

**Reglament:** Document en PDF

## **1/ CRITERIS DE PARTICIPACIÓ**

1a) Per participar a La 5a Cursa de la Moixina, els menors de 18 anys hauran de portar una autorització dels pares, mares o tutors (**Autorització menors**).

1b) El fet d'inscriure's a la cursa implica que m'he llegit la normativa i accepto les condicions. També implica que estic en una condició física acceptable en base al **QAAF**. En cas de que la nostra forma física no sigui l'adequada segons el **QAAF**, caldrà portar un justificant mèdic per poder participar.

1c) Places limitades a 400 corredors tenint en compte les diferents categories exceptuant la de nens. L'assignació de places es regirà per estricta ordre d'ingrés, fins a completar la totalitat de participants esmentat anteriorment. Aquestes estaran obertes a partir del dia 1 de març del 2017. Les inscripcions es tancaran el divendres 28 d'abril a les 21h.

1d) Les inscripcions es realitzaran a través de la pàgina web <http://cursadelamoixina.linkinesis.com> a l'enllaç de l'apartat d'inscripció. La inscripció no quedarà formalitzada fins que no s'hagi realitzat el pagament.

1e) L'organització es reserva el dret d'ampliar o reduir el nombre de places. Aquesta modificació seria anunciada a la web oficial de la carrera.

1f) El recorregut de la cursa es de 10.860m, no és homologat i per tant la distància pot variar alguns metres. Per tant l'organització es reserva el dret a poder ampliar o reduir la distància de de la cursa si això ha de comportar una major seguretat pel corredor.

## **2/ INSCRIPCIÓ**

2a) La Cursa de la Moixina, és una prova amb un sol recorregut que podeu realitzar caminant o corrent.

2b) Les categories de la cursa són: Individual Masculina, Individual Femenina, Parelles Mixtes, Parelles Masculines, Parelles Femenines, i Caminadors. També cal tenir clar que els Caminadors, en cas de que siguin una parella, es poden inscriure a qualsevol de les Categories de Parelles.

2b) El preu de la inscripció és: 10€ per les Categories Individuals i de Caminadors fins el dia 30 de Març. 20€ per les categories de Parelles fins el dia 30 de Març. A partir del dia 1 d'Abril, el preu d'inscripció per la Categoria Individual i de Caminadors serà de 12€, i de 22€ per les Categories de Parelles. A partir del dia 24 d'abril i fins al tancament d'inscripcions el preu d'inscripció per la Categoria Individual i de Caminadors serà de 15€, i de 27€ per les Categories de Parelles.

Els participants que s'inscriguin abans del 23 d'abril tindran dret a tenir la samarreta de record. Els que s'inscriguin a partir del dia 24 d'abril no es garanteix tenir la samarreta de la cursa.

2c) El preu d'inscripció inclou:

- Samarreta Cursa de la Moixina. (Inscrits fins el 23 d'abril)
- Bossa del corredor.
- Avituallament de la cursa.
- Avituallament d'arribada.
- Dorsal personalitzat, amb 4 imperdibles.
- Sistema de cronometratge.
- Llistes de classificació al moment.
- Llistes de classificació on-line.
- Servei de dutxa a l'arribada.
- Servei de guarda-roba.
- Fotos on-line gratuïtes de la Cursa fetes pels nostres fotògrafs oficials.

2d) En el cas dels participants en les categories de parelles, us heu d'inscriure junts escollint la categoria PARELLES i posar els noms dels dos components de la parella.

2e) Un cop realitzada la inscripció, no es tornarà l'import de la mateixa si la no participació de l'atleta es per causes no imputables a l'organització. Únicament es podrà fer efectiu un

canvi de nom pel nom d'un altre company o amic, interessat en participar, enviant-nos les dades al correu cursadelamoixina@gmail.com

### **3/ DORSAL I XIP**

- 3a) Per participar a la Cursa de la Moixina, és obligatori l'ús del dorsal i xip lliurat per l'organització. La Comissió organitzadora subministrarà un xip electrònic d'un sol us a cada corredor.
- 3b) Cada un dels participants tindrà un dorsal amb un color identificatiu de la categoria en que s'hagin inscrit.
- 3c) És obligatori portar el dorsal visible perquè l'organització pugui identificar als participants amb claredat durant tota la cursa.
- 3d) No està permès cap canvi de dorsal entre corredors.
- 3e) En el cas de la categoria per parelles, cadascú portarà un dorsal i xip diferent que estaran associats.

