



# Ier TRAIL SERVERÍ **Cursa de Muntanya** **i Marxa Nórdica**

Diumenge 23 de Novembre de 2014, a les 10:00 h.  
Poliesportiu "Es Pinaró" – Son Servera

## REGLAMENT:

### ORGANITZA:

Camina Caminaràs Grup Excursionista ( Son Servera)  
Grup Trail Serverí.

### COL-LABORA:

Ajuntament de Son Servera

### CARACTERÍSTIQUES DE LA PROVA:

1ª cursa per Muntanya organitzada pel club excursionista Camina Caminaràs de Son Servera, juntament amb l'Ajuntament de Son Servera, que es regirà pel reglament de curses open i populars de la Federació Balear de Muntanyisme i Escalada, en un recorregut per terreny variat d'uns 15 Km i amb un desnivell acumulat d'aprop de 500m.

El recorregut transcorr per senders de muntanya i pista forestal dins els municipis de Son Servera i Sant Llorenç des Cardassar, amb començament i acabament al Poliesportiu "Es Pinaró" de Son Servera, just a devora la nova via verda. El principals obstacles de la cursa son el cims de Na Penyal i Puig de Sa Font, referents en quan a altura al Municipi de Son Servera

També hi haurà una prova de Marxa Nórdica d'aproximadament 8 kms de recorregut.

La cursa de Marxa Nòrdica per muntanya encara no te un reglament específic de competició així que caldrà tenir en compte:

- 1) Els competidors no podran ser menors de 16 anys i els menors necessitaran l'autorització paterna.
- 2) No es permetrà competir sense el calçat adequat per el tipus de terreny, ni sense pals.
- 3) S'aplicarà la tècnica de Marxa Nòrdica en tot el recorregut, sempre que el terreny ho permeti.
- 4) Quedarà eliminat tot aquell competidor que troti, corri o porti els pals a la ma i no els faci servir i tot aquell que rebí tres amonestacions dels jutges-arbitres. (les amonestacions equivalen a 2m de paralització)
- 5) Quedarà eliminat tot aquell participant que llenci brossa durant el recorregut o no faci cas a les indicacions dels jutges-arbitres.
- 6) El participant que es vulgui retirar de la cursa ho haurán que fer als controls d'avituallament, entregant el dorsal al control.
- 7) El dorsal ha de ser visible durant tota la prova.
- 8) Tots el participants tindran que presentar el DNI a l'hora de recollir el dorsal.

## **DATA**

Diumenge 23 de Novembre de 2014, a les 10:00 h.

## **SORTIDA**

Poliesportiu "Es Pinaró" de Son Servera, a les 10:00 h.

## **ARRIBADA**

Poliesportiu "Es Pinaró" de Son Servera, a les 13:00 h. (Temps limit de 3 hores per realitzar la prova).

## **RECORREGUT**

Recorregut de senders de muntanya i pista forestal de 15 km amb un desnivell positiu de 490 metres aproximadament, que evoluciona pels termes de Son Servera i Sant Llorenç des Cardassar.

Recorregut cursa 15 Km cursa de Muntanya

<http://connect.garmin.com/activity/506412725#.U5rlu5mHcu8.email>

Recorregut cursa 8 km de Marxa Nórdica

[http://connect.garmin.com/activity/616104329#.VEQe\\_S7FpQY.email](http://connect.garmin.com/activity/616104329#.VEQe_S7FpQY.email)

## AVITUALLAMENTS

Hi haurà dos punts d'avituellaments segons normativa .

A la línia de meta hi haurà servei de begudes i alimentació sòlida.

## INSCRIPCIONS

Es podran fer a través de la web [www.elitechip.net](http://www.elitechip.net) i una hora abans del començament de la cursa a l' stand habilitat per l'organització al Poliesportiu "Es Pinaró" de Son Servera.

