



Reglament del Circuit Català de Caminades de Marxa Nòrdica (CCCMN)

Aprovat a l'Assemblea del 29 de novembre de 2025

Índex

1. Preàmbul.....	3
2. Paràmetres d'una caminada de Marxa Nòrdica.....	3
3. Selecció de caminades	4
4. Control de proves.....	5
5. Calendari del CCCMN	5
6. Participació en el CCCMN	5
7. Material recomanat.....	6
8. Inscripcions	7
9. Reconeixement	7
10. Categories del CCCMN	8
11. Obligacions	8
12. Arribats.....	11
13. Escombres	11
14. Comunicació	12
15. Modificacions i anul·lacions	12
16. Exclusions.....	12
17. Confecció Opuscle.....	13
18. Marxa Nòrdica Inclusiva.....	13
19. Altres consideracions	13

ARTICLE 1. Preàmbul

- 1.1. El Circuit Català de Caminades de Marxa Nòrdica (a partir d'ara CCCMN) **és una activitat no competitiva adscrita a l'Àrea d'Excursionisme de la FEEC**, oberta a les entitats adherides a la FEEC, que agrupa un conjunt de caminades de Marxa Nòrdica en les que preval l'estímul de la superació personal, la pràctica correcta de la tècnica, la germanor i la solidaritat entre les persones participants.
- 1.2. El funcionament d'una caminada del CCCMN es fonamentarà en el present reglament. Aquest contemplarà totes les qüestions expressades i haurà d'estar supervisat per l'Àrea d'Excursionisme de la FEEC i per la seva Comissió de Marxa Nòrdica. Així es farà constar en el reglament intern de l'entitat organitzadora.

1.3. Propòsit del CCCMN.

- Reconèixer l'esforç de les persones participants.
- Reconèixer les entitats excursionistes que a través de la participació dels seus socis i de les seves sòcies són representades al CCCMN.
- Conèixer i respectar el nostre patrimoni natural i cultural.
- Contribuir a millorar la tècnica de Marxa Nòrdica de les persones participants.
- Incrementar el desenvolupament de la modalitat esportiva, no competitiva, de la Marxa Nòrdica.

1.4. Una caminada de Marxa Nòrdica, a efectes d'aquest reglament és:

Una excursió que es pot realitzar completament practicant Marxa Nòrdica. Consisteix a caminar amb uns bastons especialment dissenyats per a aquesta activitat esportiva amb una tècnica específica. Una correcta tècnica es basa en una progressió de passos i moviment dels braços, avantbraços i mans, a les quals van subjectes els bastons específics per a la pràctica d'aquest esport, respectant la caminada natural fent un ús actiu dels bastons.

ARTICLE 2. Paràmetres d'una caminada de Marxa Nòrdica

21. Per tal que una caminada sigui admesa en el calendari del CCCMN haurà d'adequar-se als següents paràmetres:
 - 2.1.1. El recorregut ha de desenvolupar-se per entorns de muntanya o agra

forestals periurbans i, parcialment, per entorns urbans de connexió amb les altres zones naturals.

- 2.1.2.** Tenir una distància mínima de 6 km.
- 2.1.3.** Tenir una distància màxima de 20 km. Per a les marxes de més de 14km s'ha de dissenyar un recorregut alternatiu d'entre 6 i 10 km. per afavorir més participació.
- 2.1.4.** Tenir una durada mínima d'1,5 h.
- 2.1.5.** Tenir una durada màxima de 5 h.
- 2.1.6.** Distància màxima entre avituallaments: 10 km.
- 2.1.7.** Tenir un desnivell màxim total acumulat de 700 m. i amb una pendent màxima del 10% per trams que no superin els 50 m.
- 2.1.8.** Les proves hauran de ser validades per la Comissió de Marxa Nòrdica. S'haurà d'especificar als programes de les proves si hi ha trams que no són aptes per practicar el l'estil correcte de Marxa Nòrdica i les distàncies d'aquests trams, com ponts de fustes, guals, rampes amb fortes inclinacions sempre que no superin el 15% de pendent.
- 2.1.9.** Disposar de controls de tancament horari amb un mínim d'1.
- 2.1.10.** Garantir que la prova es pugui realitzar caminant mentre es practica la tècnica de la Marxa Nòrdica. El màxim recorregut admès per asfalt: 25% del total de la prova. (S'exclou el pas intern per poblacions).
- 2.1.11.** A criteri dels organitzadors es podran establir horaris de sortides esgraonades de petits grups per evitar aglomeracions de gent a la zona de la sortida.

