



# **CURSA DE MUNTANYA**

## **4 TERMES 2018**

### **CAMINADA 12 KM.**

#### **REGLAMENT I PLA DE SEGURETAT**

La prova esportiva, denominada CURSA DE MUNTANYA 4 TERMES, està organitzada pel CENTRE EXCURSIONISTA L'ARENY i es celebrarà a Mont-roig del Camp el diumenge 18 de febrer de 2018. El present Reglament fa referència, en aquest cas, a LA CAMINADA de 12 Km.

#### **1. DEFINICIÓ I OBJECTIU.**

1.1. La definició de CURSA 4 TERMES és perquè el seu recorregut es realitza pels termes municipals de Mont-roig del Camp, Pratdip, Colldejou i Vilanova d'Escornalbou.

1.2. La CURSA 4 TERMES, en totes les seves modalitats, té com objectiu fomentar l'esport i donar a conèixer les muntanyes i l'entorn natural del nostre municipi i la dels pobles veïns.

1.3. L'àmbit d'actuació que delimita la Cursa 4 TERMES/CAMINADA és el circuit, degudament senyalitzat, proposat pel CENTRE EXCURSIONISTA L'ARENY com a entitat organitzadora, i que transcorre per pistes, camins, senders i/o corriols, ubicats dins dels termes municipals de Mont-roig del Camp, Pratdip, Colldejou i Vilanova d'Escornalbou.

#### **2. RECORREGUT**

2.1. La CURSA 4 TERMES/CAMINADA, té el recorregut i el desnivell que tot seguit es detalla.



MODALITAT	RECORREGUT	DESNIVELL POSITIU ACUMULAT
CAMINADA 12 KM	12 Km	350

2.2. La major part del recorregut transcorrerà, en el seu 95%, per senders, corriols i camins de terra, tots ells degudament senyalitzats amb cintes i marques al terra.

2.3. En els punts d'asfalt, 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, si bé l'organització intentarà tenir controlats aquests punts.

2.4. És obligatori seguir l'itinerari marcat, així com passar per tots els controls de pas establerts.

2.5. Pel que fa a la responsabilitat de l'organitzador de la prova, així com la modificació de l'itinerari i/o la decisió d'anul·lació de la prova, s'estarà a allò que es disposa expressament a la normativa de l'Annex II del RGC

2.6. No està permès fer aquesta activitat amb animals.

### **3.- CONDICIONS DE PARTICIPACIO.**

3.1. Per participar a la caminada no hi ha limitació d'edat, però els menors d'edat hauran de presentar una autorització dels seus pares o tutors.

3.2. En tractar-se d'una activitat amb desnivells, serà imprescindible estar ben preparat físicament i portar l'equipament idoni per a aquest tipus d'activitats.

3.3. Tots els participants tenen l'obligació de seguir les indicacions donades per qualsevol membre de l'organització de la prova. En cas de desobeir directrius de seguretat indicades per aquests, el corredor pot ser desqualificat de la prova.

3.4. Tots els participants tenen l'obligació d'assistir i de comunicar al control més proper qualsevol accident que hagin observat. En cas de no fer-ho podran ser desqualificats.



3.5. Els participants que decideixin retirar-se de l'activitat hauran de comunicar-ho a l'organització a través del control més proper al lloc de la retirada.

3.6. Si l'organitzador de la prova demana material obligatori, tots els participants hauran de portar-lo durant tota l'activitat.

3.7. El participant és el responsable de validar els temps de pas i de meta fent visible el seu dorsal o fent ús del sistema de cronometratge que l'organitzador estableixi.

3.8. L'organització recomana als participants que es facin una prova d'esforç, que acrediti l'aptitud i manca d'impediments, per a la participació en activitats amb característiques semblants.

3.9. L'organització no es fa responsable de la manca de preparació física, ni dels accidents que es puguin produir, si bé vetllarà per tal d'evitar-los.

3.10. La caminada està limitada a 100 dorsals.  
L'organització es reserva el dret d'ampliar o reduir el nombre de places.  
Qualsevol modificació en aquest punt serà notificada per l'organització.

