ROURES 2021

COMUNICADO INFORMATIVO PARTICIPANTES

Estimado/a participante,,

A continuación te detallamos la información, horarios y recomendaciones para la edición 2021 de ROURES en la que participas:

HORARIOS:

- Viernes, día 22 de octubre:
  - de 18'00h a 20'00h entrega de dorsales en el Local del C.E.Alliberadrenalina

- Sábado, día 23 de octubre
  - de 11'00h a 13'00h y de 17'00h a 20'00h entrega de dorsales en la Plaça Sant Francesc de Montblanc

- Domingo, día 24 de octubre
  - de 6'45h a 7'20h entrega de Dorsales de la Rourània Marató en la Plaça Sant Francesc de Montblanc
  - a las 7'20h control de material de la Rourània Marató
  - a las 7'30h **SALIDA DE LA ROURÀNIA MARATÓ**

  - de 7'30h a 8'20h entrega de Dorsales de la Roures Clàssica en la Plaça Sant Francesc de Montblanc
  - a las 8'30h **SALIDA DE LA ROURES CLÀSSICA**

  - de 8'30h a 9'20h entrega de Dorsales de la Roures Petita y la Caminada en la Plaça Sant Francesc de Montblanc
  - a las 9'30h **SALIDA DE LA ROURES PETITA**
  - a las 9'40h **SALIDA DE LA CAMINADA DELS ROURES**

  - A les 12'00h aprox, entrega de trofeos ROURES PETITA
  - A les 13'00h aprox. entrega de trofeos ROURES CLÀSSICA
  - A les 14'00h aprox entrega de trofeos ROURÀNIA MARATÓ

  - 18'30h Cierre de Meta

** En la medida que podáis, hacer la recogida del dorsal los días previos.
** Podéis recoger el dorsal de un compañero o compañera, pero necesitamos que aporten su DNI (foto de whatsapp vale) y la Licencia Federativa si la tiene.
** **Es OBLIGATORIO presentar la Licencia Federativa si la teneis, en caso de no traerla y haberlo indicado en la inscripción deberéis abonar los 4€ de la licencia temporal**.

DORSALES:

Llevar siempre el dorsal en lugar visible para poder hacer correctamente la lectura, y no doblar el chip que lleva en la parte trasera.

Habrá control de dorsal estático en todos los avituallamientos, y 4 controles dinámicos, Debéis facilitar la lectura del dorsal en cada uno, no contar en el listado de control de paso supondrá la descalificación.

Una vez acabada la carrera se publicarán los resultados de las carreras por orden de llegada, y la relación de finishers de la Caminada por orden alfabético al no ser competitiva.

**ATENCIÓN: Debido a un error de imprenta, en el perfil de los dorsales de la Roures Clàssica, no se refleja el punto de avituallamiento de La Pena, en el km 11'5. Revisar el cuadro de avituallamientos al final de este briefing.

MATERIAL OBLIGATORIO:

Cada participante debe llevar el material que crea oportuno para el desarrollo de la carrera con garantías de seguridad, pero además la organización obliga a llevar el siguiente material obligatorio durante todo el recorrido:

MATERIAL OBLIGATORIO

- **Manta térmica**
- **Mínimo 1/2 L de agua o otro tipo de hidratación (isotónico, p.ej.)**
- **Luz frontal (sólo Rourània Marató)**
- **Teléfono móvil cargado (no se puede llevar en modo avión)**
- **Hoja de Declaración responsable del COVID (adjunta a este mail y que debéis entregar en el control de material)**
- **Vaso (no habrá en los avituallamientos)**
- **Mascarilla**

**** Habrá control de material para la Rourània Marató antes de salir, para el resto... en punto intermedio. No llevar el material obligatorio supondrá la descalificación.**

PROTOCOLOS COVID:

- Mantener la distancia mínima de 1'5mt en las zonas de salida, llegada, avituallamientos y entrega de dorsales.
- Hay que llevar la mascarilla puesta en la entrega de dorsales y al llegar a los avituallamientos.
- En los avituallamientos no coger nada de las mesas, los voluntarios os darán lo que necesitéis.
- En caso de acumulación de participantes en el avituallamiento, esperar vuestro turno y hacer caso de las indicaciones de los voluntarios.

- No se puede esperar junto a la mesa del avituallamiento, una vez tengáis la comida/bebida, dejad sitio para los otros participantes que lleguen.

APARCAMIENTO, GUARDARROPA Y DUCHAS

El aparcamiento solo estará prohibido en la Calle de la Muralla, toda la zona situada al norte de la Muralla tiene mucho espacio de aparcamiento, tanto en solares habilitados como en zona blanca. No tendréis problema para aparcar.

En cuanto a los servicios de duchas y guardarropa, que habíamos tenido cada año, debido a las restricciones motivadas por la pandemia del COVID, **NO los podremos tener en esta edición**.

Esperamos poder contar con ellos nuevamente en la edición 2022.

