

VII CURSA TRAIL NORDIC

COMUNA DE LLORET

DISSABTE 5 d'abril de 2025

CURSA COPA BALEAR DE MARXA NÒRDICA

Reglament de la prova.

1. Dades tècniques: Data, lloc, hora i característiques:

- **Data:** Dissabte 5/04/2025
- **Lloc:** Comuna de Lloret, Lloret de Vistalegre, Mallorca
- **Sortida i arribada:** La cursa tindrà sortida i arribada en una zona habilitada de la Comuna de Lloret (pistes de tenis).

Tot el circuit es desenvoluparà en els terrenys de la Comuna, per camins de terra.

- **Recollida de dorsals:** El mateix dia de la cursa de 16h a 16:30h, a la zona habilitada de la Comuna de Lloret (pistes de tenis)

* **Cursa de promoció edat escolar** (Sortiran abans de la cursa oficial)

Realitzaran un petit recorregut, amb l'objectiu de promocionar el nostre esport en edats escolar, la competició i la participació en proves esportives.

- **Hora Sortida Cursa Oficial de 10 km:** 17:00 h

Es donarà la sortida de la **VII Cursa Nordic Comuna de Lloret**, que serà cursa de Copa Balear de Marxa Nòrdica.

- **Hora Sortida Cursa Popular de 5 km:** A continuació de l'oficial 17:10 h es donarà la sortida de la **VII Cursa Nordic Comuna de Lloret**
- **Hora de finalització de les curses:** 19:00 h
- **Hora del refrigeri:** 19:00 h

- **Hora de sorteig de regals i lliuraments dels premis:** 19:15h- 19:30h

Aquesta prova està organitzada conjuntament pel Club Esportiu Nordic Walking Ciutat- que forma part del Comitè Balear de Marxa Nòrdica de la Federació Balear de Muntanya i Escalada i l'Ajuntament de Lloret.

-Inscripcions:

- El nombre màxim de participants seria de 120 inscrits
- Les inscripcions es podran fer a www.elitechip.net fins el dimecres 3 d'abril a les 23:59 h del 2025.

PREUS:

*** Inscripcions abans del dia 30 de març a les 23:59h: (Preu reduït)**

- Cursa oficial 10 km –CURSA COPA BALEAR

Preu: 15€ Federats / 20€ No Federats

- Cursa popular 5km

Preu: 10€ Federats / 15€ No Federats

*** Inscripcions després del dia 30 de març a les 23:59h:**

- Cursa oficial 10 km –CURSA COPA BALEAR

Preu: 20€ Federats / 25€ No Federats

- Cursa popular 5km

Preu: 15€ Federats / 20€ No Federats

-Els competidors hauran de mostrar obligatòriament la targeta federativa en format digital o en targeta de plàstic (si estan federats) i el DNI a l'organització per poder retirar el dorsal. El dorsal es donarà únicament de forma individual, cadascú el seu.

-La inscripció a la prova implica l'acceptació per part dels participants del present reglament i la renúncia a la reclamació contra els organitzadors, col·laboradors, patrocinadors i els seus respectius

representants legals, derivats dels danys que es poguessin derivar de la seva participació a la cursa.

2. Distàncies de les dues curses:

- Cursa de 10 km (OFICIAL) amb 2 voltes:
Amb 2 voltes sobre un circuit de 5 km.
- Cursa de 5 km (popular) amb 1 volta sobre un circuit de 5 km.

3. Descripció del recorregut:

Es tracta d'un itinerari circular que discorre per els camins de la Comuna de Lloret.

El punt de partida i finalització serà la zona habilitada, concretament a l'aparcament de devora les pistes de tennis.

4. Categories i premis:

Les categories de participació seran les següents:

- Categoria Absoluta: Tots els participants majors de 16 anys.
- Categoria Júnior: de 16 a 17 anys, que compleixin els 16 i no compleixin els 18 anys l'any de referència.
- Categoria Promesa: 18 a 23 anys, és a dir que compleixin els 18 i no compleixin els 24 anys l'any de referència.
- Categoria Sènior: 24 a 39 anys. Que compleixin els 24 i no compleixin els 40 l'any de referència.
- Categoria Veterana A: de 40 a 49 anys que compleixin els 40 i no compleixin els 50 l'any de referència.
- Categoria Veterana B: de 50 a 59 anys. Que compleixin els 50 i no compleixin els 60 l'any de referència.
- Categoria Veterana C: de 60 a 69 anys. Que compleixin els 60 i no compleixin els 70 l'any de referència.
- Categoria Veterana D: de 70 anys complerts l'any de referència, en endavant.

