

# Reglament Cursa de la Dona Costa del Maresme

1.La Sansi amb la col·laboració dels Ajuntaments de Premia, El Masnou i Montgat, i de la Diputació de Barcelona organitzaran el proper 29 de maig del 2022 la 1a Cursa de la dona Costa del Maresme de 5 i 10km (La participació es oberta a homes i dones). La cursa forma part del calendari de la FCA i de la Lliga Championship.

Sortida dels 10 km a Montgat a les 09.30h davant de l'estació de tren de Montgat a la Plaça mallorquines, i arribada al Port de Premia de Mar.

Sortida dels 5 km a El Masnou a les 09.45h davant de l'Ajuntament del Masnou amb arribada al port de Premia de Mar.

Temps límit 1h 30 minuts per fer els 5 o 10km que aniran per la Nacional II.

2.El fet d'inscriure's o participar a la prova representa la total acceptació i respecte d'aquest reglament. La seva interpretació i tot allò que no queda expressament regulat, serà decidit per la organització, basant-se en el reglament Federatiu.

**IMPORTANT** Un cop recollit el dorsal, es dóna per fet que el/la participant accepta el document d'auto-responsabilitat i el reglament de la cursa.

La informació i la formació s'adaptarà en funció de les mesures que vagi actualitzant el Ministeri de Sanitat i/o Procicat, per la qual cosa es requereix un seguiment continu de les mateixes.

3.La participació a la cursa està sota la responsabilitat i propi risc dels/les participants on recau la decisió de participar a la cursa, i eximeixen a l'organització de les reclamacions o demandes basades en suposades accions dels/les participants o altres que actuïn a favor seu, també de les reclamacions o demandes resultants dels danys o malaltia que puguin succeir als/les participants i als seus materials inclosa la pèrdua, i que acceptaran un cop han fet la inscripció. Els/les participants en el moment de la seva recollida de dorsal accepten el reglament i manifesten trobar-se físicament aptes per a l'esdeveniment. Situem en diferents punts del recorregut i en els controls, personal especialitzat per vetllar per la seguretat dels/les participants. És obligatori seguir les indicacions del personal especialitzat en el supòsit que així es comuniqui. En cas d'abandonament, cal informar-ho més aviat possible a l'organització ja sigui als punts de control, organització o a el telèfon d'emergència.

4.Es disposarà de personal mèdic i ambulàncies en punts estratègics del recorregut per intervenir en cas de necessitat. En cas que les condicions climatològiques ho aconsellin, es faria un recorregut alternatiu que es comunicarà per xarxes socials, web i previ a la sortida. Si, es donés el cas, d'un

canvi del recorregut alternatiu una vegada efectuada la sortida, aquest es comunicarà als participants als punts de control. Un equip escombra encarregat tancarà la cursa, ha de comprovar el pas dels participants i se'ls donaria ajuda si ho necessitessin.

5. Si la persona que s'inscriu, i finalment no pot participar a la prova, l'organització no farà cap devolució ni canvi, exceptuant en cas de suspensió de la cursa. Si podrà recollir el cap de setmana de la cursa la seva samarreta i obsequis en cas de reservar-los.

Es recomana que els/les participants dels 10km tinguin més de 12 anys, i els/les que tinguin menys de 16 anys signaran l'autorització online del formulari o a l'hora de recollir el dorsal tindran que demanar l'autorització, i entregar-ho a la organització.

6. Avituallament líquid al km 5 dels 10km, i a l'arribada per les dos distàncies.

Als/les participants es pregarà puntualitat per entrar escalonadament als calaixos de sortida, depenent el color del seu dorsal. Organització controlarà que es realitzi correctament (Informació prèvia per xarxes, web o email).

A tots els/les participants de les 2 distàncies se'ls lliurarà una samarreta tècnica (els/les que triïn l'opció) + bossa de corredor per a tothom amb diversos obsequis dels col·laboradors.

7. Tots els participants, que no tinguin xip groc, hauran de córrer amb el xip que entregarà la organització que el portaran al dorsal i no s'haurà de retornar. El temps límit serà de 1 hora 30 minuts. Passat aquest temps els/les que vulguin seguir, podran continuar fora de cursa i sota la seva responsabilitat. En cas de condicions meteorològiques dolentes o per seguretat, l'organització es reserva el dret d'aturar la cursa, modificar el recorregut o variar les limitacions horàries.

L'organització i l'equip sanitari podran retirar abans o durant la cursa a un/a participant, quan considerin que aquest tingui disminuïdes les seves capacitats físiques o tècniques com a causa de la fatiga, no disposi del material recomanable, o les seves condicions no siguin les apropiades per participar. Els abandonaments només es podran efectuar en els punts de control indicats per l'organització, qui abandoni en qualsevol altre punt no autoritzat, haurà de tornar a meta pels seus propis mitjans.

8. El temps real per a la classificació, es guiarà amb el xip, que s'activarà a el passar per la catifa de l'arc de sortida, passant successivament per tots els controls del recorregut, i finalitzi el cronòmetre a el passar de nou el xip per la catifa de l'arc de meta.

És obligatori portar el dorsal ben visible a la part davantera. La manipulació d'aquest es motiu de desqualificació. Els/les atletes sense dorsal, no podran ni sortir, ni entrar a meta. Personal de l'organització s'encarregaran d'aplicar aquesta normativa.

