ROCA NEGRA VII

+34 618 55 71 80

cursa.roca.negra@gmail.com

REGLAMENT ROCA NEGRA VII – EDICIÓ 2018

El present reglament explica quines són les condicions i característiques de la **ROCA NEGRA VII.** Aquest reglament és d'estricte compliment per tots els participants de qualsevol de les tipologies d'activitat (**CAMINADA i CURSES**) que comprèn l'esdeveniment.

Aquest reglament pot ser corregit, modificat o millorat en qualsevol moment per part de l'organització. Tota modificació serà comunicada als participants.

La realització de la inscripció a qualsevol de les tipologies de l'esdeveniment (**CAMINADA i CURSES**) implica l'acceptació total del present reglament, quedant els imprevistos a criteri de l'Organització.

Article 1 INSCRIPCIÓ

1.1 Les places estaran limitades a **200 caminants-participants en la CAMINADA, 200 corredors a la SHORT TRAIL i 300 corredors a la LONG TRAIL**. Les inscripcions es tancaran un cop s'hagi superat el límit de participants o la data anunciada a la pàgina web. L'organització es reserva el dret d'ampliar o reduir el nombre de places.

Aquesta modificació seria anunciada a la web oficial (http://rocanegra.cat).

1.2 Les inscripcions es podran realitzar des del dia **7 de Febrer de 2018 a les 12:01h fins al dimecres 18 d'abril de 2018 a les 23:59h**. L'organització es reserva el dret d'acceptar-ne el mateix dia de l'esdeveniment.

1.3 En cap cas es retornaran els diners de les inscripcions ja realitzades, no obstant amb comprovant d'inscripció o DNI del participant, li podrà recollir l'obsequi una altra persona.

1.4 L'edat mínima de participació a les curses de muntanya serà de 16 anys. Per als menors de 18 anys serà necessària l'autorització dels pares o tutors legals.

1.5 Inscriure's en qualsevol de les activitats (**CAMINADA i CURSES**), implica l'acceptació d'aquest Reglament.

1.6 En cas de lesió justificada amb comprovant mèdic, es podrà fer un canvi de nom amb les dades d'un altra persona, enviant-les a cursa.roca.negra@gmail.com . Fins a dues setmanes abans de l'esdeveniment no es realitzaran canvis de nom ni cap tipus de modificacions, és a dir, fins al 8 d'abril de 2018 a les 23:59h.

_ Nom i cognoms del corredor lesionat/baixa:

_ Dades del nou corredor:

- Nom i cognoms
- NIF/Passaport
- Sexe: M/F
- En cas d'estar federat, indicar núm. llicència
- Club
- Data naixement
- E-mail
- Localitat
- Telèfon de contacte
- Talla samarreta: XS/S/M/L/XL/XXL
- Caminada, Short Trail i Long Trail

1.7 Els participants podran inscriure's a una de les dues tipologies d'activitat de la **ROCA NEGRA VII**:

_	**Caminada13 Km desnivell**	**560 m+**	**1020 m acumulats**
_	**Short Trail15 km desnivell**	**700 m+**	**1.400m acumulats**

_ **Long Trail 26 km desnivell 1.400m+ 2.800 m acumulats**

1.8 El preu d'inscripció per a la **CAMINADA ROCA NEGRA**:

- **Caminada FEDERATS 5€**
- **Caminada NO FEDERATS 7€**
- **Caminada+Samarreta Socis FEDERAT del CESBOI 13€**
- **Caminada+Samarreta Socis NO Federats del CESBOI 15€**
- **Caminada+Samarreta per a FEDERATS 15€**
- **Caminada+Samarreta per a NO Federats 17€**

Inclou:

_ Bossa del corredor
_ 2 avituallaments sòlids i líquids
_ Bossa del corredor
_ Esmorzar
_ Dorsal personalitzat, amb 4 imperdibles

1.9 El preu d'inscripció per a la **CURSA SHORT TRAIL ROCA NEGRA**:

- **Cursa per a Socis FEDERAT del CESBOI 15€**
- **Cursa per a Socis NO Federats del CESBOI 17€**
- **Cursa per a FEDERATS 17€**
- **Cursa per a NO Federats 19€**

Inclou:

- Obsequi regal : Samarreta dissenyada per l'ocasió.
- Bossa del corredor
- 2 avituallaments sòlids i líquids i 1 avituallaments només líquid.
- Esmorzar
- Dorsal personalitzat, amb 4 imperdibles