## PREUS

12 € per els atletes federats modalitat b + 3 € lloguer de xip

16 € per els atletes no federats) + 3 € lloguer de xip

8 € per els atletes de la prova de marxa nórdica + 3 euros lloguer xip

## PROMOCIO PER A LES PRIMERES 150 INSCRIPCIONS:

10 € per els atletes federats modalitat b + 3 € lloguer de xip

14 € per els atletes no federats) + 3 € lloguer de xip

6 € per els atletes de la prova de marxa nórdica + 3 euros lloguer xip

## ENTREGA DE DORSALS

Recollida de dorsals i validació de xips el mateix dia de la cursa a partir de les 8:30h. al Poliesportiu "Es Pinaró". A partir de les 9:45h es realitzarà un brífing previ a la sortida, que es donarà a les 10:00 hrs sortida oficial. La prova es desenvoluparà sota l'observació del personal del club camina caminaràs (organitzador) i protecció Civil, que farà complir el reglament.

Els dorsals s'entregaran el mateix dia de la prova al Poliesportiu "Es Pinaró" de Son Servera, a partir de les 8:30 hores.

## **PLA DE SEGURETAT**

Hi haurà un servei d'ambulància .

Tots els participants estaràn coberts per l'assegurança de la seva fitxa federativa i, en el cas, dels no federats, se'ls farà una assegurança de dia per realitzar la cursa.

La Policia Local de Son Servera i Sant Llorenç des Cardassar i Protecció Civil seràn els encarregats de la seguretat de la prova.

## **CATEGORIES CURSA DE MUNTANYA**

- Absolut dones i homes.
- Promesa dones i homes : per a participants entre 21 i 23anys.
- Sènior dones i homes: per participants d'entre 24 i 39any
- Veterà dones i homes : per participants d'entre 40 i 49anys
- Master 50 dones i homes: per participants d'entre 50 i 59anys
- Màster 60 dones i homes: per participants de més de 60anys
- Local Homes i Dones.

## **CATEGORIA MARXA NORDICA**

- Absolut dones i homes.

## **PREMIS**

Hi haurà premis pels 3 primers atletes classificats de cada categoria.  
L'entrega de premis serà a les 13:00h

## **CLASSIFICACIONS DE LA PROVA**

Es realitzaran per Elitechip.

## **CONTROL DE LA PROVA**

Es realitzarà mitjançant el sistema Championchip i es farà un control "amb xip" en el punt més alt de la carrera (Cim). El temps màxim de pas per el cim de la prova serà de 2 hores i 30 minuts després del començament de la prova

Adicionalment, la organització de la prova posarà els controls de dorsals en els punts que trobi pertinents.

Hi haurà un atleta que anirà tancant la carrera i si un atleta es sobrepassat per aquest, haurà d'abandonar la carrera.

## **DESQUALIFICACIONS**

Seràn automàticament desqualificats de la prova tots els atletes que:

- No portin el dorsal en la part davantera i ben visible
- No realitzin el recorregut complet. Es controlaran diferents punts.
- No atenguin les instruccions del personal de l'organització.

## **NORMATIVA**

El fet d'inscriure's implica la total acceptació del present reglament i del de curses open i populars de la FBME.

<http://www.fbmweb.com/documents/REGLAMENT%20CURSES%20FBME%202014.pdf>

Els atletes participen baix la seva responsabilitat i tenint cura d'examinar la seva condició física per poder realitzar una cursa d'aquestes característiques.

Tots els participants quan s'inscriuen, certifiquen verbalment, que es troben físicament bé i sense problemes de salut per poder realitzar aquesta prova.

L'organització recomana fer-se una prova d'aptitud física.

L'organització no es fa responsable dels objectes perduts i/o substrets ni dels danys físics que es puguin ocasionar per el devenir de la prova.

Hi haurà servei de dutxa. (vestidors poliesportiu "Es Pinaró").

Hi haurà servei de guardaroba.

Hi haurà servei de dinar (Restaurant Bo) situat al mateix Poliesportiu "Es Pinaró". Preu especial per a tots els participants.

L'organització es reserva el dret de modificar el recorregut atenguent a les condicions metereològiques, si així esdevé