



REGLAMENT CURSES PER MUNTANYA – TRAIL

TEMPORADA 2020



Federació Balear de Muntanyisme
i Escalada

0.	DEFINICIÓ I OBJECTIUS	3
1.	MODALITATS DE LES CURSES PER MUNTANYA – TRAIL	4
2.	COPA BALEAR DE CURSES PER MUNTANYA – TRAIL EN LÍNIA.....	5
3.	LLIGA I CURSES PER MUNTANYA – TRAIL OPEN	7
4.	CAMPIONATS DE CURSES PER MUNTANYA – TRAIL	10
5.	CATEGORIES.....	11
6.	SELECCIÓ DEL CENTRE DE TECNIFICACIÓ.....	12
7.	OBLIGACIONS DEL COMITÈ BALEAR DE CURSES PER MUNTANYA – TRAIL	12
8.	RESPONSABILITATS DE LES ENTITATS ORGANITZADORES DE CURSES PER MUNTANYA – TRAIL 13	
9.	OBLIGACIONS DELS PARTICIPANTS.....	17
10.	ÀRBITRES I CONTROL DE LA COMPETICIÓ	19
11.	INFRACCIONS	19
12.	CONTROL DE PAS	21
13.	RECLAMACIONS	22
	ANNEX.....	22

0. DEFINICIÓ I OBJECTIUS

L'especialitat esportiva de les curses per muntanya - trail es disposen de cara a ampliar i millorar la diversificació dels esports de muntanya a l'àmbit balear essent responsabilitat exclusiva de la Federació Balear de Muntanyisme i Escalada, permetent la seva promoció amb les ultra-maratons i les proves de curta, mitja i llarga distància.

Les curses per muntanya - trail són competicions sobre recorreguts de senderisme, muntanyisme i alpinisme, i que tenen com a objectiu prioritari, però no exclusiu, superar cimals i cotes culminants tant per baixa, mitja i alta muntanya, amb un temps màxim preestablert i per un itinerari senyalitzat, tant per pistes forestals, camins, senders i tiranys, com per arestes i/o passos d'escalada fins un II grau de dificultat fent ús, si és necessari, d'elements externs (cordes, cables, cadenes, etc.) i sempre emparades per una organització.

Hi ha competicions de diferents distàncies, amb unes característiques pròpies i una reglamentació sobre el tipus de camins a emprar, la senyalització, els avituallaments, les classificacions, etc ... El present Reglament estableix les normes i condicionants que regiran la competició de curses per muntanya - trail, així com de les proves de promoció. Aquest Reglament està revisat i consensuat entre els membres integrants del "Comitè de Curses per muntanya - trail" de FBME, els organitzadors der curses i el responsable del Comitè de curses per muntanya - trail de la FBME, aprovat per la Junta Directiva i ratificat per l'assemblea general. És la Federació Balear de Muntanyisme i Escalada l'única entitat legalment constituïda amb competències reals en aquestes modalitats (curses per muntanya - trail). El comitè de curses per muntanya - trail, com a òrgan complementari, té les funcions delegades per dur a terme aquest tipus de competicions.

Aquest reglament atindrà i regirà totes les proves de copa i lliga i campionats que seran homologades com a cursa per muntanya, i realitzades dins l'àmbit del territori balear. L'objectiu final es el de facilitar a esportistes i organitzadors la regulació més idònia de les curses per muntanya - trail amb les característiques tècniques del present Reglament, i assegurar l'accés i la protecció mediambiental pels recorreguts senyalitzats i controlats per on transita la prova.

1. MODALITATS DE LES CURSES PER MUNTANYA – TRAIL

La prova homologada FBME serà tota aquella competició definida com a cursa per muntanya - trail que sigui regulat pel present reglament, formant part o no de competició FBME. Per homologar la prova ha de complir la totalitat dels criteris de definició d'una de les següents modalitats de cursa.

1.1. Les “crono” o KM Vertical

Serán aquelles proves, contra-el-rellotge o línia que disposin d'un recorregut entre els 4 i 11 km de distància total. Amb un màxim de 25% de pistes asfaltades. Sense superar dificultats superiors al II^o grau d'escalada i pendents ocasionals superiors a 30^o. I que sobrepassin en algun punt del recorregut els 200 metres de desnivell respecte del punt de sortida/arribada així com els 150 metres d'altitud a la seva cota màxima (no es necessari cobrir un cim de forma obligatòria, essent suficient superar una cota destacada o collada).

1.2. Les curses per muntanya – trail de mitja distància

Serán aquelles proves en línia, mai contra-el-rellotge, que superen al seu recorregut els 12 km i no superin en cap cas els 21 km de distància total (sense incloure trams neutralitzats). Amb un màxim de 25% de pistes asfaltades. Sense superar dificultats superiors al II^o grau i pendents ocasionals superiors a 30^o. I que sobrepassin els 300 metres de desnivell positiu acumulat i, respecte del punt de sortida/arribada, hagi com a mínim 200 metres de desnivell amb referència a la seva cota màxima.

1.3. Les curses per muntanya – trail de llarga distància

Aquelles que superen al seu recorregut els 22 km i fins un màxim de 47 km de distància total (sense incloure els trams neutralitzats). Amb un màxim de 25% de pistes asfaltades. Sense superar dificultats superiors al II^o grau d'escalada i pendents ocasionals superiors a 30^o. Que sobrepassin els 1000 metres de desnivell positiu acumulat i respecte del punt de sortida/arribada hagi com a mínim 400 metres de desnivell amb referència a la seva cota màxima.

1.4. Les curses per muntanya – trail d'ultradistància

Aquelles que superen al seu recorregut els 47km de distancia total. Amb un màxim de 25% de pistes asfaltades. Sense supera dificultats superiors al II^o grau d'escalada i pendents ocasionals superiors a 30%. Que sobrepassin els 2500 metres de desnivell positiu acumulat.

En aquesta modalitat es podran celebrar curses per etapes i per relleus.

2. COPA BALEAR DE CURSES PER MUNTANYA – TRAIL EN LÍNIA

2.1. El calendari de la Copa Balear TCxM i els corresponents Campionats de Balears, es basen en proves que organitzen exclusivament Clubs o Seccions de Muntanya afiliats a la FBME, consistoris, Consells Insulars o Govern Balear. El Comitè de Curses per muntanya - trail vinculat a la Federació Balear de Muntanyisme i Escalada, és l'encarregat de coordinar als organitzadors per facilitar la rotació de la ubicació dels Campionats de Balears. En el cas d'adherir-se una nova cursa, aquesta passarà a ser la darrera a la llista d'ubicacions possibles si no es diu el contrari des del Comitè Curses per muntanya - trail.

