

# swiss masters running

---

## Regolamento

per i partecipanti al


## smrun Masters Running Cup

### Indice

1. Obiettivo.....	2
2. Validità.....	2
3. Responsabilità .....	2
4. Condizioni quadro .....	2
5. Categorie .....	4
6. Calcolo dei punti.....	4
7. Punteggio.....	5
8. Premi .....	5
9. Pubblicazione .....	6
10. Iscrizioni alle corse .....	6
11. Iscrizioni di nuovi membri .....	6
12. Protezione dei dati .....	7
13. Vantaggi dell'adesione .....	7
14. REFERENTE per domande CIRCA LA STESURA DELLA CLASSIFICA .....	8

### Il vostro referente alla smrun:

 Guggisberg Responsabile della Masters Running Cup

 31 922 35 10 / +41 79 910 70 88

 [laufcup@smrun.ch](mailto:laufcup@smrun.ch)

 [www.smrun.ch](http://www.smrun.ch)

### Aggiornamenti:

- Nuova edizione del regolamento approvata nella riunione del Consiglio di amministrazione del 30.09.2022
- Aggiornato in base alla decisione del Consiglio di amministrazione del 14.02.2023 e pubblicato sul sito web il 23.03.2023

# swiss masters running

## Coppa di corsa Masters

### 1. OBIETTIVO

smrun organizza ogni anno la smrun Masters Running Cup. Con l'organizzazione di questo campionato, smrun vuole contribuire all'ulteriore sviluppo alla disciplina podistica in Svizzera e offrire ai master una prospettiva sportiva per il futuro, per competere con i loro coetanei e per poter praticare lo sport anche in età avanzata. smrun punta a una situazione win-win con gli organizzatori delle gare, nonché rafforzare la collaborazione con essi.

### 2. VALIDITÀ

Il presente regolamento è valido per tutte le gare a partire dal 01.01.2023.

### 3. RESPONSABILITÀ

Il Board smrun [BS] è responsabile della preparazione e dell'approvazione del regolamento della Masters Running Cup. In caso di controversie, si applica la versione tedesca e la decisione finale spetta al BS. Il BS si avvale della consulenza di membri aventi esperienza circa campionati podistici, nonché di rappresentanti di organizzazioni di campionati masters. A tal fine, il BS nomina una Commissione di corsa [LK], la quale seleziona le gare del campionato.

### 4. CONDIZIONI QUADRO

La Masters Run Cup è aperta a tutti i soci smrun. Oltre alla quota associativa, non è prevista alcuna quota di partecipazione aggiuntiva per la smrun running cup e non è richiesta alcuna iscrizione.

4.1. La Masters Running Cup comprende di solito un totale di 18 eventi podistici in Svizzera<sup>1</sup>. Si svolge ogni anno solare. Le corse del mese di dicembre non possono essere prese in considerazione per la Running Cup dell'anno in corso a causa di problemi di data con la pubblicazione del giornale smrun.

---

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

# swiss masters running

Tuttavia, una corsa che si svolge a dicembre può essere scelta come prima gara per il campionato dell'anno successivo.

