizzatori della gara propongono le seguenti categorie di età per donne e uomini:  
30<sup>2</sup>, 40, 50, 60, 70, 80<sup>3</sup>. I nomi delle categorie dovrebbero essere F/M 30, 40, 50, 60, 70, 80 come è consuetudine a livello internazionale e non "senior", "veterani" o simili.

## 5. CATEGORIE

- 5.1. Corsa: Per la Masters Running Cup, SMRUN gestisce le categorie per uomini e donne di età compresa tra i 35 e gli 89 anni, ovvero da M/F35 a M/F85. Viene effettuata una suddivisione per ogni 5 anni.
- 5.2. Camminata: non ci sono categorie di età per la camminata/camminata nordica. Tutte le distanze offerte saranno considerate. L'importante è partecipare!

## 6. CALCOLO DEI PUNTI

- 6.1. Il tempo medio dei 3 migliori partecipanti di ogni categoria (classifica SMRUN) dà luogo a 1000 punti. Per evitare differenze troppo grandi, soprattutto nelle

<sup>2</sup> Il limite di età dei master si applica a partire da 35 anni

<sup>3</sup> competizione obbligatoria. Se i concorrenti sono meno di cinque per categoria, possono essere assegnati alla categoria immediatamente inferiore. Presso lo SM, le categorie master si tengono ogni 5 anni.

categorie con pochi partecipanti, il vincitore riceverà un massimo di 1150 punti. In questo caso i punti del secondo e del terzo posto saranno adeguati di conseguenza.

- 6.2. La distribuzione dei punti per i partecipanti è più uniforme, poiché il punteggio di 1000 punti non è determinato da uno, ma da tre. Matematicamente, la situazione è la seguente per ogni categoria:

$$\text{Tempo medio dei primi e} * 1000 \\ \text{diviso per} \frac{\text{-----}}{\text{tempo proprio}} = \text{punti}$$

## 7. PUNTEGGIO

- 7.1. Solo i membri di SMRUN saranno inclusi nella classifica. La data della dichiarazione di adesione a SMRUN sarà riconosciuta come data a partire dalla quale i punteggi per la Masters Run Cup saranno assegnati. Le gare avute luogo prima di quella data non saranno considerate.
- 7.2. Per il conteggio di fine anno, verranno considerati i punteggi più alti di 6 gare nonché aggiunti gli eventuali corrispondenti bonus.
- 7.3. Coloro che hanno partecipato a meno di 4 competizioni non saranno inclusi nella classifica finale.
- 7.4. I risultati delle gare preliminari degli organizzatori non saranno valutati per motivi di pari opportunità.
- 7.5. Al fine di raggiungere il numero minimo di gare della Running Cup, il Comitato esecutivo può, su richiesta, autorizzare il cumulo delle corse e delle partecipazioni a piedi o di camminata nordica.

## 8. PREMI

- 8.1. Chi ha completato 6 o più corse riceverà un massimo di 60,00 CHF. Chiunque abbia completato un numero di corse pari o inferiore a 5 nella Masters Run Cup riceverà CHF 0.00. Questo vale per i corridori, i camminatori e i nordic walker.
- 8.2. I premi in denaro e/o non in denaro saranno consegnati direttamente al socio o alla persona autorizzata per iscritto in occasione della Assemblea generale successiva. Non è prevista la spedizione postale di premi in denaro e/o non in denaro. I "premi" non ritirati decadono a favore dell'Associazione.
- 8.3. Almeno i primi 3 classificati di ogni categoria riceveranno un bel premio.
- 8.4. Saranno messi in palio premi interessanti per i camminatori e i nordic walker.

8.5. I premi (in denaro e/o non in denaro) saranno consegnati solo se la quota associativa è stata pagata. Eccezione: membri esentati dal pagamento della quota associativa.

## **9. PUBBLICAZIONE**

La pubblicazione delle classifiche delle singole gare, dei risultati intermedi e finali avverrà per via elettronica sul sito web di SMRUN e sull'organo del club "Journal". Le valutazioni sono contrassegnate dalla data; è valida la versione più recente. Le obiezioni devono essere presentate tempestivamente e saranno subito trattate. Le obiezioni alla graduatoria finale sono possibili fino al 10° giorno dell'anno solare successivo (per il 2022, ad esempio, entro il 10 gennaio 2023). Le correzioni alla graduatoria finale saranno pubblicate solo online su Internet ([www.smrunch.ch](http://www.smrunch.ch)). A partire dal 10 gennaio dell'anno successivo, la graduatoria è definitiva e non può più essere modificata.

