



EUROPEAN MASTERS ATHLETICS

**EMA 2021**

**EUROPEAN MASTER MOUNTAIN &  
TRAIL RUNNING CHAMPIONSHIPS**

**VALTRAMONTINA**

— 17.-19. SEPTEMBER — ITALY —

## ***Nordic Walking***

***Official Regulations***

***by European Masters Athletics***

***in collaboration with FIDAL***

## SOMMARIO

### PREMESSA

#### NORME TECNICHE

- Regola 1 Tecnica di gara
- Regola 2 Equipaggiamento e abbigliamento

#### UFFICIALI DI GARA

- Regola 3 Direzione di gara
- Regola 4 Delegato tecnico
- Regola 5 Giuria d'Appello
- Regola 6 Arbitri
- Regola 7 Giudici di Nordic Walking

#### LA GARA

- Regola 8 Percorsi di gara
- Regola 9 Svolgimento della gara
- Regola 10 Comportamento in gara
- Regola 11 Diritti e doveri dei concorrenti

#### SANZIONI

- Regola 12 Richiami
- Regola 13 Ammonizioni
- Regola 14 Squalificazioni

#### RICONOSCIMENTI

- Regola 15 – Premi – Categorie di età

## PREMESSA

Il Nordic Walking agonistico è una specialità sportiva che si realizza attraverso competizioni in cui i partecipanti utilizzano dei bastoncini appositamente studiati per lo svolgimento di questa attività, con l'obiettivo di ottimizzare lo sforzo fisico compiuto nel movimento, rendendo il percorso a piedi, nel più breve possibile tempo, applicando la tecnica opportuna (non si può correre, bisogna tenere sempre almeno un piede e un bastoncino a contatto con il suolo utilizzando attivamente i bastoncini, senza trascinarli, eseguendo sempre la tecnica alternata o diagonale che consiste nell'appoggio di ogni bastoncino in azione con il piede opposto), e nel massimo rispetto dell'ambiente naturale. Il Nordic Walking è una disciplina di camminata tra le discipline riconosciute dall'European Masters Athletics (EMA) e può essere con partenza in linea, cronometro individuale o staffetta, su circuiti con terreno omogeneo che possono prevedere leggere variazioni altimetriche (non più del 6%). Le gare di Nordic Walking sono regolate dalle seguenti regole riguardanti attrezzatura, tecniche di gara, categorie, percorsi e modalità di svolgimento delle gare, tempi e classifiche.

## NORME TECNICHE

### Regola 1- Tecnica di gara

#### 1. Principi generali

- a) Durante la deambulazione, è vietata la corsa e/o la sospensione tra i due appoggi: un piede deve essere sempre a contatto con il suolo
- b) Il contatto del piede con il suolo deve iniziare con l'appoggio del tallone per poi effettuare un rollio che coinvolga tutta la zona plantare e con il completamento della spinta sull'avampiede.
- c) È consentito solo il passo alternato.
- d) la gamba posteriore deve essere estesa prima che il piede entri in contatto con il suolo.

#### 2. Uso dei bastoncini NW

- a) L'appoggio del bastoncino a terra deve avvenire tra i due piedi dell'atleta.
- b) La spinta sul bastoncino deve essere evidente, attiva e potente; durante la fase di appoggio il braccio deve estendersi ed esercitare una spinta graduale che finisce visibilmente oltre l'anca.
- c) La mano che tiene il bastoncino deve esercitare la spinta durante tutta la fase di conduzione. La spinta va mantenuta anche oltre l'anca e nella fase di apertura della mano, generando uno spazio vuoto (luce) tra la mano e il bacino.
- d) Durante la fase iniziale di appoggio del bastoncino a terra e al termine della spinta, le gambe e le braccia dell'atleta possono essere leggermente piegate (in modo naturale), come richiesto dalla tecnica del Nordic Walking.
- e) Non è consentito modificare la lunghezza dei bastoncini durante la competizione.
- f) L'appoggio a terra del bastoncino deve avvenire contemporaneamente all'appoggio a terra del tallone del piede anteriore.
- g) L'uso dei bastoncini deve essere tale da non intralciare il cammino degli altri concorrenti.