2.2. La Copa Balear es divideix en dues Copes diferents dins una de curses per muntanya - trail en línia i l'altre en cronos i Km-Vertical, a realitzar dins l'àmbit de les illes Balears com els Campionats de Balears, es regeixen pel present reglament.

2.3. La Copa Balear és una competició individual basada en els resultats obtinguts per cada esportista a cada una de les proves. Per optar al premi final de la Copa Balear en línia, cada participant haurà de completar com a mínim la meitat més una de cada modalitat sense que en cap cas es superin les 4 curses totals de cada distància (mitja distància i llarga distància). Per completar la Copa Balear de Cronos i Km-Vertical, els participants hauran de completar la meitat més una del total de les curses celebrades. Si aquesta xifra té decimals, s'arrodoneix a la baixa.

2.4. Per a competir a la Copa Balear s'haurà d'estar en possessió de la llicència federativa vigent a l'any en ús (modalitat B, AU-2, CxM-Aut o Superior). Sempre serà possible la participació en les tres modalitats, crono o Km vertical, mitja i llarga distancia i ultradistància. No Federats com a màxim 25 convidats directament per l'organització. A més en les curses cronos i Km- Vertical s'obriran 50 places per a la participació de NO FEDERATS aquets s'hauran d'inscriure a partir del dilluns abans de la prova i com a molt tard el dijous abans de la prova i no puntuaran per les copes, sols hi puntuaran els federats a la FBME. Tots els menors d'edat ho faran entregant una autorització paterna signada a l'organitzador de la prova).

2.5. La puntuació de la copa TCxM es farà seguint l'ordre següent:

Posició del primer corredor genera la valoració de puntuació corresponent a la posició final en cursa.

1er classificat – 1 punt
2on classificat – 3 punts
3er classificat – 5 punts
Posteriorment – 7 punts i sumant un punt per posició

Les dones puntuaran respecte a la posició absoluta de la primera dona classificada (forma independent a la general absoluta). Els homes puntuaran en base a la posició obtinguda respecte al primer home classificat. Existint així dues classificacions absolutes a cada competició (TCxM, Campionat absolut o proves promocionals).

- 2.6. S'estableix una classificació general masculina i una general femenina. La puntuació es farà seguint el següent algoritme:

Puntuació directa i progressiva: Guanyador/a() : corredor/a amb menys puntuació*

*) Les dones puntuaran en base a la posició obtinguda respecte a la primera classificada absoluta. Els homes puntuaran en base a la posició obtinguda respecte al primer classificat absolut

La puntuació vendrà donada pel lloc a la classificació final de la cursa, únicament influenciada pel número de participants a cada prova i per les categories que marca el reglament. Les puntuacions dels no federats o els federats a una altra Comunitat Autònoma, no serà tinguda en compte.

- 2.7. Només tindran dret a l'obsequi de finalista aquells que estiguin en possessió de la llicència federativa expedida per la FBME i que hagin completat la Copa.
- 2.8. Totes les proves que puguin aparèixer al calendari de la Copa Balear puntuaran per a la Copa Balear TCxM.
- 2.9. La FBME es reserva el dret a modificar els calendaris.
- 2.10. Si una persona ha fet més proves de les exigides, es tindran en compte els millors resultats de cada modalitat.
- 2.11. En cas d'empat, la posició al campionat de Balears serà l'encarregada de desempatar. En cas de que un dels afectats no hi pugui participar, el desempat es decideix amb la suma del temps de les curses en que les persones afectades hagin coincidit.
- 2.12. Per prendre part a les curses per muntanya - trail cal que els participants estiguin en possessió de la llicència anual apta per a la competició de curses per muntanya – trail expedida per la FBME o la FEDME (Federación Española de Deportes de Montaña y Escalada) o altres federacions estrangeres adherides a la UIAA (Unió Internacional d'Associacions d'Alpinisme) Els que no disposin de llicència federativa anual no podran prendre part a les curses si no son convidats directament per l'organitzador, aquells que passin a ser posseïdors de l'assegurança vàlida i exclusiva per la realització d'una prova específica, que es contractarà al pagar el preu d'inscripció a la cursa en qüestió. En cap cas es podrà permetre la participació a un interessat que no disposi de l'assegurança de cobertura sanitària i mèdica deguda, així com de assegurança de responsabilitat civil pròpia per aquest tipus d'activitat per muntanya.
- 2.13. Els convidats No Federats i els federats a una altra comunitat autònoma no podran puntuar a la copa, ni ser considerats campions de Balears, ni a la puntuació al campionat de clubs.

- 2.14. Els trofeus a les curses s'organitzen:
- Els trofeus no són en cap cas acumulables en cap de les categories i subcategories especificades al reglament, però si en les subcategories.
 - Hi haurà trofeus, com a mínim, pels tres primers classificats masculí i femení de la cursa i els tres primers de cada categoria i subcategoria tant masculí com femení.
 - Un cop lliurats els trofeus dels tres primers, l'organització de la cursa pot lliurar voluntàriament els trofeus a les categories especials que ella consideri oportunes.
- 2.15. El Comitè tècnic de Curses per muntanya - trail estarà disposat a limitar la concurrència a la participació per exigències normatives i regulacions ambientals que es puguin establir als paratges naturals protegits per on transiten gran part dels recorreguts, establint-se una quota de participació revisable amb l'Òrgan Ambiental a presentar-se a través de la FBME i el seu Comitè tècnic. És promourà la participació limitada de corredors afiliats puntualment a la FBME, que no disposin de llicència anual, essent restringida la seva inscripció únicament a través de l'organitzador amb un màxim de 25 places. En les curses cronos i Km-Vertical la inscripció a les places per a la participació de NO FEDERATS es farà directament a través de Elitechip obrint inscripcions el dilluns abans de la prova i tancant el dijous abans de la prova, l'organitzador es preocuparà de treure l'assegurança per un dia a tots el no federats abans del divendres de matí abans del dia de la prova a la secretaria de la FBME, serà responsabilitat del organitzador.
- 2.16. Les inscripcions s'obriran un mes abans de la data de celebració de la prova i es tancaran el dijous abans.

