



# 100 KM DEL SAHARA

**20° edizione – OTTOBRE 2021**  
**Runners – Nordic Walking – Walkers**

## **Premessa: l'estremo per tutti.....**

Cambio di data per la prossima ventesima edizione, reso necessario per riorganizzare al meglio questa importante ricorrenza. E' stato realizzato un programma speciale, completamente rinnovato. La 100 km del Sahara si presenta con **3** differenti programmi rivolgendosi così ad un target molto più ampio di potenziali partecipanti. Programmi nella direzione più estrema, per runner's esperti sempre più alla ricerca delle grandi distanze, e programmi nella direzione opposta fatti per i Nordic Walking e per corridori più veloci o meno attratti dalle lunghe distanze.

**A seguire le tre differenti proposte:**

### **LE GARE**

- **100 km del Sahara a tappe**  
9-15 Ottobre 2021                      4 tappe da 25 km circa
- **100 km del Sahara no stop**  
15 Ottobre-19 Ottobre 2021    ultramarathon no stop
- **Sahara 100+100 grande slam**  
9 Ottobre-19 Ottobre 2021              100 km a tappe + 100 km no stop

### **IMPORTANTE**

Saranno possibili alcune misure necessarie per riorganizzare la logistica ed i servizi della nostra 20° Edizione della 100 km del Sahara, si apporteranno variazioni al programma per renderlo conforme alle norme di prudenza e igiene, che potranno essere utilizzate a seconda delle condizioni di sicurezza necessarie al momento dello svolgimento della gara. Naturalmente con la riserva che se le condizioni dovessero essere migliori che allo stato attuale, le stesse potranno essere alleggerite o annullate a seconda delle normative imposte o delle decisioni dello staff medico responsabile e comunque confermate o meno agli iscritti entro il 30/09/2020.

Nel caso, il programma sarà con caratteristiche decisamente diverse, necessarie per rispettare distanze e norme di sicurezza, ma quello che siamo certi non cambierà sono le emozioni regalate





da un ambiente naturale puro come il deserto e la possibilità di condividerle, seppur con la dovuta prudenza, con tanti amici e altri appassionati.

***In dettaglio, vediamo cosa potrebbe cambiare:***

**DOCUMENTAZIONE**

In aggiunta ai normali documenti richiesti, sarà necessario presentare una certificazione di negatività al COVID 19 da parte di tutti i presenti

**VOLI** - Ci atterremo ovviamente alle disposizioni internazionali che tutte le compagnie adotteranno per la ripresa dei collegamenti: mascherine, guanti, verifica temperatura corporea, distanze di sicurezza e quant'altro richiesto.

**TRASFERIMENTI** - Tutti i trasferimenti avverranno in bus. Tutti gli occupanti saranno forniti di mascherina (personalizzata) e guanti; sui bus, a fronte dei 50 posti normalmente disponibili, al fine di mantenere una ragionevole distanza tra gli occupanti, verranno caricati al massimo 30 passeggeri.

**HOTEL** - Tutte le sistemazioni in hotel saranno in camera singola o doppia con letti separati. Cena e colazione saranno servite al tavolo, e se a buffet, con fila a distanza di rispetto e tavoli distanziati.

**AL CAMPO** - La sistemazione dei partecipanti per le notti agli accampamenti sarà in tenda singola (omaggiata a ciascun partecipante dall'organizzazione) e non più in tende nomadi da 6 posti. Sarà comunque possibile organizzare il gruppo tenda (come per le tende nomadi) montando le 6 tendine singole in cerchio, dove poter condividere la compagnia nell'area centrale. Ogni partecipante riceverà in omaggio una tenda singola, riportante lo stesso numero di pettorale di gara, che sarà sempre la medesima in dotazione per tutti i campi. La tenda verrà gestita direttamente dallo stesso partecipante, con eventuali istruzioni iniziali da parte dello staff. Oltre al sacco a pelo, anche il materassino sarà a carico dei singoli partecipanti, onde evitare promiscuità nell'uso degli stessi.

Il servizio di ristorazione sarà attivo dalle 12,00 alle 21,00 ininterrottamente; onde evitare assembramenti, sarà così possibile recarsi a pranzo o a cena quando le condizioni di affluenza saranno migliori, in caso di eventuale fila, essa sarà regolata secondo le distanze di sicurezza necessarie.

