

XV MARXA de RESISTÈNCIA



Reglament

La 15a marxa de resistència “7 Cims”, a celebrar el dia **6 de maig de 2018**, és una prova no competitiva de resistència individual per camins de muntanya inclosa en el **Circuit Català de Caminades de Resistència 2018 (CCCR)**.

Participants: Per participar cal tenir 14 anys complerts el dia de la prova. Els menors i les menors de 18 anys estan obligats a lliurar una autorització escrita dels pares o tutors i si tenen menys de 16 anys a més han d'anar acompanyats d'una persona adulta durant tot el recorregut que sota cap circumstància podrà continuar en la prova si abandona el o la menor.

Sortida: A les 6.30 hores **del matí** de la **Plaça Nova de Torrelles de Foix**.

Recorregut: La marxa té un recorregut de **58,2 Km** i un desnivell acumulat de **± 4.746 metres**. Hi haurà punts d'avituallaments i controls durant el mateix.

El recorregut de la Marxa 7 cims passa per terrenys i finques privades en conveni amb els propietaris, on sols és permès el pas de marxadors inscrits i amb possessió de la corresponent targeta de control de pas. Caldrà mostrar aquesta targeta per accedir-hi.

Senyalització: El recorregut està senyalitzat amb marques **verdes i blanques** i amb cintes als llocs més dubtosos. Allà on l'itinerari coincideix amb senders GR o PR caldrà seguir les marques d'aquests. Una aspa amb aquests colors indica direcció equivocada.

Classificació: Els i les participants que no inverteixin més de 14.45 hores en efectuar la marxa i no hagin estat desqualificats es consideraran classificats.

Desqualificació. Serà motiu de desqualificació:

- No fer la totalitat del recorregut a peu o per l'itinerari senyalitzat.

- No passar per tots els controls o no presentar la targeta de control al finalitzar.
- Contravenir les normes contingudes en el present reglament o les que l'organització pugui establir en el transcurs de la marxa.

Material obligatori durat tota la marxa:

- Motxilla, ronyonera o similar.
- Recipient per a la reserva mínima d'un litre d'aigua.
- Manta tèrmica d'1,4 x 2 m mínim.
- Mòbil amb bateria carregada.

L'organització pot fer revisió d'aquest material, abans, durant o al final de la prova.

Seguretat: Els participants hauran de complir les normes de circulació viària en els trams de nucli urbà i carretera. L'organització tindrà controls de seguiment en els punts més conflictius.

Els trams del recorregut i encreuaments de carreteres que presentin perill estaran degudament senyalitzats. L'organització no es fa responsable dels accidents o danys que puguin patir o produir els participants, si bé vetllarà per tal d'evitar-los i que la prova es desenvolupi amb normalitat.

Medi ambient: Com a mesura envers el medi natural **NO hi haurà gots** als avituallaments. A la sortida es facilitarà a tots els participants un got per poder reutilitzar-ho durant tota la marxa.

Altres: El mal temps no serà obstacle per a la celebració de la marxa si bé l'organització es reserva el dret de suspendre-la o modificar-la si ho estima convenient.

Obligacions del participant:

- Dur la llicència vigent de la FEEC acompanyada del DNI que haurà de ser presentada a qualsevol membre identificat de l'organització que ho sol·liciti.
- Seguir les indicacions donades pels membres de l'organització.
- Comunicar al control més proper qualsevol incidència o accident que hagi observat.
- En cas d'abandonament comunicar-ho en el control més proper o a qualsevol membre de l'organització.
- Ajudar o prestar atenció a participants que requereixin assistència.
- Proveir-se **obligatòriament** del material de seguretat que exigeixi l'organització.
- Respectar les propietats, masies i conreus per on passi la caminada.
- No malmetre la natura i no llençar cap tipus de deixalla.

L'incompliment d'aquestes normes de civisme i comportament serà motiu de desqualificació.

Responsabilitat: En consideració a les característiques de la marxa, distància i desnivell, es requereix un nivell de preparació físic i psíquic òptim per realitzar-la. L'organització no està obligada a demanar cap tipus de certificat mèdic, si bé té la potestat d'admetre o fer fora de la prova aquelles persones que consideri de risc abans o durant la caminada.

Pel fet d'inscriure's a la marxa, el o la participant declara conèixer i acceptar aquestes normes alliberant a l'entitat organitzadora, organitzadors i voluntaris, i a la FEEC de tota responsabilitat pels accidents, negligències i danys a tercers durant el transcurs de la prova.

Qualsevol altre cas no previst en aquest reglament serà resolt per l'organització i per membres de l'Àrea de Marxes de la FEEC.

Aquest reglament està basat en el reglament del Circuit Català de Caminades de Resistència de la FEEC.