

## REGLAMENT F-RALLY ESTERRI D'ÀNEU

Versió 1.0

Barcelona, setembre de 2015

## ÍNDIX

1.	DEFINICIÓ.....	3
2.	LA PROVA.....	3
3.	AVITUALLAMENTS.....	3
4.	PUNTS DE PAS.....	3
5.	MATERIAL OBLIGATORI .....	4
6.	JOC NET.....	5
7.	NORMES DE SEGURETAT.....	5
8.	CONDICIONS PER A LA INSCRIPCIÓ.....	5
9.	CATEGORIES.....	5
10.	CLASSIFICACIONS.....	6
11.	RESPONSABILITATS.....	6
12.	OBLIGACIONS DELS PARTICIPANTS.....	7
13.	INFRACCIONS.....	7
14.	RECLAMACIONS.....	8
15.	ALTRES.....	8

## **1. DEFINICIÓ**

- 1.1. L'F-Rally d'Esterrí d'Àneu és un rally d'alta muntanya de dos dies de durada (19 i 20 d'octubre del 2015) que es disputarà a les Valls d'Àneu.

## **2. LA PROVA**

- 2.1. No hi haurà cap tipus de marcatge.
- 2.2. S'entregarà un mapa als participants 1 hora abans de la sortida amb els punts de pas marcats. El recorregut i l'ordre entre els punts de pas serà lliure. Cada equip haurà de tenir la seva pròpia estratègia.
- 2.3. La classificació serà determinada per la quantitat de punts visitats i, en cas d'empat, pel temps emprat. Cada punt de pas valdrà un punt.
- 2.4. La prova transcorrerà per terreny d'alta muntanya, on hi pot haver trams de dificultat màxima de III.

## **3. AVITUALLAMENTS**

- 3.1. No hi haurà cap tipus d'avituallament.
- 3.2. Cada equip haurà de ser completament autosuficient.
- 3.3. Els equips hauran d'iniciar la cursa com a mínim amb el menjar (2.000 cal per persona) i la beguda (1 litre) exigint per l'organització.

## **4. PUNTS DE PAS**

- 4.1. Els punts de pas podran estar situats en cims, colls, llacs, refugis o punts perfectament identificables en un mapa 1:25.000.
- 4.2. Els punts de pas no tindran un ordre de pas obligatori. Tindran una hora d'obertura i de tancament que marcarà l'estratègia dels equips.
- 4.3. El temps límit per a la finalització de la prova serà de vuit hores cada dia. A partir de les vuit hores hi haurà un període de 30 minuts que es penalitzarà amb la pèrdua d'un punt. Si se superen els 30 minuts l'equip quedarà desqualificat.
- 4.4. A cada punt de pas els equips hauran de registrar el seu pas amb el sistema de cronometratge Sportident.
- 4.5. La distància entre els participants d'un mateix equip no podrà ser de més d'un minut.
- 4.6. L'organització pot anul·lar punts de pas abans de la sortida en el cas que les condicions així ho aconsellin (com per exemple mal temps) o bé comportin un perill per als propis participants.

## **5. MATERIAL OBLIGATORI**

- 5.1. Cada participant ha de portar el material següent:
  - § Motxilla

- § Xiulet
- § Crema solar
- § Casc
- § Calçat amb sola adient per a l'alta muntanya
- § Brúixola
- § Mapa (proporcionat per l'organització)
- § Jaqueta impermeable amb caputxa (de 10.000 mm de columna d'aigua)
- § Pantalons impermeables (de 10.000 mm de columna d'aigua)
- § Segona capa (de 180 gr de pes total de la talla M)
- § Gorra
- § Guants
- § Menjar (min. 2.000 Kcal per persona i dia)
- § Cantimplora 1L (plena)
- § Manta tèrmica o de supervivència (min. 2x1,2 m)
- § Frontal amb una potència mínima de 100 lúmens, en ordre de funcionament amb piles o bateria de recanvi. En cas de ser un frontal amb bateria recarregable caldrà portar una segona bateria carregada o un segon frontal en ordre de funcionament
- § Telèfon mòbil apagat i precintat (el precinte el proporcionarà l'organització)

\* Tota la vestimenta ha de ser de la talla adequada a cada participant.

