

## NORMATIVA GENERAL DE LA CARRERA

### 1- FECHA Y LUGAR

Las collas de San Fost con CIF G64924921, Organiza la Carrera del Drac de obstáculos.

La prueba se celebrará el sábado 22 de julio 2023 en la localidad de Sant Fost de Campsentelles, Barcelona, en la antigua Bòbila en av. Mauri (delante de Can Lladó)

Habrà 2 circuitos o recorridos según categoría.

- El recorrido largo será de 4 km. Constará de un trazado de asfalto y tierra donde hay que seguir en parte el curso de la riera, donde habrá que superar 21 obstáculos. El recorrido estará completamente señalizado y cercado al tráfico.
- El recorrido corto será común al largo, pero se acortará el recorrido hasta los 2 km y 20 obstáculos.

Que está regulada por este reglamento de participación.

### 2- CLASIFICACIÓN

Tanda competitiva 4 km – Con trofeos a los tres primeros masculinos absolutos y a las tres primeras femeninas absolutas.

Además, los primeros recibirán una sorpresa por parte de nuestros colaboradores.

Tanda popular 2 km – PAREJAS / GRUPOS / FAMILIAS (popular) – Medalla finisher para todos los participantes que tras superar los obstáculos crucen la meta.

### 3- TANDAS DE LA CARRERA

Las salidas se realizarán por tandas de hasta 50 corredores máximo cada una, excepto la competitiva que saldrán 100.

La primera tanda se hará la salida a las 9:00 h reservada a los corredores competitivos del circuito largo 4 km. La segunda tanda, a las 9.30 h, será para individual circuito corto 2 km y las posteriores tandas serán en intervalos de cada 30 minutos. Los participantes tendrán que estar en la zona de salida 15 minutos antes del inicio de la tanda.

Habrà 2 tipos de tandas:

Tanda de carácter competitivo individual 4 km. Para aquellos corredores que tengan nivel suficiente para superar todos los obstáculos, puesto que implantamos la normativa OSO (Obligación de Superar los Obstáculos). Si no se pueden superar, tendrán penalización de 15 burpees.

Tandas individual, pareja, grupo o familiar (popular): Tanda de carácter lúdico. Para todos aquellos corredores que de forma individual o en equipo, quieran disfrutar y divertirse a la carrera de obstáculos y, por lo tanto, en caso de no poder superar un obstáculo, podrá continuar la carrera haciendo una penalización de 10 burpees emulando a la tanda competitiva. En este caso, lo puede hacer cualquier miembro del grupo independientemente quién sea en corredor que no pueda superar el obstáculo.

Tanda 1: 09:00 h – 4 KM COMPETITIVO (INDIVIDUAL) (OPCIÓN TROFEO)

Tanda 2: 09:30 h – 2 KM (PAREJAS, EQUIPOS, FAMILIAR+ 7 AÑOS)

Tanda 3: 10:00 h – 2 KM (PAREJAS, EQUIPOS, FAMILIAR+ 7 AÑOS)

Tanda 4: 10:30 h – 2 KM (PAREJAS, EQUIPOS, FAMILIAR + 7 AÑOS)

Tanda 5: 11:00 h – 2 KM (PAREJAS, EQUIPOS + 14 AÑOS)

Tanda 6: 11:30 h – 2 KM (PAREJAS, EQUIPOS + 14 AÑOS)

Tanda 7: 12:00 h – 2 KM (PAREJAS, EQUIPOS + 14 AÑOS)

#### 4- INSCRIPCIÓN Y PRECIOS

Las Inscripciones tendrán un coste de 7 € con opción a camiseta de + 9 € por persona

La tanda competitiva, tendrá un coste de 16 € (camiseta incluida obligatoria)

En caso de no poder participar, la cuota no será devuelta, tanto si hace su renuncia con antelación o no se presenta al acontecimiento.

#### 5- PLAZOS Y LUGAR De INSCRIPCIÓN

La inscripción se tendrá que hacer en el apartado de inscripciones de la web oficial:

[www.cursadeldrac.com](http://www.cursadeldrac.com)

El plazo límite de inscripción en línea será el viernes 30 de JUNIO, después de la fecha mencionada los participantes no tendrán opción a camiseta.