1.10 El preu d'inscripció per a la **CURSA LONG TRAIL ROCA NEGRA**:

- **Cursa per a Socis FEDERAT del CESBOI 22€**
- **Cursa per a Socis NO Federats del CESBOI 24€**
- **Cursa per a FEDERATS 24€**
- **Cursa per a NO Federats 26€**

Inclou:

- Obsequi regal : Samarreta dissenyada per l'ocasió.
- Bossa corredor
- 3 avituallaments sòlids i líquids i 2 avituallaments només líquid
- Entrepà de botifarra a l'arribada.
- Dorsal personalitzat, amb 4 imperdibles

1.11 Tant per la **CAMINADA** com per les **CURSES**, es disposarà de zona d'escalfament, servei de guarda-roba, dutxes, zona d'aparcament i dos WC portàtils a la zona de sortida.

1.12 La talla de la samarreta estarà garantida per aquelles persones que s'hagin inscrit a qualsevol de les tres modalitats abans del 18 de Març del 2018.

ROCA NEGRA VII

+34 618 55 71 80

cursa.roca.negra@gmail.com

Article 2 CONDICIONS DE PARTICIPACIÓ

2.1 S'ha de ser major d'edat el dia de les curses, en cas contrari, és obligatori presentar "l'autorització de menors" (el trobareu a l'apartat d'inscripcions de la web).

2.2 Els corredors han de tenir la preparació i els coneixements teòrics/pràctics adients per fer front al quilometratge i al desnivell de la prova. Mitjançant l'acceptació de la casella de DECLARACIÓ RESPONSABLE inclosa en el formulari d'inscripció, per a donar per vàlida, la inscripció, s'haurà de declarar que no es té cap impediment ni físic ni tècnic que impedeixi participar en les proves de la Roca Negra.

2.3 Els inscrits a les **CURSES** i **CAMINADA** participen voluntàriament i sota la seva responsabilitat en l'esdeveniment. Per aquest motiu, l'entitat organitzadora, els col·laboradors, els patrocinadors i els altres participants queden lliures de qualsevol responsabilitat civil.

2.4 L'Organització no es fa responsable dels danys de qualsevol mena ocasionats per negligència o mala fe i altres casos contemplats a les exclusions de la pòlissa de responsabilitat civil contractada per la Organització. La Organització no es fa responsable dels danys o qualsevol altre perjudici que la participació en la caminada i curses pugui ocasionar als inscrits.

2.5 Tots els participants tenen l'obligació d'assistir i de comunicar al control més proper qualsevol accident que hagin observat. En cas de no fer-ho seran desqualificats.

2.6 Els únics vehicles autoritzats a seguir la prova són els designats per l'organització. Queda totalment prohibit seguir els participants amb moto, cotxe o bicicleta, pel perill que pot suposar per a aquests.

ROCA NEGRA VII

+34 618 55 71 80

cursa.roca.negra@gmail.com

Article 3 MATERIAL I ROBA

3.1 L'organització es reserva el dret d'impedir la sortida de qualsevol corredor que consideri que no porta el material adient.

3.2 Recomanem que els duguin en tot moment 0,5 l d'aigua i menja sòlid per aguantar els kilòmetres que hi ha entre avituallament i avituallament.

3.3 Els participants s'han de calçar i equipar de manera adient segons a les condicions tècniques i meteorològiques que requereixen les curses de muntanya.

3.4 L'organització també recomana que tots els corredors duguin gorra o similar, ulleres de sol, xiulet, mòbil amb la bateria carregada, crema solar, menjar i sistema d'hidratació amb beguda extra.

3.5 L'organització revisarà i supervisarà, aleatòriament, que els participants duguin el material que marca el present reglament.

3.6 El director de l'esdeveniment es reserva el dret a fer canvis, sobre el material obligatori per fer front a les curses depenent de les condicions meteorològiques. La darrera actualització serà el dia abans a les 18:00h.

+34 618 55 71 80

cursa.roca.negra@gmail.com

Article 4 DORSALS I ACREDITACIONS

4.1 Tots els participants tindran un dorsal identificatiu de la prova a la que s'han inscrit.

4.2 És obligatori dur sempre el dorsal visible a la part devantera, sense doblegar ni retallar, perquè l'organització pugui identificar els participants amb claredat en cada un dels controls.

4.3 No està permès cap canvi de dorsal entre corredors.

4.4 Els participants podran accedir a les zones comunes, als avituallaments i a la zona d'arribada dels corredors, portant visible el seu dorsal.