5.2. Cada equip ha de portar el material següent:

- § Corda (min. 20 m i 8 mm), 4 cintes llargues i 4 mosquetons.
- § Una farmaciola

5.3. Es revisarà el material obligatori a tots els participants abans de la sortida i a l'arribada. En cas que falti algun element del material obligatori l'equip no podrà efectuar la sortida.

5.4. El material obligatori podrà ser demanat pels jutges i per l'organització en qualsevol punt de l'itinerari. En cas de no portar-lo es considerarà una falta molt greu.

## 6. JOC NET

6.1. Està prohibit portar qualsevol dispositiu electrònic amb capacitat GPS o que permeti carregar mapes, navegar o rebre informacions externes per progressar. L'equip que desitgi participar a la prova utilitzant algun aparell que reuneixi alguna d'aquestes característiques ho podrà fer, però sempre comunicant-ho a l'organització i fora de competició, sense optar a premis ni aparèixer en les classificacions.

6.2. Els telèfons mòbils són molt recomanables en cas d'emergència, però és molt important remarcar que un telèfon mòbil no és un substitut de la seguretat a la muntanya. L'esperit de l'F-Rally és moure's i progressar amb seguretat per la muntanya gràcies al coneixement del medi i a l'experiència.

## 7. NORMES DE SEURETAT

- 7.1. El material obligatori podrà ser demanat pels jutges i per l'organització en qualsevol punt de l'itinerari. Durant la prova l'organització pot anul·lar el pas per algun control si les condicions de seguretat així ho aconsellen.
- 7.2. Els jutges, els responsables dels controls i els serveis d'assistència sanitària en acord amb el director de la prova tenen la potestat per desqualificar qualsevol equip que creguin que no està en condicions per continuar la cursa i, per tant, excloure'l de la prova.

## **8. CONDICIONS PER A LA INSCRIPCIÓ**

- 8.1. L'edat mínima per poder participar a la prova de l'F-Rally en el recorregut Alpi és de 18 anys.
- 8.2. Cada participant haurà d'estar en possessió de la llicència de muntanya (mínim C) amb reciprocitat i específica per a competició (FEEC, FEDME o altres adherides a la UIAA).

## **9. RECORREGUT I CATEGORIES**

- 9.1. Recorregut:

§ Alpi

- 9.2. Categories:

§ Absoluta (tots els equips participants, sense distinció de sexe)  
§ Masculina  
§ Femenina  
§ Mixta

## **10. CLASSIFICACIONS**

- 10.1. La classificació de la prova la donarà la quantitat de punts de pas visitats i, en cas d'empat, el temps d'arribada dels equips.
- 10.2. Cada categoria tindrà la seva pròpia classificació.

## **11. RESPONSABILITATS**

- 11.1. El sol fet d'organitzar o de participar en la cursa de l'F-Rally de la FEEC, representa l'acceptació d'aquest reglament i així es farà constar en el reglament de la prova.
- 11.2. La FEEC i els organitzadors no es fan responsables dels danys de qualsevol mena derivats o ocasionats per negligència, mala fe i altres casos contemplats a les exclusions de la pòlissa de responsabilitat civil contractada per la FEEC, durant la celebració de les proves que integren la competició.
- 11.3. És responsabilitat dels participants portar el material obligatori i el material extra adequat per a cada una de les curses. També és responsabilitat de cada participant haver obtingut els coneixements teòrics i pràctics necessaris per poder participar a la

prova de l'F-Rally, així com del seu propi estat físic. A aquest efecte signaran una declaració responsable en línia quan s'inscriguin a cada prova.

## **12. OBLIGACIONS DELS PARTICIPANTS**

- 12.1. Tots els participants tenen l'obligació de seguir les indicacions donades pels jutges, el comissari metge, el director de la cursa i els membres de l'organització de la cursa. En cas de desobeir les directrius de seguretat indicades per aquests alguna d'aquestes persones, el corredor serà desqualificat de la prova.
- 12.2. Tots els participants tenen l'obligació d'assistir i de comunicar qualsevol accident que hagin observat. En cas de no fer-ho seran desqualificats.
- 12.3. Els equips que decideixin retirar-se d'una cursa hauran de comunicar-ho a l'organització.
- 12.4. Tots els equips hauran de dur el material obligatori durant tota la prova.
- 12.5. El corredor és el responsable de validar els temps de pas fent ús del sistema de cronometratge Sportident.
- 12.6. En inscriure's a la prova F-Rally de la FEEC, tots els participants accepten el descàrrec de responsabilitats que s'adjunta a l'annex 4 d'aquest reglament.

