

REGLAMENT

CURSA DE MUNTANYA DEL PA AMB TOMÀQUET **20-21 D'ABRIL 2024 - SANTA COLOMA DE FARNERS**

1.- Organització

FAST COMPETICIÓ organitza la 10^a Edició de la Cursa de Muntanya del pa amb Tomàquet oberta a tothom que accepti el present reglament, sempre i quan la inscripció s'hagi fet correctament, tant en temps com en forma.

2.- Dades generals

2.1.- Data: La 10^a cursa de Muntanya del pa amb Tomàquet es disputarà el dissabte 20 i diumenge dia 21 d'abril del 2024.

2.2.- Curses: En el marc de la 10^a Cursa del pa amb Tomàquet es duran a terme tres proves: Una cursa de 42 km (MARATÓ) Una cursa de 23 km (TRAIL) i una altra de 13 km (EXPRESS). Coincideixen les parts inicial i final de les curses, així com algun tram intermedi. Junt amb les curses es realitzarà una marxa popular no competitiva on part del recorregut inicial i final també serà compartit amb les dues curses.

2.3.- Lloc i horari de la sortida: Les sortides es donaran des del Parc de Sant Salvador de Santa Coloma de Farners. A les 06:45 la sortida de la MARATÓ de 42 Kms, a les 8:00 sortida cursa Express de 13 Km i a les 08:30 la sortida de la TRAIL de 23 Km, just a continuació la sortida de la marxa popular de 9 Kms.

2.4.- Temps màxim per a completar el recorregut: Els participants de la MARATÓ, 42 km, disposaran de 7,5 hores, els participants de la cursa TRAIL de 21 km disposaran de 5 hores i 30 minuts per completar el recorregut. Els participants a la cursa de 12 km disposaran de 4:30 hores per completar el recorregut. Els atletes que arribin després del temps màxim fixat poden no aparèixer a les classificacions de la cursa.

2.5.- Arribada: L'arribada de les dues curses i la marxa estarà situada al mateix lloc de la sortida.

2.6.-En el moment de la publicació dels recorreguts s'informarà dels controls horaris de tall, on ha partir d'aquella hora, tot participant quedarà registrat com a corredor "forà de cursa".

3.- El recorregut

3.1.- Cursa de 42 km: Es desenvoluparà per senders, camins, barrancs, corriols i només un 2% del total del recorregut serà per asfalt. La distància total a recórrer serà de 42 km, amb un desnivell positiu acumulat d'uns 1900 metres.

3.2.- Cursa de 21 km: Es desenvoluparà per senders, camins, barrancs, corriols i només un 1% del total del recorregut serà per asfalt. La distància total a recórrer serà de 21,5 km, amb un desnivell positiu acumulat d'uns 1300 metres.

3.3.- Cursa de 12 km : Es desenvoluparà sobre terrenys similars a les curses anteriors i la distància total a recórrer serà de 12,0 km, amb un desnivell positiu acumulat de 600 metres.

El recorregut transcorrerà en la seva totalitat pel terme municipal de Santa Coloma de Farners. La distància i desnivell real es publicarà a la web , www.fastcompetició.cat

3.4.-Crono escalada. Aquesta cursa es disputarà el dissabte 20/4 a les 16 h i tindrà un recorregut de 3 kms amb sortida des del parc de Sant Salvador i arribada al turó de les Gatoses. Sortides individuals cada 15 segons.

L'ordre i horari de sortida es publicarà el dia anterior a la Web www.fastcompeticio.cat

3.5.- Opció de cursa: Els participants hauran d'optar per un dels tres itineraris en el moment de la inscripció. Una vegada cursada l'inscripció no es pot canviar de recorregut . En cas de fer-ho, es tindrà de notificar al correu electrònic info@fastcompetició.cat , màxim el dimarts 15/04/2024 En el cas de que el corredor decideixi canviar de cursa durant el mateix dia correrà sota la seva responsabilitat i no apareixerà a les classificacions ni podrà optar a cap premi.

3.6.- Marcatge: L'itinerari estarà marcat amb claredat durant el seu recorregut amb la senyalització adequada en cada moment: cinta, rètols, tanques, etc. Malgrat això i en previsió de possibles actuacions vandàliques d'algun desaprensiu, es recomana als participants estudiar el recorregut amb anterioritat a la prova i dur un GPS amb el Track de la cursa carregat.

Els carrers i camins per on discorre la cursa estan oberts al trànsit rodat i per tant caldrà que els participants respectin les normes de trànsit i senyals de circulació.

