NORMATIVA

1.- **INFORMACIÓ GENERAL**

- El Club Esportiu Garraf Runners amb el suport de l'Ajuntament de Gavà organitzen la **1a Cursa Solidària i Inclusiva 6 hores de Resistència 'Ciutat de Gavà'**, que tindrà lloc el dissabte dia 10 de juny de 2023.
- Aquesta prova té un objectiu molt senzill: fer el major número possible de kilòmetres durant 6 hores.
- La Cursa Solidària i Inclusiva 6 hores de Resistència 'Ciutat de Gavà', hi tindran accés totes les persones que ho desitgen, federades o no, sempre que compleixin amb les condicions establertes al Reglament de la prova.
- S'estableixen dues modalitats de participació:
    - **Modalitat 'Competitiva'**, es a dir participants que vulguin fer la cursa sencera de 6 hores de durada, ja sigui corrent o caminant.
    - **Modalitat 'Popular'**, es a dir, participants que vulguin fer voltes dintre del circuit sense fer les 6 hores senceres, ja sigui corrent o caminant.

2.- **INSCRIPCIONS**

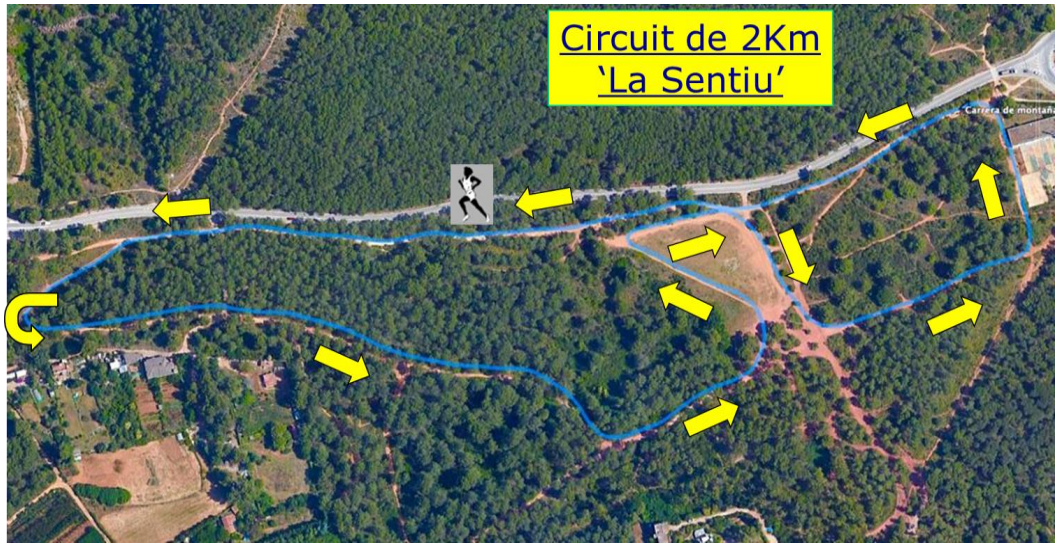
- Places limitades a **250** participants.
- Les inscripcions es realitzaran única i exclusivament a través de la pàgina www.lasttiming.es/inscripciones al preu de **5€ per federats FEEC i 7€ per no federats** (tramitació assegurança obligatòria). La inscripció no quedarà formalitzada fins que no s'hagi realitzat el pagament. No són valides les llicencies de altres federacions com ATLETISME, CICLISME, TRIATLÓ, etc
- **No hi haurà inscripcions de cap modalitat el dia de la prova**.

3.- **HORARI:** Les sortides seran per modalitats:

- **08,00 h.: COMPETITIVA:** explicació de cursa i normativa al briefing. Posteriorment sortida
- **10,00 h. i 12:00h: POPULAR-A i POPULAR-B:** explicació de cursa i normativa. Posteriorment sortida en funció de modalitat.

Modalitat	**Color dorsal**	**Briefing**	**Sortida**
COMPETITIVA	Vermell	07:35h	08:00h
POPULAR-A	Blau	09:35h	10:00h
POPULAR-B	Verd	11:35h	12:00h

- **Per la modalitat COMPETITIVA es constitueixen tres categories,** dins les classes masculina i femenina**: Sènior (18-39 anys), Veterans (40-49 anys) i Masters (majors de 50 anys).**
- Al finalitzar lliurament de **trofeus per la modalitat COMPETITIVA als 3 primers classificats de categoria general** (fem. i masc.), **al primer classificat Veterà** (fem.i masc.), **al primer classificat Master** (fem. i masc.), **i al primer classificat absolut de Gavà** (fem. i masc.).



4.- **LA CURSA**

- **La prova tindrà un únic recorregut en circuit tancat de 2Km de llargada.**
- **Per participar a la Cursa és obligatori l'ús del dorsal lliurat per l'organització.**
- **La cursa per la Modalitat 'Competitiva' es desenvoluparà sense interrupcions durant 6 hores, amb cronometratge per xip inclòs al dorsal.**
- **El recorregut estarà marcat amb cinta plàstica de color viu, fletxes i altres elements de senyalització ubicats regularment depenent de la tipologia del terreny i dels diferents camins, sent responsabilitat de cada participant localitzar la senyalització i seguir-la.**
- **Durant la prova els participants utilitzaran el costat dret de la pista habilitada a tal efecte, de manera que els avançaments es facin pel costat esquerra, evitant així problemes de seguretat.**
- **La prova tindrà un temps límit de 6 hores, es a dir, finalitzarà a les 14:00h. Tots aquells participants que encara estiguin dintre del circuit hauran de finalitzar la volta fins passar pel punt de cronometratge. Pels participants de la modalitat 'Competitiva' la classificació quedarà definida sumant el temps addicional a la quantitat de voltes complertes realitzades**
- **L'organització habilitarà una zona de guarda-roba per que als participants puguin depositar les seves pertinàcies abans de l'inici de la prova.**

- **Durant la prova els avituallaments seran líquids i sòlids, qualsevol altra necessitat haurà de ser aportada pel mateix participant.**
- **Els participants han de llançar els residus de l'avituallament dins del perímetre marcat per l'organització. Qualsevol incompliment d'aquesta norma suposarà la desqualificació automàtica del corredor**
- **Recordeu que passeu pel 'Espai Natural de La Sentiu', no llenceu res al terra, guardeu-ho fins al proper punt de recollida o a l'arribada. Sigueu respectuosos amb l'entorn, tots ho agraírem**
- **Es una prova Solidària i Inclusiva i cada participant haurà de portar qualsevol tipus d'aliment 'no perible' com donació pel 'Banc d'aliments'.**

- **El fet de participar suposa l'acceptació de totes aquestes normes, quedant els imprevistos a criteri de l'organització.**

INSCRIPCIONS LIMITADES A 250 PARTICIPANTS

Inscripcions

Garraf Runners

Empreses col·laboradores:

castelló esports +3

Quirolear

Levelup Suplementación

OTSO THINK SPORT

lastiming

info@garrafrunners.org

1a Cursa Solidària i Inclusiva 6 hores de Resistència 'Ciutat de Gavà'

GAVÀ, 10 de juny de 2023

Organitza:

CLUB ESPORTIU GARRAF RUNNERS

Amb el suport de:

FEEC

Ajuntament de Gavà

Diputació Barcelona