



I TROFEO DE MARCHA NÓRDICA MAR MENOR

Liga Regional de Marcha Nórdica FMRM. Playa Paraíso (Cartagena), 27 de mayo de 2018

EXTRACTO DEL REGLAMENTO PARA COMPETIDORES

ÍNDICE

[Apartados con hipervínculos](#)

1. La prueba.
2. Recorrido.
3. Participantes.
4. Categorías y trofeos.
5. Inscripciones.
6. Material y equipamiento de cada marchador.
7. Supervisión, control de material y ayudas.
8. Comportamiento general de los competidores.
9. Control de la competición. VER EN REGLAMENTO.
10. Recogida de dorsales.
11. Señalización, puntos de control y avituallamientos.
12. Descalificación.
13. Seguridad y asistencia médica. VER EN REGLAMENTO.
14. Fotografía y filmación de imágenes. VER EN REGLAMENTO.
15. Consideraciones sobre el reglamento. VER EN REGLAMENTO.
16. Responsabilidades. VER EN REGLAMENTO.
17. Reclamaciones en el día de competición. VER EN REGLAMENTO.

ANEXO

- I. Recorridos (Prueba Competitiva y Prueba Promocional).
- II. Autorización para recogida de dorsal y bolsa del marchado. VER EN REGLAMENTO.
- III. Autorización de participación de menor de edad. VER EN REGLAMENTO.
- IV. Carta de exoneración de responsabilidades. VER EN REGLAMENTO.
- V. Hoja de reclamación al finalizar la prueba. VER EN REGLAMENTO.
- VI. Línea gráfica. VER EN REGLAMENTO.

1. LA PRUEBA

[\(índice\)](#)

El **I Trofeo de Marcha Nórdica Mar Menor**, se celebrará en Playa Paraíso (Cartagena. Mar Menor), de 10:30 h a 13:00 h del domingo 27 de mayo de 2018, con salida y llegada en zona colindante al [Complejo Deportivo Playa Paraíso](#). Esta prueba será puntuable para la Liga Regional de Marcha Nórdica FMRM 2018. Habrá una modalidad promocional no competitiva de 5,5 km.

2. RECORRIDO

[\(índice\)](#)

La prueba se celebrará completando tres vueltas. El recorrido se muestra en el ANEXO. La salida será en línea y se establecerán tres cajones:

- 1º) Para los primeros 10 puestos de los ranking (femenino y masculino) de la FEDME y de la FMRM.
- 2º) Para participantes con tiempos acreditados que supongan ritmo entre 06'00" y 07'30" por km.
- 3º) Para participantes con tiempos acreditados que supongan ritmo entre 07'31" en adelante, así como los que no tengan tiempo acreditado, y participantes en la prueba promocional.

Especificaciones técnicas del recorrido competitivo

Distancia total: 13.400 m	Pendiente máx. pos//neg: 2,1 % // -2,4 %
Vueltas al circuito: 3 (1 larga y 2 cortas)	Pendiente media pos//neg: 0,5 % // -0,5%
Elevación máx//min: 4m//0m	Pendiente acumulada: 71,4 m

Tipología del terreno

Tierra: 12.443 m (93%). Compacta, uniforme, sin piedras grandes.

Paseo marítimo: 957 m (7%). Baldosa con relieve. **USO OBLIGATORIO DE TACOS DE GOMA**



3. PARTICIPANTES

(índice)

PODRÁ PARTICIPAR CUALQUIER PERSONA, FEDERADA O NO, que formalice la inscripción y no sea rehusada por la organización por motivo justificado. Solo puntuarán en la Liga Regional de Marcha Nórdica FMRM 2018 los participantes que estén en posesión de la licencia de la FMRM del año en curso.

4. CATEGORÍAS Y TROFEOS

(índice)

CATEGORÍA/SUB-CATEGORÍA	MARGEN DE EDAD	MASCULINO			FEMENINO			TOTAL
Absoluta	Mayores de 18 años.	1º	2º	3º	1º	2º	3º	6
Junior	15 a 17 años.	1º	2º	3º	1º	2º	3º	6
Promesa	18 a 23 años.	1º	2º	3º	1º	2º	3º	6
Sénior	24 a 39 años.	1º	2º	3º	1º	2º	3º	6
Veterano/a A	40 a 49 años.	1º	2º	3º	1º	2º	3º	6
Veterano/a B	50 a 59 años.	1º	2º	3º	1º	2º	3º	6
Veterano/a C	A partir de los 60 años.	1º	2º	3º	1º	2º	3º	6
Menor de edad								1
Mayor de edad								1
A la mejor técnica MN		1º			1º			2
TOTAL		8	7	7	8	7	7	46

La edad a tener en consideración será la que el participante tenga el día 31 de diciembre de 2018. Para los menores de 18 años, será obligatoria la autorización del padre, madre o tutor legal.