2.1.12 Senyalització:

- Tenir correctament senyalitzat tot l'itinerari, evitant pintures indelebles a terra, cartells i pals urbans, arbrats, etc.
- Incloure un cartell informatiu als controls d'avituallament i de marcatge (dimensió mínima A3) indicant ubicació de les persones participants, gràfic del recorregut (mapa i perfil) i distàncies i horaris de tancament dels controls.
- Disposar de rètols indicadors de perill a tots els encreuaments de carreteres comarcals i locals.

- 2.1.13** Disposar com a mínim de dues persones de l'organització als encreuaments de carreteres de xarxa bàsica, adequadament equipats, sempre que sigui inevitable el pas per aquest punt i no hi hagi cap alternativa. En cap cas regularan el tràfic. La seva labor serà vetllar pel bon comportament de les persones participants i del compliment del reglament. L'única excepció serà quan una caminada,

en una població, travessi la carretera per passos habilitats per a vianants (semàfor, pas soterrat o pas zebra). En aquest cas s'aplicarà l'anterior punt.

2.1.14 Disposar de rètols indicadors de perill en aquells trams on cal prestar atenció.

Adequar o protegir els trams del recorregut que presentin risc.

2.1.15 Disposar d'equip escombra oficial de clausura de la caminada.

ARTICLE 3. Selecció de caminades de Marxa Nòrdica

3.1. L'Àrea d'Excursionisme de la a FEEC és l'encarregada de seleccionar les caminades que formaran part del CCCMN. Es reunirà amb la Comissió de Marxa Nòrdica per la validació final de les proves del circuit.

3.2. Només podran formar part del calendari de caminades del CCCMN les entitats adherides a la FEEC.

3.3. Sol·licitud de participació en el CCCMN.

3.3.1. L'entitat organitzadora haurà de demanar a l'Àrea d'Excursionisme de la FEEC el corresponent imprès de sol·licitud i omplir-lo adequadament, seguint les instruccions indicades.

3.3.2. Estar supervisada per l'Àrea d'Excursionisme de la FEEC.

3.4. Renovació de la participació d'una prova del CCCMN.

3.4.1. La presentació de la sol·licitud i posterior admissió al CCCMN és de caràcter anual i només té vigència per l'any en curs.

3.4.2. Una entitat organitzadora d'una caminada del CCCMN haurà de trametre a l'Àrea d'Excursionisme de la FEEC la corresponent sol·licitud, omplerta adequadament, dins els terminis d'entrega indicats.

3.5. No admissions/Exclusions.

3.5.1. L'Àrea d'Excursionisme de la FEEC tindrà la potestat de no admetre o excloure una caminada quan:

No admesa:

- No s'ajusta al format d'una caminada de Marxa Nòrdica del CCCMN.
- Sol·licita la seva participació al Circuit fora de termini.
- No lliura la memòria de la caminada en el termini establert.
- Incompliment greu del Reglament en l'edició d'anys anteriors, acordat

en resolució ferma pels òrgans jurisdiccionals de disciplina esportiva de la FEEC o, si és el cas, pel Tribunal Català de l'Esport..

Exclusió:

- No aporta garanties per a la seva correcta realització.
- No compleix el present reglament..
- Quan l'entitat organitzadora estigui sancionada en ferm per falta greu o molt greu pels òrgans jurisdiccionals de disciplina esportiva de la FEEC o pel Tribunal Català de l'Esport

Elecció de caminades.

