

Regolamento Trofeo MICA

Presentazione

L'ASD La Michetta promuove un challenge gratuito, virtuale, per singoli e squadre. Trofeo Multi-distanza Int. di Corsa all'Aperto aka MICA #MICAchallenge

Una nuova sfida su distanze differenti e diverse da come siamo abituati vi attende. Ogni due settimane la distanza sarà diversa e sarà misurata in miglia lombarde, 5 distanze via via crescenti dal miglio (1,78 km) al 10 miglia lombarde (17,85 km), passando per le 2 (3,57 km), le 3 (5,35 km) e le 5 (8,92 km). La scelta del miglio lombardo è qualcosa di nuovo, per non avere paragoni con le distanze solite, e qualcosa che ci lega al territorio dove corriamo. Può essere corso anche dai non lombardi, non ci offendiamo MICA. :)

Regolamento

1. La partecipazione al challenge è libera, iscrivendosi si accetta il regolamento e si declina qualsiasi responsabilità dagli organizzatori.
2. Può partecipare qualsiasi persona e squadra. La squadra va comunicata e quindi creata da un membro della stessa, prima della sfida, mediante comunicazione agli organizzatori. Ogni squadra può avere un massimo di 15 (quindici) atleti. Le squadre saranno pubbliche.
3. Il Trofeo è composto da Stagioni, ogni Stagione è composto da 5 Sfide, indicativamente intervallate da 2 settimane:
 - 1 miglio lombardo (1,78 km)
 - 2 miglia lombarde (3,57 km)
 - 3 miglia lombarde (5,35 km)
 - 5 miglia lombarde (8,92 km)
 - 10 miglia lombarde (17,85 km)
4. Ogni sfida ha inizio alle ore 0:00 del mercoledì e ha fine alle 23:59 della domenica. L'obiettivo in questo lasso di tempo è di correre la distanza della sfida in oggetto e registrarne lunghezza e durata con uno smartwatch o smartphone.
5. Partecipando ad una Sfida si parteciperà automaticamente a tutta la Stagione.
6. Per le sfide in cui non si partecipa verrà assegnato il tempo dell'ultimo runner della propria classe A, B o C (vedi punto 10), maggiorato di 30" per la classifica a tempo. Verranno esclusi come tempo dell'ultimo runner della categoria, tempi superiori all'ultimo runner della categoria alfabeticamente inferiore. Non si porteranno punti nella classifica di categoria né in quella a squadre.
7. La partecipazione avviene mediante compilazione e invio del form, che sarà esplicitato in ogni comunicazione di sfida, vi sarà chiesto di indicare: Nome, Cognome, eventuale squadra scelta dal menù a tendina, tempo impiegato, url dell'attività.
8. Per url si intende un link pubblico all'attività registrante la sfida (esempio: GarminConnect, Strava, Adidas Running, Nike Training, etc). La direzione si riserva il diritto di verificare gli url che dovranno contenere l'indicazione della distanza e del tempo. Il tempo di riferimento sarà quello totale, senza pause. La distanza per essere

valida deve essere uguale o superiore alla distanza della sfida. Inoltre potranno non essere conteggiate attività con un dislivello negativo superiore al 1% (corsa in discesa).

9. Quando il partecipante sceglie una squadra, potrà portare punti solo per questa squadra per tutta la Stagione. Ovvero non è possibile cambiare squadra a Stagione in corso.
10. **Categorie.** Partecipando alla prima sfida automaticamente il partecipante sarà assegnato ad una categoria in base al posizionamento che otterrà in quella sfida. La categoria verrà mantenuta per tutto il Trofeo. La lista dei partecipanti verrà divisa in noni, al primo nono verrà assegnata la categoria A1, al secondo nono la categoria A2, quindi la A3, B1, etc fino all'ultimo nono la categoria C3. A fine Stagione ci sarà una riattribuzione delle categorie, nella stessa modalità dei noni, questa volta prendendo in oggetto la somma dei tempi di tutte le sfide in cui si ha partecipato.
Es1: nella prima sfida mi classifico nel primo nono, quindi A1. Durante la Stagione mi classifico nelle varie sfide nel secondo e terzo nono. A fine Stagione nella classifica generale a tempo (al netto delle non partecipazioni) mi classifico nel secondo nono. La mia categoria per la stagione successiva sarà la A2.
Es2: Vinco la mia categoria (punto 13), a prescindere dal piazzamento che otterrò nella Classifica a tempo, la Stagione successiva riparto dalla categoria superiore.
11. **Classifica a tempo.** È prevista una classifica personale a tempo. Vincerà il primo uomo e la prima donna che riuscirà a coprire le 21 miglia complessive (la somma della distanza di ogni sfida) nel minor tempo possibile.
Saltare una gara, significa ottenere il tempo dell'ultimo partecipante della propria categoria più i secondi di penalizzazione, come descritto al punto 6, del presente regolamento
12. **Punteggi.** Ad ogni sfida, in base al piazzamento ottenuto nella categoria verrà assegnato un punteggio, uguale per tutte le categorie, decrescente dal primo all'ultimo, questo punteggio parte da 30 punti e diminuisce di 1 punto per ogni posizione.
12.1 - *Punti bonus:* verrà assegnato 5 punti bonus al primo, 3 punti bonus al secondo e 2 punti bonus al terzo di ogni categoria. I punti bonus concorrono per la classifica di categoria a punti.
13. **Classifica di categoria a punti:** concorrono alla classifica la somma dei punteggi ed eventuali bonus ottenuti nella Stagione come descritto nel punto 12 del presente regolamento. Il primo di categoria verrà promosso nella categoria superiore al termine della Stagione e varrà per la Stagione successiva.
14. **Classifica a squadre:** al calcolo della classifica a squadre della Stagione concorrono i seguenti punteggi sommati per ogni singola sfida nella Stagione per ogni squadra: Saranno sommati i dieci migliori punteggi degli atleti di tutte le categorie.
14.1 **Serie/Promozioni/Retrocessioni.** Oltre le 10 squadre la classifica verrà divisa in serie. Sono previste 2 promozioni e 2 retrocessioni per ogni Stagione. Le nuove squadre iscritte entreranno nelle serie più bassa.
15. **Premio vittoria:** Per la squadra che chiuderà prima in classifica, avrà un buono da 250,00 euro da devolvere ad un progetto, associazione a piacere.
16. Per tutto quanto non espresso nel regolamento vale il buon senso.