3.7.- Amb la publicació oficial dels recorreguts s'informarà dels horaris i kms de tall de totes les curses.

4.- Inscripcions

4.1.- Condició d'inscrit: S'entén com a inscrit tot aquell participant que hagi emplenat degudament els formularis d'inscripció i hagi efectuat el pagament corresponent dins del termini previst i una vegada l'organització hagi validat el procés. L'organització es reserva el dret d'admissió d'inscripcions atenent a criteris de seguretat.

4.2.- Edats i autoritzacions: No es permetrà la inscripció i/o participació a menors de 14 anys en les dues curses. En el cas de voler participar-hi serà necessari portar autorització En qualsevol cas, els menors de 18 anys hauran d'aportar una autorització del seu pare, mare o tutor legal per a poder participar a la cursa. (Annexos 1 i 2 d'aquest reglament).

4.3.- Número i data límit de les inscripcions: La inscripció serà limitada i es tancarà el dia 14 d'abril a les 23:59 o en arribar als 1500 participants entre totes les categories. Excepcionalment, l'organització podrà permetre la inscripció el mateix dia de la cursa amb un recàrrec sobre el preu de la inscripció anticipada. (+10 €)

4.4.- Lloc d'inscripció: La inscripció es podrà efectuar a través d'Internet al web www.fastcompeticio.com i/o www.cronotime.net seguint els passos indicats. (Inclòs marxa popular).

4.5.- Els increments de preu a les inscripcions per aquesta desena edició, seran els següents:

- Canvi als 100 primers inscrits, segon canvi als 300 i tercer canvia als 500 fins a exhaurir dorsals.
- Per aquests canvis es tindrà en compte els participants de totes les categories del diumenge dia 21 a excepció dels dorsals per la marxa popular.

PA AMB TOMÀQUET 2024 - DISSABTE 20 D'ABRIL		
CRONO INDIVIDUAL	7,00 €	CURSA DISSABTE TARDA , NO RESTA DORSALS A LES CURSES DE DIUMENGE (MÀXIM 200 INSCRITS)
KIDS	10 € AMB CAMISETA	CURSA DISSABTE TARDA , NO RESTA DORSALS A LES CURSES DE DIUMENGE (MÀXIM 200 INSCRITS)

- L'INSCRIPCIÓ A LA CRONO INDIVIDUAL SI S'ESTÀ INSCRIT A UNA DE LES CURSES TINDRÀ EL PREU REDUÏT DE 5 €

PA AMB TOMÀQUET 2024 – DIUMENGE 21 D'ABRIL				
PREU	<u>INSCRITS</u> <u>1-100</u>	<u>INSCRITS</u> <u>101-300</u>	<u>INSCRITS</u> <u>301-500</u>	<u>INSCRITS</u> <u>501-1500</u>
EXPRESS	16,00 €	19,00 €	22,00 €	25,00 €
TRAIL	18,00 €	21,00 €	24,00 €	27,00 €
MARATÓ	20,00 €	23,00 €	26,00 €	29,00 €
CORREDORS NO FEDERATS + 3 €				
MARXA	16,00 €	16,00 €	16,00 €	16,00 €

* Total 1500 dorsals disponibles curses del diumenge.

500 Dorsals express + 400 dorsals trail + 200 maratón + 400 marxa popular

* Últim dia d'inscripcions el diumenge 14 d'abril fins les 23:59

4.6.-Marxa popular fins el tindrà un preu d'inscripció de 16€ fins el 16 d'Abril , fins un màxim de 300 inscrits , sempre amb samarreta inclosa, a partir d'aquesta data serà de 10 € sense samarreta, inclourà esmorzar final en tots els casos. (màxim 400 inscrits)

4.7- Retorn de l'import de la inscripció: Una vegada formalitzada la inscripció, l'organització no retornarà l'import de la mateixa per causa de lesió i/o malaltia del participant sigui anterior, posterior o produïda durant la cursa, ni per qualsevol motiu aliè a l'organització.

4.8- Canvi de distància. Només s'acceptaran canvis de distància fins el dia 15/04/2024 a les 12 H

- Canvi de Nom. Només s'acceptaran canvis de nom fins el dia 15/04/2024 a les 12 H

- Tots els canvis s'hauran de notificar per email a la direcció: info@fastcompetició.cat

5.- Trofeus

5.1.- Qui rebrà trofeu: A les dues curses rebran trofeu els tres primers atletes masculins i les tres primeres atletes femenines en categoria absoluta.

Trofeus per els millor participant Local de les dues curses tant masculí com Femení.

