

# REGLAMENT DE LA 16ENA CURSA PER MUNTANYA D'ESPORLES

SA FITA DEL RAM 2019



AJUNTAMENT  
D'ESPORLES



Copa Balear de Curses de Muntanya

L'Ajuntament d'Esporles amb la col·laboració del Club de Muntanya Ermasset's d'Esporles organitza un any més la pujada a Sa Fita del Ram d'Esporles, el proper diumenge 7 d'abril de 2019.

El recorregut és de 16,5 Kms i 1.000m de desnivell positiu. Evoluciona pels antics camins i tiranys de carboners recorrent la Mola de na Ferrana.

Aquesta setzena edició forma part de la Copa Balear de Curses de Muntanya de la FBME a la categoria de mitja distància.

### **INSCRIPCIONS**

15€ pels federats (modalitat B, AU-2, CxM-Aut o Superior) de la FBME o equivalent nacional. Al formar part de la Copa Balear, només podran participar corredors federats. La cursa serà cronometrada per Elitechip i serà indispensable portar un xip de cronometratge. Qui no en tingui n'haurà de llogar un, a retornar al final de la prova, per un import de 3€.

Inscripcions, el dilluns 25 de març a les 20:00 pels finalistes de la Copa Balear 2018, per la resta el dimarts 26 de març a les 20:00 h a [www.elitechip.net](http://www.elitechip.net)

Els federats hauran de mostrar la targeta federativa i el DNI a l'organització per poder retirar el dorsal. S'oferiran 325 places.

No hi haurà cap llista d'espera. En qualsevol cas, el mateix dia de la cursa, quan acabi el procés de retirada de dorsals, i sense cap compromís per part dels organitzadors, si hi ha places lliures s'oferiran als corredors que se hagin presentat a la taula dels dorsals, just abans del "briefing".

Si per qualsevol circumstància el corredor inscrit no pot participar a la cursa, ha d'enviar un correu informant de la incidència a la Federació Balear de Muntanya i Escalada, amb còpia a Elitechip i al club organitzador. Només se retornarà el 70% de la inscripció. Per retornar els doblers serà necessari el corresponent certificat metge o equivalent. Si no és així, no se retornarà.

### **DESENVOLUPAMENT**

Recollida de dorsals i validació de xips el mateix dia de la cursa a partir de les 7:45h fins a les 8:30h a la Placeta des Jardinet d'Esporles. A partir de les 8:45h es realitzarà un briefing previ a la sortida, que serà a les 9:00h.

La prova es desenvoluparà sota l'observació dels àrbitres i personal de l'organització de la cursa que farà complir el reglament en vigor per l'any 2019.

Entrega de premis està prevista a les 12:15h.

Aquesta prova es regeix pel reglament de la Copa Balear de Curses per Muntanya. La inscripció en aquesta prova comporta l'acceptació del present reglament i la normativa (ho podeu consultar a la web [www.fbmweb.com](http://www.fbmweb.com)).

En qualsevol cas se vol recordar que:

- El participant ha de dur el dorsal ben visible durant tota la cursa i seguir l'itinerari marcat sense sortir-se'n del mateix (no es permeten les dreceres). Si el personal de la

curso detecta corredors fent dreces, o sortint del camí marcat serà comunicat als jutges de cursa. Així com qualsevol participant que deixi brutor o envasos al seu pas, excepte als avituallaments marcats. Com marca el reglament, no hi haurà tassons als avituallaments, cada participant ha de portar el seu recipient. Tampoc se pot beure directament dels recipients a morro. Tampoc està permès l'avitual·lament líquid o sòlid als corredors fora dels avituallaments per persones alienes a l'organització.

- El recorregut de la cursa estarà degudament marcat atenent a les indicacions del reglament de la Copa Balear. Es delimitaran les zones on comencen i acaben els espais de rellevància ambiental, per recordar als participants que es troben dins una zona amb especials mesures de protecció mediambiental. També es senyalitzarà acuradament de forma horitzontal les zones sensibles d'erosió, per minimitzar l'impacte.

- Degut a l'especial orografia i característiques de les zones per on transita la cursa, hi haurà voluntaris als punts més delicats del recorregut, però si per qualsevol circumstància el voluntari s'ha de moure de lloc, s'han de seguir sempre les cintes que marquen el camí. Si no se detecten cintes s'ha de tornar endarrere fins la darrera cinta detectada.