L'edat a tenir en consideració per a tota la temporada serà la que el participant tingui el dia 31 de desembre de l'any de la competició. Si es dóna el cas, de la participació d'un competidor menor d'edat, serà

requisit obligatori presentar a l'organitzador una autorització signada per un dels pares o pel tutor o representant legal.

L'organització demana el DNI i la llicència federativa a tots els participants per verificar la seva edat, identitat i així fer l'entrega del dorsal.

5. Els trofeus:

Cursa oficial Absolut:

Seran premiats els tres primers/es d'aquesta categoria absoluta tant masculí com femení.

Cursa oficial per categories: Seran premiats els tres primers de cada categoria tant a les masculines com les femenines.

Cursa popular: Seran premiats els tres primers d'aquesta tant masculí com femení.

Cursa de promoció en edat escolar: Seran premiats tots/es els/les participants.

6: CURSA COPA BALEAR.

7. Cronometratge i control esportiu de la prova:

El cronometratge de la prova es farà manualment per part de l'equip arbitral.

El dorsal haurà de ser visible durant tota la prova. A cada participant, se li entregaran dos dorsals, un per davant i l'altre per la part de darrera. .

La prova serà controlada per l'equip arbitral de Marxa Nòrdica.

El sistema de penalització serà pel sistema "Stop & Go". Al recorregut hi haurà una zona definida on hauran d'aturar-se els competidors i les competidores amonestades.

8. Seguretat:

És un circuit tancat al trànsit rodat.

Es disposarà d'una ambulància per a l'assistència dels participants.

No serà responsabilitat de l'organització les incidències provocades per malalties o patologies prèvies, negligència, comportament imprudent, durant els desplaçaments previs o posteriors de la cursa.

La prova està autoritzada per la Federació Balear de Muntanya i Escalada i per tant, l'assegurança d'accident cobrirà a tots els participants amb fitxa federativa vàlida. Els participants sense fitxa federativa disposaran d'assegurança obligatòria d'accidents amb un increment del preu a la seva inscripció (5€ cursa de 5km i 5 € cursa de 10 Km).

9. Avituallaments:

A la zona de sortida-arribada es disposarà d'avituallament líquid (aigua i isotònic) i sòlid (fruita).

L'avituallament es podrà utilitzar al finalitzar cada volta.

10. Recollida de dorsals

Es lliuraran els dorsals el mateix dia de la cursa de 16h a 16:30h a la zona habilitada de la Comuna de Lloret (pistes de tenis).

11. El breafing o xerrada tècnica

Tota la informació sobre la cursa està ben explicada a la web d'inscripcions.

El dia de la cursa es farà la xerrada tècnica per megafonia 15 minuts abans de donar la sortida.

12. Reglament

Observacions:

El/la participant ha de dur el dorsal ben visible, davant i darrera durant tota la cursa i seguir l'itinerari marcat sense sortir-se'n del mateix. Si el personal de la cursa detecta corredors fent dreceres, o sortint del camí marcat serà comunicat als jutges de cursa i seran sancionats.

També serà motiu de sanció el corredor que deixi brutor o envasos al seu pas.

Els participants han de complir el reglament de competicions de marxa nòrdica de la temporada actual.

13. Refrigeri al finalitzar les dues curses

En acabar la cursa, hi haurà un refrigeri pels competidors/es.

14. Sorteig de productes

També es realitzarà un sorteig de productes i regals per part d'algunes empreses col·laboradores de la cursa.

Per poder accedir aquest sorteig serà imprescindible, dipositar just a l'arribada a meta, un dels dos dorsals dins la bossa per més tard poder optar al sorteig.

15. Lliurament de premis

En acabar la tasca dels àrbitres i en tenir les classificacions oficials es començarà l'entrega de trofeus a la mateixa zona d'arribada.

La prova es desenvoluparà sota l'observació de l'equip arbitral i del personal de l'organització de la cursa que farà complir el reglament en vigor per l'any 2025.

El lliurament dels premis està prevista a les 19:15h-19:30h per part de les diferents autoritats.

16. Cancel·lació de la inscripció per motiu mèdic

Si per qualsevol circumstància el marxador/a inscrit no pot participar a qualsevol de les dues curses (13 km o 5 km), ha d'enviar un correu informant de la incidència a la Federació Balear de Muntanya i Escalada, amb còpia Elitechip i al Club organitzador. Només se retornarà el 70% de la inscripció. Per retornar els doblers de la inscripció serà necessari el corresponent certificat metge o equivalent. Si no és així no es retornarà.

DADES:

- RAFA PORCEL REINOSO
 - CLUB ESPORTIU MARXA NÒRDICA CIUTAT
- CORREU ELECTRÒNIC: nordicwalkingciutat@gmail.com

ESPEREM QUE SIGUI UN ANY MÉS, UN ÈXIT DE PARTICIPACIÓ!!!!