



## **REGLAMENT TRENCA3PICS 2023**

El present reglament és d'estricta compliment per a tots els participants de qualsevol de les distàncies que compren la prova. Fer la inscripció suposa l'acceptació total del reglament. L'incompliment d'alguna de les normes esmentades suposarà la desqualificació automàtica del participant.

### **INSCRIPCIONS**

Places limitades a 400 corredors comptant les dues curses per ordre d'inscripció. L'organització es reserva el dret de modificar el nombre de places.

La inscripció no quedarà formalitzada fins que no s'hagi realitzat el pagament, un cop fet, no es farà cap tipus de devolució.

Les inscripcions dels no federats tenen un increment de 3€ per cobrir el cost de l'assegurança temporal que cal per a poder competir en la prova. Les llicències vàlides seran FEEC i FEDME. El corredor té el deure de conèixer les condicions de cobertura de la seva llicència federativa o assegurança.

Tota persona inscrita a la prova ha de tenir els mínims físics necessaris per realitzar-la, i queda sota la seva responsabilitat qualsevol problema físic que es pugui ocasionar.

Els inscrits participen voluntàriament i sota la seva responsabilitat. Per aquest motiu, l'entitat organitzadora, els col·laboradors, els patrocinadors i els altres participants queden lliures de qualsevol responsabilitat civil.

### **DORSALS**

El dorsal es recollirà al passeig Ramon Vall el dia de la cursa a partir de les 7:30h i el dia abans (04/11/23) entre 18:00h i 20:00h al mateix passeig. Tots els corredors han d'estar presents a la recollida.

Al recollir el dorsal els federats hauran de mostrar obligatòriament alguna de les llicències permeses i DNI/ carnet conduir / passaport. En cas de no fer-ho hauran d'abonar els 3€ de la llicència temporal.

S'haurà de signar el "decàleg de responsabilitats" i en el cas de menors d'edat, caldrà que s'entregui de forma OBLIGATÒRIA "l'autorització de menors" degudament emplenada i signada. Aquesta autorització, juntament amb el decàleg de responsabilitats es poden descarregar des de la mateixa web.



Si no es presenta el document o no està correctament omplert, no es podrà participar ni es tornaran els diners.

Cal dur sempre el dorsal en un lloc visible a la part frontal del cos perquè l'organització pugui identificar els participants amb claredat en cadascun dels controls.

El dorsal és personal i intransferible.

Els corredors podran accedir a les zones comunes, als avituallaments i a la zona d'arribada amb el dorsal corresponent.

Les persones no acreditades no tindran accés als serveis ni avituallaments.

## **PROVA**

El tret de sortida s'identificarà mitjançant un senyal acústic. Ningú podrà prendre la sortida abans d'aquest.

S'establiran temps màxims per realitzar les proves. En la Trenca1Pic el temps que es dona és de 3 hores i en la Trenca3Pics, un màxim de 4h30'. Hi haurà un temps de tall de 3 hores en el 2on pas a l'Ametlla de Merola en la cursa Trenca3pics. Sobrepassar aquest temps implica quedar fora de la cursa.

Un cop s'hagi superat el temps màxim per finalitzar el recorregut, el personal de staff procedirà a començar el desmuntatge de les instal·lacions provisionals.

El recorregut estarà senyalitzat amb cintes de plàstic, guix i altres elements de senyalització.

Als controls hi haurà avituallament líquid o líquid + sòlid.

No seguir el recorregut marcat comporta la desqualificació.

Tot i que no hi ha material obligatori, l'organització es reserva el dret de prohibir la sortida a tots els participants que consideri que no porten el material adient.

L'organització no es fa responsable dels objectes perduts durant la prova.

Les carreteres estaran obertes al trànsit durant les curses, pel que és recomanable extremar les precaucions quan sigui necessari, tot i que estarà senyalitzat i amb vigilància de protecció civil i/o voluntaris.

Els corredors hauran de respectar la fauna i la flora, i es donarà preferència de pas als ramats d'animals que es puguin trobar al llarg del recorregut.

Els corredors que decideixin retirar-se de la cursa hauran de comunicar-ho al control més proper al lloc de la retirada. La organització té llibertat per decidir quin és el millor



moment per recollir el retirat. Només una lesió de gravetat justificarà que un participant abandoni en un altre punt del recorregut.