RECORRIDO Y MARCAJE

Los recorridos estaran marcados con cinta de color rojo/blanco con el logo del C.E.Alliberadrenalina, ademas habrá refuerzo con flechas direccionales y indicadores en la zonas donde se separan los recorridos y con carteles de aviso en la zonas donde hay que ir con precaución.

Las cintas estarán con una distancia suficiente para que cuando dejéis de ver una ya veáis la siguiente. Si pasáis algún tramo en que dejéis de verlas, probablemente os hayáis salido de la ruta. volved atrás hasta encontrarlas de nuevo, no intentéis atajar para enlazar más adelante.

Cabe la posibilidad, de todos conocida, que alguien ajeno a la carrera haya retirado intencionadamente alguna cinta, por eso recomendamos que llevéis siempre los tracks en el móvil o reloj GPS. Los recorridos se marcarán el día antes y por delante de los primeros corredores irán voluntarios haciendo repaso el mismo día de la carrera.

Os pasamos los tracks de los recorridos:

- **TRACK ROURÀNIA MARATÓ**
- **TRACK ROURES CLÀSSICA**
- **TRACK ROURES PETITA I CAMINADA**

ABANDONOS Y SEGURIDAD:

En caso de abandono, hay que avisar a la organización a través de un control, en el teléfono que tenéis en el dorsal, o comunicándolo a los escobas de la carrera. Es muy importante esta información ya que en el cierre de carrera se comprobará que no quede nadie perdido o lesionado.

Los únicos puntos de evacuación en caso de abandono son los controles específicos en los avituallamientos, en caso de accidente grave propio o que os encontréis de otro participante, llamar al 112 directamente. En la zona de meta habrá servicio sanitario para atender accidentes leves.

En caso de encontrar un participante con problemas, tenéis la obligación de asistirlo, recomendamos llamar al número de la organización para recibir instrucciones.

La organización tendrá unos voluntarios haciendo de “escoba” que irán tras el último participante y atendiendo si hay alguna incidencia o incidente. En caso de problemas, sobre todo, no os apartéis del recorrido marcado.

AVITUALLAMIENTOS Y TIMMING:

ROURES 2021 PETITA I CAMINADA	ACUMULAT KM	ACUMULAT DESN +	PARCIAL KM	PARCIAL DESN +		HORARI OPEN		PAS APROX 1r		TANCAMENT		AIGUA, ISO, COCACOLA	FRUITS SECS	XUXES	PLÀTAN, TARONJA	BIMBO AMB NOCILLA	BIMBO AMB EMBOTIT	DONUTS XOCOLATA	MACEDÒNIA	ENTREPÀ LLONGANISSA	PASTA	CAFÈ	CALDO
AV 1 SANT JOAN	4,5km	445m	4'5km	445m		7'45h		9'50h		11'00h		X	X	X	X								
AV FINAL META	11km	479m	6,5km	34m		9'30h		10'15h		18'30h		X	X	X	X				X	X		X	X

ROURES 2021 CLASSICA	ACUMULAT KM	ACUMULAT DESN +	ACUMULAT DESN -	PARCIAL KM	PARCIAL DESN +	PARCIAL DESN -		HORARI OPEN	PAS APROX 1r		TANCAMENT	AIGUA, ISO, COCACOLA	FRUITS SECS	XUXES	PLÀTAN, TARONJA	BIMBO AMB NOCILLA	BIMBO AMB EMBOTIT	DONUTS XOCOLATA	MACEDÒNIA	ENTREPÀ LLONGANISSA	PASTA	CAFÈ	CALDO
AV 1 SANT JOAN	4,5km	445m	4m	4'5km	445m	4m		7'45h	9'50h		11'00h	X											
P.A. TRINITAT	8'5km			4km								FONT											
AV 2 LA PENA**	11'5	910m	347m	3km	465m	343m		9'00h	9'30h		10'50h	X	X	X	X	X							
AV 7 ESCALES	17'6km	1107m	1046m	6,1km	197m	699m		10'00h	10'30h		17'00h	X	X	X	X		X	X					
AV FINAL META	26	1511m	1511m	8,4km	404m	465m		-	11'20h		19'00h	X			X				X	X		X	X
AV 2 LA PENA**	ATENCIÓ QUE AQUEST PUNT, PER UN ERROR, NO SURT AL PERFIL QUE TENIU AL DORSAL																						

