CAMINADA DE LA PUJADA AL LORETO
24-10-2021

REGLAMENT

1.-	El període d'inscripció finalitzarà el dijous 21 d'octubre o fins a arribar als 600 inscrits.
2.-	Els dorsals s'hauran de recollir, del 13 al 22 d'octubre, en les instal·lacions esportives municipals de Campclar, Sant Pere i Sant Pau, Serrallo/Part Baixa i seu de l'ONCE.
3.-	No s'acceptaran inscripcions el mateix dia de la Caminada.
4.-	És imprescindible la presentació del dorsal per recollida de l'avituallament d'arribada.
5.-	S'ha de respectar en tot moment l'itinerari establert, atenent les indicacions del personal de l'organització.
6.-	L'organització declina tota la responsabilitat sobre aquells que no sàpiguen dosificar l'esforç i abusin de la seva condició física.
7.-	Aquelles persones que vulguin realitzar la Caminada amb un animal de companyia, hauran d'aportar còpia de l'assegurança de responsabilitat civil d'aquest, a l'hora de formalitzar la inscripció. L'animal haurà d'anar, en tot cas, lligat.
8.-	Política de privacitat: Responsable: Patronat Municipal d'Esports de Tarragona Finalitat: Organització i gestió de la Mitja Marató + 10K "Ciutat de Tarragona". Legitimació: Consentiment. Organització d'una activitat d'interès públic en compliment de les finalitats estatutàries de l'organisme. Drets: Per exercir els drets d'accés, limitació, rectificació, oposició, portabilitat i supressió, podeu dirigir a l'OMAC de l'Ajuntament de Tarragona, presencialment o per correu ordinari (Rambla Nova, 59, 43003 Tarragona), o al PMET (C/Riu Siurana s/n, 43006, Tarragona), una sol·licitud, adjuntant-hi una còpia del vostre DNI, o podeu formalitzar el tràmit específic de la seu electrònica, "Exercici dels drets d'accés, rectificació, supressió i oposició de les dades personals". Informació addicional: Per a més informació sobre el tractament de dades podeu consultar: https://www.tarragona.cat/politica-privacitat

PMET | Patronat Municipal d'Esports de Tarragona

CONSELLS

- ✓ Per tal de mantenir la salut, és aconsellable fer un mínim de 10.000 passos diaris. Aquesta caminada comprèn una distància aproximada de 5 km., que és l'equivalent a uns 6.700 passos.

- ✓ Es recomana prendre un esmorzar lleuger abans de sortir, així com portar algun aliment sòlid i líquid pel camí. Vestir-se amb roba còmoda i utilitzar calçat esportiu o de muntanya.

- ✓ El Patronat Municipal d'Esports lliurarà a tots els participants que acreditin la inscripció, un avituallament líquid i sòlid a l'arribada.

- ✓ Pel transport de nens petits, s'aconsella motxilla porta nadons, ja que l'orografia del terreny no permet el pas de cotxets de passeig.