3.11. Qualsevol cas que es presenti no previst en aquest reglament serà resolt pel comitè organitzador.

#### **4. INSCRIPCIONS I PREUS.**

4.1. Les inscripcions estaran obertes fins el 21 de gener de 2018, sempre i quan no s'hagin tancat prèviament per part de l'organització, per haver arribat al màxim de participants. Es realitzaran únicament i exclusivament a través de l'apartat de les inscripcions de la pàgina web de 4 TERMES: <http://www.cursa4termes.com>

4.2. A l'hora de realitzar la inscripció, el sol·licitant ha d'estar en possessió d'una llicència federativa. Si no és el cas, l'organització li farà una assegurança temporal pel dia de la cursa, amb el cost pertinent, i reflectit als preus que es relacionen posteriorment.



4.3. El preu de la inscripció és el següent.

MODALITAT	FEDERAT	NO FEDERAT
CAMINADA 12 KM	18,00 €	21,00 €

Opcionalment es podrà realitzar una inscripció sense “bossa del corredor”, amb data límit 31 de desembre de 2017.

MODALITAT	FEDERAT	NO FEDERAT
CAMINADA 12 KM	10,00 €	13,00 €

4.4. Si queden dorsals disponibles el preu de la inscripció, el mateix dia de la caminada, els preu serà el següent.

MODALITAT	FEDERAT	NO FEDERAT
CAMINADA 12 KM	23,00 €	26,00 €

En aquest cas, No es garantirà la bossa del corredor.

4.5. La inscripció posterior al 31 de desembre de 2018, no garanteix el poder escollir la talla de la samarreta.

4.6 La inscripció NO CONFIRMA la plaça si no s’ha fet el corresponent pagament de la mateixa. L’assignació de places es registrarà per estricte ordre de recepció de pagament.

4.7. No es retornarà l’import de la inscripció si la no participació del corredor no és per causes imputables a l’organització.

## 5.- DORSALS

5.1. L’horari de lliurament de dorsals i possibles noves inscripcions serà el mateix dia de la cursa de 7:15h a 8:30h. El fet de no retirar el dorsal en l’horari establert significa que s’hi renuncia.

5.2. S’ha de portar el DNI o resguard de la inscripció, i la llicència federativa, en cas de tenir-ne, per tal de poder recollir el dorsal.

5.3. Es totalment obligat recollir el dorsal per prendre la sortida. Tots els participants tenen l’obligació de portar el dorsal íntegre, sense doblegar ni retallar, i ben visible. Si després de l’advertiment d’un membre de



l'organització, el corredor no esmena el defecte es procedirà a la sanció del participant.

5.4. No està permès un canvi de dorsals entre els participants.

5.5. Un cop finalitzada la caminada no caldrà retornar el dorsal lliurat, però caldrà conservar-lo per accedir als serveis pels participants.

## **6. HORARIS SORTIDA I ARRIBADA.**

6.1. La caminada es celebrarà el dia 18 de febrer de 2018 i la sortida serà a les **8:45 hores** a la Plaça Miramar de Mont-roig del Camp,

6.2. L'arribada serà al poliesportiu Municipal situat al C/ Aureli Maria Escarré.

6.3. El temps màxim per completar els recorregut de 12 km. serà **de 4 hores**.

## **7. AVITUALLAMENTS I CONTROLS**

7.1. Es disposarà de diferents punts d'avituellaments en els que s'oferirà als participants aliments sòlits i líquids (dolços, fruita, aigua, etc.).

Aquests avituallaments i/o controls estaran situats ens els següents punts quilomètrics.

MODALITAT	KM	KM	KM	KM	KM
CAMINADA 10,5 KM	4,5	8,0			

7.2. A l'arribada hi haurà esmorzar per tots els participants (llonganisses, pa, begudes...).

## **8. CLASSIFICACIO.**

8.1. La Cursa de Muntanya 4 TERMES en la seva modalitat de CAMINADA no es considera una activitat competitiva, per tant no s'estableix cap mena de classificació.

## **9.- CATEGORIES**

9.1 Al no ser una activitat competitiva tampoc no s'estableixen categories.

9.2. No hi ha edat mínima per a participar a la caminada



9.3. Els menors d'edat han de presentar una autorització dels pares/tutors per poder participar.

## **10.- TROFEUS/OBSEQUIS.**

10.1. A tots els participants de les diferents modalitats (curses i caminada) se'ls hi donarà una bossa amb diferents obsequis.

## **11.- INFRACCIONS**

Al tractar-se d'una activitat no competitiva no s'estableixen sancions als participants. Però si l'obligatorietat de complir amb tots els punts del present Reglament, així com seguir les bones normes d'educació i civisme, tant pel que fa al respecte a tots els participants i a l'entorn.