ROURES 2021 MARATÓ	ACUMULAT KM	ACUMULAT DESN +	ACUMULAT DESN -	PARCIAL KM	PARCIAL DESN +	PARCIAL DESN -		HORARI OPEN	PAS APROX 1r		TANCAMENT	AIGUA, ISO, COCACOLA	FRUITS SECS	XUXES	PLÀTAN, TARONJA	BIMBO AMB NOCILLA	BIMBO AMB EMBOTIT	DONUTS XOCOLATA	MACEDÒNIA	ENTREPÀ LLONGANISSA	PASTA	CAFÈ	CALDO
AV 1 SANT JOAN	4,5km	445m	4m	4'5km	445m	4m		7'45h	7'50h		11'00h	X											
AV 3 LES MASIES	11'5km	792m	607m	7km	347m	603m		8'15h	8'30h		10'00h	X	X	X	X	X							
AV 4 ROC DE PONENT	17'9km	1277m	968m	6'4km	485m	361m		9'10h	9'30h		11'30h	X	X	X	X		X	X					
AV 5 FARENA	28km	1762m	1498m	10'1km	515m	530m		10'00	10'30h		13'00h	X	X	X	X						X	X	X
AV 6 ROJALS	35km	2213m	1585m	7km	451m	87m		10'45h	11'15h		15'30h	X	X	X	X	X							
AV 7 ESCALES	41km	2218m	2166m	6km	5m	581m		11'15h	12'00h		17'00h	X	X	X	X		X	X					
AV FINAL META	45'5km	2629m	2629m	4'5km	411m	463m		-	12'40h		18'30h	X			X				X	X		X	X

INFORMACIÓN ACOMPAÑANTES

Se permite el acompañamiento de los participantes durante la carrera con los siguientes condicionantes:

- Los Avituallamientos de Sant Joan (Todas distancias) y La Pena (Roures Clàssica) no tienen acceso en vehículo.

- El Avituallamiento de Roc de Ponent (Rourània Marató), está dentro del Parque Natural, y por tener aforo limitado y control de acceso, recomendamos no desplazarse o hacerlo a pié.
- En el Caso de Rojals (Rourània Marató), el pueblo es muy pequeño, aparcar en las afueras, por espacio y para no interferir en caso de necesitar el acceso de los vehículos de la organización.

MEDIO AMBIENTE:

Roures 2021 transcurre por caminos y senderos de la Conca de Barberà, y en parte por el Parque Natural de Interés Nacional de Poblet, y tenemos que conseguir entre todos que los lugares por donde pasan los recorridos queden igual que los encontremos. No tiréis basura, restos de geles o otros productos, y utilizar las zonas de recogida de basura que encontraréis en los avituallamientos.

Cerrando la carrera irán voluntarios retirando los marcajes y tenemos que conseguir que no tengan que recoger nada más.

Salut i Muntanya
Club Excursionista Alliberadrenalina

Club Excursionista Alliberadrenalina

Declaració Responsable per a participar en

Nom i cognoms del participant

DNI

Nom i cognoms del menor

Declaro, responsablement:

1. Que, durant els darrers 10 dies i en aquest moment:

- [ ] No presento cap simptomatologia compatible amb la covid-19 (febre, tos, dificultat respiratòria, malestar, diarrea...) o amb qualsevol altre quadre infecciós.
- [ ] No he estat positiu de covid-19 ni ha conviscut amb persones que siguin o hagin estat positives.
- [ ] No he estat en contacte estret amb cap persona que hagi donat positiu de covid-19 ni que hagi tingut simptomatologia compatible amb aquesta malaltia.
- [ ] He sigut informat/da i estic d'acord amb les mesures de prevenció general i amb les acotacions necessàries que poden haver-se de dur a terme si apareix un cas amb simptomatologia Covid-19 durant el desenvolupament de l'activitat.

2. Que, no pateixo cap de les malalties següents:

- [ ] Malalties respiratòries greus que necessiten medicació o dispositius de suport ventilatori
- [ ] Malalties cardíaques greus.
- [ ] Malalties que afecten al sistema immunitari (per exemple, aquells infants que necessiten tractaments immunosupressors).
- [ ] Diabetis mal controlada.
- [ ] Malalties neuromusculars o encefalopaties moderades o greus.

3. Que em prendré la temperatura abans de sortir de casa i que, en el cas que tingui febre o presenti algun dels símptomes compatibles amb la covid-19, no assistiré a l'activitat.

4. Que m'encarregaré de portar la quantitat necessària de mascaretes pels dies que duri l'activitat, en cas que així ho requereixi l'equip de dirigents.

5. Que conec l'obligació d'informar al Club Excusionista Alliberadrenalina de l'aparició de qualsevol cas de covid-19 en el nostre entorn familiar i de mantenir un contacte estret amb el centre educatiu davant de qualsevol incidència.

I, perquè així consti, als efectes signo la present declaració de responsabilitat i consento explícitament el tractament de les dades que hi ha en aquesta declaració.

La cessió d'aquestes dades representa l'autorització al Club Excursionista Alliberadrenalina (CEA) per a tractar-les, d'acord amb el que disposen la Llei 15/1999 de 13 de desembre i la Llei 34/2002 d'11 de juliol i les Directives 95/46/CE i 2000/31/C, dins de l'àmbit propi del CEA, per a poder dur a terme les funcions que té encomanades segons el seu Estatut, així com per a que les pugui cedir a aquelles entitats públiques i privades a les que hi estigui obligat per imperatiu legal o per donar compliment a les seves funcions, amb les que tingui prèviament concert o contracte regulador de transferència de dades de caràcter personal o d'informació sobre persones.

Lloc, data i signatura