- 4.2. Onde rafforzare la partecipazione alla Running Cup e semplificare il raggiungimento di almeno 4 corse conteggiate e quindi l'inserimento nella classifica, tutti i partecipanti possono segnalare via e-mail due corse jolly per anno solare (indicando l'evento, la data, il cognome, il nome, la categoria, il tempo) al responsabile della classifica del campionato (e-mail: [laufauswertungen@smrun.ch](mailto:laufauswertungen@smrun.ch) ). Le corse jolly possono essere gare su strada, montagna, trail, pista, triathlon, duathlon o ultra. La segnalazione deve essere effettuata entro 30 giorni dal giorno in cui la gara ha avuto luogo. Le corse Jolly vanno, in ogni caso, segnalate entro e non oltre il 31 ottobre dell'anno. Saranno assegnati 850 punti per ogni corsa Joker, indipendentemente dal tempo e dal grado. Il responsabile di classifica effettuerà il controllo inerente.
- 4.3. 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, le tre corse con il maggior numero di partecipanti, secondo le statistiche a lungo termine smrun, non possono mancare nella Masters Running Cup. Al fine di aumentare il valore della partecipazione ai Campionati Svizzeri (CS), europei (EM) o mondiali (WM) anche per i nostri corridori amatoriali, a tutti i partecipanti ai CS sarà concesso un supplemento di 200 punti al risultato della Running Cup e ai partecipanti ai Campionati europei o ai Campionati mondiali (non-stadia (strada), stadia, corsa in montagna, trail, maratona, indoor) sarà concesso un bonus di 200 punti. Se un Campionato europeo o una Coppa del mondo viene conteggiata come gara interna della Running Cup (ad esempio, la corsa in montagna di Adelboden), i punti saranno distribuiti normalmente e verrà concesso un bonus aggiuntivo di 200 punti.
- 4.4. Chiunque partecipi a un Campionato europeo o a un Campionato mondiale non accompagnato ufficialmente da smrun deve comunicare la propria partecipazione via e-mail a [laufauswertungen@smrun.ch](mailto:laufauswertungen@smrun.ch), indicando cognome, nome, categoria, tempo di percorrenza, evento e data. Questa segnalazione deve essere effettuata entro 30 giorni dall'evento

# swiss masters running

e, comunque, entro e non oltre il 31 ottobre, di modo che essa poter essere inserita fra i risultati dell'anno in corso.

- 4.5. smrun osserva 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 "Seniors", "Veterans" o simili.

## 5. CATEGORIE

- 5.1. Corsa: Per la Masters Running Cup, smrun gestisce categorie per uomini e donne di età compresa tra 35 e 89 anni, ovvero da M/F35 a M/F85. Viene effettuata una suddivisione per 5 anni.
- 5.2. Camminata (walking): non ci sono categorie di età per la camminata/nordic walking. Saranno prese in considerazione tutte le distanze proposte. Ciò che conta 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 categorie con pochi partecipanti, il vincitore riceverà un massimo di 1150 punti. In questo caso, i punti del secondo e del terzo classificato 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:

---

<sup>2</sup> Per essere considerati "Masters", è necessario aver compiuto i 35 anni!

<sup>3</sup> Qui è necessario un chiarimento: se ci sono meno di cinque concorrenti per categoria, questi possono essere assegnati alla categoria immediatamente inferiore. Ai Campionati Svizzeri, le categorie master sono raggruppate a 5 anni (35, 40, 45, 50,55,...).

# swiss masters running

$$\frac{\text{Tempo medio die 3 primi} * 1000}{\text{il mio tempo registrato}} = \text{punti}$$

## 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 limite per l'attribuzione del punteggio per la Masters Running Cup. È escluso il credito di corsa retroattivo.
- 7.2. Per il conteggio di fine anno, verrà aggiunto un massimo dei punteggi più alti di 6 corse e, se applicabile, i corrispondenti punti bonus aggiuntivi.
- 7.3. Coloro che hanno partecipato a meno di 4 gare 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 competizioni della Running Cup, il Comitato esecutivo può, su richiesta, autorizzare il cumulo delle corse e delle partecipazioni a piedi o di nordic walking.

## 8. PREMI

- 8.1. Chi ha completato 6 o più corse riceverà un massimo di 60,00 CHF.  
Chi ha completato 5 o meno corse nella Masters Running Cup riceverà CHF 0.00. Questo vale per corridori, camminatori e nordic walker.
- 8.2. I premi in denaro e/o non in contanti saranno consegnati direttamente al socio o alla persona autorizzata per iscritto in occasione della successiva Assemblea generale. Non è previsto l'invio postale di premi (che siano in denaro o no). I "premi" non ritirati decadranno a favore dell'Associazione.

# swiss masters running

- 8.3. Almeno i primi 3 classificati di ogni categoria riceveranno un premio interessante.
- 8.4. Saranno messi in palio fantastici premi per i camminatori e i nordic walkers.
- 8.5. I premi (in denaro o meno) saranno consegnati solo se la quota associativa è stata pagata. Eccezione: membri liberi.

