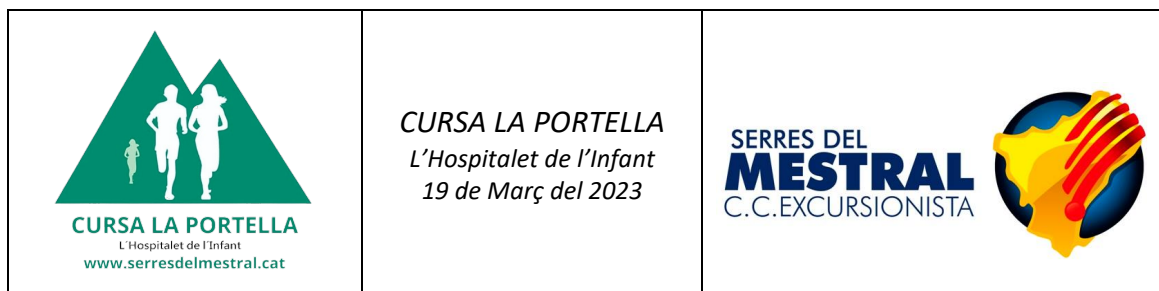


CURSA LA PORTELLA 2023

REGLAMENT I PLA DE SEGURETAT

Índex

| | |
|---|-------------------|
| INTRODUCCIÓ..... | 2 |
| REGLAMENT | 2 |
| 1. DEFINICIÓ I OBJECTIU..... | 2 |
| 2. RECORREGUT | 3 |
| 3. CONDICIONS DE PARTICIPACIO..... | 3 |
| 4. INSCRIPCIONS I PREUS | 5 |
| 5. DORSALS | 6 |
| 6. HORARIS SORTIDA I ARRIBADA..... | 7 |
| 7. MATERIAL I AUTORITZACIONS OBLIGATORIS I RECOMANATS | 7 |
| 8. AVITUALLAMENTS | 8 |
| 9. CLASSIFICACIÓ..... | 8 |
| 10.- OBSEQUIS I TROFEUS PER CURSA | 8 |
| 11.- INFRACCIONS | 9 |
| 12. RETIRADES I EMERGÈNCIES | 10 |
| 13. ASSEGURANÇA | 10 |
| 14. SERVEIS AL CORREDOR | 11 |
| 15. PROTECCIÓ AL MEDI AMBIENT | 11 |
| 16. DRET A L'IMATGE I PROTECCIÓ DE DADES | 11 |
| PLA DE SEGURETAT LA PORTELLA 2023 | 13 |



INTRODUCCIÓ

LA PORTELLA és un esdeveniment de cursa de muntanya organitzat pel Club Centre Excursionista Serres el Mestral, amb el suport de l'Ajuntament de Vandellòs i l'Hospitalet de l'Infant. Aquest any arribem a la 12^o edició i diumenge 19 de Març del 2023 realitzarem tres circuits tradicionals, la Clàssica, la Exprés i la caminada.

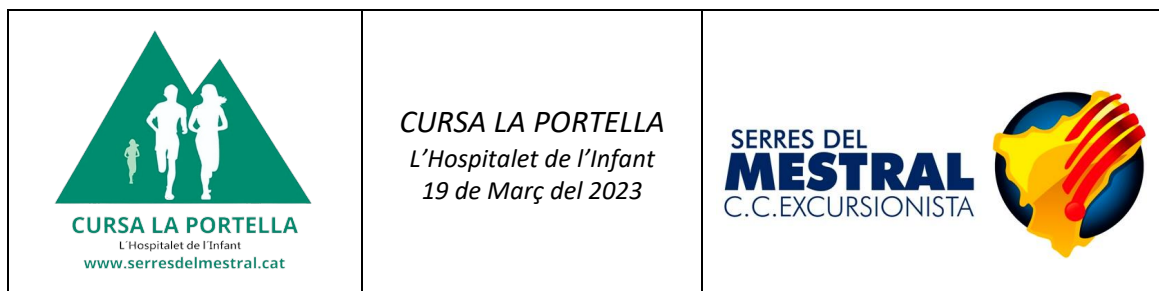
REGLAMENT

1. DEFINICIÓ I OBJECTIU.

1.1. La definició de LA PORTELLA és perquè el seu recorregut es realitza pel terme municipal de Vandellòs i l'Hospitalet de l'Infant.

