



DECALEG 1ª CAMINADA UN TOMB PER LA MOLA

1- ORGANITZACIÓ

La 1ª CAMINADA UN TOMB PER LA MOLA, a celebrar el 20 de maig de 2023 és una prova no competitiva, que té com objectiu gaudir d'una caminada per uns trams de la Marxa de Collejou. El recorregut és de 16 Km. senyalitzats i 1380 m. de desnivell acumulat, que transcorre donant el tomb a la Mola, amb sortida i arribada a Collejou.

2-INSCRIPCIÓ

La inscripció es farà a partir del 14 d'abril 2023, a través de la web de la FEEC:
<http://www.feec.cat/competicio/inscripcions>

Trobareu un enllaç a la web del club www.cereddis.cat

El termini d'inscripció es tancarà el 18 de maig de 2023, o un cop assolits els 250 participants.

La inscripció es considerarà vàlida un cop efectuat el pagament individualitzat. Els drets d'inscripció seran de 15 € per als participants amb llicència de la FEEC, FEDME i adherides a la UIAA de l'any en curs, mínim Tipus A , i de 21 € per als no federats (incloent la llicència temporal de la FEEC amb cobertura únicament vàlida per la durada de l'activitat).

Els drets d'inscripció inclouen: l'avituallament a 2 punts de l'itinerari, obsequi i diploma a tots els classificats.

L'organització es reserva la facultat d'admetre inscripcions després del dia 18/05/23. En cas d'acceptar-les, es cobrarà un recàrrec de 10 €.

La inscripció es limita a 250 participants.

L'organització es reserva el dret d'admetre als participants que hagin menystingut a l'organització i no hagi fet servir els conductes reglamentaris.

Per recollir el dorsal, els federats hauran de presentar el D.N.I. i la Llicència original anual vigent, i els no federats el D.N.I.

Antoni de Padua Torrents
Coordinador

Carme Oró
Presidenta



3-ITINERARI

Colldejou, Font del Bullidor, Coll del Guix, Camí dels Revolts, Torre de Fontaubella (Avituallament), Colldejou (Avituallament)

4-HORARI

La velocitat de la prova i els horaris d'obertura i tancament dels controls seran a criteri de l'entitat organitzadora, sent l'horari de sortida a les 8,00 hores, i l'hora d'arribada les 14,00 hores.

5-SENYALITZACIÓ, CONTROLS i AVITUALLAMENTS

Encara que la caminada transcorre per camins generalment senyalitzats, (GR i PR) o altres marques, l'Organització a previst situar cintes i sagetes en els indrets més conflictius. A tots els participants se'ls hi facilitarà un mapa i un full de ruta, on hi constaran tots els controls de pas i punts d'avituallament i les dades necessàries per poder seguir el camí correcte.

6-CONCENTRACIÓ, SORTIDA i ARRIBADA

Poliesportiu de Colldejou

Concentració a partir de les 7:00 hores.

La entrega de dorsal es tancarà a les 7:55 hores.

7-NORMES DE SEGURETAT DE LA PROVA

- Dur la llicència federativa vigent acompanyada del DNI que haurà de ser presentada a qualsevol membre identificat de l'organització que ho sol·liciti.
- Seguir les indicacions donades per qualsevol membre de l'organització.
- Ajudar o prestar atenció a participants que requereixin assistència.
- En cas d'abandonament o incidència comunicar-ho a l'organització de la prova, utilitzant el telèfon que consta en el full de ruta de la marxa.
- L'organització no es fa responsable dels accidents o danys que puguin rebre o produir els participants, si bé vetllarà per tal d'evitar-los.
- Es obligatori portar:

Antoni de Padua Torrents
Coordinador

Carme Oró
Presidenta



- Manta tèrmica de 1,40x2mts mínim.
 - Telèfon mòbil engegat i no en mode avió. Recomanable tenir alguna aplicació tipus(Alpify, My112 o Mammut Safety) activat.
 - Motxilla o equivalent.
 - Sistema d'hidratació (mínim 1L)
-
- El mal temps no serà obstacle per a la celebració de la prova, si bé l'organització podrà suspendre-la abans de sortir cap participant, o bé modificar o neutralitzar part de l'itinerari com a mesura de seguretat per els participants.
 - No es podrà participar amb animals de companyia per motius de seguretat
 - El fet d'inscriure's representa l'acceptació d'aquestes normes.

L'organització podrà comprovar en qualsevol moment de la prova que es porta el material obligatori, de no ser així podrà desqualificar al participant.

8-RESPONSABILITAT

Afrontar una caminada requereix unes condicions físiques i psíquiques òptimes. L'entitat organitzadora no està obligada a demanar cap tipus de certificat mèdic, si bé te 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 responsabilitats per els accidents, negligències i danys a tercers que es poguessin produir durant la caminada.

9-DISPOSICIONS FINALS

- L'organització no garanteix l'evacuació en cas d'abandonament fora del control.
- Per participar a la Caminada un Tomb per la Mola cal tenir la llicència anual de la FEEC o la llicència temporal de la FEEC tramitada expressament per el dia de la prova.
- Per participar cal que el participant tingui 12 anys a dia de la prova.
- Els menors de 18 anys hauran d'anar acompanyats per la persona que designi el pare, mare o tutor legal per escrit . Aquesta autorització haurà de ser enviada en el

Antoni de Padua Torrents
Coordinador

Carme Oró
Presidenta



moment de la inscripció a secretaria@cereddis.cat . També s'haurà de presentar el dia de la prova en el control de sortida.

- El fet d'inscriure's representa l'acceptació d'aquestes normes.
- En el moment de recollir el dorsal cada participant signarà l'acceptació d'aquest reglament, condició indispensable per a poder participar en la prova.
- No es retornaran diners d'inscripcions errònies en el sentit d'estar federat o no en el moment de fer-ho.
- **La nostra entitat està compromesa amb el medi natural i volem fer una marxa sostenible i no crear residus innecessaris, per tant enguany la nostra marxa no donarà gots de plàstics , cada participant haurà de portar el seu per anar reomplint en tots els punts d'avituellament. Gràcies a tots per la vostra col·laboració.**

Antoni de Padua Torrents
Coordinador

Carme Oró
Presidenta