- 3.5.2. Es realitzarà abans de l'inici d'una nova edició del CCCMN i serà l'Àrea d'Excursionisme l'encarregada de confeccionar el calendari.
- 3.5.3. Qualsevol sol·licitud presentada per formar part dels calendaris del CCCMN de la FEEC, no podrà tenir com a responsable de la prova una persona que hagi estat sancionada en ferm per falta greu o molt greu en els darrers 2 anys pels òrgans jurisdiccionals de disciplina esportiva de la FEEC o pel Tribunal Català de l'Esport

ARTICLE 4. Control de proves

- 4.1. Durant el transcurs del CCCMN l'Àrea d'Excursionisme i la Comissió ve'llaran pel bon funcionament de les caminades de Marxa Nòrdica, i farà seguiment o supervisió d'aquelles caminades que consideri oportú.

ARTICLE 5. Calendari del CCCMN

- 5.1. L'elaboració del calendari és responsabilitat de l'Àrea d'Excursionisme de la FEEC. Es proposarà un repartiment de les caminades de Marxa Nòrdica en funció del quilometratge i de l'emplaçament.
- 5.2. El calendari serà supervisat pel Cap de l'Àrea d'Excursionisme de la FEEC i aprovat per la Junta de la FEEC.
- 5.3. Durant la confecció del calendari es celebrarà una reunió amb totes les entitats sol·licitants per buscar el màxim consens i, si és possible, evitant la coincidència de dates.
- 5.4. Un cop aprovat el calendari provisional en la reunió, qualsevol canvi de data haurà de ser justificat per causa de força major i aprovat per la Comissió per tal de ser incorporat al Circuit.

ARTICLE 6. Participació en una caminada del CCCMN

6.1. Edat:

- L'edat mínima per poder participar en el CCCMN és de 10 anys en el mateix dia de la prova.
- Les persones menors de 18 anys a data de la prova estan obligats a lliurar a l'organització una autorització paterna o de tutor.
- Les persones menors de 16 anys a data de la prova estan obligats a anar acompanyats d'una persona adulta durant tot el recorregut i el dret d'admissió recaurà a criteri de l'entitat.
- Si una persona menor abandona la caminada, la persona acompanyant no podrà continuar sota cap circumstància.

6.2. Impossibilitat de puntuar

No es computarà la suma de les caminades realitzades al CCCMN a l'esportista que durant les mateixes estigüés en període de sanció ferma per falta greu o molt greu imposada pels òrgans jurisdiccionals de disciplina esportiva de la FEEC o pel Tribunal Català de l'Esport.

6.3. Pòlissa d'assegurances

6.3.1. Per participar en una caminada del CCCMN serà obligatori estar cobert per una assegurança amb la modalitat adequada a la caminada i que només podrà ser:

- La llicència federativa de la FEEC corresponent a l'any en curs.
- Assegurança temporal de la FEEC.
- Assegurança temporal (pòlissa) subscrita per l'entitat organitzadora. El cost d'aquesta assegurança no podrà ser repercutit a les persones federades, les quals hauran de tenir un preu d'inscripció a la prova menor que la resta de les persones participants.

6.4. L'entitat organitzadora serà la responsable d'expedir l'assegurança temporal.

6.5. L'entitat organitzadora té l'obligació d'expedir una assegurança temporal a la resta de persones participants que no formin part del CCCMN equivalent a allò que s'estableix en el Decret 58/2010 de 4 de maig, referent a assistència mèdica, rescat i responsabilitat civil.

6.6. La participació d'animals de companyia en una caminada del CCCMN restarà restringida a criteri i decisió de l'entitat organitzadora.

En cas d'admetre animals de companyia el/la propietari/ària d'aquest haurà de posseir obligatòriament una assegurança de responsabilitat civil de l'animal, portar-lo lligat amb corretja i proveir-se d'un morrió per si s'escau la seva utilització.