Els corredors són responsables de portar la roba, el calçat i el material necessari segons les condicions meteorològiques.

L'organització es reserva el dret de cancel·lar la competició en cas que sigui convenient i /o modificar el recorregut en cas que ho consideri necessari, ja sigui per raons meteorològiques o altres.

Les classificacions es trobaran a la web oficial. També es disposarà de les llistes presencials, en format paper o bé en pantalla.

## **OBSEQUIS**

Per a cadascuna de les curses hi haurà trofeus pels 3 primers classificats de la general masculí i femení. Al mateix temps hi haurà premi pel primer local masculí i femení (si el primer local rep un altre premi, aquest passarà al 2n local).

Serà imprescindible estar present a l'entrega de premis per rebre el trofeu o obsequi.

Els tres primers classificats masculins, i les tres primeres classificades femenines de la Trenca3Pics, rebran un premi en metàl·lic de:

- 1r: 100€
- 2n: 50€
- 3r: 25€

Tots els corredors tindran obsequi a la bossa del corredor.

Es farà un sorteig d'obsequis, per gentilesa dels nostres sponsors.

Hi haurà un segment STRAVA que serà competitiu. Tots els participants que ho hagin penjat a strava.com abans de les 12:00h del dia 05/11/23 participaran a la competició, i el corredor i la corredora més ràpids guanyaran un obsequi.

El segment estarà senyalitzat durant la cursa.

## **SERVEIS**

- Guarda-roba.
- Avituallaments sòlids i líquids.



- Ambulància.
- Zona de pernocta habilitada per furgonetes o autocaravanes a la Cruïlla de la Ctra de Berga amb Passeig de l'alzineta (a tocar de la benzinera).
- Dutexes i lavabos al pavelló Sant Jordi des del dia 04/11/23 a les 11.00h i fins a 23.00h.
- Lavabos a la biblioteca el mateix dia de la cursa.

### **PENALITZACIONS I DESQUALIFICACIONS**

L'organització podrà desqualificar a tots els corredors que no compleixin la normativa durant el transcurs de la prova.

L'organització imposarà la penalització corresponent segons la gravetat dels fets i es reserva el dret de valorar cada acció de manera individual i/o modificar els paràmetres esmentats a continuació.

Serà motiu de desqualificació:

- Observar un accident i no oferir ajuda així com comunicar-ho al control més proper.
- No passar per tots els punts de control.
- Pèrdua del dorsal.
- No realitzar la totalitat del recorregut a peu.
- Superar el temps màxim d'arribada o punts de tall.
- Llençar deixalles fora dels llocs designats després de cada avituallament o en qualsevol punt del recorregut.
- Qualsevol acció irrespectuosa vers el medi ambient, la fauna o la flora.
- Tot aquell participant que no notifiqui la seva retirada.
- L'organització té total llibertat per desqualificar a un corredor si aquest incompleix el reglament, presenta conductes antiesportives i/o es troba incapacitat per realitzar la prova.

### **DRETS D'IMATGE I PROTECCIÓ DE DADES**

Tots els corredors renunciem als seus drets d'imatge durant la cursa i l'organització podrà utilitzar les seves imatges per motius d'interès propi.



D'acord amb el que disposa la Llei Orgànica 1/1982, de 5 de maig, de protecció civil del dret a l'honor, a la integritat personal i familiar i a la pròpia imatge.

L'acceptació del present reglament implica obligatòriament que el participant autoritza a la realització de fotografies i/o filmacions de la seva persona i dona el seu consentiment per la seva difusió i explotació comercial i publicitària de la cursa, sense dret per part del corredor a rebre cap compensació econòmica. En cap cas s'utilitzaran per finalitats diferents a les indicades.

D'acord amb la nova llei del Reglament General de Protecció de dades 2018 RGPD (UE) 2016/679, 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 la seva promoció; sota la responsabilitat del C.E. Navàs . Podeu exercir el vostre dret d'accés, cancel·lació, rectificació i oposició mitjançant un escrit a la nostra adreça: **C.E. Navàs Crta. De Berga, 81 (08670) NAVÀS.**

#### **MENORS D'EDAT**

Els menors d'edat podran participar a la cursa només si el seu tutor/a legal firma l'autorització de menors, adjunta a l'apartat de documents de la web.