4.5 Les persones no acreditades NO tindran accés a les instal·lacions, ni als serveis ni a l'avituallament d'arribada.

Article 5 HORARIS DE L'ESDEVENIMENT

5.1 El lloc d'arribada i sortida de la caminada i curses serà la Plaça Mercè Rodoreda.

5.2 L'organització només suspendrà la prova si la integritat física dels corredors està en perill. Les condicions meteorològiques desfavorables (boira, pluja, neu, etc.) no suposaran en cap cas la suspensió de la prova (es considera que poden ser un al·licient i un repte més a superar), malgrat tot l'organització es reserva el dret de variar el recorregut si la integritat dels participants corre perill.

5.3 Els horaris de l'esdeveniment són els següents:

HORARIS ESDEVENIMENT	
Entrega de dorsals	De 7h a 8:30h
Informació i control de sortida de la Long Trail	8:45h a 9h
Inici de la cursa **LONG TRAIL ROCA NEGRA**	**9h**
Informació i control de sortida de la Short Trail	9:15h a 9:30h
Inici de la cursa **SHORT TRAIL ROCA NEGRA**	**9:30h**
Arribada 1rs Participants de les dues curses	11:10h a 11:30h
Informació i control de sortida de la Caminada	9:30h a 9:45h
Inici de la **CAMINADA ROCA NEGRA**	**9:45h**
Entrega de premis	De 13:30h a 14h

+34 618 55 71 80

cursa.roca.negra@gmail.com

Article 6 RECOLLIDA DE DORSALS

6.1 Els dorsals podran recollir-se la setmana abans de l'esdeveniment a la **Botiga RunnAir Store**de Sant Boi de Llobregat en horari de Dilluns a Dissabte de 10h a 13:30 h i de 17h a 20h al carrer d'Eusebi Güell, 136, CP 08830.

6.2 Els dorsals també podran recollir-se el mateix dia de l'esdeveniment de 7h a 8h als punts d'atenció habilitats per a aquest servei.

6.3 Per recollir el dorsal serà necessari presentar el passaport, el DNI o un document equivalent pels estrangers i la targeta federativa (en cas d'estar federat).

6.4 En el cas de no poder recollir el dorsal personalment, ho pot fer un company portant el lliurement de responsabilitat degudament omplert i signat, fotocòpia del DNI i de la targeta federativa pels federats.

6.5 En el cas dels menors d'edat, cal que, s'entregui "l'autorització de menors" degudament omplerta i signada.

6.6 No s'ofereix el servei d'enviament de la bossa del corredor un cop finalitzada la caminada i les curses.

+34 618 55 71 80

cursa.roca.negra@gmail.com

Article 7 RECORREGUT I MARCATGE

7.1 Els recorreguts de les **CURSES** i **CAMINADA** discorren per propietats públiques i privades, pel que s'han demanat tots els permisos adients als propietaris d'aquest espais, que ha estat concedits, a fi i efecte de poder realitzar l'activitat com cal. Volem agrair a tots els propietaris la seva col·laboració i compromís per participar en la celebració d'una activitat lúdica, esportiva i sense afany lucratiu, en el nostre entorn natural.

7.2 Els vehicles motoritzats tindran preferència en les zones asfaltades i en les cruïlles existents durant el recorregut. Serà responsabilitat dels participants extremar les precaucions abans de creuar la calçada.

7.3 Els corredors hauran de respectar els filats, les portes i tot tipus de tanca relacionat amb la seguretat del bestiar o finques privades.

7.4 El recorregut estarà marcat amb cinta plàstica de la **ROCA NEGRA**, cartells i el suport de voluntaris, depenent de la tipologia del terreny i dels diferents camins, sent responsabilitat de cada participant localitzar la senyalització i seguir-la. Els participants es responsabilitzen del correcte seguiment de les senyals.

7.5 En tots els punts del recorregut que els corredors trobin cinta col·locada horitzontalment, com si fos una barana o barrera, significa que no es pot avançar degut que és una zona de precipicis i el corriol es considera molt estret. Es podria ocasionar un accident greu si el corredor que és avançat surt del corriol.

7.6 És obligatori seguir l'itinerari marcat, així com passar per tots els controls de pas establerts. Tots els participants tenen l'obligació de seguir les indicacions donades per qualsevol membre de l'Organització.

7.7 Si la situació ho exigeix, l'organització podrà realitzar les modificacions que consideri necessàries, fins i tot, activar el recorregut alternatiu. També es pot retardar l'horari

previst de la carrera.

Article 8 CONTROLS

8.1 Durant el recorregut hi haurà diferents punts de controls repartits al llarg del mateix. L'organització es reserva el dret de col·locar controls sorpreses al llarg del recorregut.

