

5K & 10K LOS MONTESINOS LOS MONTESINOS · 3 DE JULIO DE 2021 REGLAMENTO DE LA PRUEBA

Artículo 1. ORGANIZADOR

La Concejalía de Deportes y el Ayuntamiento de Los Montesinos, en colaboración con la A.D. Promodeport, organizan los 5K & 10K LOS MONTESINOS DE ULTRAFONDO en Los Montesinos

Artículo 2. PRUEBA

La prueba se celebrará el sábado 3 de Julio de 2021 en Los Montesinos, estando ubicada la salida y meta en La Herrada de “Los Montesinos”.

PRUEBAS	
5K EN RUTA	TIEMPO LIMITE: 60' MINUTOS
10K EN RUTA	TIEMPO LIMITE: 90' MINUTOS
SABADO 3 DE JULIO DE 2021	
URBANIZACION LA HERRADA DE LOS MONTESINOS	
5K EN RUTA	SALIDA: 18:30 HORAS
10K EN RUTA	SALIDA: 19:30 HORAS

Artículo 3. MODALIDAD DE PARTICIPACIÓN

Se podrá disputar de acuerdo con las siguientes modalidades:

- PRUEBA POPULAR INDIVIDUAL DE 5 KILOMETROS EN RUTA:
 - Se realizarán una vuelta al circuito de 5 Kilómetros.
 - A partir de las 18:30 horas del sábado 3 de julio, con un tiempo máximo de 60 Minutos (estableciéndose el cierre de carrera a las 19:30 horas).
- PRUEBA POPULAR INDIVIDUAL DE 10 KILOMETROS EN RUTA
 - Se realizarán dos vueltas al mismo circuito de 5 Kilómetros.
 - A partir de las 19:30 horas del sábado 3 de julio, con un tiempo máximo de 90 Minutos (estableciéndose el cierre de carrera a las 21:00 horas).

Artículo 4. PARTICIPANTES

Pueden participar cualquier corredor/a sin discriminación racial, sexual o de nacionalidad, debidamente inscritos y mayores de 16 años.

Artículo 5. RECORRIDO.

El recorrido será un Circuito Urbano, asfaltado y cerrado al tráfico con una distancia de: 5.000 metros por vuelta:

CARRERA 5K: Debiendo completar 1 vuelta completa para completar el total de la distancia

CARRERA 10K: Debiendo completar 2 vueltas completas para completar el total de la distancia

El circuito estará marcado por pancartas señalizadores, vallas, conos y baliza plástica.

Artículo 6. AVITUALLAMIENTO

Se establecerá un punto de avituallamiento en el recorrido de la carrera.

Artículo 7. CONTROL DE PARTICIPANTES

Cada participante recogerá hasta 60 minutos antes de la salida el Dorsal y Chip, que llevará de forma visible en pecho

ATENCIÓN AL CONTROL DE SALIDA:

- **SALIDA INDIVIDUAL:** Estará abierta 10 minutos hasta la hora de salida y los participantes deberán salir respetando la separación de 1,5 metros entre corredores/as en la salida.
Se realizará una salida conjunta para todos/as los/as participantes de las carreras de 5K y 10K.

Artículo 8. CONTROL DE LA PRUEBA

Se establecerá un punto de control en el recorrido por el que todos/as los corredores deberán pasar de manera obligatoria.

El/la atleta llevará un DORSAL-CHIP en pecho para facilitar su cronometraje y control. El dorsal es personal e intransferible.

Artículo 9. PUBLICIDAD EN LOS ATLETAS

La publicidad de las prendas de los/as atletas deberá ser de acuerdo con la Normas de la IAAF.

Artículo 10. ABANDONO

Quien abandone debe comunicarlo y entregar el dorsal-chip al llegar al puesto de Control.

Artículo 11. CATEGORIAS

Se establecerán las siguientes categorías EN 5K Y 10K:
INDIVIDUAL:

CLASIFICACION GENERAL MASCULINA Y FEMENINA	
CATEGORIAS	
SENIOR	16 A 39 AÑOS
MASTER	MAS DE 40 AÑOS
La edad debe de estar cumplida el día de la competición	

Artículo 12. TROFEOS, PREMIOS Y CLASIFICACIONES

TROFEOS:

Recibirán trofeo los/as tres primeros de cada categoría, siempre que existan mas de 6 inscripciones en la misma

Artículo 13. ENTREGA DE TROFEOS

La entrega de trofeos se realizará una vez terminadas las dos pruebas, tanto la de 5K como la de 10K.