5. INSCRIPCIONES

(índice)

Inscripción a través de www.adgs.es Se establece las siguientes cuotas y plazos:

PRUEBA	PLAZO	LICENCIA	PRECIO
Competición	26 de marzo al 11 de mayo de 2018.	FMRM o FEDME.	10 €
		Sin licencia o que no sea FMRM o FEDME.	13 €
	12 al 23 de mayo de 2018	FMRM o FEDME	13 €
		Sin licencia o que no sea FMRM o FEDME.	16 €
Promocional	26 de marzo al 23 de mayo de 2018.	FMRM o FEDME.	8 €
		Sin licencia o que no sea FMRM o FEDME.	10 €

Para formalizar las inscripciones, los participantes tendrán que estar en posesión de los siguientes documentos: DOI (Documento Oficial de Identidad): DNI, pasaporte, carnet de conducir, etc; Tarjeta de la FMRM o de la FEDME válida para el 2018 los que se inscriban con licencia; Autorización de padre, madre o tutor legal en el caso de los menores de edad. No se permitirá realizar el recorrido ni fuera de competición, a personas no inscritas. El número máximo de inscripciones será de 150.

Devoluciones

Una vez realizada la inscripción, sólo se procederá a la devolución de un 80% en caso de lesión o enfermedad, hasta el día 11 de mayo. Para ello será necesario la presentación de un certificado médico o laboral que evaluará la Organización. Pasada esta fecha, no se realizarán devoluciones de la inscripción.

6. MATERIAL Y EQUIPAMIENTO

(índice)

- 6.1. Será obligatorio el uso de dos bastones específicos de MN.
- 6.2. Será obligatorio el uso de calzado deportivo adecuado al itinerario.
- 6.3. La indumentaria debe ser acorde a la climatología y al decoro propio de este tipo de competiciones.
- 6.4. Se permite usar elementos de hidratación tipo riñonera o mochila.
- 6.5. No se admite prendas (chándal) cuya holgura no permita la observación de la técnica correcta de MN.
- 6.6. En la retirada del dorsal, se podrá consultar al Árbitro de Inscripciones las dudas sobre el material.



7. SUPERVISIÓN, CONTROL DE MATERIAL Y AYUDAS

(índice)

7.1. Habrá control del dorsal y material.

7.2. Será motivo de descalificación inmediata la manipulación o cesión del dorsal.

7.3. Está prohibido el avituallamiento y la ayuda durante el desarrollo de la competición de cualquier persona sea marchador o no, exceptuando los servidos por la organización y los autorizados por el Comité de Carrera en las zonas previstas.

7.4. Podrá ser recibida ayuda externa, según el punto anterior, en la misma zona de avituallamiento, pero separada del punto dispuesto por la organización.

7.5. Si un marchador durante la competición tiene la necesidad de ajustar los bastones, sustituir los tacos de goma, hidratarse, tomar alimentos, o para cualquier contingencia; tendrá que salir del camino por donde se está realizando la prueba, sin obstaculizar a los demás marchadores y tener mucho cuidado con la manipulación con los bastones para que no resulte un peligro para el resto de los competidores o público.

DURANTE TODO EL PASEO MARÍTIMO SE TIENEN QUE UTILIZAR LOS BASTONES CON TACOS, PARA ELLO, SE PERMITIRÁ PONERLOS EN MARCHA (SEÑALIZACIÓN 25 M ANTES DE INICIO). IGUALMENTE, ESTARÁ SEÑALIZADO EL PUNTO DONDE SE PERMITIRÁ QUITAR LOS TACOS EN MARCHA (SEÑALIZACIÓN 25 M ANTES DE FINAL).

8. COMPORTAMIENTO GENERAL DE LOS COMPETIDORES

(índice)

8.1. Todo marchador tiene que prestar auxilio a otro participante en peligro o accidentado, estando obligado a comunicarlo al control más cercano. La negación de auxilio estará penalizado con la descalificación.