8.2 La durada de la caminada i les curses, es limitarà a un temps total segons quadre adjunt:

TEMPS LÍMIT			
	Hora inici	**Hora Límit**	**Temps total**
LONG TRAIL ROCA	9:00h	14h	5h
SHORT TRAIL	9:30h	14h	4:30h
CAMINADA ROCA	9:45h	14h	4:15h

Article 9 AVITUALLAMENTS

9.1 Existiran tres punts d'avituallament sòlid (líquid /fruita/ ganyips) i 2 de líquid durant tot el recorregut a distàncies aproximades de 6 km i dos avituallaments només líquid. En els avituallaments durant la caminada i les curses hi haurà: aigua, refrescos, begudes isotòniques, barretes, fruita, fruits secs i llaminadures; depenent de si són líquids o líquids i sòlids.

9.2 Els avituallaments seran punts per reomplir "Camelback's" i bidons.

9.3 Els participants han de llançar els residus dins dels contenidors instal·lats en el perímetre marcat en els avituallaments. Es col·locaran, a una distància aproximada de 50 m dels punts d'avituallament, recipients on els participants puguin dipositar les deixalles (gots, restes de menjar, etc.), els voluntaris

vetllaran per tal de que els corredors/es no embrutin l'entorn.

9.4 Els corredors han d'estudiar amb determinació on estaran col·locats cada un dels avituallaments per ser conscients de la distància i el desnivell existent entre els diferents punts.

9.5 Els corredors només podran rebre ajuda externa per part de col·laboradors, amics o familiars en els punts de controls o en els avituallaments establerts.

Article 10 RETIRADES

10.1 Els corredors que decideixin abandonar la carrera hauran de retirar-se en un dels punts de control o avituallaments que tinguin més propers. Només una lesió de gravetat justificarà que un participant abandoni en un altre punt del recorregut.

10.2 L'organització només es compromet a tornar als participants, al punt de sortida i arribada de l'esdeveniment, quan hagin abandonat en un control amb accés motoritzat.

10.3 L'organització no tornarà als participants (al punt de sortida/arribada) que han abandonat fins que hagi finalitzat la caminada i les curses, per tal d'assegurar el desenvolupament òptim d'aquesta.

10.4 Els corredors que decideixin abandonar qualsevol de les proves, estan obligats a comunicar l'abandonament a l'organització.

Article 11 EL "XIP"

11.1 L'únic xip vàlid per a la realització de les proves serà el que es proporcionarà a cada participant des de l'organització.

11.2 El xip proporcionat als participants és d'un sol ús i estarà integrat en el dorsal.

Article 12 EMERGÈNCIES

12.1 Els participants de les proves hauran d'alertar en el punt de control o avituallament més pròxim qualsevol tipus d'incidència.

12.2 Si un corredor està ferit els corredors estan obligats a parar-se per socorre'l i prestar-li tota l'ajuda possible.

12.3 Si els participants que han prestat la seva ajuda han perdut molt de temps, el director de carrera valorarà la situació i prendrà les decisions corresponents.

12.4 El dies abans de la cursa es facilitarà un telèfon d'emergència.

12.5 **EN CAS D'EMERGÈNCIA** sense zona de cobertura els corredors estan obligats a trucar al número 112.

12.6 Hi haurà servei d'ambulància a l'arribada i assistència sanitària en punts del recorregut.

12.7 Es comptarà amb l'assistència de servei mèdic de primers auxilis a l'arribada i d'una ambulància per a atendre els corredors en cas que fos necessari.

Article 13 PENALITZACIONS I DESQUALIFICACIONS

13.1 L'organització podrà penalitzar amb temps o desqualificar aquells corredors que no compleixin les normes del present reglament.

13.2 Les sancions seran consensuades per l'organització un cop finalitzin les proves i

el director de carrera imposarà la penalització corresponent segons la gravetat dels fets.

13.3 L'organització pot desqualificar a qualsevol participant que consideri que no porta el material obligatori, un cop les proves ja estiguin en curs, mitjançant controls d'arbitratge a la muntanya.

13.4 L'organització desqualificarà a tots els participants que siguin enxampats llançant residus al terra. "Atenció: permissibilitat 0".

13.5 Finalitzar la prova més tard de l'hora de tancament de l'arribada o passar més tard de l'hora de tancament dels diferents control de pas.

13.6 Escurçar el recorregut de l'itinerari establert o no passar pels punts de control de pas obligatoris.

13.7 No portar el dorsal de forma visible o manipulat.

13.8 Emprar ajuda externa en àrees no autoritzades (per exemple fer servir qualsevol mitjà de transport o locomoció durant tot o part del recorregut).

