

Reglament

Les inscripcions es realitzaran a través de la pàgina web de la cursa. La inscripció no quedarà formalitzada fins que no s'hagi realitzat el pagament.

El dia de la cursa, és imprescindible presentar la Llicència federativa homologada per a curses de Muntanya, acompanyada del DNI o NIE al recollir el dorsal. Igualment també serà vàlid l'aplicació de la Federació D'Entitats Excursionistes de Catalunya (FEEC) per validar la targeta federativa (app FEEC).

En el cas de no disposar de llicència federativa, alhora de fer la inscripció trobaràs l'opció corresponent, amb un suplement al preu de la inscripció. L'organització tramitarà la corresponent assegurança temporal pel dia de la cursa.

En cas d'oblit o pèrdua de la mateixa, per participar a la cursa hauran de pagar el suplement de 5 euros per tramitar-ne una de temporal.

El període d'inscripció s'obrirà el dia de 2 de maig de 2022 i es tancarà el dia 31 de juliol de 2022 o en arribar als 550 inscrits. No hi haurà llistes d'espera ni reserves de dorsals sense pagament.

L'organització es reserva el dret d'ampliar o reduir el nombre de places. Aquesta modificació s'anunciarà a través de les xarxes socials i de la web oficial de la Cursa.

A partir d'aquest any es deixa de fer la bossa del corredor amb mostres promocionals per tal de reduir la petjada ecològica tant pel que fa a embolcalls i bosses com a altres residus. Un dels objectius de la Marrana Skyrace i del Club Excursionista Madteam és ser el màxim de respectuós amb el medi ambient. És per això que ens adaptem als requeriments del Segell Petjada Verda de la FEEC on prima la reducció de residus, l'ús de material biodegradable (cinta de marcatge), banderoles reutilitzables i altres materials que no són d'un sol ús.

En el moment de la recollida del dorsal es farà entrega d'un producte local.

Anul·lació de la inscripció

La inscripció és personal i els canvis de dorsal no estan permesos. En cas de donar-se de baixa sempre serà possible abans del 31 de juliol amb el retorn parcial de la inscripció menys 10€ de despeses bancàries i gestió. A partir del 1 d'agost ja no es realitzarà cap devolució. Per qualsevol dubte en aquest aspecte, contacteu amb la Cursa. cursalamarrana@madteam.cat

Criteris de participació

Només podran participar a la Cursa, les corredores i corredors que compleixin els següents punts:

- Ser titulars de la llicència anual apta per a curses de muntanya expedida per la FEEC, la FEDME o similars (Federació Catalana d'Espeleologia, Federació Catalana d'Esports d'Hivern, Triatló i Orientació ...).

- També podran prendre part de la cursa aquells corredors que sense disposar de l'assegurança anual, hagin fet la corresponent sol·licitud alhora de fer la inscripció de l'opció "inscripció amb assegurança". Farem la corresponent tramitació amb la federació (FEEC).
- L'edat mínima per participar a la cursa és de **14 anys**. Fins els 18 anys cal **autorització paterna**. [Descarregar document d'autorització paterna](#).

Serveis facilitats per l'organització

- Cronometratge amb xip
- Servei de wc de l'estació (no hi ha dutxes)
- Entrepà i beguda
- Assistència sanitària
- Aparcament
- 2 Avituallaments sòlids i líquids a la Volta del Gegant, 1 avituallament final al Circ de Morens
- Detall de producte del Ripollès

Categories

Categoria masculina	Categoria Femenina
SUB 23: de 14 a 22 anys	SUB 23: de 14 a 22 anys
ABSOLUTA: totes les edats	ABSOLUTA: totes les edats
MASTER 1: 40 anys o més	MASTER 1: 40 anys o més

Premis

Obtindran trofeus els 3 primers classificats de les categories: Sub 23, Absoluta i Màster per ambdós sexes en totes dues curses.

Es tindrà en compte l'edat dels corredors i corredores segons l'any natural per a l'obtenció de qualsevol dels premis oferts. Aquests seran acumulatius i serà imprescindible estar present per rebre el trofeu i obsequi.

Hi haurà un premi especial al més ràpid del Ripollès a La Volta del Gegant per ambdós sexes.

Responsabilitats

El fet de participar, representa l'acceptació d'aquest reglament.

És responsabilitat de cada participant l'haver obtingut els coneixements teòrics i pràctics necessaris per poder participar, així com del seu propi estat físic.

Obligacions del participant

Tots els participants tenen l'obligació de seguir les indicacions donades per qualsevol membre de l'organització. En cas de desobeir directrius de seguretat indicades per l'organització, el corredor serà desqualificat de la prova.

Tots els participants tenen l'obligació d'assistir i de comunicar al control més proper qualsevol accident que hagin observat. En cas de no fer-ho seran desqualificats.

Llançar deixalles fora dels llocs designats després de cada avituallament o en qualsevol punt de la cursa serà motiu de desqualificació.