## **Regola 2 - Equipaggiamento - Abbigliamento**

Nelle gare di Nordic Walking è obbligatorio l'utilizzo della seguente attrezzatura:

### **1. Bastoncini**

- a) I bastoncini devono essere dotati di una speciale cinghia da Nordic Walking, in grado di mantenere il pieno controllo del bastoncino anche durante l'eventuale apertura della mano, nonché di una maniglia, che unitamente alla cinghia, consente il completo controllo e sospensione del bastoncino, quando l'atleta estende il braccio, posteriormente e completamente con la mano aperta e in posizione prono-supina.
- b) Non è consentito l'uso di altri tipi oltre ai bastoncini da nordic walking. I bastoncini devono garantire tutte le caratteristiche di sicurezza e resistenza.
- c) Se un atleta possiede dei bastoncini non idonei per tipologia, lunghezza o altro motivo, lo stesso può richiedere dei bastoncini di ricambio forniti dal LOC
- d) La lunghezza dei due bastoncini deve essere identica. Il bastoncino correttamente tenuto e posizionato perpendicolarmente al suolo davanti all'atleta, deve permettere al gomito di formare un angolo di 90° (novanta gradi), con una tolleranza di circa il 10% (dieci per cento) della lunghezza del bastoncino.
- e) Quando si utilizzano i gommini o pads, la lunghezza dei bastoncini deve rientrare nei parametri indicati al punto d)
- f) È consentito l'uso di bastoncini regolabili
- g) Prima della partenza, a discrezione dei Giudici, potrà essere verificata la regolarità dell'altezza dei bastoncini. Gli stessi Giudici, prima della partenza, potranno imporre all'atleta una regolazione dell'altezza dei bastoncini nel caso non la si ritenga corretta.

### **2. Calzature**

- a) Sono ammesse calzature sportive con caratteristiche strutturali e suola grip adatte al terreno di gara.
- b) Non sono ammesse scarpe chiodate con o senza chiodi.
- c) Non sono ammesse scarpe/scarponi da trekking o da montagna

### **3. Pettorale**

I concorrenti devono indossare il pettorale di gara fornito dal LOC in posizione visibile sul petto e, se richiesto, sulla schiena.

### **4. Abbigliamento**

L'uso dell'abbigliamento dovrebbe consentire ai Giudici di valutare adeguatamente il gesto tecnico e atletico del concorrente.

## **UFFICIALI DI GARA**

### **Regola 3 - Direzione di Gara**

Il Direttore di Gara:

1. È nominato dall'EMA e dal LOC.
2. È responsabile di tutti i servizi relativi all'evento.
3. Prima della partenza, convoca il Capo Giudice per organizzare i Giudici
4. In collaborazione con il Delegato Tecnico, deve assicurarsi che il percorso di gara sia idoneo e ben segnalato, che le aree di partenza e arrivo e le aree di sosta siano state allestite secondo il presente Regolamento e siano ben segnalate.
5. Verificare con i responsabili dei premi che tutto sia stato impostato correttamente.

### **Regola 4 - Delegato Tecnico**

Il Delegato Tecnico:

1. È nominato dall'EMA
2. Deve assicurarsi che gli atleti, i tecnici e gli allenatori rispettino il Regolamento di Gara.
3. In collaborazione con il Direttore di Gara deve assicurarsi che il percorso di gara sia idoneo e ben segnalato, che le aree di partenza e arrivo, così come le altre aree tecniche (coaching, cambio, ristoro) siano state allestite come dal presente Regolamento e siano ben segnalate.

### **Regola 5- Giuria d'Appello**

Risponde ai reclami in seconda istanza, secondo quanto previsto dal WA CR 12 - Regola 119.

### **Regola 6- Capo Giudice**

Il Capo Giudice alle corse, nominato dalla Federazione nazionale:

1. Deve verificare che i cronometristi abbiano stilato le classifiche di gara.
2. Deve ricevere dai Giudici le diffide e comminare le interdizioni previste dal presente Regolamento.
3. Durante la gara resterà al traguardo, in collegamento con i Giudici di percorso.
4. Al termine della gara chiama i Giudici a redigere il verbale di gara.