- 3.1. El calendari de lliga i curses per muntanya - trail open, es basen en proves que organitzen exclusivament Clubs o Seccions de Muntanya afiliats a la FBME, consistoris, Consells Insulars o Govern Balear, associacions i empreses.
- 3.2. Les lligues i curses per muntanya - trail, es regeixen pel present reglament.
- 3.3. Les competició lligues i curses per muntanya - trail open son individual basada en els resultats obtinguts per cada esportista a cada una de les proves. Per optar al premi final de la lliga, cada participant haurà de completar com a mínim la meitat més una de les curses de cada lliga. Si aquesta xifra té decimals, s'arrodoneix a la baixa.
- 3.4. Per a competir lligues i curses per muntanya - trail, s'haurà d'estar en possessió de la llicència federativa vigent a l'any en ús (modalitat B, AU-2, CxM-Aut o Superior). També queda oberta la participació de NO FEDERATS aquets s'hauran d'inscriure com a molt tard el dijous abans de la prova i no puntuaran per la lliga, sols hi puntuaran els federats a la FBME. Tots els menors d'edat ho faran entregant una autorització paterna signada a l'organitzador de la prova).
- 3.5. La puntuació de la Lliga de curses per muntanya – trail es farà seguint l'ordre següent:

Posició del primer corredor genera la valoració de puntuació corresponent a la posició final en cursa.

Curses curtes

1er classificat – 250 punts
2on classificat – 150 punts
3r classificat – 100 punts
Posteriorment – 90 punts i es restarà 1 punt fins el 40 classificat. La resta 25 punts

Curses mitjanes

1er classificat – 500 punts
2on classificat – 400 punts
3r classificat – 350 punts
Posteriorment – 300 punts i es restarà 1 punt fins el 200 classificat. La resta 50 punts

Curses llargues

1er classificat – 1000 punts
2on classificat – 900 punts
3r classificat – 850 punts
Posteriorment – 800 punts i es restarà un punt fins al darrer de la classificació.

Les dones puntuaran respecte a la posició absoluta de la primera dona classificada (forma independent a la general absoluta). Els homes puntuaran en base a la posició obtinguda respecte al primer home classificat. Existint així dues classificacions absolutes a cada competició.

3.6. Per completar la Lliga de Curses per Muntanya – Trail cada participant haurà de fer com a mínim la meitat més una de les curses que es celebrin amb un màxim de 6. Si aquesta xifra té decimals s'arrodoneix a la baixa.

3.7. S'estableix una classificació general masculina i una general femenina. La puntuació es farà seguint el següent algoritme:

Puntuació directa i progressiva: Guanyador/a[]: corredor/a amb mes puntuació*

*) Les dones puntuaran en base a la posició obtinguda respecte a la primera classificada absoluta. Els homes puntuaran en base a la posició obtinguda respecte al primer classificat absolut

La puntuació vendrà donada pel lloc a la classificació final de la cursa, únicament influenciada pel número de participants a cada prova i per les categories que marca el reglament.

3.8. Només tindran dret a l'obsequi de finalista aquells que estiguin en possessió de la llicència federativa i que hagin completat la Lliga de CxM.

3.9. Totes les proves que puguin aparèixer al calendari puntuaran per a la Lliga CxM.

3.10. La FBME es reserva el dret a modificar els calendaris.

3.11. Si el corredor ha fet més proves de les exigides, es tindran en compte millors resultats de les curses que puntuen.

3.12. En cas d'empat, es decideix amb la suma del temps de les curses en que els afectats hagin coincidit. El corredor amb la suma del temps que menys temps tingui serà el guanyador.

4. CAMPIONATS DE CURSES PER MUNTANYA – TRAIL

4.1. El Campionat de Balears de Curses per muntanya - trail, tant en la modalitat individual com a la de Clubs i seleccions de clubs de muntanya es disputarà a una sola prova:

- Campionat de Balears Individual de curses per muntanya - trail en línia (sobre recorregut de llarga distància)
- Campionat de Balears per Clubs (únicament sobre recorregut de mitja distància).
- Campionat de Balears de seleccions de Clubs (únicament a curses de llarga de distància)
- Campionat de Balears de cronos i Km-Vertical individual i per Clubs.
- Campionat de Balears per parelles.
- Campionat de Balears cadet
- Campionat de Balears junior.
- Campionat de Balears infantil.
- Campionat de Balears juvenil.
- Campionat de Mallorca.

4.2. **Campionat de Balears per Clubs** o secció de Muntanya Federats (entenent com a Federat exclusivament aquell nom de club que figuri a la llicència federativa en vigor del participant). La publicitat associada a un club ni altres nomenclatures no podran figurar a la classificació del Club, tan sols el nom de l'equip a posteriori al del Club. Per entrar a la classificació per Clubs o secció, serà obligatori notificar als participants que formaran la representació del Club corresponent (sense posar nom de l'entitat patrocinadora) i s'han d'enviar el dimecres abans a cxmbme@gmail.com.

- La representació estarà formada per totes les categories i subcategories.
- Cada club participarà formant **un únic equip** on entraran tots els corredors per categories i gènere.
- Puntuaran així els 6 primers components de cada categoria i subcategoria i gènere, independentment del club, tant masculines com femenines .
- Es valora per igual les 2 classificacions masculina i femenina i, que sumaran així la millor puntuació a la prova.
- A cadascun dels participants se'ls donarà punts en funció de la seva classificació per categories 7,5,4,3,2,1 fins arribar al sisè de cada categoria i subcategoria. Així es valora a la classificació final amb igualtat per edats i gèneres, fomentant la participació mixta.
- Per un suposat **empat** es valorarà la millor classificació individual obtinguda a la classificació general absoluta.
- Els corredors/es no federats, els federats/ades a altres Comunitats Autònomes o que no tenen club, seran exclosos d'aquesta classificació.

4.3. El Campionat de Balears per seleccions de clubs o secció de Muntanya Federats (entenent com a Federat exclusivament aquell nom de club que figuri a la llicència federativa en vigor del participant). La publicitat associada a un club ni altres nomenclatures podran figurar a la classificació del Club, tan sols el nom de l'equip a posteriori al del Club. Per entrar a la classificació per Equips o secció, serà obligatori notificar als participants que formaran la

representació del Club corresponent (sense posar nom de l'entitat patrocinadora). S'ha d'enviar la representació el dimecres abans de la prova al mail cxmlfbme@gmail.com.

- Els equips seran masculí i femení, estan formats per un mínim de 4 i un màxim de 6 components, i comunicar la selecció de Club al correu cxmlfbme@gmail.com abans del dimecres anterior a la data de celebració de la prova. (els components d'aquestes seleccions han d'estar prèviament inscrits a la cursa)
- A cadascun dels components se'ls atorguen punts d'acord a la posició d'entrada a meta aconseguida per cada un d'ells en la categoria absoluta masculina i femenina.
- Només es podrà inscriure oficialment 1 selecció masculina i una selecció femenina per cada Club, i només obtindran punts aquells corredors que formin part d'equips oficials..
- La classificació del Campionat d'Equips s'obtindrà de la suma de punts dels 4 millors corredors/es. Pel que el Club Campió serà el que MENYS punts obtingui.
- En cas d'empat, prevaldrà l'equip que tingui el corredor millor classificat, o els dos millors o els tres millors en cas de successius empats.

