EN MARXA PER LA PARÀLISI CEREBRAL

REGLAMENT

X EDICIÓ DE LA CURSA SOLIDÀRIA "EN MARXA PER LA PARÀLISI CEREBRAL"

- **Data**: 9 d'octubre de 2022
- **Sortida**: Av. Sant Ramon Nonat nº19. Horaris sortida: 5 Km 09:30 h / 1 Km 10.30 h
- **Distància**: La distància de la cursa s'estableix en dos recorreguts, essent 1 km: 1.350 m i 5 km: 4.500 m.

Organitza: Federació Catalana de la Paràlisi Cerebral i la Pluridiscapacitat (FEPCCAT)

QUI HI POT PARTICIPAR

- Aquesta cursa està oberta a tothom, sense limitacions, sempre que es faci d'acord al present reglament.
- Els menors de 12 anys, independentment de la categoria en la que participin, hauran d'anar acompanyats d'un adult i disposar de l'autorització corresponent en cas que aquest no sigui els seu mare/pare o tutora/tutor.
- Cal prèviament s'hagi inscrit a la cursa a través de www.cursaenmarxapcc.org i a través d'alguna de les entitats membres de FEPCCAT, i en cas de no haver assolit l'aforament màxim ho faci el mateix dia de la cursa

CATEGORIES CURSA 1 KM (1.350 M) I 5 KM (4.500 M)

Aquesta no es una cursa competitiva, però en igualtat de condicions, volem donar un petit trofeu per reconèixer l'esforç d'aquells que amben en primer lloc de la seva categoria, establint les següents:

> de 18 anys, el 1er en arribar del recorregut:
5 km a peu
5 km a peu amb mobilitat reduïda
5 km amb cadira manual
5 km amb cadira elèctrica
1 km a peu
1 km a peu amb mobilitat reduïda
1 km amb cadira manual
1 km amb cadira elèctrica

de 13 a 17 anys, el 1er en arribar del recorregut
5 km a peu
5 km a peu amb mobilitat reduïda
5 km amb cadira manual
5 km amb cadira elèctrica
1 km a peu
1 km a peu amb mobilitat reduïda
1 km amb cadira manual
1 km amb cadira elèctrica

< de 12 anys:
5 km a peu
5 km a peu amb mobilitat reduïda
5 km amb cadira manual
5 km amb cadira elèctrica
1 km a peu
1 km a peu amb mobilitat reduïda
1 km amb cadira manual
1 km amb cadira elèctrica

RECORREGUT

- S'han establert dos recorreguts: 1 km (1.350 m) i 5 km (4.500 m).
- Els recorreguts estaran degudament senyalitzats i marcats a cada quilòmetre.
- L'organització podrà modificar el recorregut, per causes alienes a la seva voluntat i/o de força major.
- El temps màxim per a acabar les curses és de 1 hora 30 min. Els participants que facin la cursa caminant, un cop els avancin els cotxes de tancament de cursa, hauran d'anar per sobre de la vorera i respectar la normativa de circulació de vianants.

INSCRIPCIONS:

- El preu de la inscripció:

Nens i joves (menors d'edat): 3€ **Persones amb discapacitat*: 3€** **Adults (majors d'edat): 5€**

* Totes les edats

- Inscripció a través de www.cursaenmarxapcc.org i a les entitats membres de la FEPCCAT (fepccat.wordpress.com/contacte-entitats)
- En qualsevol cas, les persones que vulguin col·laborar, però no puguin venir a córrer, podran fer-ho igualment a la fila zero que s'ha establert a aquests efectes.

Un cop realitzada la inscripció, no es tornarà l'import de la mateixa si la no participació és per causes no imputables a l'organització. Cap inscripció serà vàlida sense el comprovant emès conforme s'ha realitzat el corresponent pagament.
L'import de la inscripció és 100% solidari.

TERMINI INSCRIPCIONS

Les inscripcions es tancaran el 5 d'octubre de 2022 a les 23:59 h, o bé, quan s'assoleixi el nombre de 2.500 inscrits.
L'organització de la cursa es reserva el dret d'ampliar o reduir el nombre d'inscrits per raons alienes a la seva voluntat i/o de força major.