Non esisterà più la tenda ristorante ma ci sarà solo quella della distribuzione; in questa non sarà possibile accomodarsi per consumare i pasti che saranno invece possibili all'interno del campo, davanti alla propria tenda o con gli altri partecipanti, a distanza di sicurezza, e a cena nell'area intorno al fuoco. Vassoi individuali saranno in uso per tutti i partecipanti. I momenti di condivisione saranno possibili facendo uso delle protezioni necessarie e con le dovute accortezze per evitare assembramenti non in sicurezza.

Tende infermeria, direzione gara, stampa, servizi gara e quant'altro saranno attive con le misure di sicurezza necessarie.

Le docce saranno aperte h 24 con file gestite seguendo le norme e le distanze di sicurezza.

**LA GARA** - Lo staff tecnico e medico saranno completamente operativi durante tutto lo svolgimento della gara e nei momenti prima e dopo di essa. Ovviamente tutti i membri dello staff



opereranno con i necessari presidi (guanti e mascherine) e rispettando tutte le norme di sicurezza. **Tutte le tappe avranno partenze individuali scaglionate:** uno ogni 30 secondi. Unitamente all'orario di partenza, sarà esposto un orario di convocazione individuale sulla linea dello start. L'ordine sarà inverso rispetto alla classifica generale, tranne che per la prima tappa; sarà obbligatorio presentarsi all'orario di convocazione e non prima di 5 minuti dall'orario di partenza e nel rispetto delle distanze di sicurezza.

Questo consentirà anche di scaglionare meglio gli orari di colazione e pranzo, con partenze e arrivi scaglionati, mentre la cena sarà autogestita in quanto a orari e fila, sempre nel rispetto delle norme di sicurezza.

I ristori verranno organizzati con rispetto delle distanze; ogni concorrente dovrà utilizzare il proprio bicchiere in dotazione, mentre gli incaricati dello staff saranno dotati di guanti e mascherina, così come per tutti gli altri servizi organizzati al campo.

La cerimonia di premiazione, la cena e la festa finale saranno svolte compatibilmente con le misure previste, sempre evitando ogni forma di assembramento e nel pieno rispetto delle misure di sicurezza.

## **100 km del Sahara a tappe**

**9/15 Ottobre 2021**

**4 tappe da 25 km circa**

Un ritorno alla formula originale della prima edizione della gara con 4 tappe di circa 25 km, formula questa particolarmente adatta ad atleti veloci e meno inclini alle lunghe distanze e al crescente movimento dei Nordic Walking e Walker più in generale. Una esperienza aperta a tutti.

**Categoria Walkers :** per i camminatori non agonisti è possibile usufruire dei punti di raccolta dei ristori nelle varie tappe per essere recuperati dai mezzi 4x4 dell'organizzazione nel caso di abbandono anticipato rispetto ai 25 km c.a. giornalieri previsti

### **PROGRAMMA :**

- sabato 09 ottobre** arrivo a Djerba con volo via Tunisi dall'Italia o altri paesi, cena e notte in hotel
- domenica 10 ottobre** trasferimento a Douz pranzo in hotel, verifiche tecniche, cena e pernottamento
- lunedì 11 ottobre** ore 9,00 partenza per tutti 1° tappa di circa 25 km con arrivo al campo, pranzo, cena a cura dell'organizzazione e pernottamento nelle tende
- martedì 12 ottobre** partenze: ore 8,00 NW e Walker, ore 9,00 Runner's per la 2° tappa di circa 25 km, arrivo al campo, pranzo, cena a cura dell'organizzazione e pernottamento nelle tende
- mercoledì 13 ottobre** partenze: ore 8,00 NW e Walker, ore 9,00 Runner's per la 3° tappa di circa 25 km arrivo al campo, pranzo, cena a cura dell'organizzazione e pernottamento nelle tende
- giovedì 14 ottobre** partenze: ore 8,00 NW e Walker, ore 9,00 Runner's per la 4° tappa di circa 25 km, arrivo a Kasr Ghilane. Pranzo e trasferimento in hotel a Djerba, cena e premiazioni
- venerdì 15 ottobre** trasferimento in aeroporto in tempo utile per i voli di rientro