5. CATEGORIES

5.1. A les curses per muntanya – trail s'estableixen les següents categories i subcategories:

- **Categoria infantil** masculí, femení: entre 13 i 14 anys.
- **Categoria cadet** masculí, femení: entre 15 i 16 anys.
- **Categoria juvenil** masculí, femení: entre 17 i 18 anys.
- **Categoria junior** masculí, femení: entre 19 i 20 anys.
- **Categoria absoluta** masculí i femení a partir de 21 anys.
- **Subcategoria promesa** masculí, femení: entre 21 i 23 anys.
- **Subcategoria sènior** masculí, femení: entre 24 a 39.
- **Subcategoria Veterans/es A** masculí, femení: entre 40 i 49 anys.
- **Subcategoria Veterans/es B** masculí, femení: entre 50 i 54 anys.
- **Subcategoria Master 55** masculí, femení: entre 55 i 59 anys.
- **Subcategoria Veterans/es C** masculí, femení: a partir de 60 anys

5.2. L'edat a tenir en consideració per a tota la temporada serà la que el participant tindrà el dia 31 de desembre de l'any de la competició.

5.3. S'estableixen les següents limitacions en quant a distància i desnivell en funció de cada categoria a les curses per muntanya en línia:

- **Infantil:** 6 Km 300 md+
- **Cadet:** 9 Km 500 md+
- **Juvenil:** 12 Km 700 md+
- **Junior:** 16 Km 900 md+
- **Promesa:** 31 Km 1.500 md+

5.4. S'estableixen les següents limitacions en quant a desnivell en funció de cada categoria a les cronoescalada i KM-Vertical:

- **Infantil:** 400 md+
- **Cadet:** 800 md+

5.5. **Limitacions al Campionat de Balears individual:** depenent de la categoria, si l'organitzador ha convidat corredors i/o corredores no federats/des, aquests no podran optar a ser considerats campions de Balears ni tampoc si estan federats a una altra Comunitat Autònoma.

6. SELECCIÓ DEL CENTRE DE TECNIFICACIÓ

L'equip de corredors i corredores del Centre de Tecnificació participarà a les proves amb l'equipament de la Federació, excepte el campionat de Balears de Clubs i el campionat de Balears on representaran els seus respectius clubs.

7. OBLIGACIONS DEL COMITÈ BALEAR DE CURSES PER MUNTANYA – TRAIL

7.1. El Comitè de curses per muntanya - trail elabora el reglament de les curses per muntanya - trail i Ultradistància, i vetllarà pel seu correcte compliment, essent el Responsable del Comitè qui tindrà la capacitat de decisió, un cop escoltat el comitè, i consensuat el seu criteri amb la Junta Directiva de la FBME i el Director Tècnic.

7.2. El Comitè de Curses per muntanya - trail elaborarà el calendari anual de Copa, de la Lliga i de Curses Open per Muntanya. La FBME facilitarà l'administració dels tràmits d'autorització de les curses per muntanya - trail per l'àmbit balear exclusivament.

7.3. El club organitzador de la prova, el seu director de Cursa, són els responsables immediats del desenvolupament d'aquesta essent l'arbitratge de les possibles contingències que es puguin donar. En el cas d'haver de sancionar o aplicar alguna mesura disciplinària, el àrbitre principal de Cursa ho transmetrà al delegat federatiu o al responsable del comitè designat per aquella cursa, que aprovaran l'aplicació de la sanció definitiva corresponent segons el present reglament, amb la possibilitat d'apel·lació presentant Reclamació oficial davant el

Comitè de Curses per muntanya - trail que aixecarà acta junt al Jutge de Cursa i l'Organitzador. La sanció final a organitzador o participant/s (en cas que fos una falta greu o molt greu) haurà de ser aprovada en darrera instància per la secretaria tècnica de la federació i penalitzada econòmicament en alguns casos.

7.4. En el cas en que la seguretat dels participants i els organitzadors es pugui comprometre, es reunirà el comitè de competició, que serà el màxim òrgan, per prendre una decisió. Tindrà la potestat de canviar el recorregut, escurçar-lo i fins i tot anul·lar la cursa. Estarà format pel Director de cursa, l'Àrbitre principal, l'àrbitre ambiental, el delegat federatiu, el coordinador o responsable de seguretat i el representat dels participants. Si el comitè de competició no arriba a un acord, el director de cursa tindrà 1 vot, l'àrbitre 1 vot, l'àrbitre ambiental 1 vot, el responsable de seguretat 1 vot, el representant de corredors 1 vot i el delegat federatiu 1 vot. En cas d'empat, el vot del delegat conta el doble.

8. RESPONSABILITATS DE LES ENTITATS ORGANITZADORES DE CURSES PER MUNTANYA – TRAIL

8.1. Els organitzadors de totes les competicions de la Copa Balear han de ser clubs esportius enregistrats a l'organisme Esportiu competent a Balears (DG Esports), i afiliats a la FBME o consistoris.

8.2. El sol fet d'organitzar o de participar en una cursa inclosa en el calendari OFICIAL anual, du implícit l'acceptació del present reglament i així es farà constar per escrit en les recomanacions de cada prova i implícit al seu projecte.

8.3. La FBME no es fa responsable dels danys de qualsevol mena derivats o ocasionats per negligència o mala fe i altres casos contemplats a les exclusions de la pòlissa de responsabilitat civil contractada per la FBME, durant la celebració de les proves que integren el calendari oficial Balear de Curses per muntanya - trail i Ultra-Distància.

8.4. Es responsabilitat dels organitzadors conèixer i preocupar-se per la previsió meteorològica prevista pel dia de la prova 48h abans, i assegurar que els participants coneixen les situacions d' alerta el dia de la realització de la competició. Per aquest fet ha de comunicar als participants a través del seu reglament, l'equip i material adequat que s'ha de portar.

8.5. Realitzar una reunió informativa a tots els participants o breafing per aportar la informació de la cursa amb detalls pràctics necessaris per poder realitzar la cursa. Online el dia abans de la prova. Sempre hi haurà un apartat de sensibilització ambiental.

8.6. Notificar a l'interessat per participar, de la necessitat de disposar d'un estat físic adequat i la recomanació de disposar de reconeixement mèdic recent (del mateix any de realització de la prova).