9.L'organització demanarà DNI o similar per comprovar la identitat i edat de l'atleta al recollir el dorsal. En cas de voler recollir el dorsal d'un/a altre participant caldrà presentar fotocòpia o DNI del participant.

10.Hi haurà els següents serveis: Servei mèdic amb ambulàncies, calaixos de sortida segons el nivell dels participants, guarda-roba, WC, carpa de voluntaris, bossa d'obsequis, dorsal amb nom, avituallaments líquid durant el recorregut, i líquid i sòlid al finalitzar la cursa. Tren i servei de fotografies gratuït.

11.L'organització es reserva el dret a canviar la data o el recorregut, sense que hi hagi dret a reclamar cap compensació per part dels inscrits. De la mateixa manera, l'organització es reserva el dret a ampliar el període d'inscripció de la cursa, per qualsevol dels col·lectius participants, si així ho considera oportú. Els participants hauran de passar obligatòriament pels controls de pas, on tindrem personal de l'organització que verificarà el pas dels participants. És important seguir les indicacions i consells del personal d'organització i seguretat.

Les reclamacions s'acceptaran exclusivament fins les 23:59h del mateix dia de la cursa via e-mail: [lasansi@lasansi.com](mailto:lasansi@lasansi.com)

Tots/es els/les participants al fer la inscripció dóna el seu consentiment a La Sansi, per si mateix o per terceres entitats, faci ús de les imatges de la prova per a la seva promoció, així com el tractament informàtic amb finalitat exclusivament esportiva, promocional o comercial de les seves dades personals. D'acord amb el que estableix la Llei Orgànica 15/1999 del'13 de desembre de la protecció de dades personals, el/la participant podrà exercir el seu dret a aquests fitxers amb l'objectiu de rectificar o cancel·lar de formar parcial o total el seu contingut. Per exercir aquest dret, haurà de sol·licitar per escrit a [dona@lasansi.com](mailto:dona@lasansi.com)

12.Els participants, permeten explícitament que el seu nom, cognom, sexe i any de naixement siguin publicats a les llistes d'inscrits, com també a la de resultats si acaben la cursa, seguint la normativa establerta.

#### **Per inscriure's:**

Internet: [www.lasansi.com](http://www.lasansi.com)

#### **Cursa de 5 i 10km:**

Amb samarreta tècnica + bossa d'obsequis - 10€.

Amb bossa d'obsequis, però sense samarreta - 7€

Si cal xip groc de lloguer, 2€ més en la inscripció.

A partir del 01/05/22 les inscripcions pujaran 1€.

Grups o clubs, tindreu inscripció més econòmica (mínim 10 participants), enviant correu electrònic a: [dona@lasansi.com](mailto:dona@lasansi.com)

Les classificacions es podran consultar el mateix matí de la prova a la web de la cursa.

Tancament d'inscripcions quan s'arribi a un nombre màxim de 1.000 inscrits/es en el conjunt de distàncies que formen part de la cursa.

**Premiació:**

A) Pòdium absolut als 3 primers i a les 3 primeres dels 5 i 10km que arribin primers/es a meta.

B) Premi especial a la participant més jove i menys jove.

C) Premis als millors locals de Montgat, El Masnou i Premia als 5km i 10km

**Sorteig:**

Es sortejaran obsequis i grans sorpreses entre els/les participants. La normativa del sorteig serà la següent:

El sorteig es realitzarà a l'arribada.

Esportistes d'elit, comitè organitzador i familiars NO formaran part del sorteig.

El número de dorsal serà la referència de participació en el sorteig. S'haurà reclamar el premi de manera física durant el sorteig.

**Entrega de dorsals:** Quan s'aproximi la data es publicarà al web de la cursa.

El fet de no retirar el dorsal i la bossa de corredor en els dies establerts significa la renúncia als mateixos i a la participació sense dorsal. (Consultar apartat recollida del dorsal).

Guarda-roba: Disposarem d'una àrea per a guardar les pertinences dels participants (guarda-roba). Cada participant amb les seves pertinences a la seva bossa o motxilla, la deixarà al vehicle reservat a la sortida i les recollirà un cop finalitzi la cursa a l'arribada. Els voluntaris vigilaran les pertinences en tot moment i controlaran que els participants deixin i recullin la seva motxilla (que quadrarà amb el seu número de dorsal).

**Serveis gratuïts** amb el preu de la inscripció.

Samarreta tècnica (opcional).  
Assegurança d'accidents i RC.  
Oferta hotelera per participants i acompanyats.

Tren gratuït d'anada i tornada.  
Dorsals personalitzats amb el nom del participant.  
Dorsals de color segons la distància a participar  
Servei sanitari al llarg del recorregut, sortida i arribada.  
Avituallament líquid abans de la sortida, al km 5 i a meta.  
Calaixos de sortida segons el nivell i marques dels participants.  
Plans d'entrenaments al web.  
Recollida de el dorsal fins a 1 hora abans de la sortida.  
Senyalització dels punts quilomètrics.  
Punts d'animació  
2.000 fotografies gratuïtes.  
Gran sorteig amb el número de dorsal.

Cursa en directe per Xarxes socials  
Vídeos de sortida i arribada  
Temps màxim per completar la cursa: 1h30minuts (fins les 11:00h)

La Sansi

22/03/2022

[dona@lasansi.com](mailto:dona@lasansi.com)