1.2. LA PORTELLA té com objectiu fomentar l'esport i donar a conèixer les muntanyes i l'entorn natural del municipi.

1.3. L'àmbit d'actuació que delimita LA PORTELLA és el circuit, degudament senyalitzat, proposat pels organitzadors, i que transcorre per pistes, camins, senders i/o corriols ubicats dins del terme municipal de Vandellòs i l'Hospitalet de l'Infant.



2. RECORREGUT

2.1. En les seves tres modalitats, la clàssica, la exprés i la caminada, els recorreguts tenen les distàncies i el desnivell que tot seguit es detalla.

| Recorregut | Distància | Desnivell |
|-------------------|------------------|------------------|
| Clàssica | 17 Km | 900 m+ |
| Exprés | 10 Km | 300 m+ |
| Caminada | 10 Km | 300 m+ |

2.2. La major part del recorregut transcorrerà, per senders, corriols i camins de terra, tots ells degudament senyalitzats amb cintes i/o marques al terra.

2.3. En els punts d'asfalt, els vehicles motoritzats tindran preferència. Serà responsabilitat dels participants aturar-se per extremar les precaucions abans de creuar la calçada, si bé l'organització intentarà tenir controlats aquests punts.

2.4. És obligatori seguir l'itinerari marcat, així com passar per tots els controls de pas establerts.

2.5. L'organització només suspendrà la prova si la integritat física dels corredors i el medi natural està en perill o per causes de força major, per l'activació del Pla alfa 3.

2.6. No està permès córrer amb animals.

3. CONDICIONS DE PARTICIPACIÓ.

3.1. Per participar en les modalitats de la clàssica, la exprés i de la caminada, caldrà que el dia 31 de desembre de 2023, el participants compleixin el següent:



- Recorregut Clàssic i Exprés: El corredor/a haurà de tenir com a mínim 14 anys, els menors d'edat hauran de presentar una autorització dels seus pares o tutors legals.
- Caminada: Oberta a tothom, els menors d'edat hauran de presentar una autorització dels seus pares o tutors legals.

3.2. En tractar-se d'una cursa de muntanya, amb bastants desnivells, serà imprescindible estar ben preparat físicament i portar l'equipament idoni per a aquest tipus d'activitats.

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

3.4. 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 podran ser desqualificats.

3.5. Els corredors que decideixin retirar-se de les curses o caminada hauran de comunicar-ho a l'organització a través del control més proper al lloc de la retirada.

3.6. Si l'organitzador de la prova demana material obligatori, tots els participants hauran de portar-lo durant tota la prova.

3.7. El corredor és el responsable de validar els temps de meta fent visible el seu dorsal o fent ús del sistema de cronometratge que l'organitzador estableixi.

3.8. L'organització recomana als corredors que es facin una prova d'esforç, que acrediti l'aptitud i manca d'impediments, per a la participació de curses per muntanya.

3.9. L'organització no es fa responsable de la manca de preparació física adequada per a participar a qualsevol de les proves (curses i/o caminada), ni dels accidents que es puguin produir, si bé vetllarà per tal d'evitar-los.

3.10. La prova està limitada a 450 dorsals, distribuïts de la següent manera.

Recorregut Clàssic: 150 dorsals

Exprés: 150 dorsals



Caminada: 150 dorsals

L'organització es reserva el dret de modificar el nombre de places. Qualsevol modificació en aquest punt serà notificada per l'organització, a la web i les xarxes socials de l'esdeveniment.