## **10. ISCRIZIONI ALLE CORSE**

Quando vi iscrivetevi alle gare della Running Cup, assicuratevi di scrivere correttamente il vostro nome (Müller è Müller e non Mueller o Muller). Il nome del club è "smrun" (non SM run), ma può anche essere un'aggiunta (ad esempio LC Uster/smrunch). Questo semplifica anche la ricerca nella lista di partenza, ad esempio per formare squadre SM. Le informazioni incomplete o errate devono essere corrette dall'organizzatore. Il Responsabile SMRUN della stesura delle classifiche NON può assumersi alcuna responsabilità per tali inadeguatezze, che possono portare a "perdersi".

## **11. ISCRIZIONI DI NUOVI MEMBRI**

I nuovi soci vengono contati a partire dal giorno in cui si iscrivono al club. È possibile iscriversi facilmente sulla homepage di [www.smrunch.ch](http://www.smrunch.ch) o presso lo stand di smrun, che di solito è presente a tutte le gare di running cup. Se un nuovo socio si iscrive il giorno di una gara della Running Cup, questa mutazione deve essere inserita immediatamente nel nostro strumento di webling. Si deve inoltre indicare se il nuovo membro inizierà come corridore o come camminatore/camminatrice nordica nella coppa di corsa. Se non è possibile farlo sul posto, queste informazioni devono essere comunicate al responsabile della stesura classifica della Running Cup (Laufcupanwerter) e al responsabile del supporto ai membri (Mitgliederbetreuung) lo stesso giorno, in modo che la corsa possa essere valutata per la coppa. È esclusa una valutazione successiva circa eventi di Running Cup già svolti. Per motivi tecnici non è possibile passare dalla camminata alla corsa durante l'attuale stagione di Running Cup.

## **12. PROTEZIONE DEI DATI**

Per poter ricevere i risultati delle nostre gare di Coppa dalle società di cronometraggio, i soci sono stati invitati a comunicarci se non vogliono che i loro dati vengano

pubblicati. Senza una notifica scritta al responsabile della smrun running cup, presumiamo di poter pubblicare i dati senza ulteriori indugi.

### **13. VANTAGGI DELL'ADESIONE**

Come membro di smrun...

- siete i benvenuti senza prenotazione
- troverete maestri che la pensano come voi nei settori della corsa su strada, su pista, in montagna e su sentiero, dell'ultra running, della camminata, del nordic walking, del duathlon e del triathlon.
- Beneficerete del nostro impegno a favore degli interessi dei Master a livello nazionale e internazionale.
- Sperimenterete un grande cameratismo al di là dei confini cantonali e linguistici, con lo stencil del nostro club come segno distintivo.
- Che siate atleti amatoriali, agonisti o di alto livello, siete al centro dei nostri sforzi.
- L'assemblea generale comprende anche la cerimonia di premiazione della Masters Running Cup e la cena offerta.
- Raccontare la propria corsa agli altri soci, seduti comodamente ai tavoli riservati agli smrun e gioire dei propri risultati.
- potete partecipare gratuitamente all'unica coppa svizzera di corsa per master con 18 corse in tutte le regioni e vincere premi in denaro e/o non in denaro.
- avete l'opportunità di partecipare ai campionati nazionali e internazionali con il Team Switzerland come corridore individuale o in squadra, senza limiti di qualificazione e contando su interessanti offerte di viaggio.
- non è necessaria una licenza per partecipare ai campionati svizzeri o internazionali
- Potete scegliere l'offerta giusta per voi tra interessanti gite di club, settimane di corsa e nordic walking ed escursioni regionali.
- si ottengono quote d'iscrizione scontate ad alcuni eventi Laufcup
- beneficiate di offerte scontate da parte dei nostri sponsor
- si ha l'opportunità di acquistare l'abbigliamento funzionale di marca del club a un prezzo preferenziale.
- Se si partecipa a un numero sufficiente di gare, si può evitare di pagare la quota associativa.
- premi attraenti non in denaro saranno consegnati ai primi tre classificati di ogni categoria di coppa.

- vi verrà offerto un interessante pacchetto di viaggio per i campionati internazionali; SMRUN organizzerà o coordinerà il viaggio, il catering, l'hotel e il trasporto tra l'hotel e le sedi delle gare
- È possibile ottenere un pettorale gratuito o una compensazione con l'assegnazione di un aiuto allo stand SMRUN.

#### **14. REFERENTE PER DOMANDE CIRCA LA RUNNING CUP**

✉ swiss masters running - smrun

Willi Guggisberg

Responsabile della Masters Running Cup

☎ +41 31 922 35 10 / +41 79 910 70 88

✉ laufcup@smrun.ch

💻 [www.smrunch](http://www.smrunch)

#### **15. PERSONA DI CONTATTO PER DOMANDE SULLA VALUTAZIONE DELLA CORSA**

valutazioni della corsa smrun

laufauswertungen@smrun.ch