Los árbitros podrán considerar la pérdida de tiempo empleado por el prestador de la ayuda y en su caso, podrá ser compensado en el tiempo final.

8.2. Es obligación de cada competidor respetar el medio ambiente. Tendrá que llevarse sus desperdicios, latas, papeles, etc. hasta la zona de meta o lugares señalados por la Organización.

8.3. Todo marchador realizará el recorrido marcado por la Organización, no respetarlo o no pasar por alguno de los controles establecidos, será causa de penalización o descalificación. Igualmente, tendrá que seguir el recorrido marcado en el caso de abandono o descalificación.

8.4. Los participantes tendrán que seguir en todo momento las instrucciones de los miembros de la Organización.

8.5. Los participantes deberán someterse obligatoriamente a los controles del dopaje que se les solicite.

8.6. Los competidores deben comportarse deportivamente en todo momento y mostrarse respetuosos con los demás deportistas, árbitros, supervisores, controles y miembros de la Organización.

8.7. Todo participante debe conocer y respetar el presente reglamento, aceptando las modificaciones que pueda adoptar el Comité de Carrera por causas excepcionales o ajenas a la organización, antes y durante la competición.

8.8. Un marchador podrá retirarse de la prueba siempre que lo desee, pero lo deberá realizar de acuerdo con los siguientes puntos:

- Se retirará en un control y entregará el dorsal.

- Asumirá toda su responsabilidad desde que abandone voluntariamente la prueba o sea descalificado.

10. RECOGIDA DE DORSALES

(índice)

La recogida de dorsales y bolsa del marchador antes del día de la competición, en lugar y horas que comunicará la Organización en la Web oficial. El 27 de mayo se podrá realizar en la zona de concentración y salida a partir de las 08:00 h. El dorsal y bolsa del marchador es personal e intransferible, aunque podrá entregarse a la persona que autorice el titular, presentando DNI original y la fotocopia del DNI de la persona inscrita, así como el original de la licencia federativa (FMRM o FEDME). Para el caso de los menores de edad, se tendrá que entregar la autorización original firmada por el padre, madre o tutor legal.

En la página Web estará disponible: El formulario de autorización de recogida de dorsal, el impreso de autorización de participación a un menor, la "Carta de exoneración de responsabilidades".

Será obligatorio llevar los dorsales totalmente visibles durante la prueba; sin doblar, cortar ni manipular. Uno en la parte delantera del cuerpo y otro en la parte de atrás, por encima de la ropa.

11. SEÑALIZACIÓN, PUNTOS DE CONTROL Y AVITUALLAMIENTOS

(índice)

Estarán señalizados los puntos kilométricos necesarios para que sirvan de referencia, aunque sin causar confusión por las vueltas al circuito. El participante deberá de atender las preguntas y peticiones de cualquier voluntario, médico o responsable que estén en el recorrido. La prueba tendrá un tiempo máximo desde la hora de salida de 2h30', quedando descalificado el marchador que supere ese tiempo. La organización podrá realizar controles de material en cualquier punto del recorrido. Habrá dos puntos de avituallamientos: cada 3,5 km aprox y en la Meta. Será descalificado el marchador que tire basura en cualquier lugar que no sea los contenedores habilitados para ello. La zona de avituallamiento en el recorrido