3.12. Qualsevol cas que es presenti no previst en aquest reglament serà resolt pel comitè organitzador.

4. INSCRIPCIONS I PREUS

4.1. Les inscripcions estaran obertes fins el 15 de Març de 2023, sempre i quan no s'hagin tancat prèviament per part de l'organització, per haver arribat al màxim de participants. Es realitzaran a través de l'apartat de les inscripcions de la pàgina web <https://www.serresdelmestral.cat/cursalaportella>

4.2. A l'hora de realitzar la inscripció, el sol·licitant ha d'estar en possessió d'una llicència federativa. Si no és el cas, l'organització li farà una assegurança temporal pel dia de la cursa, amb el cost pertinent, i reflectit als preus que es relacionen posteriorment. Serà obligatori presentar el DNI i la llicència federativa per retirar el dorsal.

4.3. El preu de la inscripció de les modalitats son els següents.

| Recorregut | Federat | No Federat |
|-------------------|----------------|-------------------|
| Clàssica | 20 € | 24 € |
| Exprés | 10 € | 14 € |
| Caminada | 10 € | 14 € |

4.4 La inscripció es formalitza amb el pagament de la mateixa. L'assignació de places es regirà per estricte ordre de recepció de pagament.

4.5. No es retornarà l'import de la inscripció si la no participació del corredor no és per causes imputables a l'organització.



5. DORSALS

5.1. L'horari de lliurament de dorsals i possibles noves inscripcions serà al pavelló Hifrensa de l'Hospitalet de l'infant en els següents horaris:

Dissabte 18 de Març del 2023 a partir de les 17.00h. fins les 19.00h.

Diumenge 19 de Març del 2023 a partir de les 7.30h. i fins ½ hora abans de la sortida.

El fet de no retirar el dorsal en l'horari establert significa que es renuncia al dorsal i la bossa de regal.

5.2. S'ha de portar el DNI i la llicència federativa, en cas de tenir-ne, per tal de poder recollir el dorsal. Si no presenta la llicència federativa de fer-se càrrec de l'assegurança pagant els 4,00 € establerts a aquest efecte. Si el participant s'ha beneficiat d'algun descompte al que no té dret haurà d'abonar aquest descompte en el moment de recollir el dorsal.

5.3. Qualsevol persona podrà recollir el dorsal i la bossa del corredor d'un altre participant, sempre que mostri una còpia del DNI i de la llicència federativa del participant.

5.4. És totalment obligat recollir el dorsal per prendre la sortida. Tots els participants tenen l'obligació de portar el dorsal íntegre, sense doblegar ni retallar, i ben visible a la part frontal. Si després de l'advertiment d'un membre de l'organització, el corredor no esmena el defecte es procedirà a la sanció del participant.

5.5. No està permès un canvi de dorsals entre corredors, sense autorització de l'organització.

5.6. Un cop finalitzada la cursa no caldrà retornar el dorsal lliurat, però caldrà conservar-lo per accedir als serveis pels corredors.



6. HORARIS SORTIDA I ARRIBADA

6.1. La sortida i arribada de les curses i de la caminada, està prevista des de la plaça Aster de l'Hospitalet de l'Infant en els següents horaris:

| Recorregut | Dia | Hora |
|-------------------|------------|-------------|
| Clàssica | 19/03/2023 | 9.30h |
| Exprés | 19/03/2023 | 10.00h |
| Caminada | 19/03/2023 | 10.00h |

6.2. El temps màxim per completar els recorreguts destinats a cada modalitat és el següent:

| Recorregut | Hora màxima |
|-------------------|--------------------|
| Clàssica | 5h |
| Exprés | 3.30h |
| Caminada | 3.30h |

7. MATERIAL I AUTORITZACIONS OBLIGATORIS I RECOMANATS

7.1. Serà obligatori el material i les autoritzacions següents en les dues modalitats:

- Mòbil activat i carregat al màxim
- Got o recipient per beure
- Autorització dels menors

7.2. Es recomana el material següent:

- Portar un tallavent
- Roba i calçat esportiu
- Manta tèrmica
- Reserva menjar calòric semi-autosuficient (barretes, gels o similars)



8. AVITUALLAMENTS

8.1. Es disposarà de diferents punts d'avituellaments (cinc a la clàssica i dos a la exprés i caminada) en els que s'oferirà als participants de les curses i de la caminada aliments sòlits i líquids (dolços, fruita, aigua, etc.).

