

# Regolamento

per i partecipanti alla

## smrun Masters Running Cup

### Indice dei contenuti


1.	Obiettivo .....	2
2.	Validità.....	2
3.	Responsabilità.....	2
4.	Condizioni generali.....	2
5.	Categorie .....	4
6.	Calcolo dei punti .....	4
7.	Valutazione .....	4
8.	Premi e onorificenze .....	5
9.	Pubblicazione .....	5
10.	Iscrizione alle corse.....	5
11.	Registrazione di nuovi membri.....	5
12.	Cambio di disciplina nel corso dell'anno.....	6
13.	Protezione dei dati.....	6
14.	Vantaggi dell'adesione.....	6
15.	Persona di contatto per domande sulla Laufcup .....	7
16.	Persona di contatto per domande sulla valutazione della corsa .....	7


Il vostro referente smrun:

swiss masters running - smrun

Stephen Dunlop

Responsabile della Masters Running Cup (Laufcup)

 +41 79 4025615

 laufcup@smrun.ch

 www.smrun.ch

### Aggiornamenti:

- Nuova edizione del regolamento approvata dal consiglio di amministrazione del 30.09.2022
- Aggiornata secondo la decisione del consiglio di amministrazione del 14.02.2023
- Aggiornata secondo la decisione del consiglio di amministrazione del 1.12.2023, in base ai risultati del sondaggio Laufcup 2023.

# Masters Laufcup

## 1. OBIETTIVO

smrun organizza ogni anno la smrun Masters Running Cup<sup>1</sup>. Mediante l'organizzazione di questa serie, smrun si propone di contribuire allo sviluppo continuo della scena podistica svizzera. L'obiettivo è offrire ai podisti di categoria master una prospettiva sportiva per il futuro, consentendo loro di competere con coetanei e di continuare a praticare sport anche in età avanzata. smrun punta a una situazione win-win con i comitati organizzatori delle corse e intende rafforzare la collaborazione.

## 2. VALIDITÀ

Il presente regolamento è valido per tutti gli eventi a partire dal 01.01.2024.

## 3. RESPONSABILITÀ

Il consiglio direttivo di smrun [VS] è responsabile dello sviluppo e dell'approvazione del regolamento della Masters Running Cup. In caso di controversie, si applica la versione tedesca e il VS prende la decisione finale. Il VS si avvale della consulenza di membri con esperienza di Masters Laufcup e di rappresentanti degli organizzatori della Masters Running Cup. Il VS nomina una commissione di corsa [LK], che seleziona le gare del Campionato.

## 4. CONDIZIONI GENERALI

- 4.1. La Masters Running Cup è aperta a tutti i soci smrun. Oltre alla quota associativa, non è prevista alcuna ulteriore quota di partecipazione per la smrun Laufcup e non è richiesta alcuna iscrizione aggiuntiva.
- 4.2. La Masters Running Cup comprende di solito un totale di 18 eventi podistici in Svizzera<sup>2</sup>. Ogni anno solare ne viene organizzata una nuova edizione. Le corse di dicembre non possono essere prese in considerazione per la Laufcup dell'anno in corso, a causa di problemi di data con la pubblicazione della nostra rivista. Tuttavia, una corsa che si svolge a dicembre può essere selezionata come prima gara per la Laufcup dell'anno successivo.
- 4.3. Per incrementare la partecipazione alla Laufcup e facilitare il raggiungimento della partecipazione ad almeno 4 corse e quindi l'inserimento in classifica, tutti i partecipanti possono iscrivere due cosiddette corse jolly per anno solare via e-mail (indicando l'evento, la data, il cognome, il nome, la categoria, l'ora) all'analizzatore delle

---

<sup>1</sup> A scanso di equivoci: Masters Running Cup e Laufcup sono la stessa cosa *n.d.T.*

<sup>2</sup> incluso il Principato del Liechtenstein

prestazioni di corsa (e-mail: [laufauswertungen@smrun.ch](mailto:laufauswertungen@smrun.ch)). Le corse jolly possono essere corse su strada, montagna, trail, pista, triathlon, duathlon o ultra. Durante l'anno, le comunicazioni devono essere inviate entro 30 giorni dall'evento. Al termine della Laufcup, l'ultima comunicazione circa le corse jolly deve pervenire entro il giorno successivo all'ultima corsa della Laufcup, cosicché essa possa essere inclusa nei risultati dell'anno in corso. Gli eventi che si svolgono dopo questa data non possono più essere considerati validi. Vengono assegnati 850 punti per ogni corsa Joker, indipendentemente dal tempo e dal posizionamento in classifica. Il "Laufsauswerter" o Analizzatore delle prestazioni di corsa della Running Cup effettuerà un controllo al riguardo. Le corse Jolly sono eventi non elencati nel calendario della Laufcup in corso.