SERVEIS QUE OFEREIX LA CURSA I ACREDITACIONS

- Es farà 1 avituallament líquids i sòlids a l'arribada (a mesura que arribin els participants).
- Els participants a la cursa podran utilitzar el servei de guarda-roba (obert a partir de les 8:30 h)
- El corredor en el moment de formalitzar la seva inscripció haurà de triar la distancia escollida respectant les senyalitzacions indicades en el mateix recorregut.
- Tot participant, haurà d'acreditar la seva participació el dia de la cursa, mitjançant el retut de pagament o val. Un cop acreditat cada participant, li serà entregat el seu dorsal corresponent (que haurà de dur visible al pit) i samarreta commemorativa. Amb l'avituallament, s'entregarà també una bossa tipus mobilla de cordes.
- Assistència sanitària, amb ambulància situada a l'arribada.

CRONOMETRATGE

El cronometratge de la prova serà manual i anirà a càrrec del personal jutge del CANB així com totes les classificacions.
Hi haurà un crono gegant per tal de que tothom pugui mesurar el seu temps.

TROFEUS I DIPLOMES

Seran premiats, cadascun dels primers participants, de cada categoria, en creuar la línia d'arribada.

Els trofeus seran entregats, per l'autoritat corresponent, a les 11 h.

Preguem que aquelles persones, a les quals se'ls hagi comunicat l'obtenció del premi, estiguin presents per tal de recollir el seu trofeu. Així mateix, serà expedit un diploma de participació que serà podran descarregar de la web. La cursa es donarà per finalitzada, un cop realitzada l'entrega del trofeus.

L'organització es reserva el dret de demanar, en qualsevol moment, el DNI o document similar per comprovar la identitat i/o data de naixement del participant.

RECLAMACIONS, SUGGERIMENTS I ALTRES

Atès el caire solidari de la cursa, no hi haurà possibilitat de realitzar cap tipus d'impugnació sobre la classificació, categories, etc., llevat que en el transcurs de la cursa s'observi que algun participant no respecta el recorregut senyalitzat, d'acord amb el quilometratge escollit o alguna altra manifestació indesitjada i/o poc esportiva.

Tanmateix, si seran ateses totes aquelles aportacions i suggeriments que els participants vulguin fer per a futures edicions, ja sigui en mateix dia, o bé, a través de la nostra web.

El fet de no retirar el dorsal, la samarreta i la bossa del corredor en el moment de l'arribada, significa la renúncia als mateixos.

L'organització es reserva el dret a ajornar o suspendre la celebració de la cursa, ja sigui per motius meteorològics, de força major o alienes a l'organització. Us preguem estigueu atents a les xarxes i la web de la cursa, els dies previs a la celebració de l'activitat.

DESQUALIFICACIONS

Els organitzadors de la cursa, el servei mèdic de la competició i les autoritats de la guàrdia urbana, que es faran càrrec de la seguretat durant la cursa, estan facultats per retirar durant la prova, aquells participants que manifestin un comportament no esportiu, abans, durant i després de la cursa.

VEHICLES

Les bicicletes, enginys amb rodes i/o motoritzats no podran circular dintre del circuit de la cursa mentre duri la prova, llevat que serveixi d'ajut tècnic per a poder desplaçar-se i/o caminar.
Només estaran autoritzats a seguir la cursa, els vehicles designats i acreditats expressament per l'organització.

ASSEGURANCES

L'organització disposarà d'una assegurança de responsabilitat civil i d'accidents d'acord amb la normativa vigent.

Tanmateix, cada participant reconeix tenir contractada i en vigor una assegurança d'accidents per a la pràctica de proves d'atletisme i assumeix les responsabilitats de qualsevol malaltia o accident que hingui lloc durant la celebració de la cursa.

L'organització no es fa responsable dels accidents o altres perjudicis que la participació a la cursa pugui ocasionar als inscrits, abans, durant o després d'aquesta. No obstant això, l'organització disposarà de servei sanitari per atendre possibles urgències.