8.7. L'organització de la cursa haurà de suspendre-la, quan les condicions meteorològiques ho aconsellin, per declarar-se Alerta a la zona del recorregut i aprovant-se pel Comitè de Competició, prèvia informació de la direcció general d'emergències.

- 8.8. Tot organitzador haurà de disposar si es possible de recorregut alternatiu per a situacions meteorològiques adverses o moderades o per altres causes de seguretat que estimi el Comitè de Competició.
- 8.9. Després de cada control d'avituellament i a la zona de meta, l'organització de la cursa col·locarà recipients de recollida selectiva de residus on els corredors puguin dipositar les deixalles (embolcalls, restes de fruita, etc.), fins a una distància màxima de 50 metres després del lloc del control, hi haurà un indicador d'inici i finalització del control d'avituellament 50m abans i 50m després del mateix. Igualment l'organització es farà càrrec de recollir aquestes deixalles i recipients, no permetent tirar cap tipus de residus fora d'aquest espai prou definit. Les ajudes externes als corredors s'hauran de fer dins aquestes àrees tècniques dels controls d'avituellament sempre que l'organitzador u permeti, no podent abandonar, cap altre material, equipament o restes de menjar fora d'aquests punts.
- 8.10. Per tal de garantir la màxima seguretat als participants, l'organització de cada cursa junt amb el Àrbitre de Cursa preveuran els equips escombra necessaris per a recórrer la totalitat de l'itinerari de la cursa i sempre en el seu mateix sentit.
- 8.11. L'organització de cada cursa serà la responsable de la recollida de rètols, senyals, cintes el mateix dia de la cursa si es possible. Els residus dels avituallaments i altres deixalles es retiraran al tancament de l'avituellament.
- 8.12. Les cintes que s'hagin fet servir per marcar el recorregut han de permetre una bona visibilitat i seguiment del mateix i s'aconsella que siguin vermelles i blanques, biodegradables sempre que es pugui i amb bon contrast, no permetent la seva pèrdua al entorn.
- 8.13. L'organització de la cursa identificarà degudament els participants federats a la mateixa, abans de l'inici mitjançant dorsals i revisant a tota cursa la inscripció amb la targeta federativa, comprovant la presentació obligada del DNI, carnet de conduir o passaport.
- 8.14. Abans de donar-se la sortida a la prova, l'organització i l'àrbitre principal faran una verificació de dorsals, i verificació material, passant els corredors a un recinte tancat (cambra de cridades) fins el moment de la sortida, i sota la supervisió del director de cursa.
- 8.15. En cas d'error en els resultats, l'organització de la cursa ho haurà de fer públic al Jutge de cursa i al Comitè en un termini màxim de 2 dies naturals enviant un correu electrònic a cxmfbme@gmail.com i a s.tecnica.fbme@gmail.com després de la celebració de la prova, passats 7 dies després de la cursa els resultats provisionals passaran a ésser definitius.
- 8.16. Els organitzadors de les curses del calendari han d'acceptar la publicitat al cartell de la prova i la presència a la cursa, d'aquella publicitat que determini el Comitè i que tingui a veure amb alguna esponsorització de la FBME, i es responsable de retornar el material en bon estat abans de 5 dies posteriors a la finalització de la prova.
- 8.17. El lloc designat per la sortida de la cursa i el tram urbà de sortida, ha de ser suficientment ample per garantir-la sense incidents ni accidents. En cas de dificultats s'haurà de neutralitzar aquest tram de cursa.

- 8.18. El lloc d'arribada ha d'estar suficientment senyalitzat, per evitar confusions als corredors i lliure de qualsevol obstacle que pugui ocasionar incidents. S'haurà d'indicar el darrer kilòmetre amb un rètol informatiu.
- 8.19. Els organitzadors enviaran per correu electrònic un llistat dels inscrits no federats (convidats per l'organització) a la federació el DIJOUS abans de la cursa abans de les 20 h als correus electrònics de la Secretaria de la FBME (secretaria@fbmweb.com) i del Comitè de Curses per muntanya - trail (cxmfbme@gmail.com). (l'ORGANITZACIÓ farà la comprovació de recepció per part de la FBME per telèfon 971 29 13 74).
- 8.20. El recorregut sempre serà visible i identificable pel participant, en el sentit de cursa, essent revisat en part per l'àrbitre de recorregut, segons l'informació i novetats aportada pel Director de la Cursa.
- 8.21. L'organitzador ha d'assegurar OBLIGATÒRIAMENT la presència de suport sanitari bàsic (en cap cas serà suficient l'equip de "transport sanitari") i l'assistència mèdica a la prova. La FBME podrà facilitar per conveni amb entitats especialitzades aquests serveis a totes les curses homologades per muntanya. No es permetrà la realització de la cursa sense els serveis sanitaris presents a l'inici de la prova. L'elecció de l'entitat de servei es voluntària per l'organitzador. Sempre s'haurà de disposar d'un document de confirmació del servei.
- 8.22. L'organitzador recordarà als serveis de rescat i al servei d'emergències del Govern Balear de la realització de la cursa, confirmant les dates i el recorregut (punts de risc), així com dels punts de control que existiran.
- 8.23. S'haurà de permetre la recollida de reclamacions per part dels participants, informant que la reclamació aportarà una taxa definida al reglament que se retornarà a l'interessat si la seva reclamació es estimada i favorable. El dipositari serà el delegat federatiu.
- 8.24. L'organització de la cursa serà la responsable de cridar els corredors a la cambra de sortida en totes les proves.
- 8.25. Queda a decisió de l'organitzador permetre que els corredors puguin participar en les proves amb calçat minimalista o alternatiu sota la seva única i exclusiva responsabilitat prèvia subscripció del document d'exempció de responsabilitat que l'organització posarà a la seva disposició i que es troba com a annex 5 del present Reglament. Quan el calçat minimalista o alternatiu deixa part del peu a l'aire lliure (exemple: sandàlies), aquest haurà de ser complementat amb una protecció específica per al peu, si la previsió meteorològica del dia de la prova aconsella a criteri del Comitè de Cursa major protecció dels peus per baixes temperatures i condicions adverses (escarpins de neoprè, mitjons tèrmics o bé sabatilles adequades de recanvi, que s'hauran de dur a la motxilla del corredor per motius de seguretat i que podran ser revisades pels àrbitres de competició en els controls de material que hagués).