### **4/ CONTROLS**

- 4a) Durant el recorregut hi hauran diferents voluntaris repartits al llarg del mateix.
- 4b) Aquests Voluntaris tenen la funció d'indicar el camí en certs punts i de resoldre ràpidament qualsevol dubte o problema que es pugui donar durant la cursa.
- 4c) Hi haurà servei d'escombra que tancarà la cursa i marcarà el ritme d'aquesta.

### **5/ AVITUALLAMENTS**

- 5a) Durant el recorregut trobarem un avituallament a la meitat d'aquest. En l'avituallament trobarem una ampolla d'aigua per participant.
- 5c) En els següents metres a l'avituallament i en el propi avituallament, hi haurà unes escombraries on podreu llençar els residus.
- 5d) A l'arribada trobareu el segon avituallament amb la bossa del corredor, líquids i sòlids.

### **6/ RECORREGUT I MARCATGE**

- 6a) El recorregut estarà marcat amb cinta plàstica de color blanc i vermell, fletxes i altres elements de senyalització així com calç al terra, ubicats regularment depenent de la tipologia del terreny i dels diferents camins, sent responsabilitat de cada participant localitzar la senyalització i seguir-la. Els voluntaris també seran presents per marcar certs punts conflictius.
- 6b) Els corredors hauran de respectar els filats, les portes i tot tipus de tanca relacionat amb la seguretat del bestiar o finques privades.
- 6c) El recorregut tindrà marcats els punts quilomètrics a cada quilòmetre.
- 6d) És obligatori seguir l'itinerari marcat.
- 6e) Si la situació ho exigeix, l'organització podrà realitzar les modificacions que consideri necessàries, així com retardar l'horari previst de la carrera.
- 6f) Els vehicles motoritzats tindran preferència en les zones asfaltades i en les cruïlles existents durant el recorregut. Serà responsabilitat dels participants aturar-se per extreure les precaucions abans de creuar la calçada. La organització usarà cons i tanques per avisar i regular la circulació de vehicles a les zones més conflictives.
- 6g) El mal temps no serà obstacle per la celebració de la prova, considerem que pot ser un al·licient i un repte més a superar. Tot i això l'organització es reserva el dret d'anul·lar-la si així ho creu convenient.
- 6h) Els únics vehicles que podran seguir la prova seran els expressament autoritzats per l'organització.
- 6i) El temps màxim per realitzar la prova serà de 2h30'.

### **7/ RETIRADES**

- 7a) L'organització es compromet a tornar als participants que abandonin al punt de sortida de la cursa.
- 7b) Els corredors que decideixin abandonar la cursa ho hauran de comunicar a l'organització.
- 7c) Els corredors que decideixin abandonar la carrera hauran de retirar-se en un dels punts on hi hagi un voluntari de la organització. Només una lesió de gravetat justificarà que un participant abandoni en un altre punt del recorregut.
- 7d) L'organització no tornarà als participants que han abandonat fins que hagi finalitzat la cursa, si això comporta un perill pel desenvolupament òptim d'aquesta.
- 7e) En el cas dels que competeixin dins la categoria de parelles mixtes i un dels dos hagi d'abandonar, el de la parella que pugui seguir passarà a formar part de la categoria individual. En el cas de que abandoni i el seu xip passi per la línia d'arribada quedaran tots dos desqualificats.

## **8/ EMERGÈNCIES**

- 8a) Tots els participants tenen l'obligació d'assistir i de comunicar al Voluntari més proper qualsevol accident que hagin observat. En cas de no fer-ho seran desqualificats.
- 8b) Es comptarà amb l'assistència d'un servei mèdic.
- 8c) En cas d'emergència sense zona de cobertura els corredors estan obligats a trucar al 112.