Artículo 14. INSCRIPCIONES (Limitadas a 100 Participaciones individuales por cada prueba)

INDIVIDUAL:

5K: La cuota de inscripción es de 8€ para la prueba de 5K

10K: La cuota de inscripción es de 10€ para la prueba de 10K

Todas las inscripciones podrán realizarse a través de la web www.dorsal21.com desde la publicación de este reglamento y hasta el día de cierre de las inscripciones fijándose tal día para 30 de junio de 2021_a las 20:00h o hasta fin de inscripciones.

Las inscripciones se realizarán a través de www.dorsal21.com

*No se realizará ninguna inscripción fuera de plazo ni el día de la carrera.

Una vez la inscripción sea aceptada, la cuota **NO SERÁ REEMBOLSABLE. Excepto cancelación del evento.

TODA INSCRIPCIÓN da derecho a recibir:

- Camiseta conmemorativa de la prueba.
- Regalos que se puedan conseguir.

Para cualquier información dirigirse a:

Whatsapp: 667529746 (Manolo Rico – Director de carrera)

E: mail: mricofra@gmail.com

Artículo 15. RECOGIDA DE DORSALES

Se podrán recoger los DORSALES y recibir toda la información, a partir del SABADO 3, a partir de las 16 horas, en La Urbanización La Herrada de Los Montesinos

Para la recogida de dorsales será OBLIGATORIO presentar el DNI o documento oficial que acredite la identidad. Tan solo se entregan dorsales al titular de la inscripción o persona autorizada por el mismo.

NO SE PERMITIRA LA PARTICIPACIÓN DE NINGÚN/A CORREDOR/A SIN DORSAL POR MOTIVOS DE SEGURIDAD, ya que no estarán cubiertos por los seguros de la organización, y por lo tanto, serán retirados de la carrera aquellos que no porten su dorsal de forma visible.

Artículo 16. CONTROL TÉCNICO

La prueba será controlada por personal de la organización exclusivamente.

El control de tiempos será realizada por: www.dorsal21.com

Los resultados y clasificaciones correrán a cargo de la empresa cronometradora (Dorsal21). Toda reclamación deberá ser efectuada antes de 15' después de ser publicados los resultados. En toda cuestión o duda que no esté contemplada en este reglamento se aplicará el criterio de la organización.

Artículo 17. ACOMPAÑAMIENTO

Solamente podrán acompañar la prueba los vehículos que determinen la policía y organización.

Las personas participantes no deben de tener acompañantes en la zona de carrera ni avituallamiento.

Artículo 18. DISPOSITIVO SANITARIO

Se organizará un dispositivo médico adecuado de acuerdo con la legislación vigente. La organización recomienda hacerse una revisión médica y/o prueba de esfuerzo a todas aquellas personas que no hayan corrido una prueba de similares características anteriormente o lleven un período prolongado de tiempo sin realizar ejercicio físico.

Artículo 19. DESCALIFICACIONES

- No realizar la totalidad del recorrido a pie por el lugar marcado por la organización.
- No pasar por el control de salida y por los establecidos en el recorrido.
- Invertir más de 60' en la carrera a pie desde la hora de salida en la prueba de 5 km
- Invertir más de 90' en la carrera a pie desde la hora de salida en la prueba de 10 km
- No seguir las indicaciones de los jueces, la organización o personal de seguridad.
- No llevar el dorsal en la parte delantera de la camiseta y en un lugar bien visible.
- Recibir ayuda externa fuera de las zonas de avituallamiento.
- No llevar el chip (o sistema equivalente) en el lugar indicado.
- Participar con el dorsal de otro corredor.
- Participar con un dorsal no autorizado por la Organización.

Los/as participantes no están autorizados para correr acompañados/as de mascotas, ni otras personas ajenas a la competición, en especial menores de edad, por cuestiones de seguridad, pudiendo ser descalificados por este motivo, y no figurarían en la clasificación final ni podrían acceder a ninguno de los premios u obsequios que la organización otorgue.