Tallar o escurçar el recorregut sortint de l'itinerari indicat serà motiu de desqualificació.

Els corredors que decideixin retirar-se hauran de comunicar-ho a l'organització a través del control més proper al lloc de la retirada i passar per meta.

Tots els corredors hauran de dur el calçat adequat per a realitzar la cursa.

El corredor és el responsable de validar els temps de pas i de meta fent ús del sistema de cronometratge.

Els participants estan obligats a portar el dorsal facilitat per l'organització. Aquest es portarà en un lloc visible a la part davantera (pit) durant tota la prova i no es podrà doblegar ni retallar.

El material obligatori pel corredor que realitza **Volta del Gegant 23K** consta de:

- telèfon mòbil
- paravent
- manta tèrmica
- dos bidons 0,5L plens o un bidó 1L ple com a mínim.

Els corredors que participin a l'itinerari **Circ de Morens 11K** han de dur obligatòriament:

- paravent
- bidó 0,5L ple com a mínim.
- es recomana portar telèfon mòbil

L'organització podrà demanar, si així ho creu necessari, un material obligatori extra depenent de la previsió meteorològica que ofereixi meteomuntanya.cat pel dia de la cursa com ara malles, impermeable, guants i gorra d'abric. Aquesta informació es farà efectiva el dia abans de la cursa a través de les xarxes socials i correu electrònic.

Es realitzarà control de material a la sortida i l'arribada de la cursa. Els corredors i corredores que no portin el material obligatori seran desqualificats, prenent possessió del dorsal i no comptabilitzant el temps efectuat si decideixen realitzar la cursa. Recordar que en aquest cas l'organització no es farà càrrec de cap d'aquests participants un cop se'ls hagi desqualificat.

Recordar que es tracta d'un recorregut d'alta muntanya i la gestió de l'aigua és un fet important i complicat en punts d'alçada. Es recomana administrar adequadament l'aigua ja

que només hi haurà 1 punt de líquid a l'itinerari Volta del Gegant i cap en el recorregut Circ de Morens.

També dur crema solar i ulleres de sol degut a que la cursa transcórrer per damunt els 2000 m d'altitud.

Altres

No es permet fer LA MARRANA SKYRACE amb gos.

Cada participant haurà de portar durant tota la cursa tot l'equipament necessari.

En els punts d'avituellament es subministren begudes i aliments. Els participants s'han d'assegurar que s'aprovisionen d'aliment i d'aigua suficient per assolir el següent punt d'avituellament.

L'assistència personal només es permet en els punts d'avituellament o de control.

El dorsal cal dur-lo SEMPRE EN UN LLOC QUE SIGUI VISIBLE EN TOT MOMENT preferentment al pit o abdomen. Si no fos el cas, està permès en la part frontal de la cama o en el frontal de la samarreta.

Seguretat i assistència mèdica

Els punts d'assistència d'emergència i abandonament estan situats al Coll de la Geganta (km3), al Coll de la Marrana (Km6,4; Km20,2) i al Coll de Trespics (Km13,5).

Aquestes tenen enllaç de ràdio o telèfon amb Direcció de Cursa.

Els punts de control i assistència tenen per objecte proporcionar ajuda a qualsevol persona en perill a través dels mitjans de l'organització o contractats per aquesta. Si un participant té problemes o lesions greus cal trucar a Direcció de Cursa (+34 633 57 08 52) o al 112 i demanar un altre participant que avisi al punt de control i assistència més proper. Mai s'ha d'abandonar a un participant ferit.

Tots els participants estan obligats a prestar assistència a una persona en perill.

Tots els participants hauran d'atendre a les indicacions del personal de control i seguretat així com del personal d'assistència sanitària o de socors.

Els costos derivats de la utilització d'un servei de rescat o evacuació excepcional sempre són a càrrec de la persona rescatada. És responsabilitat del participants està federat o contractar l'assegurança personal facilitada per l'organització dins del límit de temps establert.

Si no es pot comunicar amb Direcció de Cursa (+34 633 57 08 52) el participant pot trucar directament al Servei d'Emergències i Socors: 112 (Catalunya i França).

Avituallaments i controls de pas

Cada participant durà un chip electrònic connectats al dorsal. Els participants sense dorsal seran penalitzats. Es realitzarà una comprovació a la sortida, a l'arribada i en qualsevol punt de control o d'avituellament.

Únicament s'establirà un avituellament líquid i sòlid per a l'itinerari de 23 km al Coll de Trespics situat al punt 13,6 km de la prova. El circuit Circ de Morens serà totalment en autosuficiència.

Els corredors i corredores podran gaudir d'un avituellament final en acabar tots dos itineraris establerts.

Els avituellaments líquids seran d'aigua i isotònic.

Als avituellaments **no hi ha gots**, per tant, el corredor haurà d'utilitzar el propi bidó o got. Els avituellaments sòlids seran a base de banana, síndria, taronja, dàtils i codony.