Aquests avituallaments estaran situats aproximadament ens els punts quilomètrics següents:

| Recorregut | Avituallament Km (aprox.) | | | | |
|------------|---------------------------|------|-----|-----|------|
| | Clàssica | 2 | 6,5 | 8,5 | 13,5 |
| Exprés | 4,5 | Meta | | | |
| Caminada | 4,5 | Meta | | | |

9. CLASSIFICACIÓ

9.1. Les classificacions estaran disponibles un cop penjades a les pàgines web de <https://www.serresdelmestral.cat/cursalaportella> i <https://www.tretzesports.org/>

9.2. La caminada no es considera una activitat competitiva, tot i que portaran dorsal i xip per tal de tenir un control dels participants.

10.- OBSEQUIS I TROFEUS PER CURSA

10.1. A tots el participants de les diferents modalitats (clàssica, exprés i caminada) se'ls hi donarà una bossa amb diferents obsequis.

10.2. Tindran premi (només els de la Clàssica i Exprés):

- Els 5 primers classificats absoluts masculins i femenins
- El primer classificat masculí i femení local



10.3. Obtindran premi el primer classificat masculí i femení de la modalitat Clàssica i Exprés els de la categoria local, premi que si que serà acumulable als de l'apartat anterior.

S'estableix la categoria local, tant en dones com en homes, i en formaran part tots els participants del recorregut Clàssic i Exprés que siguin socis del Club Centre Excursionista Serres del Mestral i s'hagin inscrit a la cursa amb el nom de Centre Excursionista Serres del Mestral.

10.4. Aquest any tenim com a NOVETAT la "Cronoscalada 2 torres" on el corredor més ràpid a fer el tram de pujada del "tub" (primer avituallament) fins a les dos torres s'endurà un premi.

Atenent que la caminada està considerada una activitat no competitiva no s'estableixen premis.

. Els menors d'edat han de presentar una autorització del pare, mare o tutors per poder participar.

11.- INFRACCIONS

11.1. Existiran dos tipus d'infraccions, lleus i greus. Les infraccions lleus es penalitzaran en temps des de 3 minuts fins a la desqualificació, aquesta penalització la determinarà el jurat de la prova. Les greus, significaran la desqualificació immediata del corredor.

11.2. Sancions lleus:

- a) No dur el dorsal en lloc visible.
- b) Modificar la forma o composició del dorsal.
- c) Anticipar-se al senyal de sortida.

12.3. Sancions greus:

- a) Llençar deixalles fora dels llocs designats.
- b) No portar algun element del material obligatori marcat per l'organització.



- c) Fer servir qualsevol mitjà de transport o locomoció durant tot o part del recorregut.
- d) No guardar respecte absolut a les més essencials normes esportives de companyia o de respecte a la natura.
- e) Qualsevol desconsideració amb els membres de l'organització i voluntaris o altres participants de la prova.
- f) Finalitzar la prova més tard de l'hora de tancament del control d'arribada, fixada per l'organització.
- g) No auxiliar a un corredor accidentat.
- h) Alterar la senyalització del recorregut.
- i) Participar amb el dorsal d'un altre corredor.
- j) Tallar o escurçar el recorregut sortint de l'itinerari marcat quan aquest comporti un avantatge de temps per al corredor.

12. RETIRADES I EMERGÈNCIES

- 12.1. Els participants de la cursa hauran d'alertar en el punt de control i/o avituallament més pròxim qualsevol tipus d'accident.
- 12.2. Si un corredor es fa mal o es troba indisposat, els altres corredors estan obligats a parar-se per socorre'l i prestar-li ajuda.
- 12.3. En cas d'emergència sense zona de cobertura els corredors estan obligats a trucar al 112.
- 12.4. L'organització disposarà d'un servei motoritzat per prestar ajuda als corredors que ho necessitin.

13. ASSEGURANÇA

- 13.1. L'organització declina tota responsabilitat pels perjudicis que els participants i els seus acompanyants puguin patir i/o ocasionar abans, durant i després de la cursa.