Artículo 20. SEGUROS

Quienes participen serán incluidos en una póliza de seguros de accidentes deportivos y estarán cubiertos ante los posibles accidentes que se produzcan como consecuencia de desarrollo de la carrera, y nunca como derivación de un padecimiento o tara latente, lesión, imprudencia, negligencia, inobservancia de las leyes y del articulado del Reglamento, indicaciones de la organización, etc., ni los producidos en los desplazamientos al y desde el lugar en que se desarrolle la carrera.

IMPORTANTE:

En caso de accidente se debe comunicar tal situación a cualquier persona de la organización, debiendo ser atendido en primera instancia por los servicios médicos de la organización quienes determinarán el grado de lesión e iniciar el protocolo de comunicación del parte de accidentado.

Artículo 21. CONFIRMACIÓN

Quienes participen reconocen y confirman por el mero hecho de inscribirse y tomar parte en la salida que se encuentran en condiciones físicas adecuadas, y suficientemente entrenado para participar en la prueba. Que no padecen enfermedad, defecto físico o lesión que pueda agravarse y perjudicar gravemente la salud al participar en esta prueba. Y si se padeciera algún tipo de lesión, defecto físico o cualquier otra circunstancia que pudiera agravarse o perjudicar gravemente la salud al participar en esta prueba y/o en sus actividades paralelas, lo pondrá en conocimiento de la Organización, aceptando las decisiones que al respecto se adopten por los responsables del evento.

Asimismo se comprometen a seguir todas las normas impuestas por las autoridades sanitarias relacionadas con el Covid19.

Artículo 22. AUTORIZACIONES

Autorizo a los organizadores del evento a la grabación total o parcial de mi participación en el mismo mediante fotografías, películas, televisión, radio, video y cualquier otro medio conocido o por conocer y cedo todos los derechos relativos a su explotación comercial y publicitaria que consideren oportuno ejercitar, sin derecho por mi parte a recibir compensación económica alguna.

Artículo 23. ACEPTACIÓN

Todo/a participante por el mero hecho de su inscripción, conoce y acepta todas las normas del reglamento de esta competición y reconoce que se encuentra en perfectas condiciones físicas, no padeciendo ninguna enfermedad que suponga un riesgo para su salud o le incapacite para su participación. Y se hace responsable de los daños que pudiera ocasionarse por su participación.

La organización declina toda responsabilidad a los participantes por los daños, perjuicios y lesiones que puedan sufrir lo/las participantes o a terceros en la prueba y después de la carrera.

El hecho de inscribirse implica la total aceptación del presente reglamento. Lo no previsto en el, será resuelto por el Comité Organizador.

Artículo 24. LEY DE PROTECCIÓN DE DATOS

De conformidad con la Ley Orgánica 15/1999, de 13 de diciembre, que regula la Protección de Datos de carácter Personal, todos los datos personales proporcionados en la ficha de inscripción serán incorporados a ficheros titularidad de la Asociación Deportiva Promodeport exigidas por el Reglamento de Medidas de Seguridad regulado por el RD 1720/2007. Sus datos personales serán utilizados en los términos previstos por la legislación vigente, y para la finalidad antes mencionada. Si lo desea, puede ejercitar los derechos de acceso, rectificación, cancelación, y oposición, que le son reconocidos por la citada Ley Orgánica. Para ejercitar este derecho deberá solicitarlo por escrito dirigido a A.D. Promodeport . C/Hinojo, 1/37. 30613 VILLANUEVA (Murcia)

Artículo 25. ADVERTENCIA

Los/as organizadores/as, se reservan el derecho a modificar el presente reglamento o parte de el mismo, advirtiendo a los participantes, con antelación a la celebración de la Prueba en la web www.dorsal21.com o utilizando cualquier otro medio.