El temps màxim per a l'opció **LA VOLTA DEL GEGANT 23 km** serà de 6 hores i 30 minuts. S'estableixen els temps de tall següents:

1. Coll de la Marrana pas 1: 2:30 hores
2. Coll de Trespics : 4:00 hores
3. Coll de la Marrana pas 2: 5:30 hores

El temps màxim per a l'opció **CIRC DE MORENS 11 km** serà de 4 hores. S'estableixen els temps de tall següents:

1. Coll de la Marrana pas 1: 2:30 hores

En cas de mal temps i/o per raons de seguretat, l'organització es reserva el dret d'aturar l'esdeveniment o modificar els temps de tancament horari.

Senyalització del recorregut

El recorregut estarà senyalitzat amb banderoles a distàncies prudencials d'un color visible, per ser vistes en cas de boira o mal temps, i cinta biodegradable.

És imprescindible seguir els camins sense retallar distància. Una trajectòria de tall provoca una erosió perjudicial pel medi i és antiesportiu.

Per respecte pel medi ambient no s'utilitzarà pintura en els senders.

ADVERTÈNCIA: Si no ho veus clar, donar la volta!

Sancions / desqualificacions

El Director de Cursa, els Caps dels punts de control i avituallaments estan facultats per fer complir les normes i aplicar immediatament una penalització en cas d'incompliment del Reglament d'acord amb la següent taula:

INCOMPLIMENT DE LES NORMES - SANCIONS I DESQUALIFICACIONS

No es pot prendre la sortida sense portar el material mínim obligatori.	Desqualificació immediata.
El corredor ha de portar a sobre durant tot el trajecte de la cursa el material obligatori.	Desqualificació immediata.
No fer cas de les indicacions dels equips de control.	Desqualificació immediata
Llençar escombraries - acte voluntari.	Desqualificació immediata
No respectar a les persones, organització o altres participants.	Sanció de 5 minuts
No assistència a una persona amb problemes.	Sanció de 10 minuts
Fer trampa (per exemple, l'ús d'un mitjà de transport, l'intercanvi de dorsals ...)	Desqualificació immediata
Dorsal no visible.	Sanció de 5 minuts
Actitud perillosa.	Sanció de 10 minuts
Negativa a complir una ordre de la Direcció de Cursa	Desqualificació immediata

Queixes i reclamacions

Totes les reclamacions s'han de fer per escrit, presentat davant el Director en un termini màxim de 2 hores després de l'arribada del participant en qüestió.

Canvi d'horari o cancel·lació de la cursa

L'organització es reserva el dret de modificar en qualsevol moment la ruta i la ubicació dels llocs de socors i avituallaments sense previ avís. Si el clima és molt desfavorable (grans quantitats de pluja o neu, tempestes fortes...) l'inici podrà ser posposat per algunes hores inclús es pot cancel·lar.

En cas de força major (especialment amb mal temps i per raons de seguretat), l'organització es reserva el dret d'aturar l'esdeveniment o modificar els temps de tancament horari.

Si la cancel·lació es fa 15 dies abans de l'esdeveniment, es farà un reemborsament parcial de les despeses d'inscripció. L'import de la restitució es determinarà per tal de permetre que l'organització compleix tots els costos contractats anteriorment a la data de cancel·lació. En cas de cancel·lació amb menys de 15 dies abans de la sortida o en cas d'interrupció de la carrera per raó de força major, no es farà cap reemborsament de la inscripció.

Seguretat

L'organització ha contractat una assegurança de responsabilitat civil per la durada de la prova. Aquesta assegurança de responsabilitat civil garanteix les conseqüències pecuniàries de la seva responsabilitat, la dels seus voluntaris i participants.

Accidents personals: Cada participant haurà d'estar en possessió d'una assegurança d'accidents personals que cobreix qualsevol cost de recerca i rescat a Espanya i França.

Aquesta assegurança es pot adquirir a qualsevol institució triada pel participant, especialment amb la FEEC a través de la llicència federativa.

Drets d'imatge

Qualsevol participant renuncia expressament el dret a la imatge durant la prova, i renuncia a tot reclamació contra l'organitzador i els seus socis autoritzats per a l'ús de la seva imatge. L'organització pot transmetre els drets d'imatge als mitjans de comunicació, a través d'una certificació o una llicència apropiada. La Marrana®, La Marrana Skyrace® són marques comercials registrades legalment. Qualsevol comunicació sobre l'esdeveniment o l'ús d'imatges de l'esdeveniment es realitzarà d'acord amb el nom de l'esdeveniment, la marca registrada i amb l'acord formal de l'organització.

**EL FET DE PARTICIPAR SUPOSA L'ACCEPTACIÓ DE TOTES
AQUESTES NORMES, QUEDANT ELS IMPREVISTOS A CRITERI DE
L'ORGANITZACIÓ.**

Contacte de cursa: **Club Excursionista Madteam**
cursalamarrana@madteam.cat
Telf: +34 633 57 08 52