

MARCHA NÓRDICA EN LA FEDME

Aceptada por la Asamblea General de la Federación Española de Deportes de Montaña y Escalada (FEDME) el 27 de junio de 2015, e incorporada a sus estatutos como modalidad deportiva propia.

MARCHA NÓRDICA EN EL CSD

El 23 de diciembre de 2015 fue aceptada por el Consejo Superior de Deportes y publicada en el BOE el 3 de mayo de 2016.

MARCHA NÓRDICA EN LA ARMADA

La Armada Española incluyó MN en modalidad no competitiva en la IV Carrera Semana Global Energy Bimbo. Prueba de 10 km que se celebró el 24 de septiembre de 2017 en el madrileño Paseo de la Castellana, con salida y meta en el Cuartel General de la Armada.

A principios de 2018 se creó la Vocalía de Marcha Nórdica en la Junta de Educación Física de Cartagena, con el objeto de fomentar la MN como actividad altamente recomendable para potenciar y mantener la condición física general.

MARCHA NÓRDICA EN CARTAGENA

El Centro Excursionista de Cartagena cuenta con una Vocalía de Marcha Nórdica, dirigida por José Antonio Pérez González -Piri-, fomenta y apoya la MN de diferentes formas: cursos de iniciación gratuitos cada mes, organización de competiciones, concentraciones en Cartagena y Mar Menor/Calblanque (Calblanquinas), equipo de competición, apoyos a eventos MN, etc.

INFORMACIÓN: marchanordicasad.com
INSCRIPCIONES: lineadesalida.net

*¡Práctica Marcha Nórdica SAD!
Salud, Aventura, Deporte*

El I Trofeo MN Armada Española es

**Prueba
puntuable para
la Liga Regional
2018 de Marcha
Nórdica FMRM**



**Federación de Montañismo
Región de Murcia**



Asociación Pablo Ugarte



*I Trofeo de Marcha
Nórdica
Armada Española*

Cartagena,
21 de octubre de 2018

Organiza,
Junta de Deportes e Instalaciones
Deportivas de la Armada en Cartagena



1. LA PRUEBA

Planeada, organizada y exclusiva para la práctica de Marcha Nórdica. Se celebrará de 09:30 h a 13:30 h con salida y llegada en el Palacio de los Deportes. Será puntuable para la Liga Regional MN FMRM 2018.

2. MODALIDADES

Competitiva: 21,5 km (5 vueltas a circuito).
Promocional: 6 km (1 vuelta a circuito).

3. INSCRIPCIONES

lineadesalida.net

PRUEBA	PLAZO	LICENCIA	€
Competición	10 SEP	FMRM o FEDME.	12
	05 OCT	Sin licencia o no FMRM/FEDME.	15
	06 OCT	FMRM o FEDME	15
	16 OCT	Sin licencia o no FMRM/FEDME.	18
Promocional	10 SEP	FMRM o FEDME.	5
	16 OCT	Sin licencia o no FMRM/FEDME.	8

4. TROFEOS

	EDAD	MAS	FEM
(*) Absoluta	Mas 18	1º 2º 3º	1º 2º 3º
(*) Junior	15 a 17	1º 2º 3º	1º 2º 3º
(*) Promesa	18 a 23	1º 2º 3º	1º 2º 3º
(*) Sénior	24 a 39	1º 2º 3º	1º 2º 3º
(*) Vet A	40 a 49	1º 2º 3º	1º 2º 3º
(*) Vet B	50 a 59	1º 2º 3º	1º 2º 3º
(*) Vet C	Más 60	1º 2º 3º	1º 2º 3º
Militar/CDSE sen	18-49	1º 2º 3º	1º 2º 3º
Militar/CDSE vet	Más 50	1º 2º 3º	1º 2º 3º
Mejor técnica		1º	1º

(*) Para licencias FMRM

5. DATOS TÉCNICOS

	COMP	PROMO
Distancia total:	21.500m	6.000m
Vueltas circuito:	5	1
Pendiente acumulada:	325m	81m
Cota mín/media/ máx:	13m / 53m / 91m	
Pendiente máx. pos/neg:	7% / -7%	
Pendiente media pos/neg:	3% / -3%	

TIERRA (*)		ASFALTO	
COMPETICIÓN	PROMOCIONAL	COMPETICIÓN	PROMOCIONAL
20.244 m	4.744 m	1.256 m	1.256 m
94%	79%	6%	21%

(*) Compacta, uniforme, sin piedras de tamaño significativo para la práctica de la MN.

6. RECOGIDA DE DORSALES

La recogida de dorsales y bolsa del marchador se podrá realizar el día 20 de octubre en el lugar y horario que informará la Organización previamente.

También el día de la prueba en el Palacio de Deportes de Cartagena desde las 08:30 h hasta las 09:45 h. El dorsal y bolsa del marchador es personal e intransferible, aunque podrá entregarse a la persona que autorice el titular, presentando DNI original y la fotocopia del DNI de la persona inscrita, así como el original de la licencia federativa (FMRM o FEDME). Para el caso de los menores de edad, se tendrá que entregar la autorización original firmada por el padre, madre o tutor legal. En la página Web (marchanordicasad.com) está disponible: El formulario de autorización de recogida de dorsal, el impreso de autorización de participación a un menor, y la "Carta de exoneración de responsabilidades".

7. SERVICIOS Y PROGRAMA

Salida, meta, aparcamientos, vestuarios, duchas, aseos en Zona Única de Concentración (Palacio de Deportes de Cartagena).
Comida de confraternización, reunión técnica recorrido, reconocimiento de circuito y entrega de dorsales día 20 según programa que se informará.

INFORMACIÓN: marchanordicasad.com
INSCRIPCIONES: lineadesalida.net

*¡Práctica Marcha Nórdica SAD!
Salud, Aventura, Deporte*

