



CX5 CINC CIMS RANDA

Dissabte dia 25 de Maig de 2019 es celebrarà **4a cursa CX5 Cims Randa**. La carrera està Organitzada pel club **Trotadors d'Algaida**, hi col·labora l'Ajuntament d'Algaida i pertany a la Copa Balear de curses per muntanya 2019.

La localitat de Randa està situada al centre de l'illa, entre les poblacions de Algaida i Lluçmajor, el seu accés és per la carretera MA5010 Carretera Algaida-Lluçmajor i el desviament MA5017 direcció Cura.

CARACTERÍSTIQUES DE LA PROVA

Horaris:

- Recollida de dorsals 7:30h
- Briefing 8:45h
- Sortida 9:00 h

La cursa dels **Cinc Cims** és de mitja distància, amb una distància d'uns **20km**. sense superar un màxim de 25% de pistes asfaltades i/o pavimentades, sense superar dificultats superiors al 2n grau i pendents ocasionals superiors a 30% i que arriba als 1015 metres de desnivell positiu acumulat i 1015 de desnivell negatiu respecte del punt de sortida/arribada. La cursa passa per cinc cims diferents, Son Roig, Rectoria (Potada des Gegant), Ses Bruixes, Son Reus i Cura. El traçat compren trams d'asfalt, pista, camins i trams de roca.

La prova es desenvoluparà sota l'observació dels àrbitres de la FEBME i personal de l'organització de la cursa que farà complir el reglament en vigor. 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, que podeu consultar a la web <https://fbmweb.com/wp-content/uploads/2019/03/ReglamentCopaBalear2019Definitiu.pdf>

El lliurament de premis està previst a les 12:30h.

"Després de la cursa hi haurà torrada a l'Hort d'en Romaguera, davant es restaurant Es Cellar. El cost de la torrada serà de 3€ que podreu pagar en fer la inscripció en el cas que vulgueu quedar a dinar"

Inscripció:

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 2€.

El preu de la cursa és de **20€ pels federats** (modalitat B, AU-2, CxM-Aut o Superior) de la FBME o equivalent nacional. Com que forma part de la Copa Balear, només podran participar corredors federats.

Inscripcions a www.elitechip.net:

- El dilluns 13 a les 20:00 pels finalistes de la Copa Balear 2018
- Per la resta de corredors, el dimarts 14 a les 20:00 h

Els federats hauran de mostrar la targeta federativa i el DNI a l'organització per poder retirar el dorsal. **S'oferiran 250 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 es retornarà.

Els menors d'edat que vulguin participar en la prova han de lliurar una autorització paterna signada a l'organitzador de la prova.

Comportament i sostenibilitat:

Cinc Cims Trail Randa es celebra amb respecte absolut cap al medi ambient i aquesta serà la prioritat de l'organització i el compromís fonamental dels corredors.

La cursa transcorre en part per un espai de **Xarxa Natura 2000**, on hi viuen espècies d'interès comunitari que es troben, en el moment de la prova, en època d'inici de nidificació, és important tenir-ho present en tot moment. Tot això implica:

- La prohibició de sortir dels accessos delimitats.
- Conèixer que hi viuen espècies protegides.
- Tenir present que és una zona de silenci.
- Necessitat de complir la normativa ambiental aquí detallada.