5.2.- Acumulació de trofeus: Els trofeus atorgats no seran acumulables

6.- Cronometratge i control

6.1.- Sistema a utilitzar: el control de la cursa es farà mitjançant cronometratge per xips

6.2.- Obligatorietat i situació del xip: La utilització del xip serà obligatòria per a tots els participants i s'haurà de dur al canell / pitrall durant tota la cursa.

6.3.- Qui facilita el xip: L'organització tindrà una carpa degudament indicada on recollir el Xip obligatori, presentant el dorsal prèviament assignat.

6.4.- Retorn de xip: Al finalitzar la cursa caldrà retornar el xip a l'organització. La pèrdua o deteriorament del xip, imputable al participant, suposarà el pagament de 60 € per part d'aquest.

6.5.- Controls: Pel bon funcionament de la prova, al llarg del recorregut, hi haurà punts on l'organització controlarà el pas dels participants. No serà marcada ni publicada la situació d'aquests punts de control, que poden fer-se mitjançant la lectura del xip i, en aquest cas, serà obligatòria la parada del participant.

6.6.- Mal ús del xip: Cada participant ha de dur el xip que li ha estat assignat i no cap altre. Qualsevol participant que dugui un xip que no li correspongui serà desqualificat. Tanmateix serà desqualificat el participant que dugui més d'un xip.

7.- Dorsals

7.1.- Col·locació: El dorsal haurà d'estar sempre visible, col·locat a la part de davant del tronc i sense cap tipus de manipulació. Qui no el dugui en aquestes condicions podrà ser desqualificat. No es permeten les cintes i bosses porta-dorsals tipus triatló.

7.2.- Repartiment: El repartiment i recollida de dorsals es podrà fer el dissabte 20/04/2023 al parc de Sant Salvador de Santa Coloma de Farners de les 15:00 fins a les 19:00 hores i el mateix dia de la cursa des de les 6:00 fins les 06:45 els corredors de la distància Marató, fins a les 8:25 Trail i les 7:55 Express . Tots els participants han de presentar el DNI o un altre document identificatiu al recollir el dorsal.

7.3.- Bossa del corredor: En el moment del lliurament del dorsal, els participants rebran la bossa del corredor amb els obsequis corresponents.

8.- Seguretat i serveis

8.1.- Assistència sanitària: Hi haurà assistència sanitària a la zona de sortida i arribada i també durant el recorregut. Serà obligació dels participants atendre a qualsevol participant accidentat així com comunicar a l'organització qualsevol accident o incidència greu, mitjançant telèfon, en primera instància, i si no es disposa d'aquest dispositiu al control més proper al lloc de l'accident o incidència greu.

8.2.- Avituallaments: Hi haurà avituallaments a l'arribada i al llarg del recorregut en intervals de menys de 5 km.

8.3.- Condició física: Ateses les característiques de la cursa, amb dificultat tècnica i física elevades, es demana a tota la gent interessada en participar-hi que abans de fer la inscripció valorin les seves possibilitats de poder fer la cursa amb les proves mèdiques corresponents. És molt important tenir una bona condició física.

8.4.- Declaració d'aptitud: –L'organització entén que la tramesa del formulari d'inscripció per part dels participants significa que aquests declaren que estan en condicions físiques i psíquiques adequades per dur a terme l'esforç que suposa la prova, i no es fa responsable de cap incident que es pugui produir durant la cursa per motius de la condició mèdica dels participants, els quals, han de vetllar en tot moment pel seu bon estat físic.

8.5.- Retirada de la cursa: L'organització podrà obligar a retirar-se de la prova als participants que mostrin signes evidents d'esgotament o de qualsevol alteració física o psíquica que posi en perill la seva salut.

8.6.- Seguretat: Es recomana que tots els participants portin un telèfon mòbil per tal de poder trucar a l'organització cas de produir-se alguna situació problemàtica o al 112 cas d'emergència que no pugui ser solucionada per l'organització.

9.- Desqualificacions

9.1.- Qualsevol participant que no recorri la totalitat del circuit corresponent, tot escurçant la longitud total del mateix, serà desqualificat. L'organització desqualificarà també a qualsevol participant que no passi per un punt de control.

9.2.- Tanmateix serà desqualificat qualsevol participant que hagi comès una falta greu contra les normes, els seus companys o el reglament de la prova. Igualment serà desqualificat qualsevol participant que mostri una actitud o actuació que sigui considerada com a improcedent per l'organització.