### **Regola 7- Giudici di Nordic Walking**

Caratteristiche:

1. I Giudici di Nordic Walking sono Giudici di gara della specialità di camminata selezionati e nominati dalla Federazione Nazionale di Atletica Leggera che hanno acquisito la specifica qualificazione attraverso un corso di formazione tenuto da tecnici Federali di Nordic Walking
2. Durante la competizione devono verificare che i concorrenti rispettino la tecnica del nordic walking e la normativa vigente.
3. Nelle gare i Giudici NW devono essere posizionati dal Capo Giudice lungo il percorso ad una distanza tra l'uno e l'altro che permetta loro di tenere sempre sotto controllo i concorrenti lungo il percorso.
4. Un Giudice, nominato dal Capo Giudice, deve essere posizionato vicino alle aree di coaching, cambio e riposo per controllare il comportamento del concorrente in entrata e in uscita.
5. I Giudici devono partecipare ad un briefing prima della gara e assistere alla dimostrazione della tecnica da parte del Capo Giudice.
6. Qualora un Giudice NW rilevi un evidente discrepanza nell'equipaggiamento, abbigliamento o calzature di gara, rispetto al presente Regolamento, può fermare l'atleta per un controllo.
7. Al termine della gara i Giudici NW si ritroveranno per redigere il verbale ove verranno segnalate le eventuali squalifiche e solleciti con indicazione delle motivazioni.

8. I Giudici NW, tramite un apposito strumento (walkie talkie o simili) messo a disposizione dall'Organizzazione di Gara, devono essere in contatto con il Presidente di Giuria.
9. Ai Giudici di gara deve essere fornita una tabella sulla quale siano riportate penalità, diffide, ammonizioni, squalifiche ed ogni altra annotazione riguardante il comportamento dei concorrenti durante lo svolgimento della gara.
10. I Giudici devono avere con sé il cartellino/le racchette per la segnalazione delle infrazioni (cartellino/paletta bianco e giallo). Il Capo Giudice dovrà essere munito di racchetta o tessera rossa.

Le decisioni dei Giudici saranno vincolanti e inappellabili, e nessun reclamo potrà essere avanzato in aspetti relativi alle carte/palette mostrate ai partecipanti.

## LA GARA

### Regola 8 - Percorsi di gara

#### 1. Caratteristiche generali

- a) Le gare devono essere organizzate su percorsi ad anello con terreno omogeneo che possano prevedere lievi variazioni altimetriche non superiori al 6%; i percorsi devono essere sufficientemente ampi da consentire il sorpasso tra i concorrenti.
- b) La superficie dei percorsi può essere asfaltata, tartan o altro materiale sintetico, sterrato, erba o altro substrato naturale purché liscio e compatto. Sono ammessi percorsi con terreno misto.
- c) La lunghezza del giro, in relazione alla distanza di gara, dovrà essere possibilmente compresa tra 800 e 2000 metri
- d) Il responsabile nazionale di Nordic Walking si occuperà dell'omologazione del percorso.

#### 2. Preparazione dei percorsi

- a) I percorsi devono essere accuratamente segnalati in particolare alle linee di partenza e di arrivo, agli incroci e ad ogni altro punto critico, al fine di evitare errori di percorso da parte degli atleti.
- b) Deve essere garantita l'incolumità degli atleti, la separazione del percorso dal pubblico e dall'eventuale traffico veicolare.
- c) Il percorso deve essere dotato di aree di servizio, denominate "area coaching" "area cambio" e "area rifornimento/riposo". Qualsiasi tipologia di area di servizio, con una lunghezza minima di 30 mt, deve essere chiaramente contrassegnata da linee colorate a terra e segnali verticali con l'avviso "inizio" e "fine". All'interno delle aree di servizio, l'uso dei bastoncini e della tecnica alternata può essere interrotto, fermo restando il divieto di corsa.

##### c1. Area Coaching

All'interno delle aree coaching tecnici e tecnici possono fornire assistenza tecnica agli atleti, (es. sostituzione di bastoncini rotti), o indicazioni tattiche e cronometriche. Non è possibile fornire cibo e/o bevande all'interno delle aree coaching. Un atleta che ha rotto uno o entrambi i bastoncini, deve proseguire fino all'area coaching più vicina, mantenendo la tecnica alternata e il corretto rollio del passo. In caso di sostituzione di uno o entrambi i bastoncini, deve essere mantenuta la stessa lunghezza. Le sostituzioni con bastoncini di diversa lunghezza comporteranno l'immediata squalifica. La perdita di uno o di entrambi i pads non è considerata un danno al bastoncino.