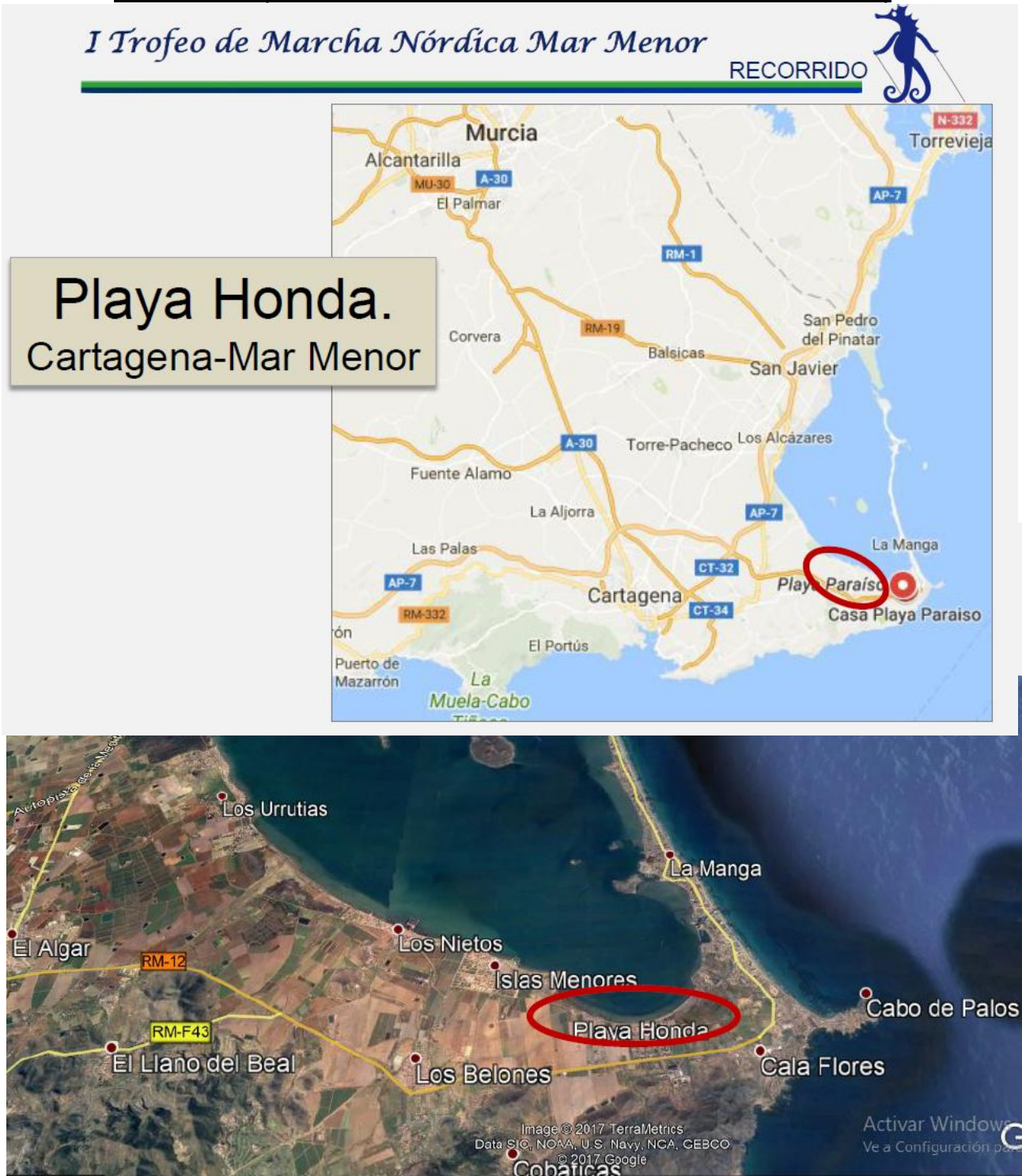
estará indicada con un cartel de inicio y fin, a una distancia entre ellos de 50 metros, situándose en punto de avituallamiento equidistante.

12. DESCALIFICACIÓN

(índice)

Además de lo estipulado en el [Reglamento de Marcha Nórdica de la FMRM](#), quedará descalificado todo aquel que no cumpla el presente reglamento, no pase los controles, no complete con totalidad el recorrido, deteriore o ensucie el entorno, no lleve el dorsal bien visible, desatienda las indicaciones de la organización, corra con el dorsal de otro atleta, falsifique los datos en el boletín de inscripción, sobrepase el tiempo en los controles de paso.

ANEXO I AL REGLAMENTO DEL I TROFEO DE MARCHA NÓRDICA MAR MENOR RECORRIDOS (PRUEBA GENERAL: 3 VUELTAS, PROMOCIONAL: 1 VUELTA)





I Trofeo de Marcha Nórdica Mar Menor

RECORRIDO



OBSERVACIONES

- Señalización cada km.
- Dos avituallamiento: uno en meta y otro en cada paso por km 3,3; km 7,3; y km 11.
- Servicios en Salida y Meta: aparcamientos, vestuarios, servicios, duchas.
- Seguimiento de la prueba durante todo el recorrido.
- Bares desde los que se puede seguir la carrera:
 - > Pata Palo Sunset.
 - > La mar salá.
 - > Chiringuito.
 - > Bar El refugio.
 - > Club deportivo El rincón cubano.
 - > Chiringuito Zankara.
- Cuatro ofertas de alojamientos en un radio de 5 km



I Trofeo de Marcha Nórdica Mar Menor