**OPZIONE SENZA VOLO:** tutti i programmi possono essere acquistati senza il volo e saranno rispettivamente **scontati di € 200**

In questo caso il luogo di incontro sarà direttamente in Hotel a Djerba il giorno 09 ottobre



## **100 km del Sahara no stop**

### **15 ottobre – 19 ottobre ultramarathon no stop**

Dopo quasi 10 anni torna la no stop, ultramaratona indicata per gli amanti delle lunghe distanze e delle gare estreme, nella direzione delle tante richieste di ultra distanze, idonea per specialisti ben allenati

#### **PROGRAMMA:**

**venerdì 15 ottobre** arrivo a Djerba con volo dall'Italia o altri paesi, via Tunisi, cena e notte in hotel

**sabato 16 ottobre** trasferimento in bus a Ksar Ghilane, pranzo, verifiche e cena al campo tendato

**domenica 17 ottobre** ore 7,00 partenza tempo max 20 ore (cancelli km 60/12 ore – km 80/15 ore)

**Ristori liquidi** al km 10 - km 20- km 40 – km 50- km 70- km 90 (liquidi vari, datteri e banane)

**Ristori integrati con tenda Km 30 –Km 60- km 80** e punti di raccolta ritirati (liquidi vari, datteri banane, panini e dolci ecc..)

**Base vita al ristoro del km 60** con tenda relax con materassini, assistenza medica e massaggi. (liquidi vari, datteri banane, panini e dolci ecc...)

**Lunedì 18 ottobre** arrivo in hotel a Douz pranzo, e trasferimento in bus a Djerba in hotel, cena, premiazioni e pernottamento

**Martedì 19 ottobre** trasferimento in aeroporto in tempo utile per i voli di rientro via Tunisi

**OPZIONE SENZA VOLO:** tutti i programmi possono essere acquistati senza il volo e saranno rispettivamente **scontati di € 200**

In questo caso il luogo di incontro sarà direttamente in Hotel a Djerba il giorno 15 ottobre

## **Sahara 100 + 100 grande slam**

### **9 ottobre – 19 ottobre - 100 km a tappe + 100 km no stop**

Grande novità il programma 100+100 si propone con una la doppia distanza, sia quella a tappe che la ultra maratona a seguire, con una percorrenza complessiva di 200 km. Classifica finale data dalla somma dei tempi delle due prove. Particolarmente indicata per atleti estremi.

#### **PROGRAMMA:**

**sabato 09 ottobre** arrivo a Djerba con volo dall'Italia o altri paesi, via Tunisi cena e notte in hotel

**domenica 10 ottobre** trasferimento a Douz pranzo in hotel, verifiche tecniche, cena e pernottamento

**lunedì 11 ottobre** ore 9,00 partenza per tutti 1°tappa di circa 25 km con arrivo al campo, pranzo, cena a cura dell'organizzazione e pernottamento nelle tende

**martedì 12 ottobre** partenze: ore 8,00 NW e Walker, ore 9,00 Runner's per la 2° tappa di circa 25 km, arrivo al campo, pranzo, cena a cura dell'organizzazione e pernottamento nelle tende

**mercoledì 13 ottobre** partenze: ore 8,00 NW e Walker, ore 9,00 Runner's per la 3° tappa di circa 25 km arrivo al campo, pranzo, cena a cura dell'organizzazione e pernottamento nelle tende



- giovedì 14 ottobre** partenze: ore 8,00 NW e Walker, ore 9,00 Runner's per la 4° tappa di circa 25 km, arrivo a Kasr Ghilane. Pranzo e trasferimento a Douz in hotel, cena e pernottamento
- venerdì 15 ottobre** giornata di relax in hotel a Douz
- sabato 16 ottobre** trasferimento in bus a Ksar Ghilane e congiungimento con il gruppo in arrivo, pranzo cena e pernottamento in tenda nell'oasi di Ksar Ghilane
- domenica 17 ottobre** ore 7,00 partenza tempo max 20 ore (cancelli km 60/12 ore – km 80/15 ore)  
**Ristori liquidi** al km 10 - km 20- km 40 – km 50- km 70- km 90 (liquidi vari, datteri e banane)  
**Ristori integrati con tenda Km 30 –Km 60- km 80** e punti di raccolta ritirati (liquidi vari, datteri banane, panini e dolci ect..)  
**Base vita al ristoro del km 60** con tenda relax con materassini, assistenza medica e massaggi. (liquidi vari, datteri banane, panini e dolci ect...)
- Lunedì 18 ottobre** arrivo in hotel a Douz pranzo, e trasferimento in bus a Djerba in hotel, cena, premiazioni e pernottamento
- Martedì 19 ottobre** trasferimento in aeroporto in tempo utile per i voli di rientro via Tunisi