## **12. RETIRADES I EMERGÈNCIES**

12.1. Els participants de la caminada hauran d'alertar en el punt de control i/o avituallament més pròxim qualsevol tipus d'accident.

12.2. Si un participant es fa mal o es troba indisposat, els altres participants estan obligats a parar-se per socorre'l i prestar-li ajuda.

12.3. En cas d'emergència sense zona de cobertura els participants estan obligats a trucar al 112.

12.4. L'organització disposarà d'un servei motoritzat per prestar ajuda als participants que ho necessitin.

## **13. ASSEGURANÇA**

13.1. L'organització declina tota responsabilitat pels perjudicis que els participants i els seus acompanyants puguin patir i/o ocasionar abans, durant i després de la cursa.

13.2. Tot i això, l'organització ha contractat, segons preveu la legislació vigent, una assegurança de responsabilitat civil i disposa dels serveis d'urgència adients.

## **14. SERVEIS ALS PARTICIPANTS**

14.1. Tots els participants disposaran de dutxes i vestidors a les instal·lacions esportives municipals.



14.2. Es farà entrega a tots els participants d'un obsequi.

14.3. A l'arribada hi haurà beguda i menjar (llonganisses, pa, begudes...) per a tots els participants amb dorsal.

## **15. PROTECCIÓ AL MEDI AMBIENT**

15.1. Tots els participants es comprometen a dipositar totes les deixalles a les corresponents bosses situades als diferents punts de control i a no malmetre de qualsevol manera l'entorn.

15.2. Es tracta d'una activitat que té un recorregut per paratges naturals. Sigueu respectuosos amb l'entorn, tots ho agraiem.

## **16. DRET A L'IMATGE**

L'Organització es reserva els drets d'imatge, fotografies i vídeos de les proves. Així mateix podrà utilitzar-los per fer anuncis, relacions públiques o per qualsevol altre finalitat periodística o de promoció de la prova i/o altres activitats dels organitzadors de la CURSA 4 TERMES.

En completar la inscripció, entenem que us considereu suficientment informats d'aquest tractament i que accepteu aquestes condicions. En qualsevol moment podeu exercir els vostres drets d'accés, rectificació, oposició i cancel·lació, tot adreçant-vos a l'organització de la prova mitjançant el correu electrònic [celareny@hotmail.com](mailto:celareny@hotmail.com)

**C.E. L'ARENY**



### **PLA DE SEGURETAT CURSA 4 TERMES 2018.**

Es coordinarà una estratègia de seguretat entre voluntaris i direcció de cursa.

Tots els avituallaments i/o controls de la cursa disposaran d'una farmaciola per a possibles petites incidències, els corredors inscrits tenen dret al seu ús, però mai es donarà medicació.

Qualsevol informació sobre la cursa, (punt Km, desnivell, següent avituallament, etc.) es podrà consultar en els panells informatius instal·lats a tal efecte a tots i cada un dels avituallaments. Per a qualsevol altra informació caldrà adreçar-se al responsable de l'avituallament i/o control.

Als participants se'ls facilitarà un número de telèfon intern per a possibles emergències. En el cas de zones amb poca o nul·la cobertura, caldrà fer ús del telèfon d'emergències 112.

L'organització no es fa responsable de retornar a la zona de meta a aquells corredors desqualificats o que abandonin per altres motius. Només s'evacuarà a aquells corredors que hagin petit una lesió o accident, i si aquesta és greu serà el servei d'ambulància contractat a tal efecte el que s'encarregui de realitzar-ho.

La direcció disposarà d'equip de tancament de cursa, el qual anirà tancant la mateixa arreglant els controls i/o avituallaments i informant de les incidències que vagi observant.

La cursa disposa d'una assegurança de Responsabilitat Civil, així com una d'accidents per als participants no federats.

Tots els corredors de la cursa són coneixedors de la dificultat de la prova, i es reconeixen aptes, tant pel seu estat de salut com per les seves condicions físiques per a participar a la cursa.





El mal temps no serà impediment per a la celebració de la cursa, però si les condicions meteorològiques son adverses amb tempesta elèctrica o ràfegues de vent que puguin posar en perill la integritat dels corredors, la organització es reserva el dret de fer-ho, així com de variar el recorregut si ho considera oportú.

**C.E. L'ARENYS**