- 8.26. Tots els organitzadors compliran el calendari d'inscripcions.
- 8.27. L'organitzador disposarà d'un guarda roba, però no serà responsable.
- 8.28. L'organització disposarà de banys públics senyalitzats a la zona de sortida i arribada, si es possible.
- 8.29. Sempre que sigui possible se gestionarà l'ús de dutxes.
- 8.30. La senyalització nocturna ha de ser reflectant o lumínica.
- 8.31. En els avituallaments instal·lats en el medi natural no se permetrà als organitzadors donar tassons ni botelles ni tenir cap tipus de menjar amb embolcalls, en cas de gels aquets no estaran al abast dels participants i no es podran treure del avituallament.
- 8.32. L'organització publicarà les normes de funcionament de la cursa, (horaris, retirada de dorsals, temps de pas, tancament), així com el material que cregui necessari i indispensable per la seguretat dels corredors el dia de la competició.
- 8.33. Si l'organització de la prova té alguna reclamació, l'ha d'interposar el mateix dia de la cursa o el dia després a cxfbme@gmail.com
- 8.34. Els organitzadors no podran obrir inscripcions sense el vistiplau del Comitè de Curses per muntanya - trail després d'haver enviat còpia de totes les autoritzacions necessàries per el bon desenvolupament de la prova.
- 8.35. Els organitzadors/es es comprometen a fer publicitat a tots els cartells, publicacions i plataformes d'inscripcions de si la seva cursa es campionat i, així mateix, de quina competició es tracta. A més, tots els cartells, publicacions, dorsals i plataforma d'inscripcions duran el logotipus de la FBME. No es podrà fer publicitat de cap altra entitat esportiva no afiliada a una federació de muntanya.

9. OBLIGACIONS DELS PARTICIPANTS

- 9.1. És obligatori que el corredor per muntanya - trail conegui i compleixi el Reglament de curses de la FBME.
- 9.2. Els participants No federats només poden ser inscrits per l'organitzador de la cursa. A excepció de les places per No federats en la modalitat de crono o Km vertical, que es realitzaran directament a través de Elitechip com a molt tard el dijous a les 12h. Les curses de lliga estan obertes a no federats sempre i quan es contracti l'assegurança per la prova.
- 9.3. El Campionats de Balears son oberts a tots els participants en les categories i sub-categories definides al present reglament.
- 9.4. Tots els participants a la copa Balear corren amb el mateix numero de dorsal durant tot l'any, amb correspondència a l'ordre de classificació final de l'any anterior sempre que s'hagin inscrit el dimecres abans de la cursa.
- 9.5. Tots els participants tenen la obligació de seguir les indicacions donades per qualsevol membre de l'organització de la cursa i de l'àrbitre de Cursa. En cas de desobeir el recorregut indicat i les directrius de seguretat indicades per l'organització, el corredor podrà ser sancionat per l'àrbitre de Cursa.
- 9.6. Tots els participants tenen la obligació d'assistir i/o donar socors i de comunicar al control més proper qualsevol accident que hagin observat. En cas de no fer-ho seran desqualificats.
- 9.7. Els corredors que decideixin retirar-se d'una cursa hauran de comunicar-ho a l'organització a través del control més proper al lloc de la retirada.
- 9.8. Tots els corredors hauran de dur el calçat adequat per a realitzar la cursa i disposar de la condició física mes adequada recomanada amb una revisió mèdica esportiva realitzada dins el propi any de la temporada en vigor (especialment a les categories promoció, junior, veterans/es i màster).
- 9.9. Tots els inscrits federats han de presentar la llicència modalitat B o AU-2 de la FBME o superior, homòloga a altres Comunitats Autònomes o a altres països, i el DNI i/o equivalent per poder recollir el dorsal i prendre la sortida.
- 9.10. El material obligatori quedarà definit segons especificació de l'organitzador atenent a les previsions meteorològiques. El material mínim serà sempre: xip, dorsal, tassó. Si les condicions meteorològiques no són favorables el material obligatori serà, a més, el següent: mòbil, manta tèrmica, tallavents o impermeable amb caputxa.
- 9.11. Els participants estan obligats a conèixer i complir les restriccions en referència a l'ús de substàncies prohibides que perjudiquen la salut i el transcurs de la competició (l'listat de prohibicions publicat i mantingut per l'Agència Mundial d'Antidopatge, AMA). En cas de ser detectat seran desqualificats i penalitzats.

- 9.12. Els dorsals aniran col·locats a la part frontal de la camiseta i han d'ésser visibles durant tota la prova. En cas de portar paravents el dorsal ha de ser visible baixant la cremallera.
- 9.13. Es podrà competir amb cinturons porta dorsals, sempre que el dorsal no quedi en cap moment tapat per la camiseta ni es col·loqui a la part lateral o posterior.
- 9.14. Per mesures de seguretat no es podrà competir amb auriculars posats ni en cap element que pugui distreure de la competició ni en cap sistema de reproducció acústica.
- 9.15. Per motius de seguretat no està permès córrer descalç. En les curses on l'organitzador permet córrer amb calçat minimalista o alternatiu comunicar el fet a la recollida del dorsal a l'organitzador, l'organitzador ha d'informar a el corredor dels riscos existents en el recorregut de la cursa, un cop informat, el corredor emplenarà i lliurarà l'impres d'excepció de responsabilitat al organitzador.
- 9.16. Tots els corredors portaran marcat amb el seu número de dorsal tot el material suplementari que portin a sobre.
- 9.17. Serà obligatori portar un tassó o un recipient de boca ampla (no se disposarà de tassons als avituallaments).
- 9.18. Els participants que portin bastons amb punta metàl·lica, els duran protegits amb taps de goma, i hauran de portar taps de goma de recanvi. No se permetrà la sortida amb bastons al participant que no porti els taps de recanvi. Els arbitres o responsables dels punts de pas retiraran als bastons als que no els portin correctament. a qualsevol punt del recorregut.
- 9.19. Els participants tindran que dur un dispositiu per al cronometratge electrònic si la prova disposa d'aquest sistema.
- 9.20. Els participants hauran de portar roba decorosa. No estarà permès córrer amb el torça descobert.
- 9.21. Tots els participants tindran una actitud respectuosa cap al medi ambient, organitzadors, agents de medi ambient, emergències, àrbitres, públic, participants i delegats federatius. L'incompliment d'aquest punt serà motiu de desqualificació.

10. ÀRBITRES I CONTROL DE LA COMPETICIÓ

El Comitè d'arbitres nomenarà l'equip arbitral per cada cursa.

Jutge-àrbitre principal (que revisarà les inscripcions i entrega de dorsals, la cambra de sortida i l'arribada si es al mateix lloc), un o dos jutges-àrbitres de recorregut. Segons la distancia de la prova.