- Hi haurà 3 punts d'avitual·lament líquid al PK 4,8 (AV1), al PK 6,8 (AV2), al PK 12,2 (AV3). Dos d'aquests seran amb fruita (AV1 i AV3).

- Al punt de control núm 30, coincidint amb el darrer avituallament (AV3), hi haurà un temps de tall de 2:30 hores des de la sortida (a les 11:30h AM). Tots els corredors que arribin a aquest punt amb un temps superior al mencionat, seran desqualificats i si segueixen el recorregut serà baix la seva responsabilitat, sense el suport del personal i voluntaris de la cursa.

- El temps màxim per completar tot el recorregut serà de 3:15h. A partir d'aquest moment es tancarà la classificació, quedant fora de cursa els corredors que encara no hagin finalitzat.

- Tots els corredors que se retirin ho han de comunicar al caps d'avitual·laments de la cursa i al control d'arribada.

- Aquesta prova és una cursa per muntanya i com a tal, només apte per esportistes amb la preparació, aptituds i entrenament adient.

- L'organització no es fa responsable dels accidents o danys que puguin rebre o produir els participants, encara que intentarà evitar-los.

- L'organització es reserva el dret de modificar el recorregut o suspendre la cursa si les condicions meteorològiques així ho aconsellen. Per aquest cas, es té previst un recorregut alternatiu.

- Els participants seguiran les instruccions que els siguin donades per l'organització, estant obligats a retirar-se si qualque jutge de la prova així els ho indica.

## **RECORREGUT DE LA CURSA**

Degut a que la cursa transita per finques i camins privats, que només han donat permís de pas el dia de la cursa i per zones d'alt valor ecològic i ambiental és important tenir present les bones pràctiques esportives al medi ambient, principalment es comprometen a què no s'abocaran residus, que no s'alterarà ni mutilarà la vegetació

i/o la fauna present o que no es realitzaran renous que no siguin necessaris per a la comunicació entre els membres del grup.

Per tot això, no està previst facilitar el recorregut de la cursa pel seu entrenament.

La cursa passa per dos portells que només estaran oberts el dia de la cursa. Perdoneu les molèsties que aquest fet comporta en benefici del medi i al bon enteniment amb els propietaris. Tampoc se deixarà passar el dia de la cursa a corredors sense dorsal pels trams que passen per finques privades que només han donat permís de pas als corredors i voluntaris de la cursa.

## **CATEGORIES**

A més dels premis als primers de la general masculí i femení, hi haurà les següents categories no acumulables:

- Cadet dones i homes: per a participants entre els 15 i 17 anys.
- Junior dones i homes: per a participants entre els 18 i 20 anys.
- Sub categoria Promesa dones i homes: per a participants entre els 21 i 23 anys.
- Absoluta dones i homes: per a participants entre els 21 i 99 anys.
- Sub categoria Veterà A dones i homes : per a participants d'entre els 40 i 50 anys.
- Sub categoria Veterà B dones i homes: per a participants entre els 51 i 54 anys.
- Sub categoria Màster 55 dones i homes: per a participants entre els 55 i 59 anys.
- Sub categoria Màster 60 dones i homes: per a participants de més de 60 anys.

*NOTA: L'edat a tenir en consideració serà la que el participant tindrà el dia 31 de desembre de l'any 2019.*

Premis pels tres primers classificats de la general i pels guanyadors de les diferents categories, que no seran acumulables.

Premi especial Pep Terrassa al millor Ermasset/a, entenent com a tal qualsevol soci/a federat/da amb aquest club.

Tots els participants tindran un recordatori de la cursa.

## **SERVEIS PELS CORREDORS**

L'organització posarà a disposició dels corredors:

- Regal commemoratiu
- Estants comercials de Foracorda, Nutrisport
- Avituallaments de beguda i fruita durant la cursa i a l'arribada
- Beguda Isotònica
- Servei de guarda-roba
- Servei de fisioteràpia, massatge i recuperació ofert per Fisioplanet
- Assistència mèdica
- Servei de dutxa al refugi de Son Trias