ARTICLE 7. Material recomanat

7.1. Per motius de prevenció i seguretat, la persona participant en una caminada del CCCMN s'haurà de dur:

- Motxilla o ronyonera amb aigua.
- Telèfon personal operatiu, amb el **número de telèfon de contacte de l'organització** i amb el **GPS activat**. Cal tenir la **bateria carregada al 100% en iniciar la prova**.
- Calçat esportiu amb sola adequada a les pistes forestals o medi natural i roba adequada a l'activitat a realitzar i a les condicions meteorològiques existents.
- Bastons **específics** de Marxa Nòrdica. Un ús inapropiat dels bastons que posi en perill la seguretat de les persones participants o sigui considerat un acte imprudent o vandàlic pot ser motiu d'amonestació i/o desqualificació. Es recomana l'ús dels tacs de goma específics d'aquests bastons en els trams asfaltats. No està permès participar amb un sol bastó i/o amb bastons de travessa, esquí o qualsevol altre tipus.

ARTICLE 8. Inscripcions

8.1. Les inscripcions per participar es faran mitjançant:

- El sistema informàtic de la FEEC.
- Qualsevol altre sistema de gestió d'inscripcions que l'entitat cregui convenient.
- Per poder optar a una subvenció de l'activitat per haver format part del CCCMN, és obligatori fer les inscripcions utilitzant el sistema informàtic de la FEEC.

8.2. Període d'inscripcions:

- Persones federades, inici 6 setmanes abans de la data de la prova.
- Persones no federades, inici 4 setmanes abans de la prova.

8.3. Cobrament de la llicència federativa o pòlissa d'assegurança:

- No es cobrarà l'assegurança o pòlissa a les persones participants que

estiguin en possessió de la llicència federativa anual de la FEEC en curs, en la modalitat adequada-tal i com s'indica en l'article 6.3

- La llicència federativa és personal i intransferible.
- Si no hi ha una assegurança que cobreixi tots els esportistes de la caminada, es cobrarà el preu de la tarifa d'assegurança temporal 1 (activitats no competitives, caminades i marxes) per cada assegurança temporal emesa a cada participant no federat que participi en la CCCMN.
- L'assegurança temporal només té validesa per la caminada en curs.

ARTICLE 9. Categories, Puntuació i Reconeixements

9.1. S'estableixen dues categories:

- individual
- per entitats

9.2. La puntuació s'estableix de la següent manera:

9.2.1. Individual: 1 punt per caminada realitzada.

En el cas de que coincideixin dues caminades en el mateix cap de setmana, només es computarà 1 punt. Les entitats organitzadores de les proves que eventualment coincidiran ho hauran d'especificar a la seva informació abans de la prova.

9.2.2. Entitat: a cada caminada 1 punt per cada persona sòcia i federada arribada de l'entitat fins a un màxim de 20.

9.3. Hi haurà dos tipus de reconeixements del CCCMN:

9.3.1. Individual:

Es donarà reconeixement a totes les persones participants que hagin realitzat

com a mínim el **70%** del total del CCCMN i quan:

- Sigui posseïdora de la vigent i adequada llicència federativa anual de la FEEC.
- Hagi completat el recorregut fent Marxa Nòrdica i dins de l'horari establert per l'organització.
- Hagi entregat a l'arribada la seva targeta de control correctament segellada, o dorsal, en bon estat i sense manipular.
- Hagi respectat el reglament intern de la caminada i el reglament del CCCMN.

9.3.2. Per entitat:

Obtindran reconeixement les **3** entitats amb més puntuació obtinguda.
En cas d'empat es tindrà en consideració el següent ordre:

- El major nombre de proves realitzades en què hagi participat.
- El major nombre de persones sòcies i federades arribades en caminades iguals o superiors als 10 quilòmetres.
- En cas de persistir l'empat es declararan ex-aequo.

