



REGLAMENT XVII CAMINADA DE RESISTÈNCIA RIUDOMS_LA MOLA_RIUDOMS'19 i 1a TRAIL RMR 56K 2019

Caminada Inclosa al Circuit Català de Caminades de Resistència (CCCR)

DADES BÀSIQUES

Data: dissabte 27 d'abril del 2019

Horari:

5:15h Obertura dorsals

6:00h Obertura de caixetí Trail 56k

6:15h Sortida Trail 56k i obertura caixetí Caminada

6:30h Sortida Caminada

Arribada caminada: 21:00h (límit màxim)

Distància: 56,1km

Desnivell positiu: 1.732 m.

Desnivell acumulat: 3.464 m.

Altura màxima: 906 m.

Altura mínima: 106 m.

Recollida de dorsals: divendres 26 de 18h a 20h i dissabte 27 a partir de les 5:15h. (Plaça de l'Església)

Màxim de participants: inscripcions limitades a 500 places.

ORGANITZACIÓ

La 17a caminada de Resistència Riudoms_La Mola_Riudoms'19 és una prova no competitiva de resistència per camins de muntanya, de caràcter individual, que té per objectiu efectuar el recorregut en menys de 14:30 hores. És una prova inclosa al Circuit Català de Caminades de Resistència (CCCR) de la Federació d'Entitats Excursionistes de Catalunya (FEEC).

Aquesta primera edició de la 1a Trail RMR 56k no és puntuable per a la copa catalana de curses de muntanya.

RECORREGUT

Riudoms (Plaça de l'Església) → Montbrió del Camp → Riudecanyes → Duesaigües → Castell d'Escornalbou → L'Argentera → L'Enderrocada → Parc Eòlic de la Serra de l'Argentera → Coll Roig → la Mola de Colldejou → Coll del Guix → Colldejou → Barranc de l'Areny → Ermita de Mare de Déu de la Roca → Camí dels Carlins → Vilanova d'Escornalbou → Montbrió del Camp → Riudoms



INSCRIPCIONS

Les inscripcions es faran a través del web de la FEEC. La data límit per formalitzar la inscripció serà el **dijous 25 d'abril**, sempre que no s'hagi assolit prèviament la **xifra màxima de 500 participants**, moment en el qual també es tancaran les inscripcions.

La taula de preus és la següent:

XVII CAMINADA Riudoms_La Mola_Riudoms'19		
Fins l'11 d'abril	FEDERATS	NO federats*
SOCIS del CERAP	17€	25€
NO socis	23€	31€

1a Trail RMR 56k 2019		
Fins l'11 d'abril	FEDERATS	NO federats*
SOCIS del CERAP	20€	28€
NO socis	26€	34€

Del dilluns 15 d'abril al dilluns 22, ambdós inclosos, els preus tindran un increment de 3€.

Del dimarts 23 d'abril al dijous 25, ambdós inclosos, els preus tindran un increment de 5€ respecte els inicials (taula).

*Inclou l'assegurança temporal de la FEEC, vàlida només per al decurs de la prova.

El procés d'inscripció es farà al web de la FEEC. Cal seleccionar la 17a Caminada Riudoms_La Mola_Riudoms o la 1a Trail RMR 56k, seguir els passos indicats i omplir les caselles corresponents amb les dades personals. El pagament individual s'ha d'efectuar obligatòriament al final del procés d'inscripció al mateix web de la FEEC mitjançant qualsevol dels mètodes de pagament acceptats.

S'ha de tenir en compte que **no cal** enviar cap tipus de justificant d'inscripció ni de pagament, però es recomana dur-lo el dia de la prova per si es requerís per part de l'organització, juntament amb la llicència federativa aquells que la posseeixen.

No s'admetrà el pagament en efectiu en cap oficina bancària ni a la seu social de l'entitat organitzadora. Només s'acceptaran pagaments en efectiu a les inscripcions a la sortida en cas que quedessin places lliures.

PARTICIPANTS

- L'edat mínima per poder participar en el CCCR és de 14 anys complerts el dia de la prova.



- Els menors de 18 anys a data de la prova estan obligats a lliurar a l'organització una autorització paterna o de tutor/a legal.
- Els menors de 16 anys a data de la prova estan obligats a anar acompanyats d'un adult durant tot el recorregut i el dret d'admissió recaurà a criteri de l'organització.

ASSEGURANÇA

Per participar a la caminada és obligatori estar cobert per una assegurança amb la modalitat adequada a la caminada que només podrà ser:

- Carnet federatiu de la FEEC en vigor de l'any en curs
- Assegurança temporal de la FEEC

OBLIGACIÓ DEL PARTICIPANT

- Dur la llicència federativa vigent acompanyada del DNI que haurà de ser presentada a qualsevol membre de l'organització que ho sol·liciti
- Seguir les indicacions donades per qualsevol membre de l'organització
- Comunicar al control més proper qualsevol incidència o accident que hagi observat
- En cas d'abandonament o incidència durant la cursa, comunicar-ho a l'organització utilitzant el telèfon que consta en la targeta de marcatge.