9.3.- L'organització desqualificarà a qualsevol participant que mostri una actitud inadequada amb l'entorn natural que l'envolta. Tanmateix serà desqualificat qualsevol participant que no assisteixi a algun atleta accidentat o no comuniqui un possible accident al control més proper al lloc del fet.

9.4.- Qualsevol atleta desqualificat de la cursa pels motius esmentats anteriorment, que vulgui seguir el recorregut fixat, ho farà sense dorsal i sota la seva responsabilitat.

10.- Reclamacions

10.1.- El dia de la cursa: Les reclamacions es faran oralment al Director de la Cursa durant els 30 minuts posteriors a l'incident. Si l'incident es produeix durant la cursa, els 30 minuts es comptabilitzaran a partir del moment en que el reclamant arribi a la meta. Si la reclamació no és acceptada es podrà reclamar per escrit al Jurat d'Apel·lació, durant els 30 minuts posteriors a la decisió del Director de la Cursa i amb un dipòsit de 100 €. El dipòsit només serà retornat cas que el Jurat doni la raó al reclamant. La decisió del Jurat d'Apel·lació serà inapel·lable.

10.2.- En dies posteriors a la cursa: Per reclamacions posteriors al dia de la cursa, els participants tindran dret a reclamar per escrit dins dels 3 dies següents a la publicació dels resultats via mail a l'adreça següent: info@fastcompeticio.cat

11.- Altres

11.1.- Abandó voluntari: Els participants que abandonin la prova voluntàriament, donaran immediatament avís a l'organització.

11.2.- Modificacions: L'organització es reserva el dret de modificar l'itinerari, l'horari o qualsevol altra circumstància de la cursa si ho considera oportú i atenent sempre a criteris de seguretat de cara al participant o per causes que justifiquin el canvi.

11.3.- Suspensió: Si bé el mal temps no és motiu per suspendre la prova, l'organització es reserva el dret d'ajornar-la o fins i tot anul·lar-la, per aquesta causa, si ho cregués convenient. La suspensió per qualsevol causa de força major de tota o de part de la prova, no obligarà a l'organització a retornar als participants l'import abonat per la inscripció.

11.4.- Danys: L'organització no es fa responsable dels danys que puguin prendre els participants o que aquests puguin ocasionar a tercers.

12.- Drets d'imatge i utilització de dades

12.1.- El sol fet d'inscriure's a la Cursa de Muntanya del pa amb Tomàquet 2023, autoritza expressament l'organització i els seus patrocinadors a utilitzar gratuïtament les imatges, fixes i/o en moviment, de les persones participants. Aquestes imatges podran figurar en tot tipus de suport gràfic conegut i 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 pròrroga un cop finalitzat el període previst.

12.2 El participant autoritza expressament a l'entitat organitzadora de la Cursa de Muntanya del pa amb tomàquet (Fast Competició), l'ús de les dades obtingudes a través de la inscripció a la Cursa a efectes de la gestió de la mateixa així com per a informar-lo de futures edicions o altres esdeveniments organitzats i d'acord amb la Llei Orgànica 15/1999, de 13 de desembre, de Protecció de Dades de caràcter personal. Tanmateix autoritza la publicació de les dades que apareixen a les classificacions de la cursa publicades al lloc de la competició, al web de la cursa o en mitjans informatius que donin cobertura informativa a l'esdeveniment.

12.3 Fast Competició com a entitat organitzadora no autoritza a fer públic a través de les xarxes socials o altres medis el recorregut. El *track* d'aquesta cursa només serà utilitzat per les persones inscrites el mateix dia de la cursa, renunciant a la seva publicació un cop acabada.

L'acceptació d'aquest reglament eximeix de qualsevol responsabilitat a FAST COMPETICIÓ, si algun dels participants o equips comparteixen aquest recorregut per qualsevol plataforma de seguiment *recorreguts / tracks*. (Wikiloc, Strava, GPX, etc).

12.4 Els terrenys per on discorre la cursa son de propietat privada, els participants únicament podran gaudir del recorregut el dia de la cursa, autoritzats per les diverses propietats i no disposen del permís del propietari fora de la jornada de la cursa.

13.- Disposició final

La inscripció i participació a la prova suposa la total acceptació d'aquest reglament. Tot allò que no hi sigui establert, així com qualsevol incidència no prevista en aquest reglament serà resolta de manera inapel·lable per l'organització, en primera instància aplicant aquest reglament, i finalment segons el criteri de l'organització.

14.- Protocol Covid.

L' Organització adaptarà en tot moment la cursa als protocols aprovats per les autoritats sanitàries i consensuades amb els estaments públics locals .

SANTA COLOMA DE FARNERS

15/12/2023