13.9 Comportar-se de forma contrària a les pautes habituals de respecte absolut a les més essencials normes esportives (per exemple no assistir a un altre competidor que requereixi ajuda).

13.10 Comportar-se de forma contrària a les pautes habituals de respecte a la natura (per exemple llençar deixalles fora dels llocs designats desprès de cada avituallament o en qualsevol punt de les proves).

13.11 Qualsevol desconsideració amb els membres de l'organització o participants de les proves.

Article 14 MEDI AMBIENT

14.1 Les proves transcorren per un entorn natural únic i cal que continuï tal i com està. Els participants hauran de conservar i preservar el medi.

14.2 Els participants hauran de respectar la flora i la fauna de la zona i donar preferència als ramats d'animals que es puguin trobar al llarg del recorregut.

14.3 Cada un dels participants haurà d'actuar amb responsabilitat i tenir un comportament exemplar davant qualsevol adversitat.

Article 15 PROTECCIÓ DE DADES

15.1 D'acord amb la Llei Orgànica 15/1999 del 13 de desembre, totes les dades dels participants seran incloses en un fitxer privat propietat dels organitzadors, amb la finalitat exclusiva de la gestió de la prova i d'informar sobre les diferents edicions de la prova.

Article 16 DRETS D'IMATGE

16.1 Tots els corredors renuncien als seus drets d'imatge durant la carrera.

16.2 L'organització podrà utilitzar les imatges de l'esdeveniment per motius d'interès propi.

16.3 El dret a la pròpia imatge és un dret reconegut en l'article 18.1 de la Constitució i regulat en la Llei 5/1982, de 5 de maig, sobre el dret a l'honor, a la intimitat personal i familiar, i a la pròpia imatge, així com en la aplicació de la Llei Orgànica 15/1999 de Protecció de Dades de Caràcter Personal, de 13 de desembre.

Durant l'esdeveniment, es realitzaran fotografies i filmacions de les **CURSES** i la **CAMINADA**. La inscripció comporta l'autorització expressa en la cessió de la imatge personal dels corredors i caminants, donant el consentiment per la seva difusió i explotació comercial i publicitària de totes les imatges preses, mitjançant l'acceptació de la casella **PROTECCIÓ DE DADES** inclosa en el formulari d'inscripció, cedint així, als membres de l'organització la possibilitat d'utilització de la seva imatge personal.

16.4 Les imatges podran ser difoses en qualsevol mitjà (publicacions municipals, Internet, mitjans externs, material promocional, xarxes socials, etc. …). La distribució podrà efectuar-se únicament amb caràcter gratuït i amb l'objectiu de difondre les activitats de la Fundació Marianao , el Centre Excursionista Sant Boi i RunnAir, sense dret per part del corredor i caminant a rebre cap compensació econòmica. En cap cas s'utilitzaran per finalitats diferents a les indicades.

Article 17 CATEGORIES, PREMIS I OBSEQUIS

17.1 Hi haurà un trofeu als tres primers classificats i classificades de cada categoria i als tres primers classificats en la general masculina i femenina (en cap cas els premis seran acumulables). Serà imprescindible estar present a l'entrega de premis per rebre el trofeu, medalla o obsequi.

17.2 No hi haurà premis en metàl·lic.

17.3 Després del lliurament de premis, l'organització escoltarà les recomanacions i opinions personals sobre el funcionament de la prova.

17.4 La **CAMINADA** popular no té caràcter competitiu, i per tant, no hi haurà classificacions.

17.5 A la **SHORT TRAIL ROCA NEGRA**, per a totes les categories hi haurà 1r, 2n i 3r premi i per ambdós sexes (masculí i femení):

- Categoria Sènior (de 16 a 35 anys)
- Categoria Veterans (de 36 a 49 anys)
- Categoria Màster (de 50 anys i en endavant)
- General

17.6 A la **LONG TRAIL ROCA NEGRA**, per a totes les categories hi haurà 1r, 2n i 3r premi i per ambdós sexes (masculí i femení):

- Categoria Sènior (de 16 a 35 anys)
- Categoria Veterans (de 36 a 49 anys)
- Categoria Màster (de 50 anys i en endavant)
- General

Article 18 CONTACTE

Centre Excursionista Sant Boi (CESBOI)

Carrer Mallorca, 30 (Can Massallera)

cursa.roca.negra@gmail.com

+34 618 55 71 80

El nostre horari d'atenció és **Dimarts** i **Divendres** de 20h a 22h.