Artículo 26. PROTOCOLO COVID

1. Respetar las normas sanitarias en vigor, en particular en los espacios cerrados, semiabiertos o con aglomeración de personas durante el evento como el uso de mascarillas, (antes y después de cada salida y llegada). Lavado de manos con gel hidroalcohólico y distanciamiento físico).
2. Cumplir estrictamente las normas de carrera y las medidas adoptadas por la organización para reducir al mínimo los riesgos sanitarios:
 - A. Uso de mascarilla en la zona de partida que llevo conmigo durante la carrera y ponerlo de nuevo después de la llegada a la zona de meta y salida.
 - B. Respetar al máximo la distancia social en vigor (mínimo 2,5 metros) con los otros participantes y utilizando toda la anchura de la calzada.
 - C. No escupir en el suelo.
 - D. Limpiarse la nariz en un pañuelo de un solo uso que se tirará en un contenedor.
 - E. No tirar basura en la vía pública.
 - F. Respetar y dejar espacios públicos limpios.
 - G. Cada participante debe estar equipado y utilizar su propio recipiente de repostaje líquido.
3. No entrar físicamente en contacto con otros participantes ni con personal de la organización.
4. Entender que al participar en el evento, participo en una concentración de personas potencialmente generadora de la propogación de la epidemia de coronavirus si no se aplican todas las medidas sanitarias.
5. Saber y aceptar que este riesgo para la salud es potencialmente grave para los más frágiles
6. Si se ha presentado contagio positivo en las semanas y meses anteriores a la carrera, consultar a un médico previamente a mi participación para saber si es posible la práctica de intensos esfuerzos y mi participación en la competición.
7. No correr si llevo síntomas de Covid-19 desde menos de 14 días.
8. Ser cívico y comprometerse a avisar al Referente Covid-19 de la organización en caso de declaración de la enfermedad después de la carrera.
9. Descargar si es posible y registrarme en la aplicación "Radar Covid" antes de que vaya al evento.

Artículo 27. ANEXO.

DECLARACIÓN RESPONSABLE · CONSENTIMIENTO INFORMADO 5K & 10K LOS MONTESINOS · LOS MONTESINOS

D/Dña. _____, con
DNI/NIE _____, en relación con la participación en la prueba de:

	5K
	10K

DECLARO RESPONSABLEMENTE

1. **NO HE TENIDO** síntomas compatibles con la enfermedad COVID-19 durante los últimos 14 días, ni tampoco estado en contacto estrecho con un caso probable o confirmado de COVID-19.
2. **NO PERTENEZCO** a ninguno de los grupos de riesgo que son más vulnerables por contagios frente al COVID-19.
3. **NO CONVIVO** con personas con especial vulnerabilidad al COVID-19.
4. **SOY CONOCEDOR/A** de las condiciones de participación en los “5K · 10K · LOS MONTESINOS” y su protocolo para la adaptación de medidas organizativas, funcionamiento y ejecución del evento, para la prevención de contagios frente al COVID-19.
5. **ME COMPROMETO** a aceptar las medidas protocolarias impulsadas desde los “5K · 10K · LOS MONTESINOS” y las medidas de prevención e higiene propuestas y congruentes con las descritas en cada momento por la Autoridad Sanitaria competente.
6. **CONOZCO Y HE SIDO INFORMADO** sobre los riesgos de la actividad: la practica deportiva conlleva riesgos para la salud e integridad personal, como lesiones, alteraciones cardiorrespiratorias y agravamiento de patologías como consecuencia de la realización de esfuerzos y del desencadenamiento de accidentes, golpes, caídas, etc.
7. **NOS COMPROMETEMOS A INFORMAR** a la organización de la los “5K · 10K · LOS MONTESINOS” en los 14 días siguientes a la finalización del mismo, si se produce un caso positivo de COVID-19.
8. **CONSENTIMIENTO INFORMADO.** Siendo conocedor/a de lo declarado anteriormente, de las normas y requisitos de participación en los “5K · 10K · LOS MONTESINOS” y en especial, de los riesgos inherentes derivados de la practica deportiva y del riesgo de contagio por SARS-CoV2: **EXPRESO MI CONFORMIDAD DE FORMA INEQUÍVOCA** para participar en los “5K · 10K · LOS MONTESINOS”
9. **ACEPTACION DEL REGLAMENTO.** Acepto el reglamento y eximo a los organizadores de la responsabilidad en caso de accidente o daños corporales sufridos durante la competición y la participación en las los “5K · 10K · LOS MONTESINOS”.

En Los Montesinos, a _____ de _____ de 2021.

Firmado D./Dña.