Totes les curses tindran un àrbitre mediambiental designat per el Comitè de CxM de la FBME.

11. INFRACCIONS

Totes les infraccions i desqualificacions seran consensuades en tot el equip arbitral. Se produirà la penalització o desqualificació de un corredor o un equip quan es donin en qualsevol del punts indicats a continuació

- 11.1. No respectar l'itinerari senyalitzat del recorregut per escurçar.
 - De 3 min a desqualificació.
- 11.2. Rebre ajuda fora de les zones permeses (excepte auxili) de qualsevol persona sigui o no competidor o no
 - De 3 min a desqualificació
- 11.3. Refusar de dur posat el dorsal o retallar-lo
 - Desqualificació
- 11.4. Reincidir 2 vegades el mateix corredor en una sortida falsa
 - Desqualificació
- 11.5. Tira rebuig durant el recorregut que no sigui als llocs destinats per tal cosa
 - De 3 min a Desqualificació
- 11.6. Impedir o obstaculitzar ser voluntàriament avançat per un altre corredor
 - De 3 min a Desqualificació
- 11.7. No dur el material requerit per l'organització a cada control de cursa
 - De 3 min a Desqualificació
- 11.8. No fer cas de les indicacions dels membres de l'organització, arbitres i agents de l'autoritat
 - De 3 min a Desqualificació
- 11.9. Pujar al pòdium a l'entrega de premis amb una bandera o símbol que no sigui el oficials de la comunitat autònoma o club que representa
 - Desqualificació
- 11.10. No participar sense una causa justificada a la cerimònia d'entrega de premis
 - Desqualificació

- 11.11. Provocar un incident esportiu (insult o agressió a un altre competidor, membre de l'organització, equip arbitral o/i agent de l'autoritat)
- Desqualificació
- 11.12. Provocar un accident de manera voluntària
- Desqualificació
- 11.13. Participar baix una identitat falsa o suplantant a una altre persona
- Desqualificació
 - Obertura d'expedient esportiu
- 11.14. No presentar-se a la cambra de sortida en les proves cronometrades o arribar a pocs segons de la sortida.
- De 3min a Desqualificació
- 11.15. Portar auriculars posats durant la competició o aparells de reproducció acústica.
- De 3 min a Desqualificació
- 11.16. Emprar bastons sense protecció a les puntes metàl·liques dels bastons ni taps de recanvi (retirada dels bastons)
- De 3 min a Desqualificació
- 11.17. Fer servir qualsevol mitjà de transport o locomoció durant tot o part del recorregut.
- Desqualificació
- 11.18. Serà motiu de desqualificació de la CxM, així com la retirada de l'acreditació esportiva a tots els àmbits, la ingestió de productes de dopatge declarats per l'AMA. En aquest cas el Comitè Balear de Curses per muntanya - trail, elaborarà un informe que el trametrà al Responsable Tècnic de la FBME, per que prengui les mesures disciplinàries pertinents amb el que dicti l'agència antidopatge.
- 11.19. Retirar-se de la competició sense donar avis a un àrbitre o al responsable del control de pas o avituallament (sanció de dues curses sense participar i 200€ de sanció administrativa).
- 11.20. Serà motiu de desqualificació, finalitzar la prova més tard de l'hora de tancament del control d'arribada, fixada per l'organització si es troba oportú.
- 11.21. Serà motiu de desqualificació, passar pels controls de pas, més tard de l'hora de tancament del mateix.(retirada del participant de la competició, retirada de dorsal) si es troba oportú.
- 11.22. Serà motiu de desqualificació, no passar per un control de pas.
- 11.23. Serà motiu de desqualificació el no donar ajut a un participant accidentat.

- 11.24. Serà motiu de desqualificació i retirada de la competició córrer descalç.. S'entendrà que el calçat minimalista o alternatiu és adequat si és permès el seu ús per part de l'organització de la cursa i el participant ha firmat la exoneració a l'organització. En cas de que l'organitzador no ho permeti serà motiu de desqualificació de la prova.
- 11.25. Les sancions s'han de notificar als afectats per part dels arbitres o el director de la cursa abans de que finalitzi l'entrega de trofeus, se considerarà suficient la col·locació del llistat dels sancionats al tauló d'anuncis on es col·loquen les classificacions de la cursa .
- 11.26. El corredor que sia desqualificat durant la cursa o abandoni la mateixa tindrà que fer entrega del seu dorsal al àrbitre o al cap de control corresponent.
- 11.27. Els àrbitres tindran la potestat de retirar el dorsal a qualsevol participant en tot el recorregut.

12. CONTROL DE PAS

- 12.1. L'organització designarà un responsable de cada control de pas, que pot coincidir amb un punt d'avituallament o al cim. Tots els membres de l'organització tindran que anar identificats.
- 12.2. Aquest punt ha d'estar comunicat amb el director de cursa i ha de disposar d'una farmaciola.
- 12.3. Un dels membres del control o l'àrbitre anotarà en número de dorsal de cada corredor, recollirà el dorsal als participants que es retirin i anotarà les irregularitats que es puguin produir per incompliment del reglament, entregant la documentació al àrbitre principal una vegada acabada la prova.
- 12.4. Els membres dels controls de pas i dels controls d'avituallament, seran fàcilment identificables, estaran facultats per denunciar les irregularitats dels corredors que incompleixin aquest reglament de competició i informaran al àrbitre principal de les infraccions.
- 12.5. Els membres del control de pas i del control d'avituallament son els responsables de vetllar per la seguretat dels participants i del entorn en el lloc on estiguin assignats.
- 12.6. No està permès l'ús de megafonia als controls que no es trobin en zones urbanes.
- 12.7. L'organitzador donarà al personal de control de pas instruccions i directius per a la conservació del medi natural.

13. RECLAMACIONS

Les reclamacions dels participants es duran a terme a través d'un model de reclamació (veure annex A.3), que facilitarà l'organització, pagant un dipòsit de 50 euros (que es retornarà si aquesta prospera) al final de cada cursa i tan sols dins el mateix dia de la prova.

ANNEX

1. Autorització menors.
2. Full de reclamació.
3. Criteris d'arbitratge de les curses.
4. Clàusula d'exempció de responsabilitat de l'organitzador per l'ús del calçat minimalista o alternatiu a les proves oficials FBME.
5. Decàleg de bones pràctiques dels corredors.

A1. AUTORITZACIÓ MENORS



..... amb DNI.....
pare, mare o tutor de
amb DNI....., don autorització al meu fill/a
..... a participar en la cursa per muntanya
de , excloent a l'organització de qualsevol incident o
accident que es pugui produir durant el transcurs de la prova no derivat de la mateixa.