- 4.4. I campionati svizzeri organizzati da Swiss Athletics 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 di smrun sono considerate teste di serie per la Masters Running Cup. Per aumentare l'importanza della partecipazione ai Campionati Svizzeri, Europei o Mondiali per i nostri corridori amatoriali, tutti i partecipanti agli SM riceveranno un bonus di 150 punti in aggiunta al risultato della Laufcup e i partecipanti ai Campionati Europei o Mondiali (non-stadia (Outdoor), stadia, corsa in montagna, trail, maratona, indoor) riceveranno un bonus di 150 punti. Se un Campionato Europeo o un Campionato del Mondo viene conteggiato come gara di Running Cup (ad es. Campionato Europeo di Corsa in Montagna e Trail 2023 ad Adelboden), i punti vengono distribuiti normalmente e viene assegnato un ulteriore bonus di 150 punti. In un anno di Laufcup è possibile ottenere un massimo di 750 punti bonus.
- 4.5. Chiunque partecipi a un Campionato Europeo o Mondiale non accompagnato ufficialmente da smrun deve segnalare 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 registrazione deve essere effettuata entro 30 giorni dall'evento. L'ultima iscrizione dell'anno deve pervenire entro e non oltre il giorno successivo all'ultima gara della Laufcup per poter essere inclusa nei risultati dell'anno in corso.
- 4.6. 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.
- 4.7. Di norma, le gare che pagano la tassa per gli sport popolari a Swiss Athletics vengono selezionate per la Running Cup.
- 4.8. Gli organizzatori della gara propongono le seguenti categorie di età per donne e uomini:  
30<sup>3</sup>, 40, 50, 60, 70, 80<sup>4</sup> I nomi delle categorie dovrebbero essere F/M 30, 40, 50,

<sup>3</sup> Il limite di età dei master si applica a partire da 35 anni

<sup>4</sup> Denominazione obbligatoria. Se ci sono meno di cinque atleti classificati per categoria, questi possono essere assegnati alla categoria immediatamente inferiore. Nella SM, le categorie master si svolgono ogni 5 anni e non saranno più accorpate a partire dal 2024.

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 categorie per uomini e donne di età compresa tra 35 e 89 anni, ovvero da M/F35 a M/F85. La suddivisione è sui 5 anni.
- 5.2. Camminata: non ci sono categorie di età per la camminata/camminata nordica. Vengono prese in considerazione tutte le distanze proposte. L'importante è partecipare!

## 6. CALCOLO DEI PUNTI

- 6.1. Il tempo medio dei primi 3 classificati di ogni categoria (classifica smrun) dà luogo a 1000 punti. Per evitare differenze eccessive, soprattutto nelle categorie con pochi partecipanti, il vincitore riceve 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:

$$\frac{\text{Tempo medio dei primi 3} * 1000}{\text{diviso per Tempo proprio}} = \text{punti}$$

## 7. VALUTAZIONE

- 7.1. Solo i membri di smrun saranno inclusi nella classifica. La data della dichiarazione di adesione a smrun è riconosciuta come data limite per la classifica Masters Laufcup. È escluso il riconoscimento retroattivo delle gare.
- 7.2. Per il conteggio di fine anno, viene sommato il numero massimo di punti di 6 gare e, se applicabile, i corrispondenti punti bonus aggiuntivi.
- 7.3. Chi ha partecipato a meno di 4 gare non sarà inserito nella classifica finale.
- 7.4. Per motivi di pari opportunità, i risultati delle competizioni preliminari degli organizzatori non saranno conteggiati.
- 7.5. Al fine di raggiungere il numero minimo di eventi della Laufcup, il Consiglio direttivo può, su richiesta, autorizzare l'accumulo di corse e di partecipazioni a camminate/camminate nordiche.

## 8. PREMI E ONORIFICENZE

- 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 non) saranno consegnati direttamente al socio o alla persona autorizzata per iscritto in occasione della successiva Assemblea generale. Non è previsto l'invio postale. I premi non ritirati restano a disposizione dell'associazione.
- 8.3. Almeno i primi 3 classificati di ogni categoria riceveranno un premio interessante (non in denaro).
- 8.4. Saranno messi in palio premi anche per i camminatori e i nordic walker.
- 8.5. I premi (in denaro e non) saranno assegnati solo se la quota associativa è stata pagata. Eccezione: membri esentati.

## 9. PUBBLICAZIONE

Le classifiche delle singole gare, i risultati intermedi e finali sono pubblicati elettronicamente sul sito web di smrun e sulla rivista del club "Journal". Le valutazioni sono contrassegnate dalla data; è valida l'ultima versione. Le obiezioni devono essere fatte in modo continuativo e saranno trattate immediatamente. Le obiezioni alla classifica finale sono possibili fino al massimo al decimo giorno dell'anno solare successivo. Si noti che gli eventi segnalati troppo tardi non possono più essere presi in considerazione e solo i risultati errati o incompleti possono essere criticati. Le correzioni alla classifica finale saranno pubblicate solo online su Internet ([www.smrunch.ch](http://www.smrunch.ch)). Dal 10 gennaio dell'anno successivo, la classifica è definitiva e non può più essere modificata.