**OPZIONE SENZA VOLO:** tutti i programmi possono essere acquistati senza il volo e saranno rispettivamente **scontati di € 200**

In questo caso il luogo di incontro sarà direttamente in Hotel a Djerba il giorno 09 ottobre

#### **NOTE :**

**Il viaggio :** Il volo è con partenza da Milano e Roma con Tunisair destinazione Djerba via Tunisi e successivo trasferimento diretto in Hotel. Il volo di ritorno sempre via Tunisi con coincidenze per Milano e Roma. Nel caso in cui i collegamenti interni subissero variazioni non compatibili con i nostri orari saranno organizzati trasferimenti interni in pullman

**Trasferimenti:** I trasferimenti saranno effettuati in bus, i tempi del trasferimento saranno, circa 4 ore da Djerba a Ksar Ghilane e anche per il Djerba Douz e rispettivi ritorni

**L'alloggio:** Sia a Djerba che a Douz la sistemazione sarà presso Hotel a 4 \* con servizio di colazione pranzo e cena quando previsti dai rispettivi programmi. Nel programma a tappe sono previste 3 notti in hotel e 4 notti al campo. Ai campi il pernottamento sarà nelle tende nomadi da 6 posti, oppure in tendine individuali omaggiate dall'organizzazione. Catering completo a cura dello staff italiano con molti prodotti importati direttamente dall'Italia.

**Documenti gara :** per partecipare alla gara nella categoria **runner's** è richiesto **OBBLIGATORIAMENTE, come da regolamento, il certificato medico di idoneità rilasciato da un centro medicina dello sport con prova da sforzo** per gli italiani, per gli atleti stranieri saranno in vigore le regole del paese di provenienza, auto certificazione e scarico responsabilità. Stessa certificazione per la categoria **Nordic Walking** , ( con classifica finale ) mentre sarà sufficiente il certificato di idoneità ad attività ludico motoria per i **Walkers** (senza classifica finale)

**Temperature :** le temperature durante i mesi di aprile- maggio saranno calde soprattutto nelle ore della tarda mattinata. Obbligatorio correre con una riserva idrica al seguito

**Terreno :** il percorso di gara è caratterizzato dai fondi caratteristici dei territori desertici : dune di sabbia, piste a fondo duro e compatto con attraversamenti di lingue di sabbia.

**Bagaglio :** il bagaglio verrà così movimentato: sarà caricato sui bus in partenza da Djerba a Ksar Ghilane o Douz, mentre i giorni di gara il mattino alle 7,00 sarà caricato sui camion dell'organizzazione e recapitato ai vari fine tappa.



**Zainetto gara:** Materiale obbligatorio: 1 litro di acqua (quantitativo minimo), telo sopravvivenza, fischietto, sali minerali . Consigliato : crema solare, occhiali da sole e da motociclista, cappellino. Per i partecipanti **alla No Stop obbligatorio** un lampeggiante rosso da applicare nello zainetto durante gli orari notturni ed una luce frontale considerando che alle 20,00 circa cala il buio.