## **9/ BRÍFING I RECOLLIDA DE DORSALS**

- 9a) Per recollir el dorsal serà necessari presentar el passaport, el DNI o un document equivalent pels estrangers i el **QAAF** o certificat mèdic en cas que tingueu algun dels problemes que indiqui el **QAAF**.
- 9b) El fet de no retirar el dorsal i el xip en l'horari establert significa la renúncia als mateixos.
- 9c) El dorsal i el xip es lliuraran el diumenge 30 d'abril al Pavelló d'esports d'Olot de 18:00h a 20:00h o el mateix dia de la cursa a partir de les 8:00h i fins les 9:30h. del matí a la sortida de la cursa.
- 9d) En el "brífling" es donaran tots els detalls tècnics que el corredor necessita conèixer per fer front a cada un dels recorreguts.
- 9e) Tots els corredors hauran d'estar presents al "brífling".
- 9f) Es farà una sola sortida. La gent que faci el recorregut caminant s'hauran de situar darrera dels que la facin corrent.

## **10/ MEDI AMBIENT**

- 10a) La cursa esdevé per uns entorns natural únics i cal que continuïn tal com estan. Els participants hauran de conservar i preservar el medi.
- 10b) Els corredors hauran d'adaptar-se a cada una de les diferents tipologies de terreny que es trobaran durant els recorreguts.
- 10c) Com a corredors de muntanya, cada un dels participants, no només hauran de preservar el medi, sinó actuar amb responsabilitat i tenir un comportament exemplar davant de qualsevol adversitat.
- 10d) Recordeu que passeu per un Parc Natural i un PEIN, no llenceu res al terra, guardeu-ho fins al proper control o a l'arribada. Sigueu respectuosos amb l'entorn, tots ho agraïrem.

## **11/ RESPONSABILITAT DEL CORREDOR**

- 11a) Els inscrits a la cursa participen voluntàriament i sota la seva responsabilitat en la competició. Per aquest motiu, l'entitat organitzadora, els col·laboradors, els patrocinadors i els altres participants queden lliure de qualsevol responsabilitat civil.

11c) L'organització no es fa responsable dels accidents o qualsevol altre perjudici que la participació en la cursa pugui ocasionar als inscrits. Inscriure's eximeix de tota responsabilitat als organitzadors en cas d'accident, lesió o qualsevol imprevist.

## **12/ CATEGORIES**

12a) Es constitueixen 6 categories principals: **la individual masculina**, la **individual femenina**, la de **parelles mixtes**, la de **parelles masculina**, la de **parelles femenina** i la de **caminadors**. Totes aquestes categories són absolutes (+12). En la categoria de parelles mixtes tal com bé indica el seu nom, un de la parella ha de ser home i l'altre dona.

12b) Per tal de que l'arribada de les categories de parelles sigui vàlida, els dos components de la parella hauran d'arribar amb una diferència de menys de 10 segons. En cas d'incomplir aquesta norma, els dos components de la parella quedaran desqualificats.

12c) Hi haurà trofeus per als tres primers homes i dones de cada categoria de la categoria individual, i per la primera parella classificada de cada una de les categories de parelles.

12d) Es podran obtenir els resultats oficials a través del web de la cursa.

## **13/ PROTECCIÓ DE DADES**

13a) La finalitat de la cessió de les vostres dades són: Gestionar la prova i enviar-vos informació relacionada la Cursa de la Moixina i altres curses.

13b) Les vostres dades personals que ens faciliteu seran incorporades al fitxer de Associació Linkinesis.

13c) Els participants, donen consentiment exprés al tractament de les seves dades personals i autoritzen també l'organitzador a publicar-les en el llistat d'inscrits i en el llistat de resultats.

13d) Podreu exercir el vostre dret d'accés, rectificació i cancel·lació per correu electrònic a [cursadelamoixina@gmail.com](mailto:cursadelamoixina@gmail.com)

13e) Les vostres dades seran tractades d'acord amb el que estableix la llei orgànica 15/1999, del 13 de desembre, de protecció de dades de caràcter personal (BOE núm 298, del 14 de desembre de 1999).

## **14/ DRETS D'IMATGE**

14a) Els participants o representants legals dels menors d'edat accepten cedir a l'organitzador i col·laboradors el dret de captació, reproducció, distribució i publicació de les imatges de la cursa a qualsevol medi de comunicació com diaris, web, etc...

El fet de participar suposa l'acceptació de totes aquestes normes, quedant els imprevistos a criteri de l'organització.

Organització de la Cursa de la Moixina