13.2. Tot i això, l'organització ha contractat, segons preveu la legislació vigent, una assegurança de responsabilitat civil i disposa dels serveis d'urgència adients.

14. SERVEIS AL CORREDOR

14.1. Disposarem de dutxes i de vestidors. Aquestes estaran situades a les instal·lacions esportives municipals.

14.2. S'entregarà a l'arribada la beguda i el menjar per a tots els participants amb dorsal.

15. PROTECCIÓ AL MEDI AMBIENT

15.1. Tots els participants es comprometen a disposar totes les deixalles a les corresponents bosses situades als diferents punts de control i a no malmetre de qualsevol manera l'entorn.

15.2. Es tracta d'una activitat que té un recorregut per paratges naturals. Sigueu respectuosos amb l'entorn, tots ho agraiem.

16. DRET A L'IMATGE I PROTECCIÓ DE DADES

L'Organització es reserva els drets d'imatge, fotografies i vídeos de les proves. Així mateix podrà utilitzar-los per fer anuncis, relacions públiques o per qualsevol altre finalitat periodística o de promoció de la prova i/o altres activitats dels organitzadors. L'organització també es reserva el dret a poder cedir l'ús de les imatges, fotografies i vídeos de les proves a patrocinadors de l'esdeveniment.

En completar la inscripció, entenem que us considereu suficientment informats d'aquest tractament, acceptant aquestes condicions i es cedeixen les dades lliurades per la base de dades.



En qualsevol moment podeu exercir els vostres drets d'accés, rectificació, oposició i cancel·lació, tot adreçant-vos a l'organització de la prova mitjançant el correu electrònic info@cursalaportella.com.

En compliment del que disposa la normativa de protecció de dades personals, en concret Reglament General de Protecció de Dades (RGPD) i Llei Orgànica de Protecció de Dades Personals i garantia dels drets digitals (LOPDGDD), l'informem que les dades personals que ens faciliï mitjançant la complementació del formulari d'inscripció seran tractades pel Club Centre Excursionista Serres del Mestral amb la finalitat de gestionar l'organització de la prova esportiva, inscripció de participants, gestió del lliurament dels dorsals, gestió d'assegurances per participants, publicació de les marques realitzades en els mitjans de comunicació, facturació i en general aquelles finalitats relacionades amb la gestió i organització d'un esdeveniment esportiu; així com per a l'enviament de comunicacions d'altres esdeveniments esportius de l'organitzador.



PLA DE SEGURETAT PORTELLA 2023

Es coordinarà una estratègia de seguretat entre voluntaris i direcció de cursa.

Als avituallaments de la cursa disposaran d'una farmaciola per a possibles petites incidències, els corredors inscrits tenen dret al seu us, però mai es donarà medicació.

Als participants se'ls facilitarà un número de telèfon intern per a possibles emergències. En el cas de zones amb poca o nul·la cobertura, caldrà fer us del telèfon d'emergències 112.

L'organització no es fa responsable de retornar a la zona de meta a aquells corredors desqualificats o que abandonin per altres motius. Només s'evacuarà a aquells corredors que hagin patit una lesió o accident, i si aquesta és greu serà el servei d'ambulància contractat a tal efecte el que s'encarregui de realitzar-ho.

La direcció disposarà d'equip de tancament de cursa, el qual anirà tancant la mateixa arreplegant els controls i/o avituallaments i informant de les incidències que vagi observant.

L'organització disposa d'una assegurança de Responsabilitat Civil, així com una d'accidents per als participants no federats.

Tots els corredors de la cursa son coneixedors de la dificultat de la prova, i es reconeixen aptes, tant pel seu estat de salut com per les seves condicions físiques per a participar a la cursa.

El mal temps no serà impediment per a la celebració de la cursa, però si les condicions meteorològiques son adverses amb tempesta elèctrica o ràfegues de vent que puguin posar en perill la integritat dels corredors, la organització es reserva el dret de fer-ho, així com de variar el recorregut si ho considera oportú.