##### c2. Gommini

I gommini di asfalto eventualmente persi sul percorso possono essere sostituiti anche al di fuori della coaching area, ma l'atleta deve fermarsi completamente durante le operazioni di sostituzione, posizionarsi a lato della pista, senza intralciare gli altri concorrenti. L'atleta dovrà inoltre informare il Giudice di Gara più vicino della sua volontà di fermarsi per il cambio e ottenere il suo consenso.

##### c3. Area Rifornimento/Riposo

All'interno delle aree di rifornimento, l'atleta può prelevare cibi e/o bevande, sia di proprietà che forniti dall'organizzazione. E' consentito, previa autorizzazione del Direttore di Gara, l'utilizzo di rifornimenti personali (bevande, cibo, ecc.); devono essere contrassegnati con il numero di pettorale del concorrente e posizionati all'interno delle aree di rifornimento. Un addetto, indicato dal Direttore di Gara, lo consegnerà al concorrente. È vietato ricevere qualsiasi tipo di ristoro lungo la pista da parte di allenatori, tecnici o pubblico.

### 3. Lunghezza dei percorsi

- a) Gare individuali
  - 5000 metri
  - 10000 metri
  - mezza maratona (21097 metri)
  - maratona (42195 metri)
- b) Staffetta
  - 4x 3000 metri
  - 4x 5000 metri

## Regola 9 – Svolgimento della gara

### 1. Briefing pre-gara

- prima della partenza, il Direttore di Gara e il Capo Giudice convocano tutti i capi squadra, nonché i concorrenti non rappresentati da una squadra e i Giudici di Gara, per svolgere un briefing pre-gara
- il briefing pre-gara si tiene nella lingua ufficiale dell'evento; il LOC può avvalersi di interpreti per comunicare in diverse lingue
- durante il briefing pre-gara, vengono illustrate le principali regole, con particolare riguardo a:
  - a) tecniche di marcia ammesse (con dimostrazione pratica da parte di un giudice);
  - b) utilizzo delle aree di servizio e loro ubicazione sul percorso;
  - c) principali infrazioni e relative sanzioni;
  - d) eventuali criticità del terreno (ovvero dovute alle condizioni atmosferiche) e relativi comportamenti;
  - e) punti di disponibilità di assistenza medica;
  - f) eventuali deroghe al presente regolamento dovute a condizioni particolari;
  - g) ogni altra informazione ritenuta utile per il corretto svolgimento della gara.

- I capisquadra possono porre qualsiasi domanda da parte dei concorrenti rappresentati, al LOC
- La presenza dei capi squadra implica l'accettazione del regolamento e l'accordo di validità da parte di tutti i concorrenti rappresentati, anche se non fisicamente presenti.
  - La mancata partecipazione al briefing pre-gara non pregiudica la possibilità di partenza; non saranno tuttavia accettati reclami da parte di concorrenti che non abbiano partecipato, di persona o per delega, al briefing.

### 2. Partenza

- a) Gli atleti devono presentarsi alla griglia di partenza almeno dieci minuti prima della partenza.
- b) La partenza può avvenire sia con partenza in linea che con cronometro individuale. Può svolgersi contemporaneamente per le categorie maschili e femminili.
- c) La partenza deve essere effettuata utilizzando un idoneo mezzo acustico.
- d) Nelle partenze in linea, il Giudice designato deve presentarsi quando mancano 5 minuti prima della partenza. Nelle prove cronometrate individuali dovrà segnare il tempo che manca alla partenza a trenta, dieci secondi dalla partenza e con il conto alla rovescia degli ultimi cinque secondi.
- e) Solo alla partenza in linea e a discrezione del Delegato Tecnico e del Direttore di Gara, i concorrenti potranno procedere con i bastoncini sollevati per una lunghezza fino a 50 metri

(opportunamente segnalati), per evitare incidenti. E' comunque vietato correre o compiere passi diversi da quello alternato.

### 3. Cronometraggio - Classifiche - Distribuzione Regolamento

- a) Il cronometraggio della gara deve essere affidato a cronometristi ufficiali, riconosciuti da EMA o LOC.
- b) È preferibile utilizzare la misurazione dei tempi con transponder.
- c) Le classifiche devono essere stilate al termine della gara ed esposte in zona arrivo (se possibile).
- d) Il presente Regolamento deve essere messo a disposizione presso il TIC o nell'area meeting della manifestazione per essere consultato da tecnici e partecipanti.