## **13. INFRACCIONS**

- 13.1. Existiran dos tipus d'infraaccions, greus i molt greus.
- 13.2. Sancions greus. Es penalitzaran amb una hora.
  - a) Distància superior a un minut entre algun dels components d'un equip.
- 13.3. Sancions molt greus. Es penalitzaran amb la desqualificació.
  - a) Llençar deixalles.
  - b) Mantenir una conducta antiesportiva.
  - c) No respectar les normes de protecció de la natura.
  - d) Anticipar-se al senyal de sortida.
  - e) No passar el control de sortida.
  - f) No passar el control de material.
  - g) Rebre assistència externa.
  - h) Portar el mòbil connectat, sense precintat o amb el precinte trencat sense justificació de seguretat.
  - i) No portar algun element del material obligatori.
  - j) Fer servir qualsevol mitjà de transport o locomoció durant tot o part del recorregut.
  - k) Finalitzar la prova més tard de l'hora de tancament del control d'arribada
  - l) No auxiliar un corredor accidentat.
    - m) La ingestió de productes de dòping, així com negar-se a la realització de la prova en la forma i horaris establerts, o donar positiu en el control.
  - n) Qualsevol desconsideració amb els jutges de l'organització, el comissari metge, el director de la cursa, els organitzadors o altres participants de la prova

- o) Progressar de manera independent o per rutes separades dels components de l'equip.

#### **14. RECLAMACIONS**

- 14.1. El Jutge principal de la prova, a través de l'entitat organitzadora de la prova, posarà a disposició dels participants, el Full oficial de Reclamacions i Sugeriments, el dia de la prova.  
Aquesta reclamació s'haurà de presentar degudament complimentada com a màxim 30 minuts abans de l'hora oficial de l'entrega de premis a qualsevol dels àrbitres acompanyada de 30 €, que es retornaran en el cas que la reclamació prosperi.
- 14.2. El director de la cursa haurà de reunir el jurat i resoldre la reclamació presentada fent comparèixer tots els implicats en la reclamació i els testimonis que siguin necessaris. Posteriorment haurà de comunicar-ho a tots els implicats.
- 14.3. El Jurat haurà de fer un informe de la reclamació i la seva resolució. Aquest informe quedarà en mans de l'àrbitre principal i amb còpia al delegat FEEC, i serà enviat a l'Àrea Tècnica de la FEEC.
- 14.4. Per a reclamacions posteriors al dia de la cursa, els participants tindran dret a reclamar, per escrit a l'Àrea Tècnica de la FEEC, dins dels 15 dies naturals següents a la celebració de cada prova.

#### **15. ALTRES**

- 15.1. Qualsevol incidència no prevista en aquest reglament serà resolta per l'organitzador.

## ANNEX NÚM. 2

### Full de reclamació d'incidència de la prova F-Rally de la FEEC

**Data**      **Competició**      **Copa**      **Campionat de Catalunya**  
**Edició**      **Nom de la cursa**

**Entitat organitzadora**

#### Jurat de la prova

<b>Director de la cursa</b>	
<b>Delegat FEEC</b>	
<b>Àrbitres FEEC</b>	
<b>Corredor</b>	
<b>Corredor suplent</b>	

#### Dades del Reclamant

<b>Nom i Cognoms</b>	
<b>DNI</b> (o document equivalent)	
<b>Club/Entitat/Federació</b>	
<b>Adreça</b>	
<b>Codi postal</b>	<b>Població</b>
<b>Telèfon</b>	
<b>Nom i cognoms dels corredors afectats</b>	




**Motiu de la reclamació:**

**Signatures del delegat FEEC i del/s reclamant/s:**

**Lloc i data:**

**La FEEC ha rebut la quantitat de 30 €:**

**De:**

*Full de reclamació d'incidències*

**En concepte de dipòsit de reclamació de la cursa:**

**Delegat FEEC**

**Data i lloc**

## **CÒPIA RECLAMANT**

La **FEEC** ha rebut la quantitat de **30 €**:

