



I MARCHA NÓRDICA RETO INFERNAL

Los Belones (Cartagena), 19 de mayo de 2019

REGLAMENTO



1. LA PRUEBA

El **I MNR INFERNAL** se celebrará en Los Belones (Cartagena), de 10:00 h a 13:00 h del domingo 19 de mayo de 2019. Se trata de una prueba competitiva por series de 1 km cada una. Salidas en las proximidades del puente de Los Belones y llegadas en La Fuente. Habrá una modalidad promocional de 4 km. Los árbitros controlarán la **TÉCNICA CORRECTA** de ejecución de Marcha Nórdica, según el [Reglamento MN FMRM 2019](#).

2. RECORRIDO (ANEXO I)

PRUEBA COMPETITIVA

Salida en cruce de c/Caridad con avda. de La Fuente. Llegada en La Fuente. Habrá 5 subidas cronometradas con otras tantas bajadas de recuperación con tiempo limitado.

RECORRIDO PROMOCIONAL DIDÁCTICO

Dos subidas y dos bajadas a La Fuente de forma continuada, completando una distancia total de 4.000 m. Contarán con un instructor MN que irá corrigiendo y asesorando en la aplicación de la técnica correcta.

Procedimiento

1º) La Organización distribuirá a los inscritos por series de 4 marchadores con cabezas de serie, atendiendo a su puesto en el Ranking FMRM, FEDME, o tiempos acreditados.

2º) Se dará salidas por tandas, cronometrando el tiempo de subida y discriminando al último marchador, que irá a las series de repesca.

3º) A cada competidor se le dará un tiempo para la bajada, y finalizado este, se volverá a dar la salida.

a) Todos los marchadores harán el mismo número de subidas y de bajadas.

b) Para la clasificación final, se sumaran los tiempos de subida y al resultado, se sumará el tiempo de las sanciones, a razón de medio minuto por cada tarjeta amarilla sacada.

c) Los árbitros sancionaran todas las faltas cometidas con tarjeta amarilla (un minuto), salvo las faltas graves que supondrá tarjeta roja (descalificación). Se admite amonestación verbal. No habrá tarjeta blanca de advertencia.

3. PARTICIPANTES

Podrá participar cualquier persona, federada o no federada.

4. CATEGORÍAS Y PREMIOS

CATEGORÍA/SUB-CATEGORÍA	MARGEN DE EDAD	MASCULINO			FEMENINO			TOTAL
Ángel Sénior	18 a 34 años	1º	2º	3º	1º	2º	3º	6
Ángel Veterano/a A	35 a 49 años.	1º	2º	3º	1º	2º	3º	6
Ángel Veterano/a B	50 a 59 años.	1º	2º	3º	1º	2º	3º	6
Ángel Veterano/a C	A partir de los 60 años.	1º	2º	3º	1º	2º	3º	6
TOTAL		4	4	4	4	4	4	24

5. INSCRIPCIONES ([asuspuestos.com](#))

PLAZO	PRUEBA	LICENCIA	PRECIO
22 ABRIL al 10 MAYO de 2019	Competición	FMRM o FEDME.	10 €
		Sin licencia o que no sea FMRM o FEDME.	15 €
	Promocional	FMRM o FEDME.	5 €
		Sin licencia o que no sea FMRM o FEDME.	10 €
11 MAYO al 17 MAYO de 2019	Competición	FMRM o FEDME.	15 €
		Sin licencia o que no sea FMRM o FEDME.	20 €
	Promocional	FMRM o FEDME.	5 €
		Sin licencia o que no sea FMRM o FEDME.	10 €



Para formalizar las inscripciones, los participantes aportaran los siguientes documentos:

- DOI (Documento Oficial de Identidad): DNI, pasaporte, carnet de conducir, etc.
- Tarjeta de la FMRM o de la FEDME válida para el 2019 los que se inscriban con licencia.
- Carta de exoneración de responsabilidades ([ANEXO II](#) y marchanordicasad.com)

6. MATERIAL Y EQUIPAMIENTO

- En la retirada del dorsal, el competidor podrá consultar si el material que presenta se ajusta al reglamento.

7. AVITUALLAMIENTO Y AYUDAS

- Tandas cronometradas: **SIN AVITUALLAMIENTO**, ni por parte de la Organización ni se admite externo.
- Tandas no cronometradas (de recuperación): Se permite en autosuficiencia, así como cualquier ayuda externa.

8. COMPORTAMIENTO GENERAL DE LOS COMPETIDORES

- Los participantes tendrán que conocer y respetar el presente reglamento, aceptando las interpretaciones del mismo, y las modificaciones adoptadas por el Comité de Prueba por causas ajenas a la Organización.