## 9. PUBBLICAZIONE

La pubblicazione delle classifiche delle singole gare, dei risultati intermedi e finali avverrà per via elettronica sul sito web di smrun e sul nostro "Journal". Le valutazioni sono contrassegnate dalla data; è valida l'ultima versione. Le obiezioni devono essere fatte in maniera tempestiva e saranno trattate immediatamente. Le obiezioni alla classifica finale sono possibili fino al massimo al decimo giorno dell'anno solare successivo. 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

Al momento dell'iscrizione alle gare della Running Cup, assicurarsi di scrivere correttamente il proprio nome (Müller è Müller e non Mueller o Muller). Il nome del club è "smrun" (non SM run), che può anche essere aggiunto a quello del proprio club di appartenenza (ad es. LC Uster/smrunch). Questo semplifica anche la ricerca nella lista di partenza, ad esempio per formare squadre in occasione dei Campionati Svizzeri. Informazioni incomplete o errate devono essere corrette dall'organizzatore. Il responsabile smrun della stesura della classifica è esente da ogni responsabilità circa i problemi che tali inadeguatezze possono comportare (come la "perdita" di punti raccolti di un socio e loro mancato inserimento in classifica finale).

## 11. ISCRIZIONI DI NUOVI MEMBRI

I nuovi soci vengono conteggiati dal giorno di iscrizione al club. È possibile iscriversi facilmente sulla homepage di [www.smrunch.ch](http://www.smrunch.ch) o direttamente presso lo stand di smrun, che di solito è presente a tutte le gare della Running Cup. Se un nuovo socio si iscrive il giorno stesso di una competizione in Master Running Cup, questa iscrizione deve essere inserita immediatamente nel nostro strumento di webbing.

# swiss masters running

Si deve anche indicare se il nuovo membro partirà come corridore o come camminatore/nordic walker nella Running Cup. Se non è possibile farlo sul posto, queste informazioni devono essere comunicate al responsabile della stesura della classifica della running Cup nonché al responsabile del supporto soci il giorno stesso, in modo che la corsa possa essere presa in considerazione nella classifica della Running Cup. Gare SMRUN già svoltesi non possono essere inserite in classifica. Per motivi tecnici non è possibile passare dalla corsa alla camminata durante la stagione in corso.

## 12. PROTEZIONE DEI DATI

Al fine di ricevere i risultati delle nostre corse dalle società di cronometraggio, i membri sono invitati a comunicarci se non desiderano che i loro dati vengano pubblicati. In assenza di una notifica scritta al responsabile della smrun running cup, riteniamo di poter pubblicare i dati senza ulteriori indugi.

## 13. VANTAGGI DELL'ADESIONE

Come membro di smrun...

- siete i benvenuti senza prenotazione
- Conoscerete podisti 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.
- Vivrete un'esperienza di 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 della nostra attenzione.
- L'assemblea generale comprende anche la cerimonia di premiazione della Masters Running Cup e la cena offerta.
- Durante le gare della Running Cup, è possibile "raccontarsi" la gara seduti comodamente ai tavoli riservati agli smrun e festeggiarsi i risultati a vicenda.

# swiss masters running

- Partecipazione gratuita all'unica coppa svizzera di corsa per master con 18 gare 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 ostacoli di qualificazione e contando su interessanti offerte di viaggio.
- non è necessaria una licenza per partecipare a 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 di iscrizione scontate ad alcuni eventi Laufcup
- beneficate 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, ci si può trovare abbuonata la quota associativa.
- premi attraenti non in denaro saranno consegnati ai primi tre classificati di ogni categoria di coppa di corsa.
- 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 posto di partenza gratuito o una compensazione con l'assegnazione se si partecipa come volontari allo stand smrun.

## 14. REFERENTE PER DOMANDE CIRCA LA STESURA DELLA CLASSIFICA

Classifica delle gare smrun

[laufauswertungen@smrun.ch](mailto:laufauswertungen@smrun.ch)