**De:**

*Full de reclamació d'incidències*

**En concepte de dipòsit de reclamació de la cursa:**

**Delegat FEEC**

**Data i lloc**

**CÒPIA FEEC**

**ANNEX NÚM. 3**

*Full de reclamació d'incidències*

**PLEC DE DESCÀRREC DE RESPONSABILITATS**

**Accepto:**

1. Que he llegit, entès i accepto íntegrament el Reglament de la prova F-Rally de la FEEC i el de la prova en què participo. El reglament es pot trobar a la web de la cursa.
2. Que estic segur d'estar físicament i psicològicament ben preparat per realitzar la prova, que segueixo els controls mèdics adequats per garantir que dispo de prou bona salut i que no pateixo cap malaltia, al·lèrgia, defecte físic, lesió o afecció cardiorespiratòria que desaconselli la meva participació.
3. Que sóc plenament conscient de la duresa de l'esport.
4. Que sóc conscient que aquest tipus de proves comporten un risc addicional pels participants. Per això, hi assisteixo de forma voluntària i amb iniciativa pròpia i assumeixo íntegrament els riscos i les conseqüències derivades de la meva participació.
5. Que dispo dels coneixements i de la destresa tècnica suficients per garantir la meva pròpia seguretat, en l'entorn i les condicions d'autonomia en les quals es desenvolupa la prova. Que dispo també del material esportiu i de seguretat exigít per l'Organització per al

dia de la prova i garanteixo que es troba en bon estat, que sé utilitzar-lo adequadament i que el duré damunt meu durant tota la prova.

6. Que em comprometo a complir les normes i els protocols de seguretat establerts per l'Organització de la prova en la qual prenc part, així com a mantenir un comportament responsable que no faci augmentar els riscos per a la meva integritat física o psíquica. Seguiré les instruccions i acataré les decisions que prenguin els responsables de l'Organització (jutges, metges i organitzadors) en temes de seguretat.

7. Que autoritzo els Serveis Mèdics de la prova a que em practiquin qualsevol cura o prova diagnòstica que ells considerin en qualsevol moment de la prova, l'hagi o no sol·licitat jo mateix. Davant dels seus requeriments, em comprometo a abandonar la prova i/o a permetre la meva hospitalització, si ells ho creuen necessari per a la meva salut.

8. Que autoritzo a l'Organització de la prova a fer i a utilitzar qualsevol fotografia, filmació o gravació que es faci, sempre que estigui exclusivament relacionada amb la meva participació en aquest esdeveniment, i a no percebre cap tipus de contraprestació a canvi.

9. Que abans o durant la prova no consumiré substàncies prohibides, considerades com a dòping per les federacions d'atletisme i muntanya.

10. Que sóc conscient que la meva inscripció és personal i intransferible, per la qual cosa no la cediré o vendré a cap altra persona, ni tan sols en el cas que jo no pugui assistir a la prova.

11. Que participo voluntàriament i sota la meva pròpia responsabilitat en la prova. Per tant, exonero de qualsevol responsabilitat l'Organització, col·laboradors, patrocinadors i altres participants per qualsevol dany físic o material que es produeixi en la meva persona i, per tant, renuncio a interposar denúncia o demanda contra els esmentats.

*Plec de descàrrec de responsabilitats*

12. Que em comprometo a seguir les pautes generals de respecte als altres i al medi ambient que es relacionen tot seguit:

- a) Transitar amb prudència i segons les normes establertes per pistes i carreteres obertes al trànsit.
- b) Transitar a poc a poc en presència de persones, animals o vehicles.
- c) No provocar alteracions en els processos ni en el funcionament natural dels ecosistemes.
- d) No deteriorar els recursos biòtics, geològics, culturals o el paisatge, en general.
- e) Esquivar o evitar les zones mediambientalment sensibles.
- f) Realitzar les necessitats fisiològiques en els llocs adients o, en tot cas, fora de l'aigua i lluny de llocs de pas o reunió de persones.
- g) No encendre foc ni provocar situacions de risc d'incendi.
- h) No utilitzar o instal·lar cap tipus d'estructura o element que deixi empremta permanent en el medi.
- i) No llençar ni abandonar objectes o residus sòlids o líquids.
- k) Tancar les tanques o fils per al bestiar que em vegi obligat a obrir al meu pas.