#### 6- IDENTIFICACIÓN Y RECOGIDA DE DORSALES

Para recoger el material necesario para participar en la carrera, es imprescindible presentar DNI, o cualquier otro documento oficial acreditativo de la identidad. Una inscripción se dará por formalizada cuando se haya efectuado el pago de la cuota de inscripción. Se respetará rigurosamente el día y la hora de abono para adjudicar las plazas disponibles.

La recogida de dorsales se os enviará un correo próximo al acontecimiento para deciros 4 fechas y lugar donde

recoger el dorsal y camiseta. Estar atentos!

El día de la carrera se recomienda puntualidad para poder así cumplir los horarios establecidos para cada tanda, no se atrasará ninguna tanda por no llegar a tiempo.

El corredor tendrá que llevar el dorsal (brazalete) acreditativo en un lugar visible en todo momento para poder ser identificado fácilmente por jueces de obstáculos y meta, en todo momento los jueces podrán parar al corredor y pedirle la colocación correcta del dorsal (brazalete) para su identificación si fuera necesario.

## 7- CONDICIÓN FÍSICA

Cada atleta participa bajo su responsabilidad y la organización considerará que posee un nivel de condición física suficiente para afrontarla.

La organización declina toda la responsabilidad por los daños o perjuicios que el hecho de participar en la prueba pueda ocasionar al participante.

## 8- JUECES DE CARRERA (MARSHALLS)

Los jueces de la prueba tendrán la capacidad de descalificar o retirar un atleta que muestre signos de incoherencia física o comporte riesgo para su seguridad como para el resto de los otros participantes, así como para el buen desarrollo de la prueba. No completar el circuito de la carrera correctamente según está contemplado dará pie a la descalificación del participante.

Habrà jueces a cada obstáculo que garantizarán el cumplimiento de las normas, pero depende de tu buen hacer, el completar correctamente. Si no lo superas, tendrás que hacer la penalización de 15 burpees en categoría COMPETITIVA y 10 burpees en categoría POPULAR.

## 9- OBSTÁCULOS Y PENALIZACIONES

Es obligatorio intentar superar todos los obstáculos, en caso de no superar alguno, el participante tendrá que realizar una penalización de burpees según el caso.

A las tandas populares se permitirá un máximo de 3 intentos, siempre que no entorpezca el ritmo del resto de participantes por no crear colas innecesarias. Serán los jueces y/o voluntarios de cada obstáculo quienes tendrán la decisión del número de intentos posibles.

## 10- GUARDARROPA

No ofreceremos servicio de guardarropa.

## 11- DUCHAS Y BAÑOS

Habr  servicios de WC y también DUCHAS exteriores solo para sacarse el barro.

## 12- AVITUALLAMIENTO

Habr  un avituallamiento de líquido, a mitad de la carrera y un avituallamiento de sólido + líquido al pasar la meta.

## 13- PARTICIPACIÓN Y EDAD MÍNIMA

Podrá participar cualquier persona, mayor de 18 años (cumplidos en el momento de hacer la carrera), que haya aceptado el descargo de responsabilidad y la declaración física que aparece al formulario de inscripción.

Los mayores de 14 años y menores de 18 años podrán, siempre que el mismo día de la prueba se libre rellene por su padre, madre o tutor su autorización personal (los dos presenten el DNI). Esta librar  en la zona de inscripciones.

Para menores de 14 años y mayores de 7 años, se podrá participar, con autorización de su padre, madre o tutor, a las categorías grupos Familia +7 años y siempre acompañados del adulto en cuestión, no podrán ir solos en ningún caso.

Queda totalmente prohibido que ningún menor de 14 años y mayor de 7 años participe solo a la Carrera del Drac, si algún voluntario/juez ve algún niño solo se verá en la obligación de no dejarlo continuar a la carrera.

## 14- DESCALIFICACIONES

Será descalificado en las situaciones siguientes:

La identificación incorrecta, de acuerdo con estas normas.

No hacer íntegramente el recorrido marcado por la organización.

Inici is la salida antes de la señal del juez de salida.

Alterar la marcha otros atletas, vulnerando las elementales normas del respeto.

Acceder a la meta por cualquier otro lugar diferente al de llegada.

Recibir ayuda externa de la carrera.

No hacer o hacer incorrectamente la penalización en caso de fallar un obstáculo.

Habr  jueces o Marshalls de carrera a cada obstáculo para comprobar que se cumple la normativa establecida.

En cualquier otra circunstancia no contemplada al presente reglamento, la organización se reserva el derecho a

decidir si es motivo de descalificación.

## 15- SEGURIDAD Y RECORRIDO

El recorrido estará marcado y señalizado. Habrá voluntarios y personal sanitario presente.

Ante una posible lesión, estos serán avisados convenientemente. Si durante la competición te encuentras con algún lesionado/herido, no intentes moverlo, busca el voluntario o juez más próximo y alértalo. Ellos saben qué tienen que hacer. Es obligación de todos los participantes asistir cualquier otro corredor en caso de accidente.

## 16- SEGUROS

Todos los inscritos tienen que firmar la hoja de responsabilidad del participante y la descarga de responsabilidad.

Cada atleta participa bajo su entera responsabilidad y asumiendo que posee una condición física adecuada para poder afrontar. La organización dispondrá de una póliza de seguro de responsabilidad civil y seguro médico individual. De este modo, todos los participantes estarán cubiertos por la póliza de seguro de accidentes contratada por la Organización Colles de Sant Fost NIF: G64924921.

Están excluidos de la cobertura los accidentes derivados de la imprudencia, negligencia, no hacer caso de las indicaciones de la organización, incumplimiento del reglamento... Además queda excluido el desplazamiento hasta el lugar de la prueba.

## 17- CATEGORÍAS Y TROFEOS

4 km Categoría Individual competitivo 09:00 h

Clasificación Masculina y Femenina tendrán trofeo para los 3 primeros.

En esta tanda saldrán un máximo de 100 participantes, sin chip. No tendrán tiempo cronometrado.

Todos los participantes que consigan completar todo el recorrido recibirán la medalla de Finisher.

Todas las otras categorías:

CATEGORÍAS 2 KM PAREJAS, GRUPOS/FAMILIA +7 años o + 14 años

Todos los participantes que logren completar todo el recorrido, superando todos los obstáculos recibirán la medalla de Finisher al pasar por meta.

## 18- SUSPENSIÓN DE LA PRUEBA

La organización se reserva el derecho de variar el punto de llegada o salida, atrasar la hora de salida, cambiar la

fecha o la suspensión.

Si la salida llegara a producirse, la prueba se dará por realizada, aunque se suspenda durante su celebración.

En caso de que la organización considere que las condiciones climáticas u otras contingencias ajenas a su voluntad ponen en riesgo la integridad física de los participantes, podrá disponer la postergación de la prueba. En este caso, no se reintegrará ni totalmente ni parcialmente la inscripción.

## 19- USO DE LOS DATOS DEL PARTICIPANTE

Los participantes aceptan que sean tomadas imágenes y videos de su participación, autorizando a la Cursa del Drac a darle un uso en cualquier medio sin que se le confiera el derecho a percibir una compensación económica. Se puede revocar en cualquier momento su consentimiento dirigiéndose a [cursadeldrac@hotmail.com](mailto:cursadeldrac@hotmail.com)

En conformidad con el que establece la Ley Orgánica 15/1999, de 13 de diciembre, de Protección de Datos de Carácter Personal, se informa que la participación en la prueba implica el consentimiento para la incorporación de los datos personales facilitados al fichero automatizado existente para los organizadores. La finalidad de este fichero es el tratamiento para la gestión y el desarrollo de la prueba mencionada.

Los atletas consienten tácitamente que las imágenes que se obtengan a la carrera puedan ser utilizadas por la organización y por las empresas colaboradoras para fines de difusión y publicidad del acontecimiento o productos asociados a este.

## 20- RESPONSABILIDAD DE LOS PARTICIPANTES. EXCLUSIÓN DE RESPONSABILIDAD DE La ORGANIZACIÓN

El evento cuenta con todos los permisos correspondientes para su celebración y aunque se pretende hacer una competición abierta y promocionar la práctica deportiva, la organización advierte que la prueba es dura y además se dan en la misma los riesgos inherentes a la presencia de obstáculos naturales o artificiales.

Es responsabilidad exclusiva del atleta ser apto para la competición, es decir, este afirma y verifica que está físicamente y mentalmente preparado, disfruta de buena salud para afrontar una prueba de varios kilómetros y superar obstáculos, así como que ha pasado los reconocimientos médicos oportunos. No tenga ninguna enfermedad o lesión que se pueda agravar con mi participación en esta prueba. Por eso, asiste por iniciativa propia a esta competición asumiendo los posibles riesgos y consecuencias derivadas de su participación.

Cada atleta declara con su inscripción que reúne las condiciones que posibilitan su participación en la CURSA DEL DRAC sin generar más inconvenientes para su persona, el resto de los participantes y la organización. De forma plena y consciente, cada atleta asume para sí y como propios los riesgos derivados de su participación en la prueba, quedando completamente exonerada la organización de toda responsabilidad que pudiera surgir a consecuencia de los daños que la participación en la carrera pudiera comportar a los participantes, sus causahabientes o terceras personas.

Permite el libre uso de su nombre y cualquier imagen en cualquier publicación o medio de comunicación, tomadas durante todo el acontecimiento, eximiendo a la organización, directores del acontecimiento, colaboradores, patrocinadores y voluntarios de cualquier responsabilidad o reclamación por su parte. Incluyendo cualquier perjuicio o lesión directa o indirecta.

La Organización declina toda responsabilidad por los daños, perjuicios o lesiones que la participación en esta prueba pueda ocasionar a sí mismo, otras personas e incluso en el supuesto de que terceras personas causen daños al participante.

Todo participante, por el solo hecho de participar en la prueba, acepta las normas señaladas anteriormente, prevaleciendo en caso de duda el criterio de la Organización.

A tal efecto, tendrán que firmar un documento de descarga de responsabilidad en el momento de la recogida del dorsal.

Los participantes aceptan que pueden sufrir lesiones leves a causa de los obstáculos, a la ruta, a otros participantes o por circunstancias naturales. Además entienden que no se pueden excluir lesiones medianas y graves hasta parálisis permanente y/o muerto. Entre los riesgos se alcanza (sin limitar) ahogamiento, esguinces, tirones, fracturas, lesiones por calor o frío, sobrecarga, conmoción cerebral, lesiones en la médula espinal, \*ictus, infarto de miocardio, escoceduras y cortaduras.

El participante es consciente que durante la carrera no se podrá garantizar una cobertura total de asistencia médica.

## 21- ACEPTACIÓN DEL REGLAMENTO

Considerando que ha realizado mi inscripción a CURSA DEL DRAC, se comprometo a cumplir las reglas que regulan la carrera, disponible a la página web de la organización [www.cursadeldrac.com](http://www.cursadeldrac.com)

Autoriza los Servicios Médicos de la prueba que practiquen la asistencia sanitaria necesaria, aunque no haya sido solicitada.

En caso de que los servicios médicos indiquen que se abandone la prueba para existir riesgo para su salud, se comprometo a acatar la recomendación de los expertos sanitarios.

Al aceptar el reglamento de participación los corredores participan BAJO SU RESPONSABILIDAD.

## Nota para equipos FAMILIA

Los niños menores de 14 años y más grandes de 7 años que llevan a cabo el circuito junto a su familia no tienen que hacer los obstáculos solos, los miembros adultos del equipo familiar tienen que procurar que no se excedan en la superación de los obstáculos que pueden ser peligrosos, especialmente los de suspensión (los que durante unos segundos no tocamos en tierra). Al hacerlo el menor, uno de los adultos del grupo Tiene que sujetar por la espalda o por la cintura el niño para evitar que caiga, y en el caso de caída, que esta no sea traumática. Especialmente a la cuerda, donde no dejaremos que el niño suba más allá de 2 m de altura