**Time limit :** Nella gara a tappe il tempo max per le tappe di 25km è di 6 ore. Nella gara No Stop il tempo massimo è di 20 ore. Con partenza alle 7,00 del mattino il time limit scatta alle ore 3,00 del giorno successivo. Cancelli al km 60,00 alle ore 19,00 e al km 80,00 alle ore 21,00

## **LE QUOTE DI PARTECIPAZIONE:**

### **100 km del Sahara a tappe**

**Quota fino al 31 marzo € 1.900 – dal 31 marzo fino a chiusura iscrizioni € 2.000**

#### **Quote tutto compreso:**

volo, vari transfer, hotel, campi, tutti i pasti, la gara e assistenza medica e assicurazione

**Supplemento singola** 3 notti in hotel € 120

**Non compreso:** bevande extra in hotel, e tasse aeroportuali (90 € circa)

### **100 km del Sahara no stop**

**Quota fino al 31 marzo € 1.400 – dal 31 marzo fino a chiusura iscrizioni € 1.500**

#### **Quote tutto compreso:**

volo, vari transfer, hotel, campi, tutti i pasti, la gara e assistenza medica e assicurazione

**Supplemento singola** 3 notti in hotel € 120

**Non compreso:** bevande extra in hotel, e tasse aeroportuali (90 € circa)

### **Sahara 100 + 100 grande slam**

**Quota fino al 31 marzo € 2.500 – dal 31 marzo fino a chiusura iscrizioni € 2.600**

#### **Quote tutto compreso:**

volo, vari transfer, hotel, campi, tutti i pasti , la gara e assistenza medica e assicurazione

**Supplemento singola** 6 notti in hotel € 220

**Non compreso:** bevande extra in hotel, e tasse aeroportuali (90 € circa)

#### **Le quote comprendono:**

- Volo di linea Tunisair da Milano o Roma in classe Y
- Trasferimenti vari in bus
- Pernottamenti in hotel e campo tendato
- Colazione, pranzo e cena in tutti i tipi di sistemazione hotel e campi tendati
- Assicurazione di viaggio ALLIANZ MULTIRISCHI CONCEPT B: medico-sanitaria (max. € 30'000) e bagaglio (max. € 750 per mancata riconsegna, € 300 furto, € 100 acquisti prima necessità)

#### **Le quote non comprendono:**

- Tasse Aeroportuali (soggette a riconferma 20 gg ante partenza) € 90
- Bevande
- Extra in hotel e tutto quanto non espressamente previsto ne 'Le quote comprendono'



**IDEAZIONE E ORGANIZZAZIONE GENERALE/SPORTIVA:**

ZITOWAY Sport & Adventure – Modena [info@zitoway.com](mailto:info@zitoway.com) +39 059 359813

**ORGANIZZAZIONE TECNICA E ISCRIZIONI:**

Agenzia Melville / Born2Run - Reggio Emilia [born2run@melville.it](mailto:born2run@melville.it) +39 0522 272266

**TUTTI I PARTECIPANTI NON RESIDENTI IN ITALIA DOVRANNO PROVVEDERE AUTONOMAMENTE A UNA ASSICURAZIONE MEDICO SANITARIA CHE ANDRA' EMESSA NEL LORO PAESE**

**LA GARA VERRA' CONFERMATA AL RAGGIUNGIMENTO DI MIN. 40 PARTECIPANTI**

**CHIUSURA ISCRIZIONI IL 20/09/2021**

**SALVO ESAURIMENTO POSTI DISPONIBILI**

**Documenti richiesti**

**Cittadini italiani: passaporto valido con validità residua di almeno 3 mesi**

Tutti i partecipanti di nazionalità diversa da quella italiana sono pregati di verificare attentamente presso le rispettive ambasciate nei loro paesi di appartenenza i documenti richiesti per entrare nel paese. L'organizzazione non si assume nessuna responsabilità qualora i partecipanti non avessero i documenti/visti in regola.



## Prenotazioni

**Iscrizioni:** inviare scheda direttamente dal sito [www.born2run.it](http://www.born2run.it) cliccando su **100 KM SAHARA**, poi su **Iscrizione** e quindi **invia l'iscrizione**. Oppure invia una mail a [born2run@melville.it](mailto:born2run@melville.it)

**Acconto:** (per persona) 40% quota partecipazione + quota iscrizione + ev. costo polizza assicurazione GLOBY  
**Saldo:** entro il 20/09/2021

**Estremi bancari:** INTESA SAN PAOLO – filiale Reggio Emilia – P.zza Martiri del 7 luglio 2 – Reggio Emilia - IBAN: IT08 L030 6912 8281 0000 0002

364 / BIC:BCITITMM -Intestato a: Melville Travel & Leisure S.R.L. – Reggio Emilia