Els organitzadors de la cursa i els seus col·laboradors no es fan responsables dels danys morals i/o materials que puguin patir o causar a terceri els participants i els espectadors durant la cursa. L'organització declina qualsevol responsabilitat al respecte."

DRETS D'IMATGE

El sol fet d'inscriure's a la X edició de la cursa Solidària "En marxa per la paràlisi cerebral" autoritza expressament l'organització i els seus patrocinadors a utilitzar gratuitament les imatges, fixes i/o en moviment, de les persones participants. Aquestes imatges podran figurar en tot tipus de suport gràfic conegut o desconegut, així com en materials de promoció o publicitari produïts i difosos a tot el món, durant el període màxim establert per la legislació actual i futura, els reglaments i els tractats en vigor, inclosa la possible promoga un cop finalitzat el període previst.

Els participants donen consentiment exprés al tractament de les seves dades per a la finalitat pròpia de l'esdeveniment esportiu, i autoritzen a l'organització de la Cursa Solidària "En marxa per la paràlisi cerebral" a publicar-les en el llistat d'inscrits i en el llistat de resultats de la cursa.

L'organització decidirà qualsevol incidència que no estigui prevista i es reserva el dret de modificar el present reglament fins el dia abans de la cursa per necessitats pròpies.

DADES PERSONALS

D'acord amb el nou Reglament Europeu de Protecció de Dades (REPD), les vostres dades personals en cap cas seran facilitades als sponsors i col·laboradors relacionats amb aquesta cursa, per poder enviar-vos informacions dels seus productes o fer-ne qualsevol tractament.

A través d'un missatge que es mostra en el moment de validar la seva inscripció, tots els participants, donen consentiment exprés al tractament de les seves dades personals, les quals seran tractades en exclusiva en motiu de la cursa solidària "En marxa per la paràlisi cerebral" i per la mateixa, així com per informar-vos de futures edicions.

Tota persona participant i/o present el dia de la cursa, està exposada públicament i, en conseqüència, pot ser objecte d'una captura fotogràfica a efectes de premsa o de difusió de l'esdeveniment per part dels organitzadors i patrocinadors.

Tanmateix, tota persona inscrita, autoritza a l'organització a publicar el nom, cognom i edat del participant en el cas d'ambiar primer de la seva categoria i li sigui entregat el corresponent trofeu, llevat que s'hi negui expressament en el moment que li sigui comunicat.

En cas de no estar conforme amb alguna d'aquestes premisses, podeu manifestar-ho contactant amb la FEPCCAT a l'adreça adminomfepccat@gmail.com, amb l'assumpte REPD 10a CURSA i les vostres inicials

ORIENTACIONS SALUDABLES

- Durant l'entrenament previ i després durant la cursa cal dedicar una atenció especial als peus: emprar calçat adequat. La vestimenta ha d'ésser còmoda i transpirable.
- El dia de la prova s'aconsella protegir amb esparadrap les zones sensibles dels peus. També es poden lubricar les aixelles, l'entrecuix, pit amb vaselina per evitar els fregaments.
- El dia de la prova és aconsellable fer un esmorzar lleuger, unes tres hores abans de l'inici de la cursa.
- Hidrata't: abans i durant la prova. A l'arribada, se us subministrarà avituallament líquid.
- Dosifica el teu esforç; cada quilòmetre està marcat.
- Si en el decurs de la prova es nota faliga intensa o dolors musculars o articulars, és preferible parar i reposar. No fer-ho pot suposar no poder finalitzar la cursa.

FES-TE VOLUNTARI!!!

Si no pots córrer i vols participar fes-ho com voluntari
Necessitem gent amb ganes de col·laborar
Si estàs interessat, deixa'ns les teves dades i fes-te voluntari!!! A l'apartat de la web voluntaris i trobaràs tota la informació.

MOLTES GRÀCIES PER LA TEVA COL.LABORACIÓ

Organitza:
Col·laboradors Institucionals:
Amb el suport de:
Col·laboradors
Organitzador tècnic:
Entitats FEPCCAT: