

REGLAMENT DE LA 6ena CAMINADA DEL LUPUS GR-LUPUS

INFORMACIÓ GENERAL

- Recorregut: 5 km Caminada Mini, 10 km Caminada Curta i 20 km Caminada Llarga, aproximadament.
- Desnivell acumulat total: 825 metres
- Alçada màxima: 864 metres
- Alçada mínima: 357 metres
- Hora de recollida de tickets i sortida:
 - Recorregut llarg: de 7 a 8 del matí
 - Recorregut mini i curt: de 8 a 9 del matí
- Lloc de sortida i arribada: Pista exterior del Poliesportiu de Can Plantada d'Aiguafreda.
- Com arribar-hi:
 - Autovia C17, sortida Aiguafreda-St.Martí de Centelles.
 - Amb tren: Estació de St. Martí de Centelles, línia Barcelona-Vic-Puigcerdà.
- Hi haurà avituallaments i esmorzar inclosos.
- El control d'arribada es tancarà a les 13,30h.

Article 1.- Organització

La Caminada del Lupus-GR Lupus és una caminada amb tres recorreguts circulars de 5, 10 i 20 km aproximadament que transcorre pels termes municipals d'Aiguafreda i Sant Martí de Centelles.

És una Caminada solidària organitzada per la Fundació Catalana de Lupus amb el recolzament d'Els Gafarrons.

Article 2.-Recorreguts

- Caminada Mini: 5 km aprox. i 61 metres de desnivell.
 - Caminada Curta: 10 km aprox. i 238 metres de desnivell.
 - Caminada Llarga: 20 km aprox. i 668 metres de desnivell.
- L'hora de sortida de la Caminada Llarga és de 7 a 8 hores i de la Caminada Mini i Curta de 8 a 9 hores, essent el lloc de sortida i

arribada en els tres recorreguts la pista exterior del Poliesportiu de Can Plantada d'Aiguafreda.

Article 3.-Avituallaments-Control de Pas

3.1. Durant el recorregut de la Caminada hi haurà dos avituallaments sòlids i líquids a la Caminada Mini i Curta (esmorzar a Valldeneu i arribada), i tres avituallaments sòlids i líquids a la Caminada Llarga (al kilòmetre 7 aprox, esmorzar a Valldeneu i a l'arribada)

3.2. Els participants han de llençar els residus dels avituallaments dins del perímetre marcat per l'organització

3.3. Els participants hauran de passar obligatòriament pels controls de pas-avituallaments marcats i mostrar el seu tiquet per tal de ser identificats.. A cada control de pas o avituallament hi haurà personal de l'organització.

3.4. El control de pas serà a Valldeneu on els participants quedaran registrats numèricament.

3.5. Els participants són els encarregats de verificar que quedi marcat el seu pas pel control de pas.

3.6. Es tancarà la Caminada amb un equip “escombra” de l'organització.

3.7. Se seguirà en tot moment les indicacions del personal de l'organització.

Article 4.-Inscripció i assegurança

4.1. La inscripció a la Caminada es farà únicament a través de la pàgina web www.RUNEDIA.com

-També es realitzaran inscripcions el mateix dia de la Caminada, es reservaran com a mínim 100 inscripcions fins a arribar als 1200 participants.

-Es poden fer donacions a la pàgina web www.RUNEDIA.com comprant el dorsal solidari i/o fent una donació.

4.2. La inscripció no es retornarà en cap cas.

4.3. Les inscripcions es tancaran el dia 24 de Març a les 23:59 hores.

4.4. L'organització es reserva el dret d'acceptar inscripcions el mateix dia de la Caminada.

4.5. Les inscripcions, en tot cas, es tancaran a 1200 participants.

4.6. La inscripció inclou l'assegurança d'accidents.

4.7. El fet de realitzar la inscripció mostra conformitat del participant amb aquest reglament. El present reglament pot ser corregit, modificat o millorat en qualsevol moment per part de l'organització.

4.8. La Caminada del Lupus-GR·Lupus és oberta a tots els participants amb edat mínima de 18 anys complerts el dia de la Caminada, i a menors amb el permís patern i acompanyats per un adult. L'imprés del permís el trobareu al fer la inscripció a la pàgina web www.runedia.com

Article 5.-Preus

5.1.

- Caminada Mini i Curta: 12 euros.
- Caminada Llarga: 17 euros.
- Dorsal solidari: 12 euros.

5.2. La inscripció inclou:

- Avituallaments durant el recorregut.
- Esmorzar.
- Obsequi-recordatori de la Caminada del Lupus-GR Lupus.
- SORTEIG** de material dels col·laboradors entre tots els participants presents. El sorteig es realitzarà un cop hagi sortit l'últim caminador. La relació dels premis estaràn penjats en panells ben visibles a l'arribada i seràn entregats al moment. A les 12h es farà el sorteig dels regals més importants a l'escenari. En aquest últim cas, si no surt el número guanyador, un cop hagi arribat l'últim caminador, es treuràn fins a tres números més, si no surt un guanyador, el regal quedarà desert i/o es guardarà per l'any vinent. Al facebook de la GR Lupus: Fundació Catalana de Lupus GR Lupus podreu trobar el llistat actualitzat dels obsequis que ens vagin entregant els col·laboradors.
- Assegurança obligatòria.
- Masterclass de zumba gràcies a l'associació La Teranyina.
- Fotos on-line gratuïtes de la Caminada fetes pels fotògrafs oficials.

Article 6.-Seguretat

6.1. Els participants hauran d'anar equipats amb calçat i roba adient per la seva comoditat. S'aconsella que els participants s'equipin amb diferent roba tècnica per fer front a les diverses condicions meteorològiques que es puguin presentar al llarg de la caminada.

És recomanable portar reserva d'aigua i mòbil.

6.2. L'organització podrà suspendre o modificar la Caminada per motius de seguretat o quan les condicions meteorològiques ho aconsellin.

6.3. Els participants que decideixin abandonar hauran de retirar-se en el punt de control o avituallaments.

6.4. L'organització només es compromet a tornar als participants al punt de sortida i arribada de la caminada, quan hagin abandonat en un control amb accés motoritzat.

6.5. L'organització no tornarà als participants que hagin abandonat fins que hagi finalitzat el tram de la caminada en el qual hagi abandonat, per tal d'assegurar el desenvolupament òptim d'aquesta.

6.6. Els participants que decideixin abandonar la marxa ho hauran de comunicar a l'organització.

6.7. Durant el transcurs de la Caminada hi haurà un temps màxim de realització de la caminada i un temps límit per passar pels diferents avituallaments que vindrà marcat pel personal "escombra". Els participants que superin aquest temps no se'ls permetrà continuar, acompanyant-los al següent avituallament motoritzat. El temps límit per realitzar la Caminada serà el que es calculi per finalitzar la prova a les 13:30 hores com a hora límit.

6.8. L'organització declina tota responsabilitat en cas de danys personals o materials soferts per propis o tercers, tot i que vetllarà per evitar-los.

Article 7.-Emergències

7.1. Els participants de la Caminada hauran d'alertar en el punt de control o avituallament més pròxim qualsevol tipus d'incidència.

7.2. Si un participant està ferit, els participants estan obligats a parar-se per socorre'l i prestar-li tota l'ajuda possible.

7.3. És obligatori tenir gravats aquests telèfons a l'agenda per poder-hi trucar en cas d'emergència en zona de cobertura:
696825198/606321600

7.4. En cas d'emergència sense zona de cobertura o estat greu del participant, els participants estan obligats a trucar al 112.

Article 8.-Medi ambient

8.1. Els participants hauran de conservar i preservar el medi.

8.2. La flora i la fauna constitueixen les zones protegides naturals per on transcorre el recorregut.

8.3. Els participants hauran d'adaptar-se a cada una de les diferents tipologies del terreny que es trobaran durant els recorreguts.

8.4. Com a participants de muntanya, cada un, no només haurà de preservar el medi, sinó actuar amb responsabilitat i tenir un comportament exemplar davant de qualsevol adversitat.

8.5. IMPORTANT! No es permet córrer acompanyat de gossos ja que es passa per zones ramaderes.

Article 9.- Recorregut i marcatge

9.1. El recorregut estarà marcat amb cinta i guix.

9.2. És obligatori seguir l'itinerari marcat així com passar per tots els avituallaments i control de pas establerts.

9.3. Si la situació ho exigeix, l'organització podrà realitzar les modificacions que consideri necessàries.

9.4. L'organització es reserva el dret de suspendre la prova si la integritat física dels participants està en perill o de variar el recorregut en condicions meteorològiques extremes.

Article 10.-Responsabilitats

10.1. Els participants participen sota la seva responsabilitat.

10.2. És responsabilitat dels participants portar l'equip i material adequat per a cadascun dels dos recorreguts de la Caminada, haver obtingut els coneixements teòrics necessaris per poder-hi participar així com el seu bon estat físic.

10.3. El participant està obligat a mostrar el seu tiquet de control a cada avituallament.

10.4. Els participants eximeixen a l'organització de les reclamacions o demandes basades en suposades accions dels participants o altres que actuïn al seu favor, així com reclamacions o demandes resultats de danys que puguin succeir als participants i les seves pertinences, inclòs el robatori o pèrdua.

10.5. L'organització podrà retirar de la Caminada, sota el seu criteri, als participants que tinguin problemes físics evidents (mareig, desorientació...) que puguin posar en perill la seva salut.

Article 11.-Drets d'imatge

11.1. L'organització es reserva els drets exclusius de les imatges, fotografies, vídeo i informació de les proves en les que els participants estiguin implicats, així com d'utilitzar el material per anuncis, relacions públiques o qualsevol altre propòsit periodístic o de promoció de l'esdeveniment.

11.2. Qualsevol projecte mediàtic o publicitari haurà de contar amb el previ consentiment de l'organització.

Article 12.-Protecció de dades

En virtut de la Llei 15/1999 del 13 de Desembre sobre la Protecció de Dades de Caràcter Personal, es fa coneixedor a tot participant de la Caminada del Lupus que les seves dades seràn incorporades a un fitxer informatitzat, responsabilitat de la Fundació Catalana de Lupus amb CIF G-64577042 que podrà fer ús d'ell amb finalitats promocionals relacionats amb la naturalesa de l'esdeveniment al que s'ha inscrit. Si volen rectificar, cancel·lar o oposar-se, es poden posar en contacte a grlupusaiguafreda@gmail.com