- 9.4.** Una vegada confeccionat i oficialitzat el calendari anual del CCCMN, en cas que es produeixi l'anul·lació d'una caminada, no es modificarà el sistema de reconeixements i es mantindrà l'obligatorietat d'haver de realitzar el **70%** del CCCMN.
- 9.5.** Si una prova s'anul·la abans de la sortida, l'Àrea d'Excursionisme es remetrà al punt 15 d'aquest reglament (modificacions/anul·lacions).
- 9.6.** Una vegada iniciada una caminada, si s'escurça, s'allarga o finalitza en un indret diferent de l'establert mantindrà el mateix reconeixement.
- 9.7.** Una vegada iniciada una caminada, si s'anul·la, totes les persones participants que estiguin fent el CCCMN resultaran arribats.

ARTICLE 10. Categories del CCCMN

- 10.1.** S'estableixen dues categories: individual i per entitats.

10.1.1. Individual:

Reconeixement a totes les persones participants federades que hagin realitzat com a mínim el **70%** del total del CCCMN.

10.1.2. Entitats:

- Obtindran reconeixement les 3 primeres entitats que més persones sòcies federades les hagin representat.
- En cas d'empat es tindrà en consideració i pel següent ordre:
 - El major nombre de proves realitzades en què hagi participat
 - El major nombre de persones sòcies arribades en caminades iguals o superiors als 10 quilòmetres.
- En cas de persistir l'empat es declararan ex-aequo.

ARTICLE 11. Obligacions

11.1. Obligacions de la FEEC.

- 11.1.1. Fer complir el present reglament a les entitats organitzadores de caminades del CCCMN, delegant funcions a la Comissió de Marxa Nòrdica.
- 11.1.2. Comunicar una vegada finalitzat el CCCMN, la data i lloc de l'entrega de reconeixements.
- 11.1.3. Convocar les reunions necessàries per al bon funcionament del Circuit, amb l'obligació de fer, com a mínim, una reunió anual amb les entitats organitzadores preferiblement a finals de temporada per coordinar dates, confeccionar el calendari i recollir suggeriments i propostes.
- 11.1.4. Confeccionar els reconeixements individuals i de les entitats del CCCMN en funció de les caminades finalitzades.
- 11.1.5. Publicar via web els resultats dels reconeixements de les caminades del CCCMN.
- 11.1.6. Rebre reclamacions de participants que es verifiquin amb l'entitat organitzadora.
- 11.1.7. Rebre reclamacions d'entitats que es verifiquin amb els participants afectats.
- 11.1.8. Donar per tancat el període de reclamacions 72 hores després de la data de la celebració de la caminada i publicació de la classificació acumulada.

11.2. Obligacions de les entitats.

- 11.2.1. Complir la normativa del present reglament del CCCMN.
- 11.2.2. Reglamentar la caminada basant-se i complint amb el reglament del CCCMN.
- 11.2.3. Assistir a les reunions anuals de seguiment i de resum.
- 11.2.4. Obrir el termini d'inscripcions 6 setmanes abans de la celebració de la prova, reservant les dues primeres setmanes als participants federats.
- 11.2.5. Informar el participant, de forma entenedora, de què és una caminada de Marxa Nòrdica, quina és la seva filosofia i de les exigències físiques i psíquiques que es necessiten per ser realitzada adequadament. Es deixarà a criteri de l'entitat els mitjans que utilitzi, pàgina web o correu electrònic.
- 11.2.6. Mostrar a la pàgina web oficial de la caminada, i amb claredat, les següents dades:
 - Preus.