Oppure con carta di credito, direttamente dal sito [www.born2run.it](http://www.born2run.it)

## Penalità in caso di cancellazione

30% quota di partecipazione per cancellazione **fino a 90** giorni prima della partenza

50% quota di partecipazione per cancellazione tra **89-60** giorni prima della partenza

80% quota di partecipazione per cancellazione tra **59-30** giorni prima della partenza

100% quota di partecipazione per cancellazione da **29** giorni precedenti la partenza (anche in caso di non presentazione, in caso di impossibilità a intraprendere il viaggio per difetto e/o mancanza dei documenti personali de espatrio).

**Indipendentemente dalla data di cancellazione:**

**i biglietti aerei emessi non consentono cambi di data e non sono rimborsabili.**

## GLOBY VERDE

Polizza assicurativa che unisce

**“spese mediche” e “rinuncia al viaggio” (facoltativa)**

### **VALIDITA'**

La polizza, per essere ritenuta valida, deve:

- \* essere emessa **contestualmente** alla data di prenotazione o conferma dei servizi
- \* essere stipulata a garanzia del costo complessivo del viaggio

### **CARATTERISTICHE PRINCIPALI**

- \* Assistenza in viaggio
- \* Spese mediche: RESTO DEL MONDO **massimale: € 155.000**
- \* Famiglia Sicura: Assistenza ai parenti rimasti a casa
- \* Trasferimento Sicuro: Assistenza all'auto e alla moto
- \* Rimborso penale: Copertura per qualsiasi motivo oggettivamente documentabile. Sono coperte da assicurazione anche le rinunce a seguito di patologie preesistenti o di patologie della gravidanza. Rimborso della penale inclusi i costi gestione pratica, fees di agenzia e visti.
- \* Assistenza animali domestici

### **SCOPERTO IN CASO DI SINISTRO:**

- \* scoperto del 20% con un minimo di € 75, per viaggi che prevedano, indipendentemente dalla data di prenotazione, una penale inferiore al 90% a 30 giorni prima della partenza;
- \* scoperto del 25%, con un minimo di € 100, per viaggi che prevedano, indipendentemente dalla data di prenotazione, una penale maggiore o uguale al 90% a 30 giorni prima della partenza.

### **COSTO POLIZZA EUROPA/MEDITERRANEO:**

- \* **fino a 9 giorni: € 37 + 5,5% del costo del viaggio**





## GLOBY GIALLO

**Polizza assicurativa per rinuncia al viaggio (facoltativa)**

### **VALIDITA'**

La polizza, per essere ritenuta valida, deve:

- essere emessa **contestualmente** alla data di prenotazione o conferma dei servizi
- essere stipulata a garanzia del costo complessivo del viaggio

### **CARATTERISTICHE PRINCIPALI**

- Annullamento "all risks", cioè per qualsiasi motivo oggettivamente documentabile che colpisca l'assicurato, tutti i suoi familiari o un compagno di viaggio.

### **I PRINCIPALI PLUS**

Copertura delle rinunce dovute a :

- malattie preesistenti
- revoca delle ferie
- impegni di lavoro
- patologie della gravidanza
- malattia del cane o del gatto
- sono coperte le rinunce a seguito di malattia di un familiare o di una persona convivente (definizione di "familiare")
- nessuna franchigia per rinunce a seguito di morte o ricovero ospedaliero
- **franchigia 20%** in tutti gli altri casi, con minimo € 75

**COSTO: 6.9% del pacchetto turistico**

## GLOBY ROSSO

**Polizza assicurativa completa**

***"assistenza sanitaria e spese mediche"* (facoltativa)**

### **CARATTERISTICHE PRINCIPALI**

- \* Assistenza in viaggio
- \* Spese mediche: MONDO **massimale: € 155.000**
- \* Famiglia Sicura: Assistenza ai parenti rimasti a casa
- \* Trasferimento Sicuro: Assistenza all'auto e alla moto
- \* Assistenza animali domestici

**COSTO POLIZZA EUROPA/MEDITERRANEO:**

- \* **fino a 9 giorni: € 37**

**Data di pubblicazione del programma 100 KM DEL SAHARA 2021: 12 Ottobre 2020**