

## REGLAMENT X CURSA DE MUNTANYA 2024

Article 1. La cursa X Cursa de Muntanya de La Roca és una cursa per muntanya de 21 kms. 800 m de desnivell positiu i 700 m de desnivell negatiu i que tindrà lloc el dia 12 de maig de 2024. L'organitzador de l'esdeveniment és el club d'atletisme Elskekoren molt.

Article 2. Responsabilitat i medi ambient .Durant tot l'esdeveniment l'organitzador farà tots els possibles perquè l'impacte ambiental de la cursa al territori sigui el mínim. Així doncs, el corredor tindrà la responsabilitat de: - Respectar l'entorn: no podrà fer malbé els recursos naturals, geològics i culturals. - Respectar l'itinerari establert i marcat per l'organització, no sortint d'aquest. Evitarà senders secundaris al principal i no retallar camp a través ni retallar per l'interior dels revolts. - Queda totalment prohibit tirar escombraries (rebuigs, envasos, aliments o material) excepte en els llocs habilitats per l'organització. - El corredor cal que denunciï qualsevol conducta mediambiental negligent d'altres corredors. - És obligatori portar marcat, amb el número de dorsal, les barretes, els gels, etc. l'organitzador comptarà d'un equip de vigilància ambiental que ho vetllarà. - No cridar durant el recorregut si no és en cas d'emergència. - Evitar trepitjar a l'interior de zones humides: basses, rierols, torberes, etc.

Article 3. L'edat mínima per participar al trail és de 14 anys complerts el dia de la cursa. Aquesta dada es comprovarà mitjançant l'aportació d'un document oficial (DNI, passaport o carnet de conduir) el dia de la prova. Els menors de 18 anys podran participar amb l'autorització expressa del pare/mare/tutor legal, aquesta autorització serà d'obligatòria presentació en el moment de recollir el dorsal.

Article 4. Límit de places. El club disposa de 300 places disponibles, que es podran adquirir a les botigues indicades a la web, presencialment el mateix dia de la cursa i a través de la web [www.elskekorenmolt.cat](http://www.elskekorenmolt.cat), fins a l'exhauriment d'aquestes. L'organització es reserva el dret ampliar o reduir el nombre de places. Qualsevol canvi serà enunciat a través de la web oficial de l'esdeveniment.

Article 5. Data límit d'inscripció. En cas que no s'arribi al límit d'inscrits, la data límit d'inscripció serà el dia 10 de maig.

Article 6. Comprovació de la inscripció. Una vegada realitzada la inscripció online s'enviarà un correu de confirmació de la inscripció i apareixerà automàticament a la llista d'inscrits.

Article 7. Declaració del corredor. Per validar la inscripció és imprescindible acceptar el present reglament i eximir a l'organitzador de l'esdeveniment la responsabilitat en cas d'accident o de danys propis o a tercer abans, durant o després de la competició. Aquesta declaració es realitzarà durant el procés d'inscripció.

Article 8. Devolució de la inscripció Un cop acceptada la inscripció, no se'n retornarà l'import. Només s'admeten canvis de qualsevol dada associada a la inscripció fins a 24 hores abans del tancament del període d'inscripció que figura en el reglament de la cursa. Les modificacions s'hauran d'enviar per correu-e a [elskekorenmolt@yahoo.es](mailto:elskekorenmolt@yahoo.es)

Article 9. Recollida del dorsal i bossa del corredor La recollida del dorsal només la podrà realitzar la persona propietària d'aquest. Per fer-ho serà necessari presentar un document d'identitat amb fotografia (DNI, passaport o carnet de conduir) .

Article 10. Abandonament voluntari Només es podrà abandonar la cursa en els punts d'avituallament, excepte si el corredor està ferit o lesionat. Els corredors poden abandonar en qualsevol avituallament, però només en els indicats com a punt d'abandonament amb transport s'assegura que hi hagi mitjans de transport. És obligatori avisar a l'organització abans d'abandonar la cursa.

Article 11. Abandonament obligat. L'organització pot retirar de la cursa a un corredor si considera que el seu estat posa en perill la seva integritat física, la seva seguretat

Article 12. Recorregut El recorregut estarà clarament senyalitzat amb cinta, banderoles o similars. Al llarg del recorregut hi haurà un nombre suficient avituallaments líquids i sòlids.

Article 13. Causes meteorològiques. En el cas de males condicions meteorològiques o causes de força major, l'organització es reserva el dret de suspendre, neutralitzar o modificar les franges horàries i/o el recorregut i avituallaments. En aquest cas no es retornarà l'import de la inscripció. Si calgués interrompre la prova en un punt del recorregut, la classificació es parerà segons l'ordre i temps d'arribada en el punt d'interrupció o en el seu defecte, en l'últim control.

Article 14. Suspensió de la prova abans de la data prevista. En cas d'anul·lació de la prova per causes de força major i amb una antelació de més de 7 dies respecte la data de sortida, es realitzarà una devolució parcial de l'import de la inscripció. L'import variarà en funció de les despeses ja realitzades.

Article 15. Motius de penalització o desqualificació.

Serà motiu de desqualificació:

- No fitjar als punts de control establerts.
- Rebre ajuda externa fora dels espais autoritzats (avituallaments).
- No realitzar íntegrament el recorregut a peu marcat per l'organització.
- Tirar rebuig durant el recorregut.
- Abandonar rebuig fora de les papereres situades als avituallament.
- Abandonar l'itinerari establert. Retallar el recorregut o utilitzar dreceres.
- Creuar per espais sensibles per la flora i la fauna senyalitzats.
- No portar el material marcat com a obligatori per l'organització.
- No portar el dorsal en la part davantera de la roba i en lloc de fàcil visualització.
- Utilitzar qualsevol tipus de substància prohibida considerada com a dopatge per part de les federacions d'atletisme o de muntanya.

- No seguir les instruccions dels membres de l'organització en tot moment i durant la cursa.
- No prestar auxili a qualsevol participant que pugui sofrir algun tipus d'accident i informar-ne al control més proper.
- Superar el temps límit marcat per l'organització. Tots els corredors que superin el temps establert es veuran obligats a deixar el seu xip i el dorsal, i abandonar la competició. Els corredors desqualificats que vulguin seguir corrent ho faran sota la seva responsabilitat.
- No està permès córrer amb gossos

#### Article 16. Modificació del reglament.

Les modificacions que es realitzin al present reglament seran comunicades a través de la web. La inscripció implica l'acceptació del reglament.