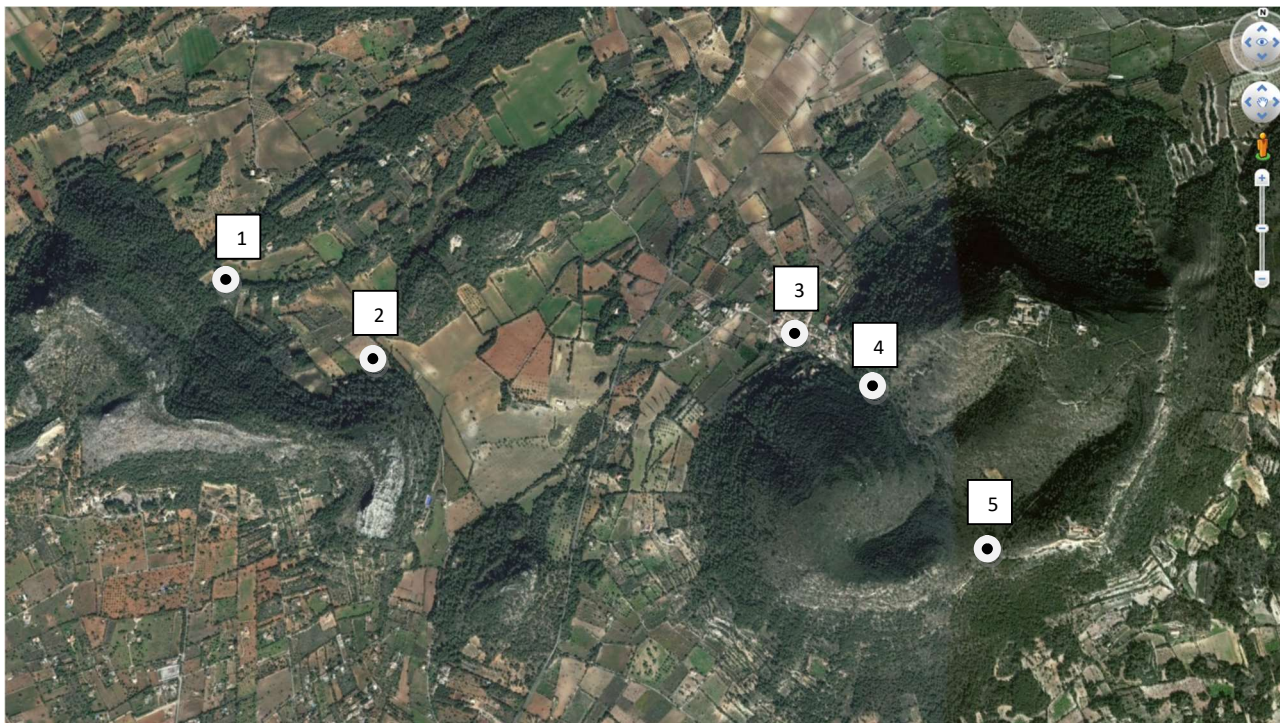
La cursa també transcorre per zones de **LIC i ZEPA** que estaran especialment indicades. Els corredors no entraran aglomerats en aquests espais i circularan en filera.

Per tots aquests motius, serà motiu de desqualificació:

- Llançar deixalles, fora dels llocs designats després de cada avituallament o en qualsevol punt de la cursa. Tot gel o barreta que duguin els participants han d'anar apuntats amb el número de dorsal del participant. Hi haurà revisió de material abans de la cursa.
- Retallar o escurçar el recorregut i no passar pels diferents control de cursa.
- Agafar dreceres que facin malbé el territori.
- Les faltes de respecte al públic, resta de participants o a l'organització.
- Els participants seran responsables dels danys ocasionats.

Avituallaments:

Als avituallaments no hi haurà tassons. Cada participant ha de dur el seu tassó i no es podrà prendre res fora de la zona d'avituallament líquid i sòlid, tots els embolcalls hauran de ser rebutjats en els contenidors corresponents abans d'abandonar l'àrea d'avituallament.



1. Kilòmetre 4. Son Roig. Avituallament líquid.
2. Kilòmetre 7,7. Baixat Ses Bruixes. Avituallament líquid i sòlid.
3. Kilòmetre 10,5. Randa. Avituallament líquid.
4. Kilòmetre 13,5. Carretera de Cura. Avituallament líquid i sòlid.
5. Kilòmetre 17,5. Gràcia. Avituallament líquid.

L'organització dotarà d'un avituallament al finalitzar la prova.

Punts de control: Els punts de control estaran situats al llarg del recorregut. No passar per un punt de control de pas serà motiu de desqualificació a la competició. Els punts de control tindran una hora de tancament. Els atletes que arribin amb el punt de control tancat, hauran de tornar a meta amb els components de l'organització.

El dorsal: El dorsal serà proporcionat per l'organització. Els competidors estan obligats a portar el dorsal facilitat per l'organització a la part davant de la samarreta. Esta prohibit retallar o doblegar el dorsal i córrer sense dorsal.

Recorregut:

Sortida de Randa direcció dels puigs de Son Roig, Rectoria, Bruixes travessant la carretera de Llucmajor-Algaida i anant cap el camí de Son Veny i S'Heretat . Seguim direcció puig de Son Roig, puig d'en Rectoria (Potada des Gegant), puig de Ses Bruixes. Retornam cap a Randa una altra

vegada per Son Veny. Després enfilam cap a Son Reus i Cura (Passant per dins el Santuari) i baixant cap a Son Reus una altra vegada per dirigir-nos cap a Randa on hi haurà l'arribada.

- **Primer tram.**

- Randa-Son Veny-S'Heretat-Son Roig-Rectoria-Ses Bruixes-Son Veny -Randa.

- **Segon Tram:**

- Randa-Son Reus- Pujada Ramon Llull - Santuari de Cura- Morro d'en Moll-Baixada des Lluçmajores- Son Reus - Randa

No penjarem el track de la cursa per respecte als propietaris de les finques per on passam. Vos pregam que entreneu el mínim per la zona i que, si ho feis, sigueu el màxim de respectuosos amb l'entorn.

El recorregut estarà totalment senyalitzat amb cintes i fletxes i per personal de l'organització en els llocs problemàtics.