### 4. Reclami

Qualsiasi reclamo deve essere presentato verbalmente al Presidente di Giuria entro trenta minuti dalla pubblicazione dei risultati della gara. In caso di rigetto può essere presentato ricorso in seconda istanza per iscritto al Giudice d'Appello versando una cauzione di € 100,00 che verrà restituita solo in caso di ricezione della stessa.

### 5. Report di gara

- a) Al termine della manifestazione, il Direttore di Gara ha il compito di redigere il verbale di gara in formato elettronico o cartaceo
- b) Il verbale di gara deve contenere la data e il luogo della manifestazione, il tipo di manifestazione, le caratteristiche dei percorsi (lunghezza e dislivello) e il nome del Direttore di Gara.
- c) La Relazione redatta dal Delegato Tecnico deve contenere un breve resoconto della manifestazione ed i nominativi dei Giudici di Gara.

## Regola 10 - Comportamento in gara

1. Ogni concorrente deve procedere in modo da non costituire ostacolo o pericolo per gli avversari. Il concorrente che precede ha il diritto di scegliere la traiettoria.
2. È vietato avvicinarsi troppo al concorrente precedente tranne che durante la fase di sorpasso. Il concorrente che sta per essere doppiato deve lasciare spazio al concorrente più veloce.
3. È vietato essere seguiti lungo il percorso dagli accompagnatori o dal pubblico, sia a bordo di veicoli che a piedi. Il percorso di gara è riservato ai soli concorrenti
4. I concorrenti non possono abbandonare il percorso né effettuare deviazioni o tagli, pena la squalifica.
5. Il concorrente che durante la gara dovesse danneggiare o rompere uno o entrambi i bastoncini deve proseguire fino all'area di servizio coaching per provvedere alla sostituzione, mantenendo il passo alternato ed il corretto rollio.
6. In caso di cambio bastoncino rotto, i bastoncini sostituiti dovranno avere la stessa lunghezza dei precedenti, pena la squalifica. I bastoncini sostituiti devono essere conservati dall'allenatore e messi a disposizione dei Giudici.
7. Durante la gara è consentita la sosta per recuperare i gommini accidentalmente persi durante la gara.
8. È vietata qualsiasi forma di ristoro al di fuori delle aree autorizzate.
9. Alle persone non è consentito avvicinarsi e parlare con il Giudice durante lo svolgimento della competizione.

## Norma 11- Diritti e doveri del Concorrente

### 1. Diritti

a) Con il pagamento della quota di iscrizione, il concorrente ha diritto di usufruire di tutti i servizi offerti dall'organizzazione per la manifestazione e di aver garantito il servizio di assistenza in caso di incidente.

## 2. Obblighi

a) Per partecipare alle gare di Nordic Walking è obbligatorio essere tesserati (muniti di licenza).

c) Partecipando alla Manifestazione, l'atleta accetta il presente Regolamento e si impegna a rispettarlo, gareggiando con correttezza nei confronti dell'Organizzazione e dei concorrenti.

d) L'atleta deve comportarsi in modo rispettoso nei confronti degli Organizzatori, dei Giudici di Gara, dei Cronometristi e del Direttore di Gara.

e) L'atleta solleva l'organizzazione da ogni responsabilità per eventi accaduti prima, durante e dopo la gara, salvo che non siano causati da colpa dell'organizzatore della manifestazione.

f) L'atleta rinuncia al diritto al risarcimento nei confronti degli organizzatori per eventi avvenuti durante la competizione.

## SANZIONI

Il mancato rispetto del presente Regolamento prevede le seguenti sanzioni (i cartellini sono cumulativi):

1. Richiamo con cartellino/paddle bianco
2. Ammonizione cartellino giallo/paddle da parte di 4 giudici diversi
3. Squalifica cartellino rosso/paddle da parte del Capo Giudice

### Regola 12 - Richiami

La carta/paletta bianca sarà utilizzata da qualsiasi giudice NW come primo segnale di infrazione e non comporta alcun tempo di penalità.

Cause:

1. Non eseguire correttamente la tecnica del Nordic Walking
2. Non indossare un pettorale visibile.

### Regola 13 - Ammonizioni

Un atleta non può ricevere più di una ammonizione dallo stesso Giudice. L'avviso sarà utilizzato in caso di mancato rispetto della tecnica di deambulazione e/o scorrettezza specificata nel presente Regolamento. Gli avvertimenti saranno tempestivamente comunicati al Presidente di Giuria e riportati sul tabellone.