Proveir-se de **material de seguretat obligatori** exigint per l'organització:

- Manta tèrmica de 1,4x2 m mínim
- Motxilla o equivalent
- Dipòsit per hidratació
- Frontal amb piles de recanvi
- Material reflectant homologat que serà d'ús obligatori en encreuaments i trams de carretera
- Telèfon mòbil engegat i no en mode avió, amb bateria i programari per utilitzar en cas d'emergència com per exemple MyApp 112 o Alpify® activada.

L'organització podrà demanar en qualsevol moment la comprovació que qualsevol participant porti el material obligatori, podent ser motiu de desqualificació si no es pot comprovar o no es duu tot allò exigint.

DESQUALIFICACIONS

Serà motiu de desqualificació qualsevol dels ítems establerts a continuació:

- No identificar-se en tots els controls o passar-los fora del temps establert per l'organització
- No fer la totalitat del recorregut a peu
- Superar l'hora límit d'arribada
- No comunicar al control més proper qualsevol incident que s'hagi observat



- Embrutar o degradar l'itinerari i la muntanya en general, així com negligir amb la normativa vigent sobre la prevenció d'incendis forestals.
- No respectar propietats, masies i conreus per on passi la caminada
- Malmetre la natura
- Llençar qualsevol tipus de deixalles
- No ajudar o prestar atenció a participants que requereixin assistència
- Incompliment del reglament de la prova

CLASSIFICACIÓ

Caminada→ tots els participants que no inverteixin més de 14:30 hores en efectuar la caminada, i no hagin estat desqualificats, tindran la consideració de classificats. No s'establirà cap classificació ordinal basada en el temps utilitzat per completar el recorregut.

Trail→ les categories que hi haurà seran absoluta femenina i absoluta masculina a efectes de premis al finalitzar la prova. Es donaran als tres primers guanyadors femení i masculí.

SENYALITZACIÓ, CONTROLS I AVITUALLAMENTS

El recorregut estarà senyalitzat amb cintes d'abaliment i senyals de plàstic tipus "banderola FEEC" als punts més conflictius. A tots els participants se'ls facilitarà a la sortida un esquema i un full de ruta on constaran tots els controls de pas, punts d'avituallament i altres dades necessàries per poder seguir el camí correcte.

Es disposaran un total de **9 punts** de control al llarg del recorregut, en cinc dels quals hom podrà abandonar la prova si ho creu necessari. **Cal evitar abandonar la prova als punts de control de l'Enderrocada**, ja que l'evacuació és difícil. Els 9 punts de control i 10 punts d'avituallament estaran ubicats a:

- Riudoms (A1, C1)
- Riudecanyes (A2, C2)
- Castell d'Escornalbou (A3, C3)
- Pista d'accés a l'Enderrocada (A4, C4)
- Coll Roig (A5, C5)
- Colldejou (A6, C6)
- Punt d'aigua (A7)
- Ermita de Mare de Déu de la Roca (A8, C7)
- Montbrió del Camp (A9, C8)
- Riudoms (A10, C9)

Es disposarà de servei de dutxes per als participants que ho desitgin al Pavelló Municipal d'esports de Riudoms.

DISPOSICIONS FINALS

Afrontar una caminada de resistència i la Trail 56k requereix unes condicions físiques i psíquiques òptimes. L'entitat organitzadora no està obligada a demanar cap tipus de



certificat mèdic, si bé té la potestat d'admetre o fer fora de la prova aquelles persones que consideri de risc abans o durant la caminada.

L'entitat organitzadora, organitzadors, voluntaris i la FEEC no assumeixen cap tipus de responsabilitat per als accidents, negligències i danys a tercers que es poguessin produir durant les proves.

L'organització no garanteix l'evacuació en cas d'abandonament fora dels controls, però es recomana que aquest es faci i es notifiqui en els controls de pas.

El mal temps no serà obstacle per a la celebració de la caminada, si bé l'organització es reserva el dret d'anul·lar-la si així ho creu convenient. En cap cas les condicions meteorològiques ni altres de força major seran motiu per al retornament del preu de la inscripció.

Pel fet d'inscriure's a la caminada, el participant declara estar assabentat i acceptar la normativa interna de la prova i les exigències d'aquesta per afrontar-la.

*Qualsevol altre cas no previst en el reglament serà resolt per l'organització i pels membres del Comitè Català de Marxes.

*El reglament de la prova està basat en el reglament de la CCCR, en el reglament intern de l'entitat organitzadora (CERAP) i ha estat aprovat pel comitè Català de Marxes.



Centre d'Estudis Riudomencs
"Arnau de Palomar"