Els diferents recorreguts que es realitzin dins de zones de protecció ambiental de les Illes Balears, o a altres indrets de muntanya, es podran fer servir únicament camins i senders prèviament existents que siguin adequadament senyalitzats i/o balitzats però no es permetrà el marcat sobre el terreny ni l'entorn físic, sense permetre la possibilitat de sortir-se voluntàriament o involuntàriament, o fer-ne dreceres. Només hi pot haver un únic camí fitat o senyalitzat per cada cursa i sense permetre zones de públic al voltant de les zones d'Alt nivell de protecció (llocs d'ús limitat regulats per la llei LECO 2005)

Abandonaments: Si per qualsevol motiu, algun participant decideix abandonar, haurà de fer-ho en un punt de control o avituallament, des d'allà, l'organització el traslladarà a la meta. El corredor que es retira ha d'entregar el dorsal a algun membre de l'organització.

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 50anys.
- 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.
- Millors corredor i corredora Algaidins.
- Premi especial Lluís Aristondo al millor Trotador

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.

Tots els participants tindran un recordatori de la cursa.

Tancament de cursa: existirà un grup de tancament que anirà a ritme de pas lleuger. Un altra grup s'ocuparà de les responsabilitats de retirar les marques del camí. El primer pas per Randa s'haurà d'efectuar amb un temps inferior a 1:30min. Si no fos així estaria desqualificat. A les 4h de la sortida es donarà per finalitzada la carrera, si quedàs algun corredor disputant la cursa se l'avisarà per notificar-li que queda fora de control i que la cursa està acabada. Si, malgrat això continua, serà baix la seva responsabilitat.

Seguretat: Per garantir la seguretat en cursa, l'organització garanteix el servei d'evacuació en cas d'accident, per això compte amb mitjans de comunicació eficaços entre els diversos controls. L'organització disposarà d'una ambulància de suport vital bàsic per a la cursa, a més d'un metge responsable de cursa. A part vetllaran per la cursa els cossos de seguretat de la policia local i el servei de Protecció Civil d'Algaida, a part del voluntariat i la direcció de carrera.

El recorregut NO estarà tancat al tràfic, per la qual cosa els esportistes hauran d'extremar les precaucions i respectar el codi de circulació vial. Durant el transcurs de la carrera, els participants hauran de fer cas als membres de l'organització de la prova en tot moment. El no compliment d'aquest punt, implicarà la desqualificació immediata.

SERVEIS PELS CORREDORS

L'organització posarà a disposició dels corredors:

- Regal commemoratiu
- Estants comercials de 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 Més Salut
- Assistència mèdica
- Servei de dutxa a l'hort de'n Romaguera

Reclamacions:

Les reclamacions que es vulguin fer el mateix dia de la cursa han de fer-se mitjançant l'imprès oficial que la FEBME posarà a disposició dels corredors a través de l'entitat organitzadora.

Equip de carrera

Director de cursa:

Representa l'autoritat màxima durant la competició. Les seves funcions són: Informar i assessorar al representant del CCF i l'àrbitre FAM. Signar les fulles de classificació elaborades per el responsable de sortida i d'arribada, interrompre o suspendre la competició d'acord amb les previsions o condicions meteorològiques i informes dels supervisors i modificar l'itinerari segons les condicions del mateix amb la finalitat de millorar la seguretat de l'itinerari.

Responsable d'itinerari:

Tindrà les funcions següents: Supervisar el traçat de l'itinerari, especialment en tot el que faci referència a la seguretat, marcatge, situació dels punts de control i avituallaments. Informar i assessorar el director de la cursa.

Responsable de sortida i d'arribada:

Tindrà les funcions següents: Supervisar la llista de participants en la competició. Prendre els temps d'arribada als participants de la competició i elaborar les classificacions. Recollir totes les fitxes de control amb els temps de pas i incidències dels participants. Informar i assessorar el director de cursa.

Personal d'organització:

El Comitè Organitzador haurà de cobrir les següents funcions:

- Administració Controls Traçat d'itinerari, marcatge i equipament del mateix
- Informació meteorològica
- Equipament de les zones de sortida i arribada
- Rebre i registrar tot el personal acreditat per la competició (competidors, tècnics acompanyants, representant de FEBME, etc.).
- Vetllar per la seguretat dels esportistes i del públic en tot el itinerari de competició
- Assistir als competidors que abandonin la competició
- Oferir serveis mèdics, salvament i altres equipaments pactats.
- Organitzar les cerimònies d'obertura, lliurament de premis i clausura

Aparcaments:

L'organització fixarà el nombre límit de participants i especialment de públic i controlarà els llocs d'aparcament de vehicles. S'establirà un màxim de places d'aparcament i, si calgués, es limitaran els accessos o es tancaran camins. La limitació de participants, públic i vehicles va en funció de la vulnerabilitat de l'espai escollit per a la celebració de la prova així com lo que està preparat aquest espai per a l'acolliment de corredors i públic.