- Indret de sortida.
 - Hora.
 - Distància.
 - Desnivell positiu, desnivell negatiu, desnivell acumulat.
 - Dificultat tècnica del recorregut.
 - Cota mínima i màxima del recorregut.
 - Possibles punts conflictius
 - Nombre d'avituallaments i característiques (sòlids/líquids).
 - Horaris de tancament dels controls de pas.
 - Alternatives de transports si n'hi ha.
 - Material recomanat
- 11.2.7.** Integrar a la targeta de marcatge o dorsal del participant un número de telèfon per a incidències.
- 11.2.8.** Controlar i comprovar que el material que s'exigeixi a la caminada sigui l'adequat previst per la modalitat de Marxa Nòrdica.
- 11.2.9.** Disposar d'assistència sanitària i tenir establert un pla d'emergències.
- 11.2.10.** Les entitats organitzadores hauran d'estar en possessió de totes les assegurances i permisos de les autoritats competents que per a cada moment la normativa exigeixi als organitzadors de proves esportives i activitats fisicoesportives al medi natural.
- 11.2.11.** Lliurar a l'Àrea d'Excursionisme de la FEEC i a la Comissió de Marxa Nòrdica i dins d'un termini màxim de 10 dies després de la realització de la caminada una memòria amb:
- Còpia de la publicitat de la caminada, cartell o tríptic, en format paper A4. Com el format comunicat des de l'Àrea d'Entitats FEEC, amb l'obligatorietat que contingui tots els logos requerits en cada moment.
 - Còpia de la normativa interna de la caminada.
 - Resum escrit del desenvolupament de la caminada, on s'afegiran les següents dades:
 - Aforament de la caminada
 - Nre. de persones inscrites
 - Nre. total de persones sortides
 - Nre. total de persones arribades
 - Nre. de persones federades sortides
 - Nre. de persones federades arribades

- 11.2.12. Enviar a l'Àrea de Comunicació FEEC una nota de premsa, l'endemà de la caminada, amb una o dues fotografies de l'esdeveniment.
- 11.2.13. Disposar de contenidors de brossa selectiva als controls per dipositar els residus que pugui generar els participants.
- 11.2.14. Admetre la presència de personal de l'Àrea d'Excursionisme de la FEEC en qualitat d'observadors, participants o delegats. En aquest darrer cas aniran identificats i podran actuar com a assessors si la seva mediació és requerida per l'organització o per algun participant. Els membres de la Comissió de Marxa Nòrdica que participin a la Caminada fent tasques de control i assessorament estaran exempts de pagar la quota d'inscripció.
- 11.2.15. Reservar-se el dret d'admissió durant el període d'inscripcions, com també el d'exclusió abans i durant la prova, d'aquelles persones que es consideri que la seva participació és un risc a la seva salut.
- 11.2.16. No es podran adjudicar trofeus a les caminades del CCCMN.
- 11.2.17. Cada entitat podrà afegir al programa una presentació, els seus patrocinadors i col·laboradors, dades dels organitzadors, mapes de situació, etc.
- 11.2.18. És obligatori incloure el logotip de la FEEC i el de la Secretaria General de l'Esport i de l' Activitat Física de la Generalitat de Catalunya.
- 11.2.19. Complir els punts 12.1 i 12.2 (persones federades arribades) del present reglament.

11.3. Obligacions de les persones participants.

- 11.3.1. Complir la normativa del reglament del CCCMN.
- 11.3.2. Complir la normativa del reglament intern de la caminada.
- 11.3.3. Dur la llicència federativa vigent acompanyat del DNI, que haurà de ser presentat a qualsevol membre identificat de l'organització que ho sol·liciti.
- 11.3.4. Seguir les indicacions donades per qualsevol membre de l'organització.
- 11.3.5. Ajudar o prestar atenció a qualsevol persona participant que requereixi assistència o ajut.
- 11.3.6. Comunicar a l'organització, mitjançant el telèfon de contacte que

consta a la targeta de marcatge o al dorsal, qualsevol incidència o accident que s'hagi observat.

- 11.3.7. Respectar propietats privades, masies i conreus per on passi la caminada.
- 11.3.8. No malmetre la natura. No llençar cap residu, orgànic i inorgànic a la natura.
- 11.3.9. Llençar els residus als espais habilitats per l'organització.
- 11.3.10. En cas d'abandonament, comunicar-ho a qualsevol control de la caminada, a l'equip escombria o a l'organització, fer servir el telèfon que consta a la targeta de marcatge o al dorsal.