9. CONTROL DE LA COMPETICIÓN

La prueba estará controlada por árbitros diplomados, auxiliados por personal de la Organización. El Comité de Prueba estará formado por: Director Técnico, Árbitro Principal y un vocal del Comité de Organización.

10. RECOGIDA DE DORSALES

La recogida de dorsales y bolsa del marchador, será de 08:30 a 09:30 el mismo día 19 de mayo en la Zona de Concentración. El dorsal y bolsa del marchador es personal e intransferible, no se podrá entregar a ninguna persona que no sea el titular.

11. SEÑALIZACIÓN, PUNTOS DE CONTROL Y HORAS DE CORTE

El recorrido estará señalizado con cintas y conos.

Tiempo máximo desde la primera hora de salida: 3 h; quedando descalificado el marchador que lo supere.

12. DESCALIFICACIÓN

Se descalificará al que no cumpla el presente reglamento, o que sea sancionado con una TARJETA ROJA:

1. Correr.
2. Hacer caso omiso a las indicaciones de la Organización o de los árbitros.
3. Conducta indecorosa o antideportiva.
4. Deteriorar o ensuciar el entorno.
5. Acortar el itinerario.
6. Recibir ayuda externa en los tramos cronometrados.
7. Participar o subir al podio portando bandera o símbolo que no sea la Enseña Nacional, la de una Comunidad Autónoma o la de un club de los inscritos en la prueba.

13. SEGURIDAD Y ASISTENCIA MÉDICA

Habrás asistencia sanitaria. La Organización cuenta con una póliza de seguro colectiva.

14. FOTOGRAFÍA Y FILMACIÓN DE IMÁGENES

La inscripción a la prueba implica la aceptación del presente reglamento y la autorización a la Organización y a quien ésta autorice, de la grabación en video y fotografía de su participación, dando su consentimiento para la difusión, explotación comercial y publicitaria de todas las imágenes tomadas durante la prueba; antes, durante y después de la misma; aunque resulte claramente identificable, sin derecho por parte del participante a recibir compensación económica alguna.

15. RESPONSABILIDADES

La Organización declina toda responsabilidad en caso de accidente o negligencia, así como de la pérdida de los objetos de cada participante, incluyendo los dejados en la consigna.

16. RECLAMACIONES EL DÍA DE COMPETICIÓN

Se podrán presentar reclamaciones relativas a clasificaciones e incidencias en el desarrollo de la prueba, desde el momento de la llegada hasta 10 minutos después de la publicación de la clasificación provisional.



**ANEXO I AL REGLAMENTO DE LA I MARCHA NÓRDICA INFERNAL
 RECORRIDOS: COMPETICIÓN (5-7 SUBIDAS) Y PROMO (4 KM: 2 SUBIDAS Y 2 BAJADAS)**





ANEXO II AL REGLAMENTO DE LA I MARCHA NÓRDICA INFERNAL
CARTA DE EXONERACIÓN DE RESPONSABILIDADES

Admito al firmar este documento conozco el Reglamento de la **I MARCHA NÓRDICA INFERNAL**. Asimismo, manifiesto que los datos personales que estoy proporcionando son verdaderos y si fueran falsos el Comité Organizador podrá descalificarme del evento citado.

Manifiesto que cuento con una condición física adecuada para poder participar en la competición **I MARCHA NÓRDICA INFERNAL** y que soy el único responsable de mi salud y de cualquier afección, accidente, lesión enfermedad o deficiencia que pudiera causar alteración a mi salud física e incluso la muerte durante el evento deportivo, por esta razón libero al Comité Organizador, a los patrocinadores, a las autoridades deportivas y a los prestadores de servicios de cualquier daño que pueda llegar a sufrir.

Así mismo autorizo al Comité Organizador para utilizar mi imagen, voz y nombre, ya sea total o parcialmente en lo relacionado al trofeo mencionado. Soy consciente de que para participar tengo que estar físicamente preparado para el esfuerzo que voy a realizar.

En cumplimiento a lo dispuesto por la Ley Orgánica 15/1999, de 13 de diciembre, de Protección de Datos de Carácter Personal.

Acepto que la Organización recabe mis datos personales y sea el responsable de los mismos. La Organización podrá ponerse en contacto conmigo por correo ordinario, correo electrónico, SMS, teléfono o por cualquier otro medio electrónico con fines informativos o estudios de opinión.

Nombre: _____

D.N.I.: _____ Fecha: _____

(firma)