Con gli ammonimenti verranno applicate le seguenti penalità:

- a) Prima e seconda ammonizione: penalità sommata al tempo finale (30 secondi per 5K; 60 secondi per 10K; 90 secondi per 21K e Marathon)
- b) Terza ammonizione: penalità aggiuntiva al tempo finale (60 secondi per 5K, 90 secondi per 10K; 120 secondi per 21K e Marathon)

Non è consentito sostituire penalità cronometriche con altri tipi di penalità (es. estensione del corso sugli "anelli di penalità") al fine di:

- a. rendere omogeneo l'impatto della penalità tra tutti gli atleti, evitando che la penalità sia maggiore per un atleta più lento, visto il tempo più lungo per percorrere un ring di penalità rispetto ad un atleta più veloce;
- b. consentire la rimozione delle penalità applicate dal tempo totale, qualora l'atleta presenti un reclamo e lo stesso venga accolto

Cause:



- Anticipazione del segnale di partenza
- Salto, corsa, scivolata
- Impedire di essere sorpresi o ostacolare il passaggio di altri partecipanti.
- Accorciare il percorso anche se in modo involontario
- Rifornirsi al di fuori delle zone determinate dall'organizzazione.
- Attacco verbale all'arbitro
- Qualsiasi fallo commesso nell'ultimo chilometro che incida direttamente e in maniera evidente lotta per la posizione tra due o più atleti, e questa situazione faccia perdere la tecnica.
- Mancato rispetto delle normative riguardanti l'uso obbligatorio dei gommini (pads).

### **Norma 14 - Squalifica**

#### 1. Squalifica tecnica

La squalifica tecnica sarà comminata dal Capo Giudice del Nordic Walking mostrando all'atleta un cartellino rosso/paletta e sarà applicata nei seguenti casi:

- a) Al ricevimento del quarto avvertimento, visibile sul tabellone segnapunti, da quattro giudici diversi.
- b) Per palese inosservanza del regolamento sul rettilineo di arrivo anche senza che il concorrente abbia ricevuto in precedenza cartellini gialli.
- c) Sostituzione dei bastoncini con altri di lunghezza diversa. Se il quarto avviso non viene consegnato dagli assistenti al Presidente di Giuria entro la fine della gara, la squalifica sarà comunque assegnata anche dopo l'arrivo.

Il concorrente squalificato deve abbandonare immediatamente il percorso e togliere il pettorale.

#### 2. Varie

- a) I Giudici NW sul percorso sono tenuti a comunicare tempestivamente al Giudice Capo il numero di pettorale dell'atleta ammonito.
- b) Il Presidente di Giuria, su raccomandazione del Responsabile della Sicurezza dell'EMA e del Medico di Gara, deve escludere dalla competizione ogni concorrente che si trovi in condizioni fisiche precarie. Questa decisione è definitiva.

#### 3. Reclami

Eventuali reclami dovranno essere presentati verbalmente al Presidente di Giuria entro trenta minuti dalla pubblicazione dei risultati della gara. In caso di rigetto può essere presentato ricorso in seconda istanza per iscritto al Giudice d'Appello versando una cauzione di € 100,00 che verrà restituita solo in caso di ricezione. Le decisioni dei Giudici saranno vincolanti, e nessun reclamo potrà essere avanzato alcuno negli aspetti relativi alle carte mostrate ai partecipanti.

### **Regola 15 - Premi - Categorie di età**

Le categorie ammesse a partecipare ai Campionati Europei sono le seguenti, divise per data di nascita, non per anno di nascita:

- W35 - M35
- W 40 - M 40
- W 45 - M 45
- W 50 - M 50
- W 55 - M 55
- W 60 - M 60
- W 65 - M 65
- W 70 - M 70
- W 75 - M 75

W 80 - M 80  
W 85 - M 85  
W 90 - M 90  
W 95 - M 95  
W 100-M 100

Alle Open Races possono partecipare atleti under 35.

Per tutto quanto non previsto dal presente regolamento, si applicheranno le norme stabilite dai Regolamenti internazionali e nazionali, ove applicabili.

Il Vice Presidente – Direttore Tecnico – di EMA

Il Referente tecnico EMA Nordic Walking