ARTICLE 12. Arribats

- 121. L'entitat organitzadora enviarà la llista de persones participants arribades federades (amb llicència anual) utilitzant el full electrònic assignat per a aquest fi, emplenant correctament les dades que se sol·liciten dins d'un termini màxim de 7 dies.
 - 121.1. L'entitat organitzadora comptarà amb un marge de 7 dies (una vegada finalitzada la caminada), per tal que en cas d'error en els llistats d'arribats ho comuniqui a l'Àrea d'Excursionisme. És molt important, per donar més publicitat a les caminades de Marxa Nòrdica que la nota de premsa, com indicat a l'article 11.2.12, s'envii el dia després de la prova.
- 122. Transcorreguts els 7 dies de marge per corregir errors dels llistats d'arribats, no serà possible realitzar canvis.
- 123. L'Àrea d'Excursionisme de la FEEC publicarà les llistes definitives als mitjans propis de difusió de la FEEC transcorreguts els 7 dies previstos per incidències.
- 124. L'entitat organitzadora no té l'obligació d'informar dels temps d'arribada als participants d'una caminada del CCCMN. Es deixa a criteri de l'entitat organitzadora l'opció de donar aquesta dada.
- 125. L'Àrea d'Excursionisme de la FEEC s'ajustarà als punts 11.1.7 i 11.1.8 (obligacions FEEC) a l'hora de realitzar els llistats.

ARTICLE 13. Escombres

- 13.1. Els equips escombres són els responsables de clausurar la caminada i de vetllar per les persones participants que puguin trobar durant el recorregut.

- 132. Els equips escombres estaran formats com a mínim per dues persones.
- 133. Tenen la potestat per escurçar l'horari oficial de tancament dels controls si els ritmes de pas són superiors als establerts.
- 134. L'equip escombra haurà de recórrer la totalitat de l'itinerari a peu en i el mateix sentit de la caminada.
- 135. Tenen potestat per fer fora d'una caminada les persones participants que no compleixen el reglament.
- 136. Tenen potestat per excloure d'una caminada aquelles persones participants que es puguin considerar en risc pels símptomes que s'apreciïn: Fatiga, lesions articulars, lesions de peus o altres molèsties.
- 137. Vetllaran per la recollida de les possibles deixalles que pugui generar l'organització i les persones participants de la caminada del CCCMN.

ARTICLE 14. Comunicació

La comunicació entre controls, equip escombra, punt de sortida i punt d'arribada, estaran cobertes per aparells emissors-receptors o per telefonia mòbil, dins les limitacions de cobertura que ofereixi el terreny. La persona responsable de la caminada haurà d'estar en contacte amb les persones responsables de cada àrea, caps de controls i amb equips escombra, així com amb els grups de rescat i assistències (Creu Roja, Bombers, Mossos, etc.), per a poder centralitzar i facilitar l'assistència en cas de contratemps o accident.

ARTICLE 15. Modificacions / Anul·lacions

- 15.1. Una caminada del CCCMN que s'anul·li podrà ser ajornada. La nova data que proposi l'entitat organitzadora haurà de ser aprovada per l'Àrea d'Excursionisme FEEC i ratificada per la Comissió de Marxa Nòrdica.
- 15.2. Una caminada que s'anul·li abans de la sortida no comptabilitzarà pel **CCCMN**, i en conseqüència no servirà per computar com a caminada realitzada.
- 15.3. En cas de modificació o anul·lació d'una prova l'entitat organitzadora haurà de realitzar un informe que haurà d'enviar a l'Àrea d'Excursionisme de la FEEC en un termini de 48 hores detallant els motius.
- 15.4. Si per circumstàncies excepcionals i alienes a l'organització, l'Àrea d'Excursionisme de la FEEC considera que una caminada del

CCCMN no té les garanties de desenvolupar-se dins dels paràmetres de seguretat adequats, es reserva el dret i tindrà la potestat d'excloure-la del Circuit informant a l'entitat organitzadora dels motius i recomanant-li la seva anul·lació. És obligació de l'entitat organitzadora comunicar aquesta decisió a les persones participants immediatament.