Fent cessió dels drets d'imatge a la Federació Balear de Muntanyisme i Escalada i a l'Organització per la publicació de fotografies del esdeveniment esportiu on participi el meu fill/a als canals de comunicació propi i externs a la Federació.

Firma del pare, mare, tutor.



A2. FULL DE RECLAMACIÓ

De la competició realitzada el dia/...../.....

Núm. Reclamació

A

Organitzada pel Club.....

RECLAMANT:

ESPORTISTES AFECTATS:

NOM I LLINATGES:	
Club a qui representa:	
Núm. NIF o NIE:	
Direcció:	
Telèfon:	
Correu electrònic:	

Exposició dels fets:

.....
.....
.....
.....
.....

Sol·licitud de l'afectat:

.....
.....
.....
.....

A, dia de de

**Signatura del
reclamant Membre
Comitè de Curses per
muntanya - trail FBME**

La FBME ha rebut la quantitat de: 50 €
(rebut pel reclamant)

del senyor/a.....en concepte de:

dipòsit de reclamació número del dia
/
...../.....

(La quantitat serà retornada si la reclamació prospera)

A, dia de
.....d
e
.....

**Signatura i nom del Representant de
la FBME**

A3. ÀRBITRES DE CONTROL DE LA COMPETICIÓ

ÀRBITRE PRINCIPAL

Normalment serà el més veterà. Serà el màxim responsable de l'equip arbitral de la cursa, efectuant un seguiment previ de tot el que estigui relacionat amb la cursa, estant en contacte amb l'organitzador, vetllant perquè el present Reglament es compleixi i solucionant els dubtes que puguin sorgir.

És el responsable de distribuir les tasques dins l'equip i de fer l'acta de competició.

ÀRBITRE DE RECORREGUT

Supervisarà part del recorregut, especialment allò relacionat amb la seguretat, marcatge, controls de pas, cartells informatius i instal·lacions de cordes fixes. Durant la revisió del recorregut l'equip de àrbitres serà acompanyat preferentment per membres de l'organització.

El dia de la prova i seguint les indicacions del àrbitre principal se col·locaran als llocs on sigui possible fer dreceres i als punts de control de pas entremig de la cursa per realitzar el tancament de la mateixa i/o als punts d'avituallament.

Serà obligació dels àrbitres de recorregut ajudar a elaborar l'acta i a aportar els recursos fotogràfics necessaris.

ÀRBITRE DE CLASSIFICACIONS, SORTIDA I ARRIBADA

Com les curses de la copa estan cronometrades electrònicament, aquesta funció la realitzarà el àrbitre principal, revisant les classificacions, proposant les sancions i vetllant per una correcta sortida i arribada dels participants sense que se presentin elements externs. L'àrbitre principal entregarà les classificacions un cop revisades al director de cursa per procedir a l'entrega de trofeus.

Els arbitres donaran les sortides a totes les proves i tancaran la mateixa al complir-se el temps marcat per l'organització de final de prova.

ÀRBITRE AMBIENTAL

En compliment de la Circular del Conseller de Medi Ambient, Agricultura i Pesca de 17 de Maig de 2.017 i publicada al BOIB N.71 de 10 de Juny de 2.017, la Federació facilitarà els arbitres federatius formats a través de la FEDME amb els coneixements per a realitzar un informe ambiental post Cursa i complir amb la figura de supervisor ambiental exigida i registrada d'entrada al Govern de les Illes Balears.

Tots els arbitres tindran que disposar de l'acreditació oportuna abans del inici de la competició.

COMITÈ DE COMPETICIÓ

Format per l'equip de jutges-àrbitres , el director de cursa, el delegat federatiu (que podrà ser un membre del comitè de curses), i Àrbitre mediambiental.

JURAT DE COMPETICIÓ

Integrat per:

1. Jutge- Àrbitre principal.
2. Director de Cursa.
3. Representant dels Corredors i Corredores. En cas de no participar, es triarà per sorteig un corredor o i corredora d'entre els 10 primers de la classificació general.
4. Representant del comitè de Curses o president de la FBME.
5. Àrbitre mediambiental
6. Responsable de seguretat.

Es convocarà en el cas de que qualsevol part interessat/ada ho trobi oportú. Resoldran sobre la reclamació presentada, en el termini màxim d'una setmana.

En cas de no arribar a un acord, es farà una votació a mà alçada i en cas d'empat el vot del delegat federatiu contarà doble.

A4. CLÀUSULA D'EXCEMPCIÓ DE RESPONSABILITAT



Clàusula d'exempció de responsabilitat a l'organitzador per al ús del calçat minimalista o alternatiu en proves oficials FBME.

D./Dña....., major d'edat,

amb DNI núm. manifesta que ha estat total i completament informat de les característiques de la prova (nom de la prova)

....., del material recomanat i que coneix els riscos intrínsecs que comporta la participació en qualsevol activitat de muntanya i els accepta i assumeix voluntàriament, decidint participar-hi amb calçat minimalista o alternatiu, exclouent a les entitats organitzadores de qualsevol responsabilitat civil a causa d'aquesta decisió personal.

En a ... de de 20

A5. DECÀLEG DE BONES PRÀCTIQUES DELS CORREDORS/ES DE CXM-TRAIL

1. Respectaré sempre l'entorn. No faré malbé els recursos naturals tant en zones protegides com no protegides, ni els elements etnològics.
2. Respectaré i seguiré en tot moment l'itinerari del camí marcat per l'organització, evitant sortir del recorregut, quan entreni aniré sempre per senders marcats i evitaré els camps a través.
3. Respectaré tots els membres de l'organització, els altres corredors, jutges, voluntaris i totes les persones involucrades en la cursa.
4. Tots els meus gels, barretes, etc., els duré adequadament marcats amb el número del meu dorsal.
5. No tiraré cap tipus de residu (embolcalls de gels, barretes, aliments o materials) fora dels llocs habilitats per l'organització.
6. Duré bastons sempre que estigui permès i, si els duc, ho faré amb els taps adequadament posats.
7. No emetré senyals lluminosos durant el recorregut, a excepció de la il·luminació frontal i posterior (llumeta vermell) en els trams nocturns.
8. No cridaré ni faré renou innecessari durant el recorregut, respectant així l'entorn, ni en competició ni en els entrenaments.
9. Conec i accepto els reglaments de curses per muntanya - trail de la FBME, així com les zones de protecció i em comprometo a complir-los.
10. Conec i accepto les normes específiques de la cursa i em comprometo a complir-les.