## 10. ISCRIZIONE ALLE CORSE

Quando ci si iscrive alle corse della Laufcup, ci si assicuri di aver scritto correttamente il proprio nome (Müller è Müller e non Mueller o Muller). Il nome del club è "smrun" (non SM run), e può essere usato anche come suffisso (ad esempio LC Uster/smrunch). Questo semplifica anche la ricerca nella lista di partenza, ad esempio per formare squadre SM. Informazioni incomplete o errate devono essere corrette dall'organizzatore. Gli organizzatori di smrun non si assumono alcuna responsabilità per tali inadeguatezze, che possono comportare una "perdita".

## 11. REGISTRAZIONE DI NUOVI MEMBRI

I nuovi soci vengono conteggiati dal giorno in cui si iscrivono al club. È possibile iscriversi comodamente sulla homepage di [www.smrunch.ch](http://www.smrunch.ch) o presso lo stand smrun, solitamente presente a tutte le gare della Laufcup. Se un nuovo socio si iscrive il giorno di una gara di campionato, questo cambiamento deve essere inserito direttamente nel nostro strumento webling. Si deve anche indicare se il nuovo socio parte come corridore o come camminatore/camminatore nordico nella Laufcup. Se

non è possibile farlo sul posto, queste informazioni devono essere comunicate il giorno stesso al valutatore della coppa di corsa e al team di assistenza ai soci, in modo che la corsa possa essere conteggiata per la coppa. È esclusa una valutazione successiva di eventi Laufcup già svolti.

## 12. CAMBIO DI DISCIPLINA NEL CORSO DELL'ANNO

Non è ammesso il passaggio dal Walking al Running con la Laufcup in corso, per motivi di valutazione. Tuttavia, è ammesso il passaggio inverso (cioè spostarsi dal Running al Walking). Motivo: conta solo il numero di partecipazioni e quindi non è necessario calcolare nuovamente i punti. Una persona può essere conteggiata nella classifica finale solo nella Running Laufcup o nella Walking Laufcup.

## 13. PROTEZIONE DEI DATI

Se alcuni dei soci non volessero veder pubblicati i loro dati (poiché noi dobbiamo ricevere i risultati dalle società di cronometraggio, onde stilare la classifica della Laufcup), costoro sono invitati cortesemente a comunicarcelo tempestivamente. In alternativa, vale la regola del “Silenzio-Assenso (se il responsabile della Laufcup non viene informato, ci riteniamo autorizzati a pubblicare i dati senza indugi)”.

## 14. VANTAGGI DELL'ADESIONE

Come membri di smrun...

- siete i benvenuti al 100%.
- troverete podisti masters altrettanto entusiasti circa la corsa su strada, su pista, in montagna e su sentiero, l'ultra running, la camminata, il nordic walking, duathlon e triathlon.
- beneficate del nostro impegno a favore degli interessi dei Master a livello nazionale e internazionale
- sperimenterete un grande spirito di squadra al di là dei confini cantonali e linguistici, riconoscibile dal logo del nostro club
- Che siate atleti amatoriali, agonisti o d'élite, siete per noi tutti di estrema importanza.
- L'Assemblea generale è anche la sede della cerimonia di premiazione della Masters Running Cup, dove potrete gustare una deliziosa cena.
- potrete “rivivere” la vostra corsa chiacchierando ai tavoli riservati agli smrun nell'area ristorazione e brindare al vostro risultato.
- potete partecipare gratuitamente all'unica Laufcup svizzera per master, con 18 gare in tutte le regioni, e vincere allo stesso tempo premi in denaro e non.

- avete l'opportunità di partecipare ai campionati nazionali e internazionali con il Team Switzerland senza barriere di qualificazione, come corridori individuali e/o come parte di una squadra e potete contare su interessanti offerte di viaggio.
- non è necessaria la licenza per partecipare ai campionati svizzeri o internazionali.
- potete scegliere il programma più adatto a voi tra interessanti gite di club, settimane di corsa e nordic walking ed escursioni regionali.
- si ottengono quote d'iscrizione scontate ad alcuni eventi della Running Cup
- beneficate di offerte scontate da parte dei nostri sponsor
- avete l'opportunità di acquistare abbigliamento funzionale di marca dal club a un prezzo preferenziale
- è possibile ottenere il rimborso della quota associativa se si partecipa a un numero sufficiente di coppe podistiche
- Premi allettanti saranno consegnati ai primi tre classificati di ogni categoria.
- vi sarà 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 di gara
- potete ottenere un pettorale gratuito o un compenso facendo il volontario allo stand smrun

## 15. PERSONA DI CONTATTO PER DOMANDE SULLA LAUFCUP

Stephen Dunlop

Responsabile della Masters Laufcup

☎ +41 79 402 56 15

✉ laufcup@smrun.ch

🌐 www.smrun.ch

## 16. PERSONA DI CONTATTO PER DOMANDE SULLA VALUTAZIONE DELLA CORSA

Analizzatore e addetto alle classifiche smrun :✉ laufauswertungen@smrun.ch