

# XI CURSA NORDIC WALKING PALMA - VIDRES ARXIDUC - PASSAPASSA - 2025

Aquesta temporada la XI Cursa Nòrdic Ciutat de Palma - Vidres Arxiduc - PassaPassaes durà a terme el diumenge **16 de novembre**.

Prova de Nòrdic Walking organitzada pel Comitè Balear de Marxa Nòrdica de la Federació Balear de Muntanya i Escalada, juntament amb el Club Esportiu Marxa Nòrdica Palma.

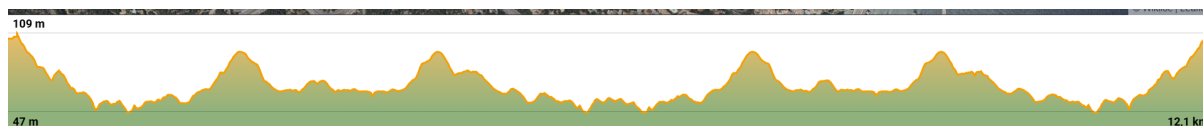
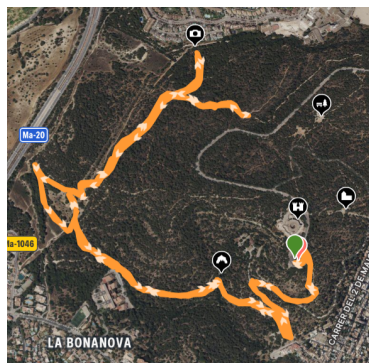
Estarà inclosa dins el calendari oficial de la temporada 2025, serà **Prova de la Copa Balear de MN i Campionat de Clubs**. Paral·lelament, la proposta es complementa amb una cursa open popular i amb una competició de promoció en edat escolar.

A causa de l'èxit de la cursa passada, continuam proposant EL BOSC DE BELLVER. Una localització especial que amés de promocionar l'esport servirà també per donar visibilitat a un circuit molt adient per la pràctica del nostre esport.

## Descripció del recorregut:

El recorregut, un poc diferent al de l'any passat, ha estat homologat per els tècnics de la federació, adaptat per a competicions de marxa nòrdica i està absent de perills objectius en tot el seu traçat.

Es tracta d'un itinerari circular que discorre per el bosc de Bellver. El punt de partida serà la l'aparcament del castell, al costat de les taquilles.



Els primers metres seran pel mateix aparcament i en sortir, tot d'una s'agafa a la dreta la carretera que va a les instal·lacions de la policia muntada. Seguirem, en baixada, cap a la zona del parc infantil (entrada del c/del Polvorí).

Aquí ja agafam camí de terra en direcció a la Bonanova. Passada la residència tendrem una pujada (possiblement serà zona neutralitzada) que ens durà al passeig.

Abans d'arribar a la zona de la Teulera, seguirem un tram del camí d'anada i tornada. A continuació ens desviem cap a la zona de sa Teulera a on farem la volta, ens avituallarem i tornarem pel mateix camí. De tornada agafem un desviament a la dreta que ens tornarà a dur al camí que passa per davant la Bonanova.  
A partir d'aquí el camí serà el mateix que a l'anada.

**El gir per iniciar la 2ª volta es farà al parc. La carretera de la policia montada només es pujarà una vegada, a la darrera volta.**

A la baixada (1ª volta), en deixar l'asfalt, s'haurà de llevar els pads. A la tornada (2ª volta, al mateix lloc els haurem de tornar posar.

El recorregut és de 6 km i els competidors i les competidores de la cursa oficial faran dues voltes, fent un total de 12km. A la prova Open popular es farà només una volta.

#### **Dades tècniques:**

- Lloc: Castell i Bosc de Bellver.
- Sortida: Aparcament del Castell.
- Data: Diumenge 16-11-2024.
- Hora Sortida: 10:00h.
- Hora de Finalització: 13:00h.
- Cursa oficial de Marxa Nòrdica: 12 Km.
- Cursa open popular: 6 km

#### **Inscripcions:**

Segons les competicions anteriors esperem la inscripció d'unes 60-80 persones. El nombre màxim de participants seria de 125 inscrits.

Les inscripcions prèvies es faran a la web [elitechip.net](http://elitechip.net)

#### **Preus:**

##### Inscripcions abans del dia 10 de novembre a les 23:59h

- Cursa oficial: 10 euros pels federats i 15 pels no federats
- Cursa open popular: 5 euros pels federats i 10 pels no federats

##### Inscripcions després del dia 10 de novembre a les 23:59h i fins el 13 de novembre a les 23:59h

- Cursa oficial: 15 euros pels federats i 20 pels no federats
- Cursa popular: 10 euros pels federats i 15 pels no federats

Els federats i federades a la FBME es podran inscriure el mateix dia, abans de la cursa (es col·locaran a darrera del caixó de sortida i no podran puntuar al Campionat de Clubs).

Els competidors i les competidores hauran de mostrar la targeta federativa (si estan federats) i el DNI a l'organització per poder retirar el dorsal.

La cursa serà cronometrada directament per els àrbitres de forma manual.

**Seguretat:**

Es disposarà d'una ambulància per a l'assistència dels participants. La cursa es du a terme per camins sense trànsit de cotxes però no estarà tancat a transit de persones. De totes maneres, estarà controlada per el personal voluntari.

L'única zona que es demanarà que es tanqui a la circulació per la seguretat dels competidors és el de l'aparcament del castell, a devora de les taquilles.

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 és 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.

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 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.

**Lliurament de dorsals:**

- Dos dies abans, divendres 14 de les 17h a les 19:30h a la tenda PassaPassa de la Plaça Pare Antoni Ramon Pasqual , al Secar de la Real.

- El mateix dia de la cursa, el diumenge dia 16 de novembre a partir de les 09:00 hores i fins les 9:30h a l'aparcament del castell.

**El breafing o xerrada tècnica:**

Tota la informació sobre la cursa estarà 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.

**La zona de sortida i arribada:**

La sortida es farà amb dos caixons. El primer amb els tots els competidors i competidores ordenats per ranking oficial de la temporada. A continuació la resta de participants de la prova popular.

La sortida de la competició en edat escolar es farà abans de la sortida oficial.

A l'arribada, hi haurà avituallament i el "tercer temps" com a moment de germanor i per comentar la cursa entre els companys competidors.

**Lliurament de premis:**

En acabar la tasca de l'equip arbitral 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 reglamenta en vigor per l'any 2025.

**Lliurament de premis:**

Està previst a les 12:45 hores.

**Avituallament:** A la zona del parc hi haurà aigua i beguda energètica. Ho podran fer servir a la finalització de cada volta. A la zona de meta, en acabar també hi haurà aigua i fruita.

**Observacions:** El/la participant ha de dur el dorsal ben visible 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.

**Premis:**

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

- 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 99 anys. Que compleixin els 50 i no compleixin els 60 l'any de referència. • Categoria Veterana D: de 70 anys complerts l'any de referència, en endavant.

[Seran premiats els tres primers clubs guanyadors del Campionat de Balears de Clubs](#)

Prova popular: Seran premiats els tres primers de la categoria absoluta tant masculí com femení.

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