ARTICLE 16. Exclusions

Entitats.

Serà motiu d'expulsió l'incompliment greu del reglament del CCCMN.

Persones participants.

El punt 11.3 del present reglament (obligacions de les persones participants) informa d'un seguit d'obligacions a complir, però es considerarà greu i serà motiu d'expulsió d'una caminada del CCCMN l'incompliment de les següents exigències:

1. No complir la normativa del reglament del CCCMN.
2. No complir la normativa del reglament intern de la prova de l'entitat organitzadora.
3. No proveir-se del material obligatori específic que exigeix l'entitat organitzadora.
4. No seguir les indicacions donades per qualsevol membre de l'organització.
5. No ajudar o prestar atenció a qualsevol participant que requereixi assistència o ajut.
6. No comunicar a l'organització, mitjançant el telèfon de contacte que consta a la targeta de marcatge o al dorsal, qualsevol incidència o accident que hagi observat.
7. No respectar propietats privades, masies i conreus per on passi la caminada.
8. Llençar residus fora dels emplaçaments destinats a aquest fi.
9. Ús inadequat dels bastons amb risc de danys a tercers.
10. També és obligatori a les persones participants, però no és motiu d'expulsió:
 - Els bastons han d'anar al mateix ritme que els passos, mantenint sempre una sincronització entre els braços i les cames.
 - Està prohibit córrer o trotar.

ARTICLE 17. Confecció opuscle

- 17.1. El programa/tríptic en format imprès o digital de cada prova inclourà com a mínim, a més de la normativa interna de la caminada, els següents apartats amb els detalls que s'indiquen.
- 17.2. Portada i Cartell.
- Nom i logotip del Club organitzador.
 - Nom i logotip de la Federació d'Entitats Excursionistes de Catalunya i de la Secretaria General de l'Esport i de l'Activitat Física de la Generalitat de Catalunya
 - Nom de la caminada i número d'edició si s'escau.
 - Any de la CCCMN
 - Altres logos.
 - Període i forma d'inscripció.
 - Zona on es desenvolupa.
 - Lloc de sortida i arribada.
 - Preus i forma de pagament.
 - Temps màxim per a realitzar la caminada.
 - Horari d'inici i final. Horari de tancament dels controls de pas.
 - Distància.
 - Desnivell positiu, negatiu i total.
 - Dificultat tècnica del recorregut i possibles punts conflictius.
 - Cota mínima i màxima del recorregut.
 - Nombre d'avituallaments totals, sòlids/líquids i les característiques de cadascú
 - Gràfic de l'itinerari, amb quilometratge, desnivells, ubicació dels avituallaments i horari de tancament d'aquest.

ARTICLE 18. Marxa Nòrdica Inclusiva

18.1 Es suggereix, a la Entitat organitzadora informar a l'equip inclusiu de les dificultats tècniques en el recorregut , per tal de fer un reconeixement previ i una valoració .

18.2 Informar la participació de persones amb discapacitat per garantir la màxima seguretat per tots els participants.

18.3 Facilitar la sortida anticipada, uns minuts abans, per tal d'evitar possibles accidents amb els bastons i aglomeració dels participants.

18.4 Els acompanyant seran exemptats al pagament de la quota d'inscripció i tindran dret als avituallaments establerts.

ARTICLE 19. Altres consideracions

- 19.1** El sol fet de participar en una caminada del CCCMN representa l'acceptació del present reglament i el de l'entitat organitzadora.
- 19.2** En cas de conflicte entre el reglament intern de l'entitat organitzadora de la caminada i el reglament CCCMN de la FEEC prevaldrà el criteri d'aquest últim.
- 19.3** L'incompliment de les disposicions previstes en el present reglament tant per part d'una entitat organitzadora com d'un participant podrà ser motiu d'aplicació del règim disciplinari previst davant els òrgans jurisdiccionals de la FEEC.

Totes les qüestions no previstes en aquest reglament seran resoltes per l'Àrea d'Excursionisme de la FEEC